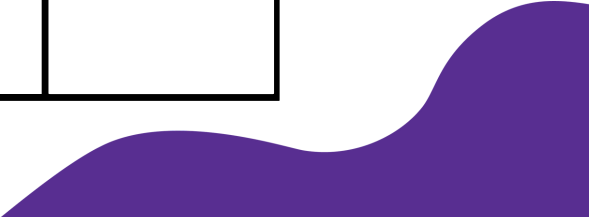


må-dagbok

Rutorna symboliserar varsin dag i en månad. Rita något i varje ruta som visar hur du mått den dagen.

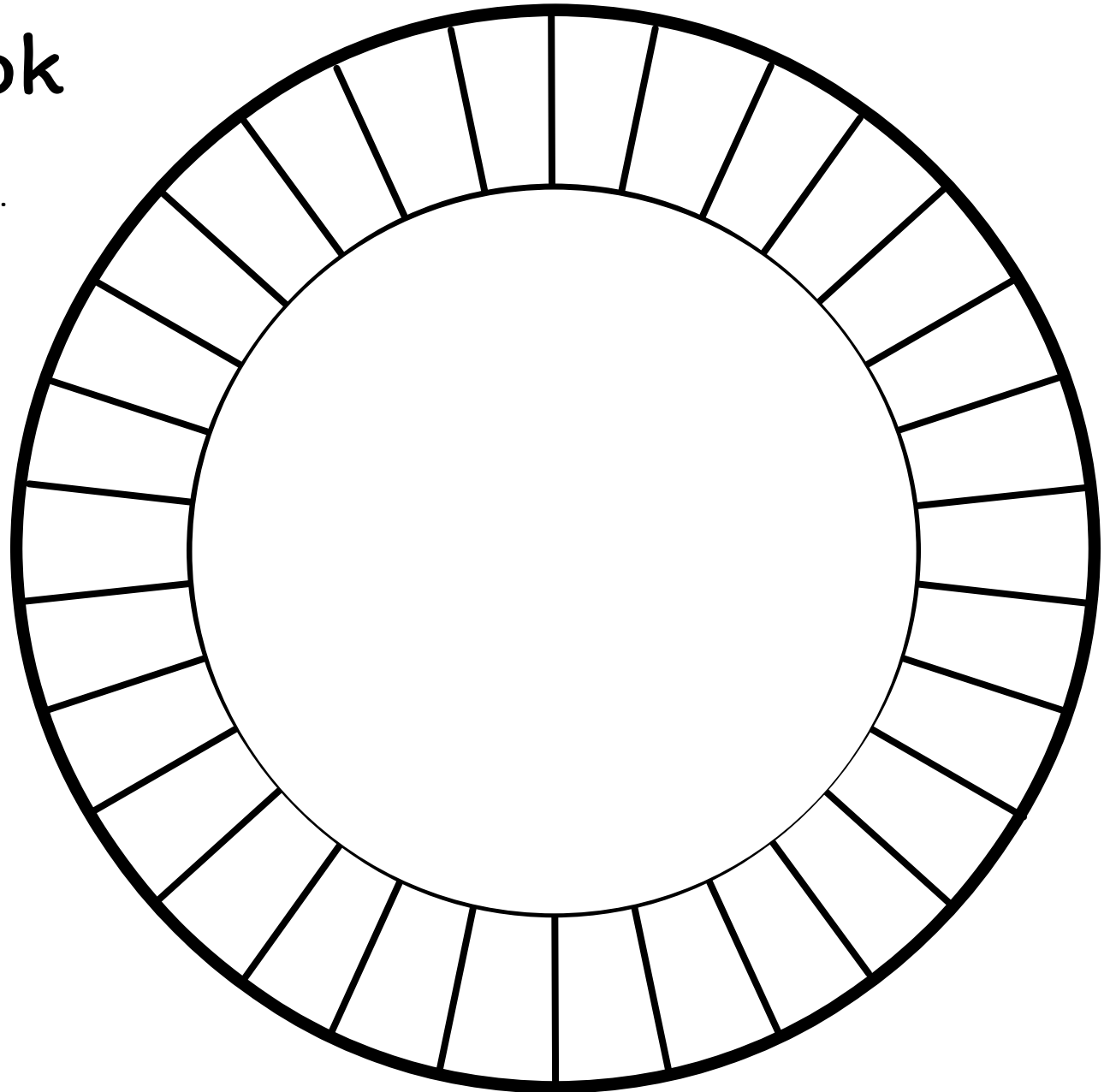
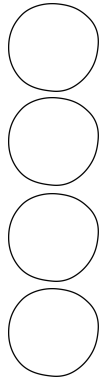


Min må-dagbok

Skriv ett humör vid varje cirkel.

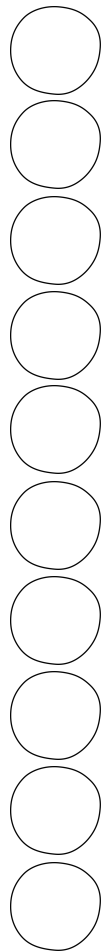
Bestäm vilken färg varje humör ska ha.

Fyll sedan i varje dag i månadscirkeln
med den färg du känt den dagen.



må-dagbok

Ge varje humör en färg. Du kan också skriva upp egna humör vid de cirklarna utan humörsförslag.
Ballongerna symboliserar varsin dag i månaden. Fyll i dem med din humörsfärg.



Glad

Deppig

Trött

Fokuserad

Hungrig

