



UdviklingsAkademi

enhed skaber bevægelse

Uge	Hvordan har jeg det følelsesmæssig?	Hvordan har jeg det kropsmæssigt?	Hvad er det bedste, der er sket for mig?	Hvad værdsætter jeg ved mig selv?	Hvad værdsætter jeg ved andre?	Hvad værdsætter jeg ved mit liv?
Mandag						
Tirsdag						
Onsdag						
Torsdag						
Fredag						
Lørdag						
Søndag						



UdvlingsAkademi

enhed skaber bevægelse

Uge	Hvor er jeg lige nu?	Hvad er det positive ved at være her og have det sådan?	Hvor vil jeg gerne hen? Hvad er mit mål?	Hvad forhindre mig i at nå mit mål?	Hvilke ressourcer har jeg, der kan overvinde disse forhindringer?	Er det okay at lave denne forandring?
Mandag						
Tirsdag						
Onsdag						
Torsdag						
Fredag						
Lørdag						
Søndag						

