PASIRINK SAVO IŠŠŪKĮ!

14 DIENŲ LĖTESNIO GYVENIMO TEMPO ĮPROČIŲ IŠŠŪKIS

VALI SOBIVAIM AEG OMA VÄLJAKUTSEKS:

AASTA

JAANUAR VEEBRUAR MÄRTS APRILL MAI JUUNI JUULI AUGUST SEPTEMBER OKTOOBER NOVEMBER DETSEMBER

☐ 1. PÄEV	LOEN 15 MINUTIT RAAMATUT
☐ 2. PÄEV	KORISTAN 10 MINUTIT KODU
☐ 3. PÄEV	LÄHEN VARA MAGAMA
☐ 4. PÄEV	LÄHEN KINDLASTI VÄRSKE ÕHU KÄTTE JALUTAMA
☐ 5. PÄEV	LOEN ENNE MAGAMAMINEKUT LEMMIKAJAKIRJA
☐ 6. PÄEV	LOON RAHULIKU HOMMIKU RUTIINI
☐ 7. PÄEV	NAUDIN RAHULIKU HOMMIKU RUTIINI VEEL KORD
☐ 8. PÄEV	MÕTLEN VIIELE ASJALE, MIS MULLE TÄNASE PÄEVA JOOKSUL RÕÕMU PAKKUSID
☐ 9. PÄEV	TEEN SEDA, MIS PAKUB MULLE ERILIST RÕÕMU
☐ 10. PÄEV	LOEN ENNE UINUMIST
☐ 11. PÄEV	JALUTAN ÕUES, KUULATES KÕRVAKLAPPIDEST MUUSIKAT
☐ 12. PÄEV	JOON HOMMIKUL OMA LEMMIKTEED
☐ 13. PÄEV	ALUSTAN PÄEVA POSITIIVSETE MÕTETEGA
☐ 14. PÄEV	TEEN MÕNE JOOGAHARJUTUSE

AŠ ŠAUNIAI LAIKIAUSI SAVO IŠŠŪKIŲ PROGRAMOS IR APDOVANOJU SAVE:

PASTEBĖJIMAI:

MANO NUOTAIKA: