

Ugeskema med gode vaner

Navn: _____ Dato: _____



Sæt hver dag et flueben i feltet ud for hver vane, du har gjort.

man

tirs

ons

tors

fre

lør

søn



børste
tænder

☐☐☐☐☐☐☐

vaske
hænder

☐☐☐☐☐☐☐

bevæge sig

☐☐☐☐☐☐☐

drikke vand

☐☐☐☐☐☐☐

gå tidligt
i seng

☐☐☐☐☐☐☐