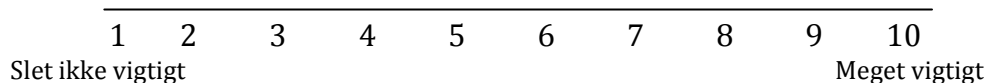




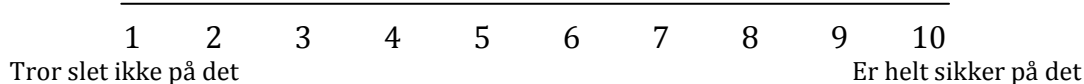
Din egen motivation for at ændre vaner

Din motivation for at ændre en vane

Hvor **vigtigt** er det for dig lige nu at ændre...



I hvor høj grad **tror** du på at du kan ændre vanen, hvis du beslutter dig for det?



Hvis du skulle sige noget om hvor **parat** du er til lige nu at ændre din vane, hvor vil du så placere dig på en skala fra 1-10?

