

# Crea la tua vita su misura

## Settimana 1



- Crea la tua visione
- Definisci chi vuoi essere e ripetilo ogni giorno
- Trova il tuo mantra

## Settimana 2

- Dalla visione all'azione
- Pianifica i prossimi passi
- Definisci nuove abitudini



## Settimana 3



- Perché pianificare è importante
- Crea il tuo time box

## Settimana 4

- Facciamo una pausa di riflessione
- Osserva i tuoi progressi
- Verifica la rotta
- Se serve ricalcola il percorso



## Settimana 5



- La tua casa: checkup delle stanze
- Un po' di decluttering
- La zona di transito

## Settimana 6



- Immagina la tua casa ideale
- Crea il tuo stile
- Condividi
- Progetta



## Settimana 7

- Una stanza alla volta
- Definisci il progetto
- Acquista
- Pianifica
- Pulisci
- Realizza



## Settimana 8

- Respira
- Fai il punto della situazione
- Verifica cosa manca e pianifica
- Fai il punto sulle tue abitudini



## Settimana 9



- Casa: pianifica e procedi
- Tempo: verifica e sistema il time box
- Metti nero su bianco i tuoi dubbi

## Settimana 10

- Come ti senti?
- Come proseguire?
- Non sei sola



- [www.vitasumisura.it](http://www.vitasumisura.it)
- [susy@vitasumisura.it](mailto:susy@vitasumisura.it)
- IG: [susy\\_vitasumisura](#)
- Telegram: Vita su misura