

Použitá a doporučená literatura

- BURKEMAN, Oliver. Čtyři tisíce týdnů. Brno: Jan Melvil Publishing, 2022.
- CLEAR, James. Atomové návyky. Brno: Jan Melvil Publishing, 2020.
- HILL, Maisie. Period power. Green Tree, 2019.
- HOLIDAY, Ryan. Klíčem je klid. Praha: Audiolibrix, 2020.
- HYATT MILLER, Megan a HYATT, Michael. Dvojitá výhra. Praha: Audiolibrix, 2021.
- INCHAUSPÉ, Jessie. Glucose Revolution. S&S/Simon Element, 2022.
- LUDWIG, Petr. Konec prokrastinace. Brno: Jan Melvil Publishing, 2013.
- LUGAVERE, Max. Geniální potraviny. Brno: Jan Melvil Publishing, 2023.
- NEWPORT, Cal. Digitální minimalismus. Brno: Jan Melvil Publishing, 2019.
- NEWPORT, Cal. Hluboká práce. Brno: Jan Melvil Publishing, 2016.
- NORTHROP, Kate. Dělej méně. Brno: Uzume (Knihy pro ženy), 2021.
- PANDA, Satchin. Cirkadiánní kód. Brno: Jan Melvil Publishing, 2020.

PINK, Daniel H. KDY. Brno: Jan Melvil Publishing, 2018.

RODSKY, Eve. Supermatky nemusí být šílené. Praha: Pragma, 2020.

WALKER, Matthew. Proč spíme. Brno: Jan Melvil Publishing, 2021.