


Deník osobního růstu



Řízený deník na 30 dní



Denní záznam



Vytvořeno pomocí LoomJournals

Jak používat tento deník

Vítejte ve svém deníku! Zde je několik tipů, jak z něj získat maximum:

- 1 Každý den si vyhradte několik minut na psaní
- 2 Buďte upřímní a pište svobodně bez sebekritiky
- 3 Snažte se psát každý den ve stejnou dobu, abyste si vytvořili návyk
- 4 Každý týden si své záznamy projděte a všimněte si vzorců



Naskenujte pro podrobný návod, jak tento deník používat

Datum: _____

Dnešní záměr (na jakou jednu věc se dnes chcete zaměřit, čeho dosáhnout nebo co ztělesňovat?)

Kontrola nastavení mysli (růstový nebo fixní? jak jste dnes přistupovali k výzvam?)

Rozšíření komfortní zóny (co jste udělali, co vás vyděsilo nebo bylo nepříjemné?)

Rozvíjená dovednost (jakou dovednost aktivně zlepšujete?)

Dnešní úspěch (čeho jste dnes dosáhli? oslavte to)

Překonaná překážka (jakou výzvu nebo překážku jste dnes potkali? jak jste na ni reagovali?)

Dnešní ponaučení (co byste příště udělali jinak?)

Vděčnost (za co jste dnes vděční? jmenujte jednu konkrétní osobu, chvíli nebo věc)

Datum: _____

Dnešní záměr *(na jakou jednu věc se dnes chcete zaměřit, čeho dosáhnout nebo co ztělesňovat?)*

Kontrola nastavení mysli *(růstový nebo fixní? jak jste dnes přistupovali k výzvam?)*

Rozšíření komfortní zóny *(co jste udělali, co vás vyděsilo nebo bylo nepříjemné?)*

Rozvíjená dovednost *(jakou dovednost aktivně zlepšujete?)*

Dnešní úspěch *(čeho jste dnes dosáhli? oslavte to)*

Překonaná překážka *(jakou výzvu nebo překážku jste dnes potkali? jak jste na ni reagovali?)*

Dnešní ponaučení *(co byste příště udělali jinak?)*

Vděčnost *(za co jste dnes vděční? jmenujte jednu konkrétní osobu, chvíli nebo věc)*

Datum: _____

Dnešní záměr *(na jakou jednu věc se dnes chcete zaměřit, čeho dosáhnout nebo co ztělesňovat?)*

Kontrola nastavení mysli *(růstový nebo fixní? jak jste dnes přistupovali k výzvam?)*

Rozšíření komfortní zóny *(co jste udělali, co vás vyděsilo nebo bylo nepříjemné?)*

Rozvíjená dovednost *(jakou dovednost aktivně zlepšujete?)*

Dnešní úspěch *(čeho jste dnes dosáhli? oslavte to)*

Překonaná překážka *(jakou výzvu nebo překážku jste dnes potkali? jak jste na ni reagovali?)*

Dnešní ponaučení *(co byste příště udělali jinak?)*

Vděčnost *(za co jste dnes vděční? jmenujte jednu konkrétní osobu, chvíli nebo věc)*

Datum: _____

Dnešní záměr *(na jakou jednu věc se dnes chcete zaměřit, čeho dosáhnout nebo co ztělesňovat?)*

Kontrola nastavení mysli *(růstový nebo fixní? jak jste dnes přistupovali k výzvam?)*

Rozšíření komfortní zóny *(co jste udělali, co vás vyděsilo nebo bylo nepříjemné?)*

Rozvíjená dovednost *(jakou dovednost aktivně zlepšujete?)*

Dnešní úspěch *(čeho jste dnes dosáhli? oslavte to)*

Překonaná překážka *(jakou výzvu nebo překážku jste dnes potkali? jak jste na ni reagovali?)*

Dnešní ponaučení *(co byste příště udělali jinak?)*

Vděčnost *(za co jste dnes vděční? jmenujte jednu konkrétní osobu, chvíli nebo věc)*

Datum: _____

Dnešní záměr (na jakou jednu věc se dnes chcete zaměřit, čeho dosáhnout nebo co ztělesňovat?)

Kontrola nastavení mysli (růstový nebo fixní? jak jste dnes přistupovali k výzvam?)

Rozšíření komfortní zóny (co jste udělali, co vás vyděsilo nebo bylo nepříjemné?)

Rozvíjená dovednost (jakou dovednost aktivně zlepšujete?)

Dnešní úspěch (čeho jste dnes dosáhli? oslavte to)

Překonaná překážka (jakou výzvu nebo překážku jste dnes potkali? jak jste na ni reagovali?)

Dnešní ponaučení (co byste příště udělali jinak?)

Vděčnost (za co jste dnes vděční? jmenujte jednu konkrétní osobu, chvíli nebo věc)

Datum: _____

Dnešní záměr (na jakou jednu věc se dnes chcete zaměřit, čeho dosáhnout nebo co ztělesňovat?)

Kontrola nastavení mysli (růstový nebo fixní? jak jste dnes přistupovali k výzvam?)

Rozšíření komfortní zóny (co jste udělali, co vás vyděsilo nebo bylo nepříjemné?)

Rozvíjená dovednost (jakou dovednost aktivně zlepšujete?)

Dnešní úspěch (čeho jste dnes dosáhli? oslavte to)

Překonaná překážka (jakou výzvu nebo překážku jste dnes potkali? jak jste na ni reagovali?)

Dnešní ponaučení (co byste příště udělali jinak?)

Vděčnost (za co jste dnes vděční? jmenujte jednu konkrétní osobu, chvíli nebo věc)

Datum: _____

Dnešní záměr (na jakou jednu věc se dnes chcete zaměřit, čeho dosáhnout nebo co ztělesňovat?)

Kontrola nastavení mysli (růstový nebo fixní? jak jste dnes přistupovali k výzám?)

Rozšíření komfortní zóny (co jste udělali, co vás vyděsilo nebo bylo nepříjemné?)

Rozvíjená dovednost (jakou dovednost aktivně zlepšujete?)

Dnešní úspěch (čeho jste dnes dosáhli? oslavte to)

Překonaná překážka (jakou výzvu nebo překážku jste dnes potkali? jak jste na ni reagovali?)

Dnešní ponaučení (co byste příště udělali jinak?)

Vděčnost (za co jste dnes vděční? jmenujte jednu konkrétní osobu, chvíli nebo věc)

Datum: _____

Dnešní záměr *(na jakou jednu věc se dnes chcete zaměřit, čeho dosáhnout nebo co ztělesňovat?)*

Kontrola nastavení mysli *(růstový nebo fixní? jak jste dnes přistupovali k výzvam?)*

Rozšíření komfortní zóny *(co jste udělali, co vás vyděsilo nebo bylo nepříjemné?)*

Rozvíjená dovednost *(jakou dovednost aktivně zlepšujete?)*

Dnešní úspěch *(čeho jste dnes dosáhli? oslavte to)*

Překonaná překážka *(jakou výzvu nebo překážku jste dnes potkali? jak jste na ni reagovali?)*

Dnešní ponaučení *(co byste příště udělali jinak?)*

Vděčnost *(za co jste dnes vděční? jmenujte jednu konkrétní osobu, chvíli nebo věc)*

Datum: _____

Dnešní záměr *(na jakou jednu věc se dnes chcete zaměřit, čeho dosáhnout nebo co ztělesňovat?)*

Kontrola nastavení mysli *(růstový nebo fixní? jak jste dnes přistupovali k výzvam?)*

Rozšíření komfortní zóny *(co jste udělali, co vás vyděsilo nebo bylo nepříjemné?)*

Rozvíjená dovednost *(jakou dovednost aktivně zlepšujete?)*

Dnešní úspěch *(čeho jste dnes dosáhli? oslavte to)*

Překonaná překážka *(jakou výzvu nebo překážku jste dnes potkali? jak jste na ni reagovali?)*

Dnešní ponaučení *(co byste příště udělali jinak?)*

Vděčnost *(za co jste dnes vděční? jmenujte jednu konkrétní osobu, chvíli nebo věc)*

Datum: _____

Dnešní záměr (na jakou jednu věc se dnes chcete zaměřit, čeho dosáhnout nebo co ztělesňovat?)

Kontrola nastavení mysli (růstový nebo fixní? jak jste dnes přistupovali k výzvam?)

Rozšíření komfortní zóny (co jste udělali, co vás vyděsilo nebo bylo nepříjemné?)

Rozvíjená dovednost (jakou dovednost aktivně zlepšujete?)

Dnešní úspěch (čeho jste dnes dosáhli? oslavte to)

Překonaná překážka (jakou výzvu nebo překážku jste dnes potkali? jak jste na ni reagovali?)

Dnešní ponaučení (co byste příště udělali jinak?)

Vděčnost (za co jste dnes vděční? jmenujte jednu konkrétní osobu, chvíli nebo věc)

Datum: _____

Dnešní záměr *(na jakou jednu věc se dnes chcete zaměřit, čeho dosáhnout nebo co ztělesňovat?)*

Kontrola nastavení mysli *(růstový nebo fixní? jak jste dnes přistupovali k výzám?)*

Rozšíření komfortní zóny *(co jste udělali, co vás vyděsilo nebo bylo nepříjemné?)*

Rozvíjená dovednost *(jakou dovednost aktivně zlepšujete?)*

Dnešní úspěch *(čeho jste dnes dosáhli? oslavte to)*

Překonaná překážka *(jakou výzvu nebo překážku jste dnes potkali? jak jste na ni reagovali?)*

Dnešní ponaučení *(co byste příště udělali jinak?)*

Vděčnost *(za co jste dnes vděční? jmenujte jednu konkrétní osobu, chvíli nebo věc)*

Datum: _____

Dnešní záměr *(na jakou jednu věc se dnes chcete zaměřit, čeho dosáhnout nebo co ztělesňovat?)*

Kontrola nastavení mysli *(růstový nebo fixní? jak jste dnes přistupovali k výzám?)*

Rozšíření komfortní zóny *(co jste udělali, co vás vyděsilo nebo bylo nepříjemné?)*

Rozvíjená dovednost *(jakou dovednost aktivně zlepšujete?)*

Dnešní úspěch *(čeho jste dnes dosáhli? oslavte to)*

Překonaná překážka *(jakou výzvu nebo překážku jste dnes potkali? jak jste na ni reagovali?)*

Dnešní ponaučení *(co byste příště udělali jinak?)*

Vděčnost *(za co jste dnes vděční? jmenujte jednu konkrétní osobu, chvíli nebo věc)*

Datum: _____

Dnešní záměr *(na jakou jednu věc se dnes chcete zaměřit, čeho dosáhnout nebo co ztělesňovat?)*

Kontrola nastavení mysli *(růstový nebo fixní? jak jste dnes přistupovali k výzvam?)*

Rozšíření komfortní zóny *(co jste udělali, co vás vyděsilo nebo bylo nepříjemné?)*

Rozvíjená dovednost *(jakou dovednost aktivně zlepšujete?)*

Dnešní úspěch *(čeho jste dnes dosáhli? oslavte to)*

Překonaná překážka *(jakou výzvu nebo překážku jste dnes potkali? jak jste na ni reagovali?)*

Dnešní ponaučení *(co byste příště udělali jinak?)*

Vděčnost *(za co jste dnes vděční? jmenujte jednu konkrétní osobu, chvíli nebo věc)*

Datum: _____

Dnešní záměr *(na jakou jednu věc se dnes chcete zaměřit, čeho dosáhnout nebo co ztělesňovat?)*

Kontrola nastavení mysli *(růstový nebo fixní? jak jste dnes přistupovali k výzvam?)*

Rozšíření komfortní zóny *(co jste udělali, co vás vyděsilo nebo bylo nepříjemné?)*

Rozvíjená dovednost *(jakou dovednost aktivně zlepšujete?)*

Dnešní úspěch *(čeho jste dnes dosáhli? oslavte to)*

Překonaná překážka *(jakou výzvu nebo překážku jste dnes potkali? jak jste na ni reagovali?)*

Dnešní ponaučení *(co byste příště udělali jinak?)*

Vděčnost *(za co jste dnes vděční? jmenujte jednu konkrétní osobu, chvíli nebo věc)*

Datum: _____

Dnešní záměr (na jakou jednu věc se dnes chcete zaměřit, čeho dosáhnout nebo co ztělesňovat?)

Kontrola nastavení mysli (růstový nebo fixní? jak jste dnes přistupovali k výzvam?)

Rozšíření komfortní zóny (co jste udělali, co vás vyděsilo nebo bylo nepříjemné?)

Rozvíjená dovednost (jakou dovednost aktivně zlepšujete?)

Dnešní úspěch (čeho jste dnes dosáhli? oslavte to)

Překonaná překážka (jakou výzvu nebo překážku jste dnes potkali? jak jste na ni reagovali?)

Dnešní ponaučení (co byste příště udělali jinak?)

Vděčnost (za co jste dnes vděční? jmenujte jednu konkrétní osobu, chvíli nebo věc)

Datum: _____

Dnešní záměr (na jakou jednu věc se dnes chcete zaměřit, čeho dosáhnout nebo co ztělesňovat?)

Kontrola nastavení mysli (růstový nebo fixní? jak jste dnes přistupovali k výzvam?)

Rozšíření komfortní zóny (co jste udělali, co vás vyděsilo nebo bylo nepříjemné?)

Rozvíjená dovednost (jakou dovednost aktivně zlepšujete?)

Dnešní úspěch (čeho jste dnes dosáhli? oslavte to)

Překonaná překážka (jakou výzvu nebo překážku jste dnes potkali? jak jste na ni reagovali?)

Dnešní ponaučení (co byste příště udělali jinak?)

Vděčnost (za co jste dnes vděční? jmenujte jednu konkrétní osobu, chvíli nebo věc)

Datum: _____

Dnešní záměr *(na jakou jednu věc se dnes chcete zaměřit, čeho dosáhnout nebo co ztělesňovat?)*

Kontrola nastavení mysli *(růstový nebo fixní? jak jste dnes přistupovali k výzvam?)*

Rozšíření komfortní zóny *(co jste udělali, co vás vyděsilo nebo bylo nepříjemné?)*

Rozvíjená dovednost *(jakou dovednost aktivně zlepšujete?)*

Dnešní úspěch *(čeho jste dnes dosáhli? oslavte to)*

Překonaná překážka *(jakou výzvu nebo překážku jste dnes potkali? jak jste na ni reagovali?)*

Dnešní ponaučení *(co byste příště udělali jinak?)*

Vděčnost *(za co jste dnes vděční? jmenujte jednu konkrétní osobu, chvíli nebo věc)*

Datum: _____

Dnešní záměr *(na jakou jednu věc se dnes chcete zaměřit, čeho dosáhnout nebo co ztělesňovat?)*

Kontrola nastavení mysli *(růstový nebo fixní? jak jste dnes přistupovali k výzvam?)*

Rozšíření komfortní zóny *(co jste udělali, co vás vyděsilo nebo bylo nepříjemné?)*

Rozvíjená dovednost *(jakou dovednost aktivně zlepšujete?)*

Dnešní úspěch *(čeho jste dnes dosáhli? oslavte to)*

Překonaná překážka *(jakou výzvu nebo překážku jste dnes potkali? jak jste na ni reagovali?)*

Dnešní ponaučení *(co byste příště udělali jinak?)*

Vděčnost *(za co jste dnes vděční? jmenujte jednu konkrétní osobu, chvíli nebo věc)*

Datum: _____

Dnešní záměr *(na jakou jednu věc se dnes chcete zaměřit, čeho dosáhnout nebo co ztělesňovat?)*

Kontrola nastavení mysli *(růstový nebo fixní? jak jste dnes přistupovali k výzvam?)*

Rozšíření komfortní zóny *(co jste udělali, co vás vyděsilo nebo bylo nepříjemné?)*

Rozvíjená dovednost *(jakou dovednost aktivně zlepšujete?)*

Dnešní úspěch *(čeho jste dnes dosáhli? oslavte to)*

Překonaná překážka *(jakou výzvu nebo překážku jste dnes potkali? jak jste na ni reagovali?)*

Dnešní ponaučení *(co byste příště udělali jinak?)*

Vděčnost *(za co jste dnes vděční? jmenujte jednu konkrétní osobu, chvíli nebo věc)*

Datum: _____

Dnešní záměr (na jakou jednu věc se dnes chcete zaměřit, čeho dosáhnout nebo co ztělesňovat?)

Kontrola nastavení mysli (růstový nebo fixní? jak jste dnes přistupovali k výzvam?)

Rozšíření komfortní zóny (co jste udělali, co vás vyděsilo nebo bylo nepříjemné?)

Rozvíjená dovednost (jakou dovednost aktivně zlepšujete?)

Dnešní úspěch (čeho jste dnes dosáhli? oslavte to)

Překonaná překážka (jakou výzvu nebo překážku jste dnes potkali? jak jste na ni reagovali?)

Dnešní ponaučení (co byste příště udělali jinak?)

Vděčnost (za co jste dnes vděční? jmenujte jednu konkrétní osobu, chvíli nebo věc)

Datum: _____

Dnešní záměr (na jakou jednu věc se dnes chcete zaměřit, čeho dosáhnout nebo co ztělesňovat?)

Kontrola nastavení mysli (růstový nebo fixní? jak jste dnes přistupovali k výzvam?)

Rozšíření komfortní zóny (co jste udělali, co vás vyděsilo nebo bylo nepříjemné?)

Rozvíjená dovednost (jakou dovednost aktivně zlepšujete?)

Dnešní úspěch (čeho jste dnes dosáhli? oslavte to)

Překonaná překážka (jakou výzvu nebo překážku jste dnes potkali? jak jste na ni reagovali?)

Dnešní ponaučení (co byste příště udělali jinak?)

Vděčnost (za co jste dnes vděční? jmenujte jednu konkrétní osobu, chvíli nebo věc)

Datum: _____

Dnešní záměr (na jakou jednu věc se dnes chcete zaměřit, čeho dosáhnout nebo co ztělesňovat?)

Kontrola nastavení mysli (růstový nebo fixní? jak jste dnes přistupovali k výzám?)

Rozšíření komfortní zóny (co jste udělali, co vás vyděsilo nebo bylo nepříjemné?)

Rozvíjená dovednost (jakou dovednost aktivně zlepšujete?)

Dnešní úspěch (čeho jste dnes dosáhli? oslavte to)

Překonaná překážka (jakou výzvu nebo překážku jste dnes potkali? jak jste na ni reagovali?)

Dnešní ponaučení (co byste příště udělali jinak?)

Vděčnost (za co jste dnes vděční? jmenujte jednu konkrétní osobu, chvíli nebo věc)

Datum: _____

Dnešní záměr *(na jakou jednu věc se dnes chcete zaměřit, čeho dosáhnout nebo co ztělesňovat?)*

Kontrola nastavení mysli *(růstový nebo fixní? jak jste dnes přistupovali k výzvam?)*

Rozšíření komfortní zóny *(co jste udělali, co vás vyděsilo nebo bylo nepříjemné?)*

Rozvíjená dovednost *(jakou dovednost aktivně zlepšujete?)*

Dnešní úspěch *(čeho jste dnes dosáhli? oslavte to)*

Překonaná překážka *(jakou výzvu nebo překážku jste dnes potkali? jak jste na ni reagovali?)*

Dnešní ponaučení *(co byste příště udělali jinak?)*

Vděčnost *(za co jste dnes vděční? jmenujte jednu konkrétní osobu, chvíli nebo věc)*

Datum: _____

Dnešní záměr (na jakou jednu věc se dnes chcete zaměřit, čeho dosáhnout nebo co ztělesňovat?)

Kontrola nastavení mysli (růstový nebo fixní? jak jste dnes přistupovali k výzvam?)

Rozšíření komfortní zóny (co jste udělali, co vás vyděsilo nebo bylo nepříjemné?)

Rozvíjená dovednost (jakou dovednost aktivně zlepšujete?)

Dnešní úspěch (čeho jste dnes dosáhli? oslavte to)

Překonaná překážka (jakou výzvu nebo překážku jste dnes potkali? jak jste na ni reagovali?)

Dnešní ponaučení (co byste příště udělali jinak?)

Vděčnost (za co jste dnes vděční? jmenujte jednu konkrétní osobu, chvíli nebo věc)

Datum: _____

Dnešní záměr (na jakou jednu věc se dnes chcete zaměřit, čeho dosáhnout nebo co ztělesňovat?)

Kontrola nastavení mysli (růstový nebo fixní? jak jste dnes přistupovali k výzvam?)

Rozšíření komfortní zóny (co jste udělali, co vás vyděsilo nebo bylo nepříjemné?)

Rozvíjená dovednost (jakou dovednost aktivně zlepšujete?)

Dnešní úspěch (čeho jste dnes dosáhli? oslavte to)

Překonaná překážka (jakou výzvu nebo překážku jste dnes potkali? jak jste na ni reagovali?)

Dnešní ponaučení (co byste příště udělali jinak?)

Vděčnost (za co jste dnes vděční? jmenujte jednu konkrétní osobu, chvíli nebo věc)

Datum: _____

Dnešní záměr *(na jakou jednu věc se dnes chcete zaměřit, čeho dosáhnout nebo co ztělesňovat?)*

Kontrola nastavení mysli *(růstový nebo fixní? jak jste dnes přistupovali k výzvam?)*

Rozšíření komfortní zóny *(co jste udělali, co vás vyděsilo nebo bylo nepříjemné?)*

Rozvíjená dovednost *(jakou dovednost aktivně zlepšujete?)*

Dnešní úspěch *(čeho jste dnes dosáhli? oslavte to)*

Překonaná překážka *(jakou výzvu nebo překážku jste dnes potkali? jak jste na ni reagovali?)*

Dnešní ponaučení *(co byste příště udělali jinak?)*

Vděčnost *(za co jste dnes vděční? jmenujte jednu konkrétní osobu, chvíli nebo věc)*

Datum: _____

Dnešní záměr (na jakou jednu věc se dnes chcete zaměřit, čeho dosáhnout nebo co ztělesňovat?)

Kontrola nastavení mysli (růstový nebo fixní? jak jste dnes přistupovali k výzvam?)

Rozšíření komfortní zóny (co jste udělali, co vás vyděsilo nebo bylo nepříjemné?)

Rozvíjená dovednost (jakou dovednost aktivně zlepšujete?)

Dnešní úspěch (čeho jste dnes dosáhli? oslavte to)

Překonaná překážka (jakou výzvu nebo překážku jste dnes potkali? jak jste na ni reagovali?)

Dnešní ponaučení (co byste příště udělali jinak?)

Vděčnost (za co jste dnes vděční? jmenujte jednu konkrétní osobu, chvíli nebo věc)

Datum: _____

Dnešní záměr (na jakou jednu věc se dnes chcete zaměřit, čeho dosáhnout nebo co ztělesňovat?)

Kontrola nastavení mysli (růstový nebo fixní? jak jste dnes přistupovali k výzvam?)

Rozšíření komfortní zóny (co jste udělali, co vás vyděsilo nebo bylo nepříjemné?)

Rozvíjená dovednost (jakou dovednost aktivně zlepšujete?)

Dnešní úspěch (čeho jste dnes dosáhli? oslavte to)

Překonaná překážka (jakou výzvu nebo překážku jste dnes potkali? jak jste na ni reagovali?)

Dnešní ponaučení (co byste příště udělali jinak?)

Vděčnost (za co jste dnes vděční? jmenujte jednu konkrétní osobu, chvíli nebo věc)

Datum: _____

Dnešní záměr (na jakou jednu věc se dnes chcete zaměřit, čeho dosáhnout nebo co ztělesňovat?)

Kontrola nastavení mysli (růstový nebo fixní? jak jste dnes přistupovali k výzvam?)

Rozšíření komfortní zóny (co jste udělali, co vás vyděsilo nebo bylo nepříjemné?)

Rozvíjená dovednost (jakou dovednost aktivně zlepšujete?)

Dnešní úspěch (čeho jste dnes dosáhli? oslavte to)

Překonaná překážka (jakou výzvu nebo překážku jste dnes potkali? jak jste na ni reagovali?)

Dnešní ponaučení (co byste příště udělali jinak?)

Vděčnost (za co jste dnes vděční? jmenujte jednu konkrétní osobu, chvíli nebo věc)

Datum: _____

Dnešní záměr (na jakou jednu věc se dnes chcete zaměřit, čeho dosáhnout nebo co ztělesňovat?)

Kontrola nastavení mysli (růstový nebo fixní? jak jste dnes přistupovali k výzvam?)

Rozšíření komfortní zóny (co jste udělali, co vás vyděsilo nebo bylo nepříjemné?)

Rozvíjená dovednost (jakou dovednost aktivně zlepšujete?)

Dnešní úspěch (čeho jste dnes dosáhli? oslavte to)

Překonaná překážka (jakou výzvu nebo překážku jste dnes potkali? jak jste na ni reagovali?)

Dnešní ponaučení (co byste příště udělali jinak?)

Vděčnost (za co jste dnes vděční? jmenujte jednu konkrétní osobu, chvíli nebo věc)