

Et syltetøjsglas med egenomsorg

Vi har lavet et udkast til sedler, du kan printe (vi foreslår farvet papir) og lægge i et velvære-syltetøjsglas.

Har du selv andre idéer til egenomsorg, kan du tilføje dem på de tomme hjerter på næste side.



Et syltetøjsglas med egenomsorg

*Her kan du selv skrive idéer til,
hvad der hurtigt gør dig glad og
giver dig lidt velvære.*

