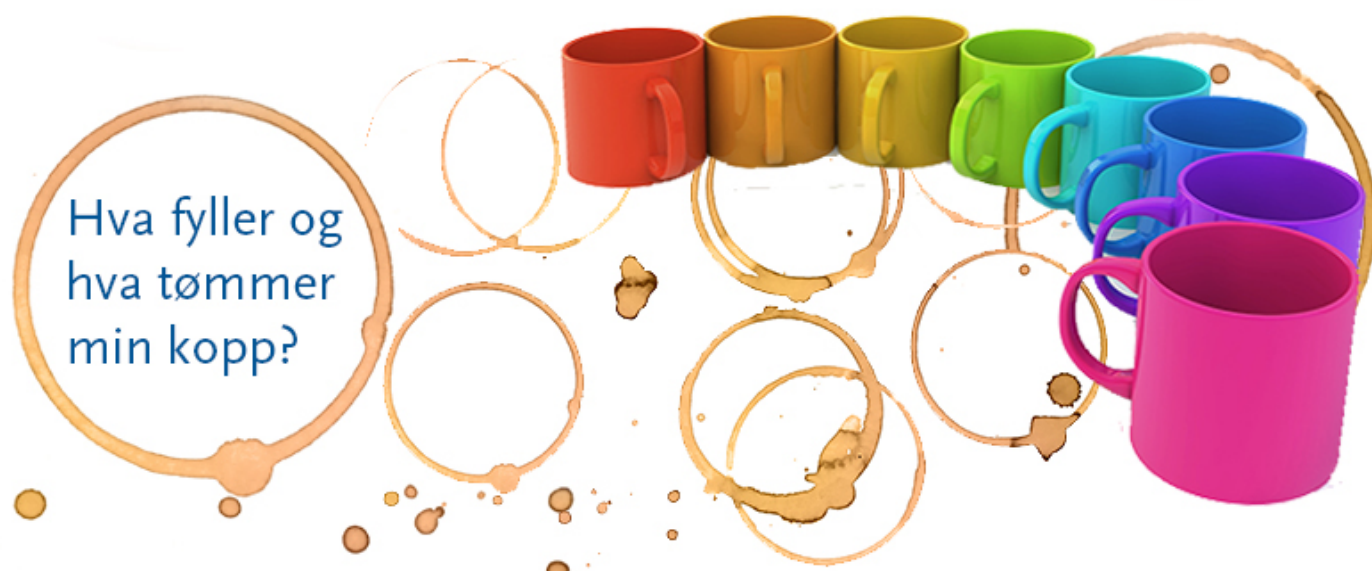


Øv deg i å vurdere energinivået ditt!



Spør deg selv:

- Hva er nivået i Helsekoppen min?
- Hva gir meg energi? Hva fyller jeg på med?
- Hvor er mine lekkasjer? Store eller små?
- Hvilke lekkasjer kan jeg tette og hvordan?

Idé til øvelse er hentet fra Attføringscenteret i Rauland