

¡TÚ PUEDES !!

LUNES

Desintoxicación digital por un día: pon el teléfono en modo avión

MARTES

Estirarme - por la mañana antes del trabajo :)

MIÉRCOLES

Beber 16 oz de agua más de lo normal

PRÁCTICAS SEMANALES

02/12 - 02/18

JUEVES

Limpiar mi espacio de trabajo

Salir a comer

VIERNES

Ver el atardecer con amigos: juntarme con Sara en Sunset Cliffs a las 5 p.m

SÁBADO

Escribir una carta de agradecimiento

DOMINGO

Escuchar un podcast - Pedirle a Gavin recomendaciones de podcasts

