

Hej! Jag utmanar dig att göra Må bra -uppgifter!



☐ Jag frågade tre personer:
"Hur går det med dig?"



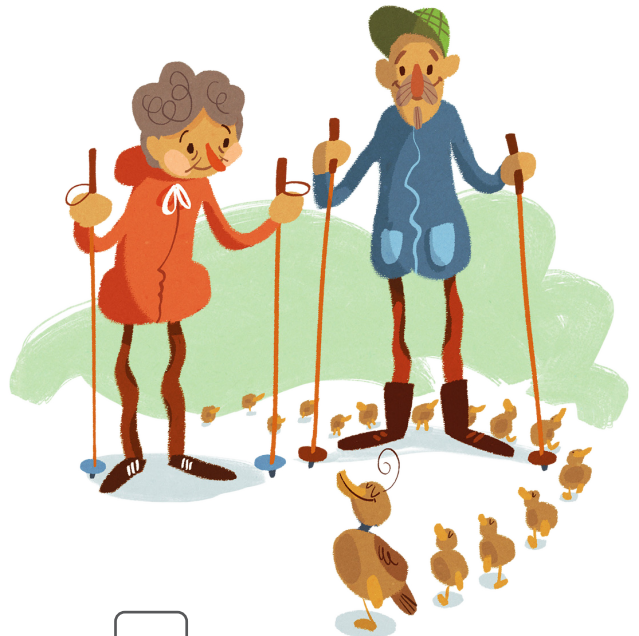
☐ Jag gjorde korsord eller
tränade mitt minne.



☐ Jag läste eller lyssnade
på en bok.



☐ Jag var på äventyr utomhus
eller i internetvärlden.



☐ Jag lockade ut min vän.



☐ Jag var kreativ.



☐ Jag drack en kopp
varm dryck i det fria.



☐ Jag njöt av måltiden
med alla mina sinnen.