



Empowered Successful Women

Φύλλο Εργασίας

**Δημιουργία Ιδανικής
Ημέρας & Εαυτού**

Δημιουργία Ιδανικής Ημέρας & Εαυτού ✨

Σκέψου την τέλεια μέρα σου και τον ιδανικό σου εαυτό σε 3-5 χρόνια από σήμερα. Πώς θα ξεκινούσε η μέρα σου; Αναλογίσου κάθε λεπτομέρεια από τη στιγμή που θα ξυπνάς:

- **Πρωινή Ρουτίνα:** Πώς θα ξυπνάς; Με τον ήχο της φύσης, έναν ευχάριστο ήχο από μια εφαρμογή, ή με φυσικό φως;
- **Ρουτίνα:** Τι συνήθειες/ρουτίνες έχεις εδραιώσει; σου αρέσουν;
- **Εμφάνιση & Ένδυση:** Τι είδους ρούχα θα φοράς; Αυτά που σε κάνουν να νιώθεις άνετα και σίγουρη για τον εαυτό σου, ένα επαγγελματικό ντύσιμο που αντανακλά τις φιλοδοξίες σου, ή κάτι πιο χαλαρό και casual;
- **Δραστηριότητες & Επάγγελμα:** Ποια είναι η δουλειά σου; Είσαι αυτοαπασχολούμενη, επιχειρηματίας, ή εργάζεσαι σε μια εταιρεία που σε εμπνέει; Περίγραψε την ιδανική σου εργασία και τι ακριβώς κάνεις.



Δημιουργία Ιδανικής Ημέρας & Εαυτού ✨

- **Συναισθήματα & Επιτεύγματα:** Πώς νιώθεις σε αυτή την ιδανική σου μέρα; Τι συναισθήματα θέλεις να σε κατακλύζουν; Χαρά, ευτυχία, ασφάλεια;
- **Οικονομικά:** Πόσα χρήματα θέλεις να κερδίζεις τον μήνα; Σκέψου ένα ποσό που θα σου επιτρέψει να ζεις άνετα και να επιτυγχάνεις τους οικονομικούς σου στόχους.
- **Τόπος Διαμονής:** Πού θα ήθελες να ζεις; Σε μια μεγάλη πόλη, σε ένα ήσυχο προάστιο, ή ακόμα και σε μια άλλη χώρα;
- **Κοινωνικό Περιβάλλον:** Ποιοι άνθρωποι σε περιβάλλουν; Φίλοι, οικογένεια, συνεργάτες;

Δημιούργησε την ιδανική σου μέρα σκεπτόμενη χωρίς περιορισμούς και φόβους. Όταν προσδιορίζεις τα θέλω σου, θα αρχίσεις να διαμορφώνεις μια ξεκάθαρη εικόνα του πού θέλεις να είσαι σε 3 έως 5 χρόνια από τώρα. Αυτό το όραμα θα σε καθοδηγήσει και θα σε εμπνεύσει να προχωρήσεις προς την κατεύθυνση των στόχων σου με αποφασιστικότητα και εμπιστοσύνη.



Δημιουργία Ιδανικής Ημέρας & Εαυτού



Δημιουργία Ιδανικής Ημέρας & Εαυτού

