

與十年後自己的對話

李老師：

你好嗎？不經不覺你已經退休一段日子了，最近忙甚麼？有沒有發掘新的興趣？身體如何？Fit了還是肥了？努力Keep Fit還是努力減肥？無論如何，身體健康最重要，有健康的身體，才能做自己想做的事，對嗎？

在網上看到「退休生活點安排？做好8件事 輕鬆享清福」這篇文章，你看看當中提到的8件事，是否都做到了？

祝生活愉快！身體健康！

李老師

二零二二年八月二十九日