

ZIPRO

PORANNA CHECKLISTA

1. ZAŚCIEL ŁÓŻKO
2. UMYJ TWARZ I ZĘBY
3. ZRÓB TRENING Z #ZIPROTEAM NA WWW.ZIPRO.PL
4. WEŹ PRYSZNIC - ZIMNY OD CZASU DO CZASU NIE ZASZKODZI!
5. PRZYGOTUJ POŻYWNE ŚNIADANIE - TO NAJWAŻNIEJSZY POSIŁEK DNIA
6. ZRÓB SOBIE GORĄCY KUBEK KAWY LUB HERBATY
7. ZADBAJ O SWOJĄ PRZESTRZEŃ - POZBĄDŹ SIĘ ROZPRASZACZY
8. ZRÓB SWOJĄ LISTĘ TO-DO NA CAŁY DZIEŃ - PAMIĘTAJ O PRZERWACH!
9. POCZYTAJ ARTYKUŁ/ GAZETĘ O CZYMŚ W TWOIM KRĘGU ZAINTERESOWAŃ
10. ZACZNIJ SWÓJ DZIEŃ!

