



Balans i vardagen

Tänk dig att nedanstående cirklar visar ett dygn. Fördela din tidsanvändning under en helt vanlig dag.

Så här är det oftast



Så här vill jag ha det



Reflektera över din tidsanvändning och balans i livet, mellan arbete och övriga livet - hur skulle du vilja att den såg ut?

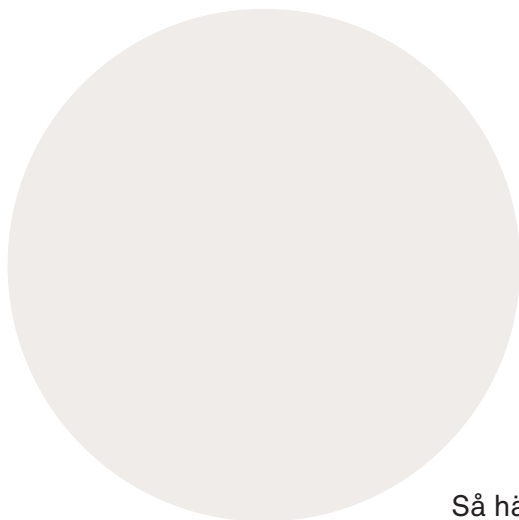


Gränskontroll

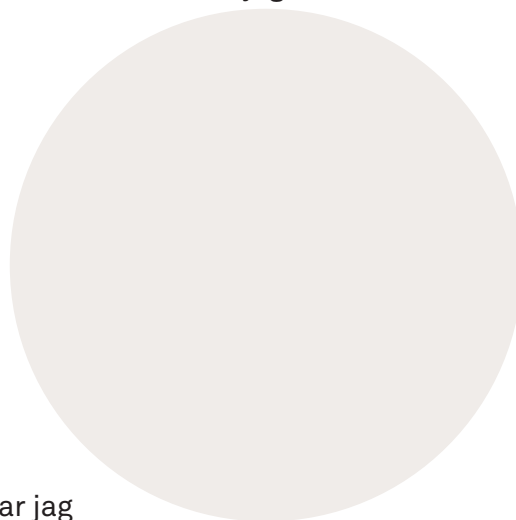
Rita din tidsanvändning en vanlig dag på arbetet inklusive ditt fackliga uppdrag, i cirk-larna nedan. Är någon av bitarna för stor?

Vad hindrar att göra den mindre. Är någon av bitarna för liten? Vad hindrar dig att göra den större?

Så här är det oftast



Så här vill jag ha det



Så här är/tolkar jag
uppdraget

