

## Skema for ændring af livsstil

<b>Fordele ved at fortsætte med at .....</b>	<b>Ulemper ved at forsætte med at .....</b>
-	-
-	-
-	-
-	-
-	-

  

<b>Ulemper ved at holde op med at .....</b>	<b>Fordele ved at holde op med at .....</b>
-	-
-	-
-	-
-	-
-	-