

# СЧАСТЛИВЫЙ НОЯБРЬ

Я убеждена, что каждый из нас сам творец своей жизни и своего счастья.

Это означает, что пора им заниматься - своим счастьем. Пора замечать свою жизнь, чтобы она стала замечательной.

Конечно, не всегда это просто делать. Особенно, в холодном и темном ноябре.

Поэтому я и сделала чек-лист небольших и приятных дел. Для них почти ничего не требуется - только ваше желание и пара минут свободного времени. В нем 30 пунктов - по одному на каждый день ноября.

Выбирайте, выполняйте, придумывайте другие и создавайте свой счастливый ноябрь

Наташа О. [@terti\\_kalach](https://www.instagram.com/terti_kalach)

- Как я могу порадовать себя?  
Ответить и сделать!
- Выбрать саундтрек своей жизни (или сделать плейлист)
- Устроить день дуракаваляния
- Посмотреть на звездное небо
- Побаловать себя
- Пойти в любимое место
- Завести какую-нибудь традицию
- Побаловать другого
- Приготовить завтрак в постель
- Написать свой девиз или любимую фразу и положить на видное место
- Фотографировать что-то (синий цвет, детей, окна) весь день
- Подарить себе подарок
- Написать список желаний
- Позаботиться о своем теле
- Отправить открытку или письмо
- Поделиться — историей, объятием, обедом
- Устроить романтический вечер (можно для себя)
- Устроить небольшое путешествие
- Попробовать что-то новое
- Исполнить свое желание
- Почему я сегодня молодец?
- Исполнить чужое желание
- Написать себе письмо в будущее
- Пересмотреть любимый фильм
- Выспаться! И обязательно понежиться в кровати!
- Приготовить что-то своими руками — мыло, свечу, пирог..
- Устроить свой день благодарения
- Как выглядит мое счастье?  
Описать подробно!
- Почему сегодня день хороший?
- Провести инвентаризацию жизни - отметить всё то, классное, хорошее, значимое, что уже есть или было