

### Må bra

Dom här personerna, kändisarna eller andra får mig att bli inspirerad och må bra:

Skriv

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....

### Jag vill inte

Någon tycker att jag ska röka eller dricka alkohol, men jag vill inte. Det här kan jag säga till den personen:

Skriv



### Pepp till mig!

Ingen kan lyckas jämt. Ingen är alltid på topp. Vad kan jag säga till mig själv när jag har en dålig dag?

Skriv



### Hej Louise!

Fundera själv

Vad skulle du vilja säga till Louise? ..