Мой план заботы о себе



|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Физическая форма |  | Творчество |
|  |  |  |
| Духовность |  | Профессионализм |
|  |  |  |
| Отношения/эмоции |  | **На чем я хочу сосредоточиться сейчас?** |