**OPGAVE**

Du har nu set filmen med Anne Hjernøe 

**1. Hvilke af disse 8 gode råd giver mening i din vanebryder hverdag?**

**2. Hvorfor netop disse råd? Hvad vil de betyde for dig?**

**3. Hvilken konkrete handlinger skal der til for at disse råd kan blive en del af din hverdag?**