	Rūpes par sevi, ko es veicu pats								Rūpes par sevi, ko es veicu kopā ar citiem cilvēkiem					
Diena	Meditēšana Lūgšanas	Afirmācijas Apliecinājumi	Iekšējā Bērna lološana, audzināšana	Spoguļa uzdevums	Dienasgrāmata, rakstīšana ar pretējo roku	Literatūras lasīšana	HALTS	Hobiji/atpūta /priecāšanās/spēles	PAB sapulce	Zvans biedram, sponsoram	Soļu darbs	Kalpošana	Darbs ar sērām/sāpēm izcelsmes ģimeni	Dienas summa
1														
2														
3														
4														
5														
6														
7														
8														
9														
10														
11														
12														
13														
14														
15														
16														
17														
18														
19														
20														
21														
22														
23														
24														
25														
26														
27														
28														
29														
30														
31														