

# Om ditt liv var perfekt, hur skulle det då se ut?

**Skriv det första du kommer på!**

Datum: \_\_\_\_\_



## HÄLSA

energinivå, vikt,  
träningssförmåga,  
mående, fritid

1.

2.

3.



## FAMILJ & RELATIONER

familj, boende,  
livsstil, semestrar,  
vänskapsrelationer

1.

2.

3.



## ARBETE & INKOMST

arbetsplats, ställning,  
arbetsuppgifter, inkomst,  
pensionsålder

1.

2.

3.



# HÄLSA



energinivå, vikt, träningsförmåga, mående, fritid

<b>Mål om 5 år</b>			
<b>Delmål om 2,5 år</b>			
<b>Vad bör vara uppnått första året eller göras varje år för att närma dig målet?</b>			
<b>Vad kan du göra det första halvåret eller varje halvår för att närma dig målet?</b>			
<b>Vad kan du göra varje kvartal för att närma dig målet?</b>			
<b>Vad kan du göra varje månad för att närma dig målet?</b>			
<b>Vad kan du göra varje vecka för att närma dig målet?</b>			
<b>Vad kan du göra varje dag för att närma dig målet?</b>			

# FAMILJ & RELATIONER



familj, boende, livsstil, semestrar, vänskapsrelationer



<b>Mål om 5 år</b>			
<b>Delmål om 2,5 år</b>			
<b>Vad bör vara uppnått första året eller göras varje år för att närma dig målet?</b>			
<b>Vad kan du göra det första halvåret eller varje halvår för att närma dig målet?</b>			
<b>Vad kan du göra varje kvartal för att närma dig målet?</b>			
<b>Vad kan du göra varje månad för att närma dig målet?</b>			
<b>Vad kan du göra varje vecka för att närma dig målet?</b>			
<b>Vad kan du göra varje dag för att närma dig målet?</b>			



# ARBETE & INKOMST



arbetsplats, ställning, arbetsuppgifter, inkomst, pensionsålder

<b>Mål om 5 år</b>			
<b>Delmål om 2,5 år</b>			
<b>Vad bör vara uppnått första året eller göras varje år för att närma dig målet?</b>			
<b>Vad kan du göra det första halvåret eller varje halvår för att närma dig målet?</b>			
<b>Vad kan du göra varje kvartal för att närma dig målet?</b>			
<b>Vad kan du göra varje månad för att närma dig målet?</b>			
<b>Vad kan du göra varje vecka för att närma dig målet?</b>			
<b>Vad kan du göra varje dag för att närma dig målet?</b>			