

# Оглавление

## *Слово автора*

- 10** Как она делает это?
- 13** Банка хорошего дня
- 17** О пользе пустой головы
- 20** Проект недели
- 23** Как заполнять ежедневник

## *Мой ежедневник*

- 28** Мои цели на год
- 29** Мои проекты
- 34** Обещаю найти время для
- 36** Хочу прочитать
- 37** Хочу посмотреть
- 38** Хочу сходить
- 39** Хочу приготовить
- 40** Дни рождения и подарки
- 42** К отпуску
- 44** К празднику

<b>50</b>	Мои полезные привычки
<b>51</b>	Мои вредные привычки
<b>52</b>	Президентское послание
<b>60</b>	Интервью ребенка
<b>68</b>	Визуализация мечты
<b>76</b>	Ставим цели на год
<b>84</b>	Как выйти из зимней спячки
<b>92</b>	Планируем летний отпуск
<b>100</b>	Подарки к праздникам
<b>108</b>	Детский праздник
<b>116</b>	Творческое мышление
<b>124</b>	Пляжный сезон
<b>132</b>	Здоровая спина
<b>140</b>	На что уходит время
<b>148</b>	Полезный отдых
<b>158</b>	Кружки для ребенка
<b>166</b>	Мотивация к достижениям
<b>174</b>	Раздельный отпуск
<b>182</b>	Детские игры для iPad
<b>190</b>	Выезд на пикник
<b>198</b>	Тренируем мышцы пресса
<b>206</b>	Как пережить неудачи
<b>214</b>	Детские истерики
<b>222</b>	Что делать в пробках
<b>230</b>	Авиаперелет с ребенком
<b>238</b>	Аквааэробика на море
<b>246</b>	Мужчины с Марса
<b>254</b>	Порядок в автомобиле
<b>264</b>	Спорт для ребенка
<b>272</b>	Домашний фэн-шуй

- 280** Тренируем мышцы рук
- 288** Готовимся к детскому саду
- 296** Готовимся к школе
- 304** Порядок в компьютере
- 312** Фэн-шуй для рабочего стола
- 320** Осенне-зимний гардероб
- 328** Маски для рук
- 336** Семейная фотосессия
- 344** Изменяем условия работы
- 352** Теплые вещи ребенка
- 360** Наводим порядок в почте
- 370** Планируем выходные дни
- 378** Уборка в доме
- 386** Упражнения на растяжку
- 394** Аромарецепты
- 402** Рабочее место ребенка
- 410** Горнолыжный сезон
- 418** Правило трех дней
- 426** Детский Новый год
- 434** Принцип Парето
- 442** Готовимся к Новому году
- 450** Детские победы и поражения
- 458** Семейный бюджет
- 466** Книги для деловых мам

### *Полезные списки*

- 486** Книги для детей
- 502** Полезные игрушки
- 508** Мультфильмы
- 511** Детские сайты