#dobra dla siebie we wrześniu

1. Relaksująca kąpiel lub prysznic.
2. Film, który poprawia Ci humor
3. Samotny spacer.
4. Lista rzeczy, które lubisz w sobie.
5. Kup sobie świeże kwiaty.
6. Wybierz się na kawę do kawiarnii.
7. Wróć do ulubionej książki.
8. Włącz na YouTube Zumbę i tańcz.
9. Połóż maseczkę na twarz.
10. Pedicure.
11. Zrób listę piosenek, które poprawiają Ci humor.
12. Spróbuj jogi.
13. Porozmawiaj z przyjaciółką.
14. Przestań obserwować osoby, które Cię dołują.
15. Wypróbuj nowy przepis.
16. Zrób porządek w swoich ubraniach. Idzie nowy sezon.
17. Domowe SPA dla włosów.
18. Zjedz swój ulubiony deser.
19. Wybierz się na spacer i pobaw się w fotografa.
20. Zrób sobie dzień bez internetu.
21. Zaplanuj wycieczkę - planowanie jest darmowe ;)
22. Tańcz. Po prostu tańcz.
23. Zaszalej z makijażem
24. Wybierz się do lasu.
25. Wspomóż jakąś fundację lub osobę potrzebującą.
26. Spróbuj pójść wcześniej spać.
27. Porozciągaj się.
28. Wybierz się do muzeum lub galerii.
29. Pomyśl o nowym hobby.
30. Zastanów się, co dobrego zrobisz dla siebie w następnym miesiącu.