



День для...

Каждый день мы делаем несколько дел, а уделяли ли вы один день для...? Давайте попробуем!

☐ **1. День кино**

составьте заранее список фильмов, которые давно хотели посмотреть либо смотрите подряд все!

☐ **2. День музыки**

погрузитесь в лучшие произведения из мира музыки, слушайте своих любимых исполнителей

☐ **3. День танцев**

начните танцевать под ритмичную музыку, затем попробуйте более медленные композиции, не смотрите в зеркало и не стесняйтесь

☐ **4. День познавательных передач**

посмотрите циклы передач для расширения кругозора либо документальные фильмы

☐ **5. День чтения**

прочитайте интересную книгу, а может и не одну

☐ **6. День новых привычек**

попробуйте сделать то, что вы хотели внести в ежедневные привычки

☐ **7. День культуры**

посетите культурные мероприятия

Желаю вам новых ощущений и открытий! мой инстаграм: @aidana01

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: <https://checklists.expert>

как это убрать?