

Bucket list

I listan nedan hittar du inspiration uppdelad i olika teman – från resor och lärande till relationer och livsreflektion. Kanske väcker det tankar om vad du själv längtar efter, vad du vill prioritera, eller vad du redan har gjort men vill göra mer av.

Fyll på med dina egna drömmar – det är din lista, ingen annans.

Personliga upplevelser

- Se norrskenet
- Prova att bo i ett annat land i minst 3 månader
- Lära mig ett nytt språk
- Springa ett lopp (5k, halvmaraton etc.
- Skriva ett brev till mitt framtida jag...

Relationer & minnen

- Säga "jag älskar dig" utan att hålla tillbaka
- Återknyta kontakt med någon jag tappat kontakten med
- Spela in ett videomeddelande till mina närmaste
- Ha en lång, ärlig pratstund med mina föräldrar eller mor-/farföräldrar
- Skapa ett familjerecept och föra det vidare...

Lärande & utveckling

- Läs 100 böcker jag verkligen är nyfiken på
- Gå en kurs bara för att det är kul (keramik, filosofi, dans...)
- Hålla ett föredrag eller tala inför publik
- Lära mig meditera eller prova tyst retreat...

Ge tillbaka & bidra

- Donera till en härtesak
- Hjälpa någon utan att de vet att det var jag
- Vara mentor till någon yngre
- Göra volontärbete i ett annat land...