Suvine plaan

Rohkem aega looduses ja inimestega, keda armastan

Rohkem mediteerimist, head muusikat ja podcaste

Vähem aega sotsiaalmeedias
Max.3 korda nädalas ja teatud kellaaegadel

Joon piisavalt vett

Esimese asjana hommikul võimlen ja käin ujumas

Mõnuga sportimist

Keskendun 3 teemale:
2 suuremat unistust
1 praktiline tegevus

Rohkem põnevaid kohtumisi ja viljakaid vestlusi

Mõnuga lugemist