

## 30 TIDSANVÄNDNING OCH VÄRDEVAL

Reflektera över frågorna och skriv svaren under.

**1. Vad är viktigt för dig i livet? Skriv ner de fem viktigaste sakerna.**

---

---

---

---

---

**2. För vilka saker har du alltid tid?**

---

---

---

---

---

**3. Vilka saker tar din tid utan att du vill det?**

---

---

---

---

---

**4. Hur skulle du kunna förbättra din tidsanvändning så att den skulle stödja ditt välbefinnande på ett ännu bättre sätt?**

---

---

---

---

---