A 55 anni

Night routine

Data / /

Quali obiettivi ho raggiunto oggi?

Cosa è successo oggi per cui devo essere grato?

Obiettivi di domani

Personale

Lavorativo

Relazionale

Attività da fare al risveglio

- [ ] Acqua + limone
- [ ] Esercizi
- [ ] Respirazione
- [ ] Gratitudine
- [ ] Chiedi, visualizza, ringrazia
- [ ] Preghiera Meditazione
- [ ] Doccia fredda

Altro:

13 affermazioni

Vision