



# ПЛАН ЗА ЛИЧНА ГРИЖА

	Всеки ден аз ще...	Всека седмица аз ще...	Всеки месец аз ще...	Други интервали
Грижа за физическото ти благосъстояние				
Грижа за емоционалния ти свят				
Грижа за интелекта ти				
Грижа за професионалните ти умения				
Грижа за духовния ти свят				
Социален живот				
Връзката ти с природата				