

25 choses à faire en 2020

1. > Faire des projets et les mettre en place
2. > Arrêter de boire de l'alcool et/ou de fumer
3. > Arrêter de boire des boissons sucrées
4. > Arrêter de consommer trop de sucre
5. > Bouger un peu plus
6. > Méditer au moins 10 min par jour
7. > Lire au moins 10 min par jour
8. > Danser, rire, chanter
9. > Manger sainement, diminuer les fast food
10. > Manger local
11. > Produire moins de déchets
12. > Économiser de l'argent, revoir son budget
13. > Moins et mieux consommer
14. > Vendre, donner...
15. > Appeler plus souvent ses amis, sa famille
16. > Passer plus de temps avec ses enfants
17. > Désencombrer
18. > Jouer, s'amuser
19. > Pardonner
20. > Se soigner
21. > Se former
22. > Faire du tri
23. > Se recentrer
24. > Créer
25. > Se reposer