



### Uppgiften denna månad är prioritera dig själv.

Du ska göra något bra för dig själv varje dag. Det kan vara något litet eller något stort. Det kan handla om alltifrån att ta en extra lång dusch på morgonen till att skaffa barnvakt för att gå på bio. Underskatta inte de små sakerna, de är till stor hjälp då vi ska förändra i vardagen.

*Skriv ut så många blad som du behöver.*

Datum	Idag valde jag att:
	Hur var det? Eventuell reaktion från omgivningen?
Datum	Idag valde jag att:
	Hur var det? Eventuell reaktion från omgivningen?
Datum	Idag valde jag att:
	Hur var det? Eventuell reaktion från omgivningen?
Datum	Idag valde jag att:
	Hur var det? Eventuell reaktion från omgivningen?
Datum	Idag valde jag att:
	Hur var det? Eventuell reaktion från omgivningen?
Datum	Idag valde jag att:
	Hur var det? Eventuell reaktion från omgivningen?