



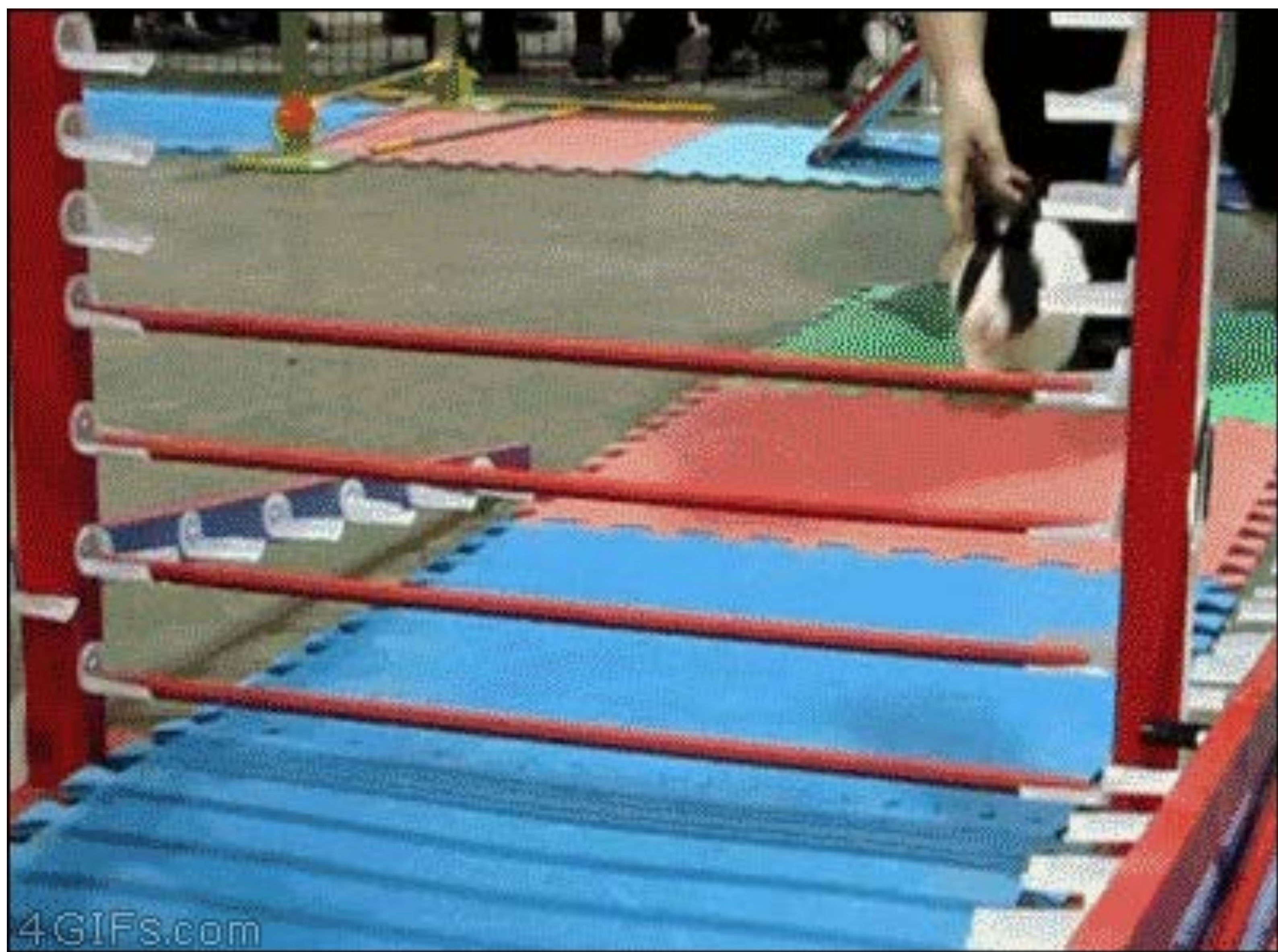
tomorrow

(noun)

a mystical land where 99% of all
human productivity, motivation and
achievement is stored



10%



10%

Hver dag

10%

x^y

1%³⁶⁵

10%

37

Gange bedre på et år





Tomorrow

After

Later

Next day

Overspringshandlinger



Begejstret!



Overvældet



Orker ikke



Udskyder

Next day

Tomorrow

Later



Laver ny plan



Føler sig svag



dårlig samvittighed



STRESS



I følge Gallup's tal for 2023 føler **hver fjerde** dansker stresset

Skadetal for sundhedsforsikring hos Gjensidige viser, at antallet af sager med stress er steget med

31 %











Min far...















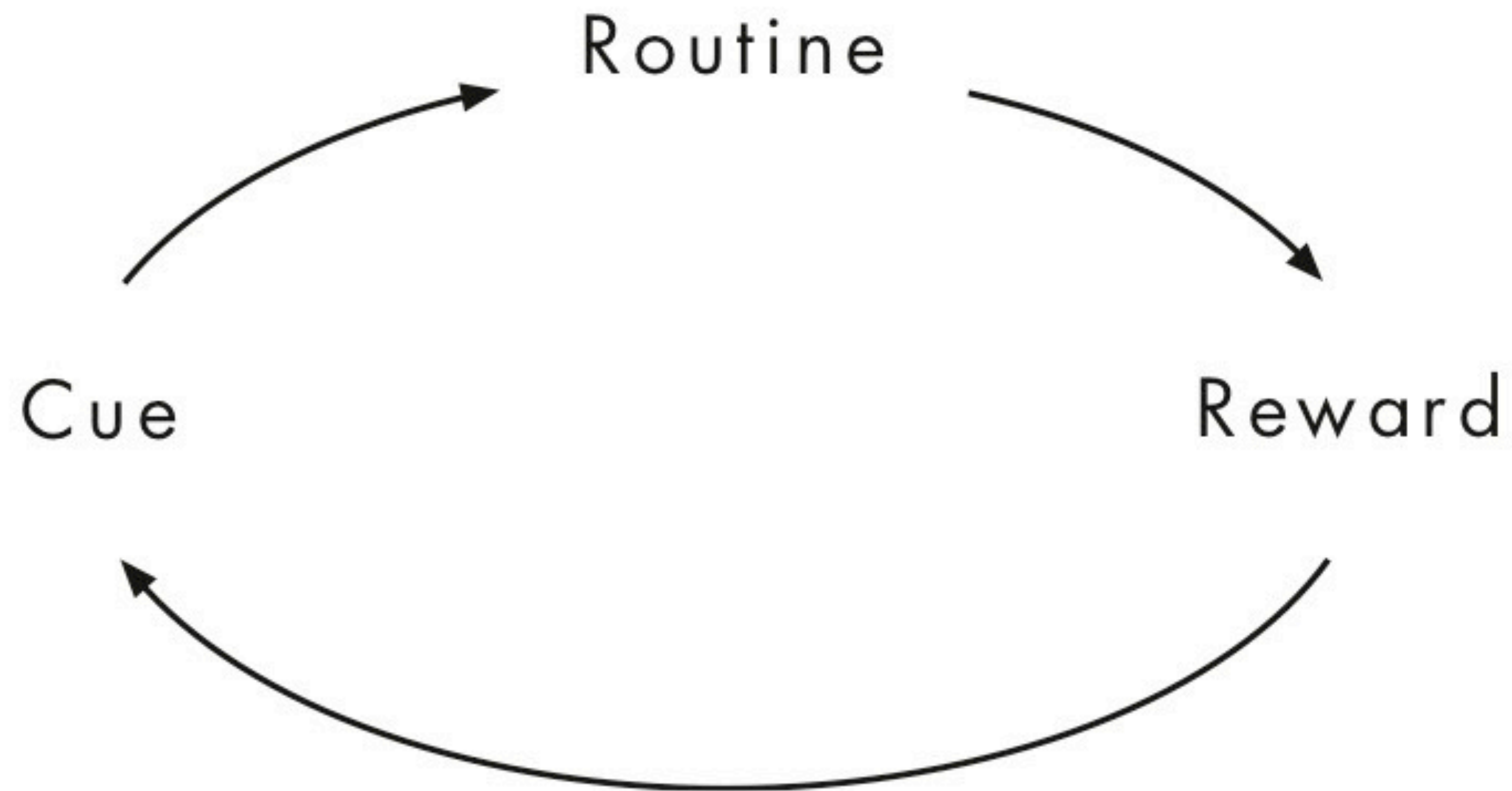








Vaner



Overraskelser eller vaner?





1%

**If it's important to you,
you'll find a way**

**if it's not, you'll find an
excuse**

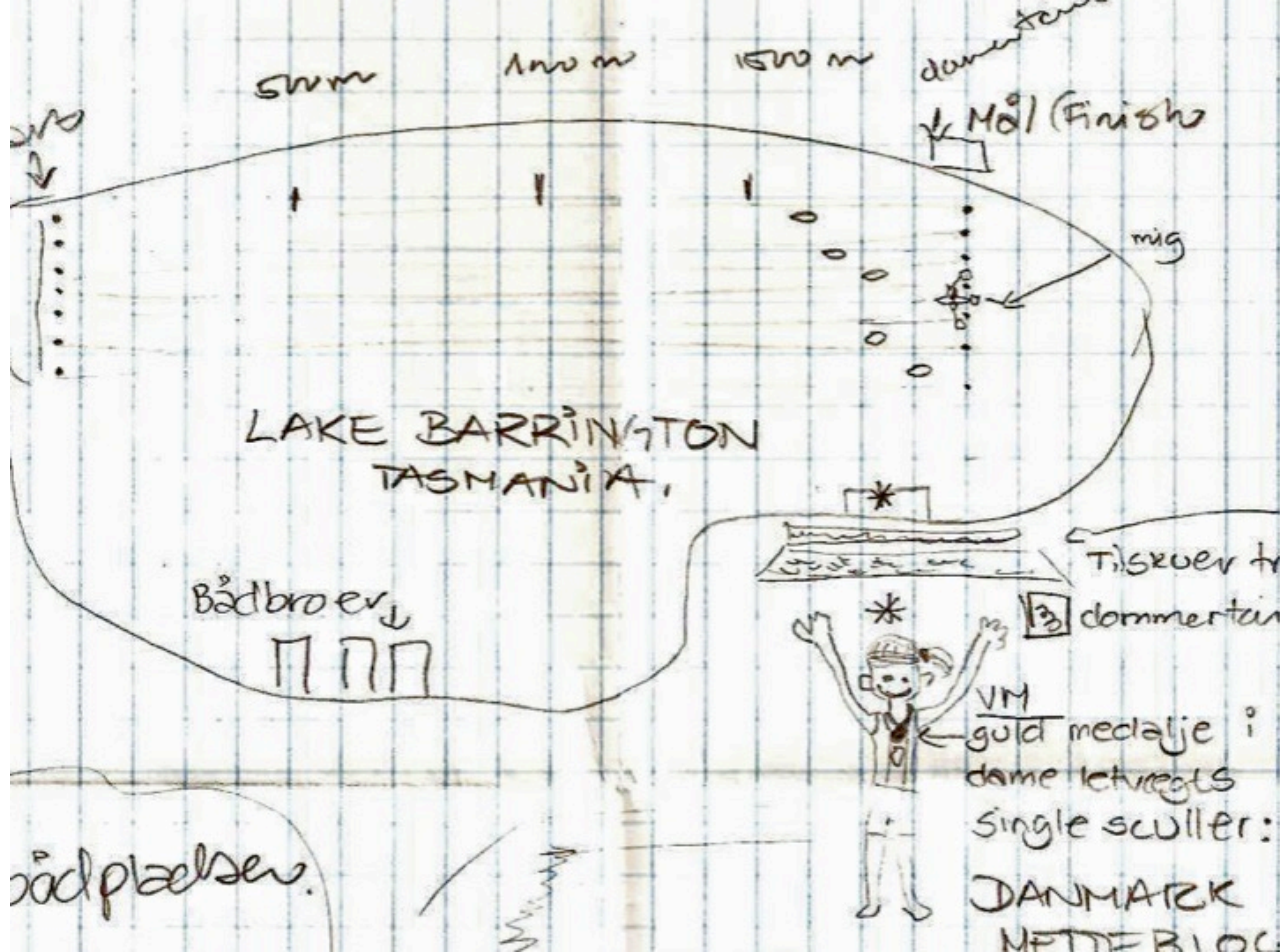
Kan man gøre noget, let?



KEEP



RIGHT





1 cm.

240 tag på 2000 meter.

1 cm mere pr. tag.

2,4 m. $\frac{1}{3}$ båd længde = næsten 1
sekund.









5 Råd



- 1: Sæt små mål
- 2: Gør det **sjovt**
- 3: Tænk konsekvens - “Hvorfor”
- 4: Hægt vaner sammen
- 5: Visualiser



VÆR NYSGERRIG!

Vær stolt!





Har du lyst til at give en
anmeldelse på Google?

