

Träningskort 4 Grund 2



Skriv ner tre positiva saker, händelser & ögonblick från dagen

Dag: 22 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: 23 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: 24 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: 25 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: 26 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: 27 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: 28 Datum:

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