



שיטת רואי הניג
לאכול בריא ולרזות
בלי להרגיש בדיאטה

מיינדסט – לחשוב נכון על זמן

1. "אני האדם המשפיע ביותר על ניהול הזמן שלי"
2. "תמיד יש את הדרך הטובה ביותר לנהל את הזמן שלי"
3. "ניהול טוב של הזמן שלי, הוא מהדברים הכי חשובים שעלי לעשות, כי הוא המפתח ההכרחי לחיים הטובים שלי"



שיטת רואי הניג
לאכול בריא ולרזות
בלי להרגיש בדיאטה

מיינדסט – לחשוב נכון על זמן

1. "אני האדם המשפיע ביותר על ניהול הזמן שלי"
2. "תמיד יש את הדרך הטובה ביותר לנהל את הזמן שלי"
3. "ניהול טוב של הזמן שלי, הוא מהדברים הכי חשובים שעלי לעשות, כי הוא המפתח ההכרחי לחיים הטובים שלי"