

15 способов проявления любви к себе

- | | |
|--|--------------------------|
| 1. Подбери правильный уход для своей кожи | <input type="checkbox"/> |
| 2. Добавь в рацион правильные жиры | <input type="checkbox"/> |
| 3. Пей достаточно воды | <input type="checkbox"/> |
| 4. Посети урок йоги или помедитируй самостоятельно | <input type="checkbox"/> |
| 5. Научись делать гимнастику для лица | <input type="checkbox"/> |
| 6. Попробуй ароматерапию | <input type="checkbox"/> |
| 7. Делай маски для лица и тела 2-3 раза в неделю | <input type="checkbox"/> |
| 8. Пей вкусный травяной чай | <input type="checkbox"/> |
| 9. Сделай расслабляющий массаж травяными мешочками | <input type="checkbox"/> |
| 10. Приготовь новое блюдо | <input type="checkbox"/> |
| 11. Порадуй подарками и теплыми словами близких | <input type="checkbox"/> |
| 12. Научись радоваться каждому дню и мгновению | <input type="checkbox"/> |
| 13. Следи за своим здоровьем и прислушивайся к своему телу | <input type="checkbox"/> |
| 14. Создай свои ритуалы красоты на каждый день | <input type="checkbox"/> |
| 15. Посмотри любимый фильм | <input type="checkbox"/> |

jasmine
beauty&goods