

Список радостей

Это список того, что помогает членам команды Skillbox быстро восполнять энергию. Добавляйте свои пункты, и пусть они поднимают вам настрой!

- Налить кружку любимого напитка
- Написать другу, с которым давно не общались
- Отключить оповещения на телефоне и немного поспать
- Застелить кровать свежим постельным бельём
- Заняться расхламлением и выкинуть старые ненужные вещи
- Навести порядок в квартире и помыть все-все её уголки
- Убрать всё лишнее с рабочего стола
- Полить цветы, убрать все подсохшие листочки
- Присесть 10 раз или сделать любимое упражнение/разминку во время рабочего дня
- Прогуляться без телефона
- Прогуляться с любимым подкастом в наушниках
- Погулять с собакой друзей (можно даже с друзьями)
- Запланировать поход в бар в пятницу с другом или подругой
- Испечь печенье
- Купить домой букет ароматных цветов
- Посмотреть все части «Гарри Поттера» или самую любимую (голосуем за «Узника Азкабана»)
- Почитать интересную книжку, которая давно отложена
- Принять ванну с пеной или бомбочкой
- Сходить в бассейн
- Сходить к косметологу/парикмахеру/барберу
- Накупить вкусняшек, каких хочется, и слопать их
- Нарисовать картину по номерам/хюрге



Место для ваших мыслей, идей и планов

