



تمنيت لو أفعل!

المجال
الصحي



بماذا شعرت حين
تأملت اللوحة
المليئة بالنشاطات
التي ترغبين في
تجربتها؟ اكتبي
كلمة لنفسك
للتوقف عن إدمان
الكسل والروتين
اليومي.