



Aftagende Måne

OPGAVEARK – MODUL 5

Refleksion

SKRIV FLITTIGT I DIN MÅNEDAGBOG

Uden at tage beslutninger lige nu, men lade ordene flyde uden konklusion

- Hvad har du lært i denne Måncyklus?
 - Hvad har været svært?
 - Hvad har fungeret?
- Hvad vil du gerne tage med dig videre i denne og næste cyklus?
 - Hvad vil du gerne undgå at tage med ind i næste cyklus?
 - Hvad har din krop brug for?

MÅNEBLOD'S KURV

Skriv ned, hvilke ting du har brug for når du bløder:
Genstande, praktiske ting, måske du har behov for at anskaffe nyt.
Bind, menstruationskop, trusser, chokolade, varmpude, øjenpude, duftolier...
Fyld selv kurven, med det du elsker.

Idé:

3 wildcards
som du kan smide hos familien, når du har brug for
at trække dig og være dig selv uden gøremål.