

24 instants « Rien qu'à moi »

<i>AMOUR : Envoyer un message à quelqu'un que j'aime juste pour le lui dire...</i>
<i>PLAISIR : M'offrir un magazine ou une revue comme j'aime</i>
<i>GOURMANDISE : Me préparer un mug-cake gourmand (au chocolat !) pour accompagner mon thé du soir</i>
<i>AMITIÉ : Préparer une petite carte de vœux que j'enverrai à ma meilleure amie</i>
<i>FAMILLE : Faire un selfie de Noël tous ensemble, l'imprimer et le glisser dans mon sapin</i>
<i>LUMIÈRE : Allumer une jolie bougie parfumée et prendre le temps de la regarder</i>
<i>HIVER : Faire une balade en forêt pour ramasser des pommes de pins</i>
<i>BEAUTÉ : Offrir à mes mains/ou mes cheveux/ ou mes pieds un petit soin beauté</i>
<i>CADEAUX : Préparer de jolies étiquettes pour mes cadeaux</i>
<i>ENVIES : Etablir la liste de mes envies pour 2018</i>
<i>REVES : Ouvrir un petit carnet pour noter mes rêves de la nuit (et peut-être aussi ceux du jour)</i>
<i>MUSIQUE : Ecouter de la musique que j'aime</i>
<i>SILENCE : Oublier mon téléphone, mon PC, ma tablette pour écouter ce soir le silence</i>
<i>GENEROSITÉ : Faire un petit don à une cause qui m'est chère</i>
<i>ENFANCE : Faire une petite pause coloriage</i>
<i>CALME : Ce soir, transformer ma salle de bain en SPA</i>
<i>COULEURS : M'arrêter chez la fleuriste pour m'offrir une rose</i>
<i>ÉMOTION : M'offrir un film en VOD ou une séance de ciné</i>
<i>CRÉATIVITÉ : Un petit DIY rien que pour moi</i>
<i>DÉTENTE : Démarrer ce livre en attente pour enfin me plonger au cœur de l'histoire</i>
<i>BIEN ÊTRE : Faire quelques longueurs à la piscine et me croire à la mer</i>

PARFUM : Déguster un chocolat chaud à la cannelle, ou un thé de Noël avec un carré de chocolat en plus !

DOUCEUR : Partager un gros câlin avec les miens

POESIE : Chercher une citation ou une poésie qui correspond à mon humeur du jour et la partager avec ceux que j'aime