



Аудит Способу Життя

Аудит способу життя дозволяє вам вивчити зміни, які ви хотіли б внести у свій поточний спосіб життя. Це може бути корисно записати на папері, щоб уникнути почуття нудьги чи самотності, коли ви починаєте вносити зміни та підтримувати зміни.

Речі, які я хотів би робити МЕНШЕ	Як я можу цього досягти...
Речі, якими я хотів би займатися БІЛЬШЕ	Як я можу цього досягти...

