

# Øvelse: Hvad lader og aflader mine batterier?

Hvad lader dig op?



Hvad aflader dig?



Udfyld begge notesbøger med de ting i dit liv, der henholdsvis hjælper dig til at lade op og få overskud i hverdagen og de ting, der dræner din energi og dit overskud. Hvordan er balance? Er der nogle ting der skal fylde mere eller mindre? Hvordan vil du øve dig i den nye balance?



KONTAKT