

HYVINVOINNIN YMPYRÄ

Pohdi tämän tehtävän avulla mitkä elintavat tukevat hyvinvointiasi.

Väritä kuvioon, kuinka tyytyväinen olet näihin osa-alueisiin arjessasi.

Väritä jokaisesta sektorista sitä suurempi alue mitä tyytyväisempi siihen olet.

Esimerkki:

