طرق استقبال العام الجديد بمرح

بالطبع يرغب كلا منا فى استقبال العام الجديد بسعادة وحيوية واماني جديدة، لذا يجب علينا إتباع بعض الخطوات البسيطة حتى نستقبل العام الجديد بروح مرحة

1- اكتبي لنفسك قائمة من الأهداف والأماني التي ترغبي فى انجازها هذا العام مع إعطاء وعد لنفسك لتحقيق كل هدف منها وكتابة الهدية التي ستحضرينها لنفسك عند انجاز أي هدف منهم.

2- لماذا لا تحضري مجموعة من الموسيقى المبهجة التي تحبيها وتقومي بسماعها ليلة رأس السنة بل والاستماع لها بمرح وسرور... جربي هذه الطريقة وستجدي نفسك تشعري بالبهجة.

3- الشيكولاته أحد طرق الشعور بالسعادة قومي بتناول أكبر قدر من الشيكولاته في ليلة رأس السنة وكأنك طفلة صغيرة .... حيث تناولها بشكل تلقائي وبدون خوف من زيادة فى الوزن.

4- لماذا لا تقضي ليلة رأس السنة مع أقاربك أو أصدقائك التي تحبيهم فقط فكري فى أكثر الناس قرباً من قلبك وأجمعيهم معك فى حفل رأس السنة.

5- يجب أن يكون لديك أمل دائم بأنّ غداً أفضل من اليوم وأنّ العام الماضي أضاف إلى خبراتك ما يدفعك إلى تحقيق نجاحات أكثر وأكثر فى العام الجديد وأضاف إلى شخصيتك قوة وثقة أكثر.

6- فكري فى شيء غير معتاد وقومي بعملة ليلة رأس السنة كالذهاب مع زوجك إلى المكان الذي قضيتما به

شهر العسل، بدون الأبناء لقضاء يوم رومانسي مختلف.