



Аудит Образа Жизни

Аудит образа жизни позволяет вам изучить изменения, которые вы хотели бы внести в свой текущий образ жизни. Может быть полезно записать их на бумаге, чтобы избежать чувства скуки или одиночества, когда вы начнете вносить изменения и поддерживать изменения.

Вещи, которые я хотел бы делать МЕНЬШЕ	Как мне этого добиться...
Вещи, которые я хотел бы делать БОЛЬШЕ	Как мне этого добиться...

