MA JOURNÉE DE CRÉATION ET BIEN-ÊTRE

Date : _____ _____

TEMPS POUR PROJETS & INSPIRATION

6 AM
7 AM
8 AM
9 AM
10 AM
11 AM
12 PM
1 PM
2 PM
3 PM
4 PM
5 PM
6 PM
7 PM
8 PM
9 PM

PRIORITÉS CRÉATIVES

1.
2.
3.

RITUELS DE BIEN-ÊTRE & HYDRATATION

INFUSIONS BIENFAISANTES

ÉCOUTEZ VOTRE SAGESSE INTÉRIEURE

ÉTAT D'ESPRIT ÉMOTIONNEL

PETITES VICTOIRES DU JOUR & OBJECTIFS

CHRONIQUES DE L'AVENTURE INTÉRIEURE - BIEN-ÊTRE & RÉFLEXIONS

BIEN-ÊTRE DU JOUR & DÉCOUVERTES

Gratitude

Moments Calmes

DÉCOUVERTES CLÉS

OBJECTIFS DE BIEN-ÊTRE

PLANNER DE LA SEMAINE BIEN-ÊTRE

PLANNER DE LA SEMAINE

L	M	M	J	V	S	D

MOMENTS POUR SOI

NOTES D'INSPIRATION & RÊVES

EXPLORATIONS DU JARDIN INTÉRIEUR

ARCHIVES DU BIEN-ÊTRE CRÉATIF