КАЛЕНДАР-ПОРАДНИК

РЕКОМЕНДАЦІЇ СВІТЛАНИ РОЙЗ

ДЕНЬ 41

Йдучи вулицею, ЗМАХНІТЬ ШИРОКО РУКАМИ, мов крилами

Розкриваючи руки крилами, робіть глибокий вдих, потім видих, фокусуючи увагу на диханні. Виникне відчуття, що ви збільшуєтеся в розмірах, виходите за свої «межі». Дозвіл собі розкрити власні крила в повний помах, повною мірою — це дозвіл дорости до масштабу власного потенціалу. Який у вас розмах крил?

СМАРТ ОСВІТА
НУШ НОВА УКРАЇНСЬКА ШКОЛА
USAID FROM THE AMERICAN PEOPLE
unicef