

Träningskort 3 Grund 2



Skriv ner tre positiva saker, händelser & ögonblick från dagen

Dag: 15 Datum:

1.	2.	3.
Ljudfil: morgongrund 1: <input type="checkbox"/>	Ljudfil; muskulär avspänning grund 1: <input type="checkbox"/>	

Skriv ner tre positiva saker, händelser & ögonblick från dagen

Dag: 16 Datum:

1.	2.	3.
Ljudfil: morgongrund 1: <input type="checkbox"/>	Ljudfil; muskulär avspänning grund 1: <input type="checkbox"/>	

Skriv ner tre positiva saker, händelser & ögonblick från dagen

Dag: 17 Datum:

1.	2.	3.
Ljudfil: morgongrund 1: <input type="checkbox"/>	Ljudfil; muskulär avspänning grund 1: <input type="checkbox"/>	

Skriv ner tre positiva saker, händelser & ögonblick från dagen

Dag: 18 Datum:

1.	2.	3.
Ljudfil: morgongrund 1: <input type="checkbox"/>	Ljudfil; muskulär avspänning grund 1: <input type="checkbox"/>	

Skriv ner tre positiva saker, händelser & ögonblick från dagen

Dag: 19 Datum:

1.	2.	3.
Ljudfil: morgongrund 1: <input type="checkbox"/>	Ljudfil; muskulär avspänning grund 1: <input type="checkbox"/>	

Skriv ner tre positiva saker, händelser & ögonblick från dagen

Dag: 20 Datum:

1.	2.	3.
Ljudfil: morgongrund 1: <input type="checkbox"/>	Ljudfil; muskulär avspänning grund 1: <input type="checkbox"/>	

Skriv ner tre positiva saker, händelser & ögonblick från dagen

Dag: 21 Datum:

1.	2.	3.
Ljudfil: morgongrund 1: <input type="checkbox"/>	Ljudfil; muskulär avspänning grund 1: <input type="checkbox"/>	