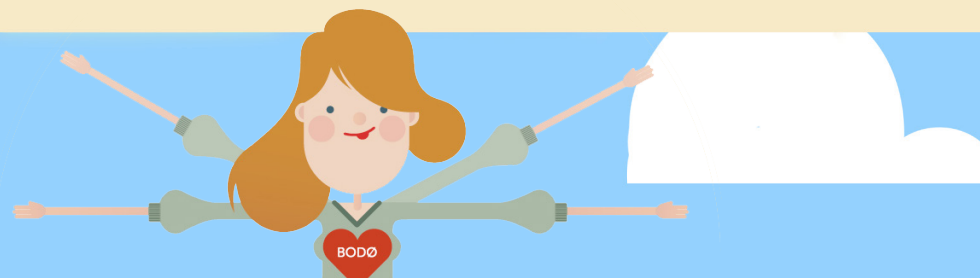


Ha det bra med seg selv

- Et liv i balanse



Hva er «perfekt»?	Hva er «godt nok» for meg?	Hva gir meg energi?	Hva tapper meg for energi?
Ryddig hus hele tiden	Støvsuge torsdag, dra på tur og vaske helgen etter	Stillhet	Husvask
Trene hver dag	Gå til og fra jobb, skole eller annen aktivitet	Gå tur i marka	Alle andre som er "perfekte"
Spise kjempesunt hver dag	Kjøre brød, bake når jeg har tid	Vennemiddag	Alt fokus på ulike dietter
Være tilgjengelig hele tiden	Fokuser på venner og familie framfor vellykkede statusoppdateringer	Lese bok	Facebook
Master på 2 år med 100% jobb	Samarbeide med andre foreldre om kjøring til/fra trening og bursdager	Se en film	Foreldrekontakt, verv, arrangør, trener, dugnad

Fyll ut selv:	Fyll ut selv:	Fyll ut selv:	Fyll ut selv: