

jag vill skapa

mitt härliga liv



- MITT HÄRLIGA LIV - 2025 - FOKUS STRESSHANTERING -

MIN STRESS

STRESSINVENTERING

Bra att göra en koll över alla områden för att sen sätta mål och göra en plan.

Vad har jag varit mest stressad av under de senaste 12 månaderna?

Jobbstress

Utanför jobbetstress



jag vill skapa

mitt härliga liv



MIN STRESSHANTERING

MÅL FÖR ÅR 2025

PRIORITET	OMRÅDE	MÅL	TID

