

— • 12 MDRS KALENDER • —

Januar

ET OVERBLIK OVER DINE AFTALER, BEHANDLINGER OG VIGTIGE BEGIVENHEDER

“

NYE BEGYNDELSER
KRÆVER IKKE,
AT ALT ER PERFEKT –
KUN AT DU ER
VILLIG TIL AT FORSØGE.

*Et skridt ad gangen,
hver dag, lidt længere frem. *

”

NOTER



MÅNEDENS MÅL

Hvad vil du gerne fokusere på
denne måned?

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____



VIGTIGE AFTALER

Skriv dine aftaler og behandlinger her.

- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____



PÅMINDELSER TIL MIG

Hvad er vigtigt at huske
på denne måned?

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____













— • 12 MDRS KALENDER • —

April

ET OVERBLIK OVER DINE AFTALER, BEHANDLINGER OG VIGTIGE BEGIVENHEDER



“



Nye begyndelser
kræver ikke,
at du har det hele klar.
De kræver bare,
at du er villig til
at tage det første skridt.



*Et skridt ad gangen,
hver dag, i dit eget tempo. *

”

NOTER





MÅNEDENS MÅL

Hvad vil du gerne fokusere på
denne måned?

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____



VIGTIGE AFTALER

Skriv dine aftaler og behandlinger her.

- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____



PÅMINDELSER TIL MIG

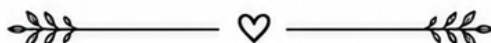
Hvad er vigtigt at huske
på denne måned?

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____



Maj

ET OVERBLIK OVER DINE AFTALER, BEHANDLINGER OG VIGTIGE BEGIVENHEDER



“



Små skridt hver dag
fører til store forandringer
med tiden.

Vær tålmodig med dig selv,
du vokser, selv på de
dage du ikke kan se det.



*Et skridt ad gangen,
hver dag, i dit eget tempo.* 

”

NOTER





MÅNEDENS MÅL

Hvad vil du gerne fokusere på
denne måned?

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____



VIGTIGE AFTALER

Skriv dine aftaler og behandlinger her.

- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____



PÅMINDELSER TIL MIG

Hvad er vigtigt at huske
på denne måned?

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____



Juni ♡

ET OVERBLIK OVER DINE AFTALER, BEHANDLINGER OG VIGTIGE BEGIVENHEDER



“



Du behøver ikke
have styr på det hele.
Nogle gange er det
modigste, du kan gøre,
bare at tage
det én dag ad gangen.



*Et skridt ad gangen,
hver dag, i dit eget tempo. ♡*

”

NOTER





MÅNEDENS MÅL

Hvad vil du gerne fokusere på
denne måned?

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

♡ _____



VIGTIGE AFTALER

Skriv dine aftaler og behandlinger her.

- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

♡ _____



PÅMINDELSER TIL MIG

Hvad er vigtigt at huske
på denne måned?

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

♡ _____

— • 12 MDRS KALENDER • —

Julii ♥

ET OVERBLIK OVER DINE AFTALER, BEHANDLINGER OG VIGTIGE BEGIVENHEDER



“



Du kan ikke styre alt,
men du kan vælge,
hvordan du møder det,
du ikke kan ændre.
Vælg ro, vælg styrke,
vælg dig selv – hver dag.



*Et skridt ad gangen,
hver dag, i dit eget tempo. ♥*

”

NOTER





MÅNEDENS MÅL

Hvad vil du gerne fokusere på
denne måned?

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____



VIGTIGE AFTALER

Skriv dine aftaler og behandlinger her.

- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____



PÅMINDELSER TIL MIG

Hvad er vigtigt at huske
på denne måned?

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____





— • 12 MDRS KALENDER • —

September

ET OVERBLIK OVER DINE AFTALER, BEHANDLINGER OG VIGTIGE BEGIVENHEDER

NOTER

“

NYE MÅNED,
NYE MULIGHEDER.

*tag en dyb vejtrækning,
giv slip på det gamle
og gå mod det gode. ♡*

”



MÅNEDENS MÅL

Hvad vil du gerne fokusere på
denne måned?

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____



VIGTIGE AFTALER

Skriv dine aftaler og behandlinger her.

- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____



PÅMINDELSER TIL MIG

Hvad er vigtigt at huske
på denne måned?

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

— • 12 MDRS KALENDER • —

Oktober

ET OVERBLIK OVER DINE AFTALER, BEHANDLINGER OG VIGTIGE BEGIVENHEDER

NOTER

“

DU BEHØVER IKKE
HAVE DET HELE KLART
FOR AT TAGE DET NÆSTE SKRIDT.

*Små skridt hver dag
skaber store forandringer. ♥*

”



MÅNEDENS MÅL

Hvad vil du gerne fokusere på
denne måned?

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____



VIGTIGE AFTALER

Skriv dine aftaler og behandlinger her.

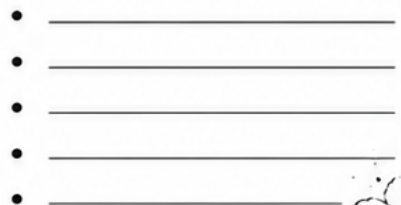
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____



PÅMINDELSER TIL MIG

Hvad er vigtigt at huske
på denne måned?

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____



— • 12 MDRS KALENDER • —

December

ET OVERBLIK OVER DINE AFTALER, BEHANDLINGER OG VIGTIGE BEGIVENHEDER

NOTER

“

SLUT AF MED TAKNEMMELIGHED,
LEV I NUET,
OG GÅ IND I DET NYE ÅR
MED HÅB I HJERTET
OG STYRKE I SJÆLEN.

*Du er stærkere, end du tror,
og klar til alt, hvad der venter. ♥*

”



MÅNEDENS MÅL

Hvad vil du gerne fokusere på
denne måned?

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____



VIGTIGE AFTALER

Skriv dine aftaler og behandlinger her.

- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____



PÅMINDELSER TIL MIG

Hvad er vigtigt at huske
på denne måned?

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

