

Livsbalans – balans i livet mellan vad som ger energi och vad som tar energi

Detta gör mig glad, positiv, ger energi, får mig att må bra.

---

---

---

---

---

---

---

---

Detta gör mig ledsen, upprörd, stressad, tar energi och får mig att må dåligt.

---

---

---

---

---

---

---

---