



MIT ORD I ÅR ER

Tænk over, hvordan du kan anvende dette ord på alle områder af dit liv, og tilføj en intention til hver boks. Det vil hjælpe dig med det næste afsnit.

Privatliv & familie

Karriere

Venner, & fællesskab

Afslapning & hobbyer

Fysisk sundhed & fitness

Selvindsigt & mental sundhed

Vaner, som definerer dig

*En bedre fremtid**

*Hvad vil du gøre i år for at gøre verden til et bedre sted at være?



HANDLINGSPLAN FOR ÅRET

I denne del skal du skrive de skridt ned, som du vil tage hver måned for at gennemføre dine intentioner. Tag højde for alle de svar, du har givet på den foregående side, og sørg for, at dine skridt er overkommelige.

Januar

Februar

Mart

April

Maj

Juni



Hand HANDLINGSPLAN FOR ÅRET *Hand*

Juli

August

September

Oktober

November

December