

Consejos para la mente y el alma: ¿cómo mantener el equilibrio?

Alakítsd át az alábbi kifejezéseket T/2 személyű felszólító módba!

1. organizar la mente
escribir listas de cosas por hacer
crear tableros de visón
2. priorizar en los objetivos
establecer los límites
3. planificar con antelación
comenzar a meditar
4. tomarse descansos regulares
5. rodearse de personas motivadoras
6. escribir diario
leer libros
7. conectarse con la naturaleza
8. apoyar a otros
ser amable
ser agradecido
9. dejar de preocuparse
10. intentar jugar
divertirse

