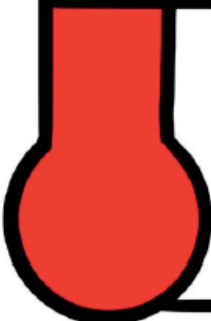


Min strategi för återhämtning

Rita in ansiktsuttryck som stämmer för dig vid olika energinivå.

Beskriv hur du brukar känna.

Skriv in förslag till dig själv vad du kan göra när du känner så.

		Så här känns det:	Det här bör jag göra just nu:
			
			
			
			
			
			



Ett material från Infoteket, Region Uppsala