



# АУДИТ ОБРАЗА ЖИЗНИ



**SMART**  
Family & Friends

Я хотел бы делать или быть больше...	Что я могу для этого сделать...
Я хотел бы делать или быть меньше...	Что я могу для этого сделать...

*"Сбалансированный образ жизни — это просто состояние, в котором у человека есть время и энергия для обязательств и удовольствий, а также время для того, чтобы жить хорошо и приносить удовлетворение. Баланс с его многочисленными нюансами может оказаться сложной концепцией для интеграции в вашу жизнь. Однако сбалансированное существование может помочь вам достичь большего чувства счастья, здоровья и удовлетворения».*  
~ Мэдисин Тейлор

