



Hantera kroppen

Nedan finns olika **kroppsreaktioner**.

(1) Ringa in de kroppsreaktioner du **vill ha** med **en ring**.

(2) Ringa in de kroppsreaktioner du **helst vill slippa** med **två ringar**.

Hjärtat slår fort	Yr	Torr i munnen
Törstig	Ont i huvudet	Pirrar i magen
Tryck över bröstet	Spänd i musklerna	Kliar
Mätt	Varm i huden	Svettas
Spänner i magen	Pulserar i tinningen	Tryck mot fötterna
Trött	Uppvarvad	Energisk
Nervös	Kall i huden	Lugn
Hjärtat slår långsamt	Illamående	Svindel