



HUR MÅR DU?

Vecka 1	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Timmar sömn	<input type="checkbox"/> <6 <input type="checkbox"/> 6–8 <input type="checkbox"/> >8	<input type="checkbox"/> <6 <input type="checkbox"/> 6–8 <input type="checkbox"/> >8	<input type="checkbox"/> <6 <input type="checkbox"/> 6–8 <input type="checkbox"/> >8	<input type="checkbox"/> <6 <input type="checkbox"/> 6–8 <input type="checkbox"/> >8	<input type="checkbox"/> <6 <input type="checkbox"/> 6–8 <input type="checkbox"/> >8
Hur mycket åt du till frukost?	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket
Hur mycket åt du till lunch?	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket
Så här mår jag idag	<input type="checkbox"/> 😞 <input type="checkbox"/> 😐 <input type="checkbox"/> 😊	<input type="checkbox"/> 😞 <input type="checkbox"/> 😐 <input type="checkbox"/> 😊	<input type="checkbox"/> 😞 <input type="checkbox"/> 😐 <input type="checkbox"/> 😊	<input type="checkbox"/> 😞 <input type="checkbox"/> 😐 <input type="checkbox"/> 😊	<input type="checkbox"/> 😞 <input type="checkbox"/> 😐 <input type="checkbox"/> 😊
Summa					

Vecka 2	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Timmar sömn	<input type="checkbox"/> <6 <input type="checkbox"/> 6–8 <input type="checkbox"/> >8	<input type="checkbox"/> <6 <input type="checkbox"/> 6–8 <input type="checkbox"/> >8	<input type="checkbox"/> <6 <input type="checkbox"/> 6–8 <input type="checkbox"/> >8	<input type="checkbox"/> <6 <input type="checkbox"/> 6–8 <input type="checkbox"/> >8	<input type="checkbox"/> <6 <input type="checkbox"/> 6–8 <input type="checkbox"/> >8
Hur mycket åt du till frukost?	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket
Hur mycket åt du till lunch?	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket
Så här mår jag idag	<input type="checkbox"/> 😞 <input type="checkbox"/> 😐 <input type="checkbox"/> 😊	<input type="checkbox"/> 😞 <input type="checkbox"/> 😐 <input type="checkbox"/> 😊	<input type="checkbox"/> 😞 <input type="checkbox"/> 😐 <input type="checkbox"/> 😊	<input type="checkbox"/> 😞 <input type="checkbox"/> 😐 <input type="checkbox"/> 😊	<input type="checkbox"/> 😞 <input type="checkbox"/> 😐 <input type="checkbox"/> 😊
Summa					

Vecka 3	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Timmar sömn	<input type="checkbox"/> <6 <input type="checkbox"/> 6–8 <input type="checkbox"/> >8	<input type="checkbox"/> <6 <input type="checkbox"/> 6–8 <input type="checkbox"/> >8	<input type="checkbox"/> <6 <input type="checkbox"/> 6–8 <input type="checkbox"/> >8	<input type="checkbox"/> <6 <input type="checkbox"/> 6–8 <input type="checkbox"/> >8	<input type="checkbox"/> <6 <input type="checkbox"/> 6–8 <input type="checkbox"/> >8
Hur mycket åt du till frukost?	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket
Hur mycket åt du till lunch?	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket
Så här mår jag idag	<input type="checkbox"/> 😞 <input type="checkbox"/> 😐 <input type="checkbox"/> 😊	<input type="checkbox"/> 😞 <input type="checkbox"/> 😐 <input type="checkbox"/> 😊	<input type="checkbox"/> 😞 <input type="checkbox"/> 😐 <input type="checkbox"/> 😊	<input type="checkbox"/> 😞 <input type="checkbox"/> 😐 <input type="checkbox"/> 😊	<input type="checkbox"/> 😞 <input type="checkbox"/> 😐 <input type="checkbox"/> 😊
Summa					

Vecka 4	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Timmar sömn	<input type="checkbox"/> <6 <input type="checkbox"/> 6–8 <input type="checkbox"/> >8	<input type="checkbox"/> <6 <input type="checkbox"/> 6–8 <input type="checkbox"/> >8	<input type="checkbox"/> <6 <input type="checkbox"/> 6–8 <input type="checkbox"/> >8	<input type="checkbox"/> <6 <input type="checkbox"/> 6–8 <input type="checkbox"/> >8	<input type="checkbox"/> <6 <input type="checkbox"/> 6–8 <input type="checkbox"/> >8
Hur mycket åt du till frukost?	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket
Hur mycket åt du till lunch?	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket
Så här mår jag idag	<input type="checkbox"/> 😞 <input type="checkbox"/> 😐 <input type="checkbox"/> 😊	<input type="checkbox"/> 😞 <input type="checkbox"/> 😐 <input type="checkbox"/> 😊	<input type="checkbox"/> 😞 <input type="checkbox"/> 😐 <input type="checkbox"/> 😊	<input type="checkbox"/> 😞 <input type="checkbox"/> 😐 <input type="checkbox"/> 😊	<input type="checkbox"/> 😞 <input type="checkbox"/> 😐 <input type="checkbox"/> 😊
Summa					

Vecka 5	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Timmar sömn	<input type="checkbox"/> <6 <input type="checkbox"/> 6–8 <input type="checkbox"/> >8	<input type="checkbox"/> <6 <input type="checkbox"/> 6–8 <input type="checkbox"/> >8	<input type="checkbox"/> <6 <input type="checkbox"/> 6–8 <input type="checkbox"/> >8	<input type="checkbox"/> <6 <input type="checkbox"/> 6–8 <input type="checkbox"/> >8	<input type="checkbox"/> <6 <input type="checkbox"/> 6–8 <input type="checkbox"/> >8
Hur mycket åt du till frukost?	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket
Hur mycket åt du till lunch?	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket	<input type="checkbox"/> Lite <input type="checkbox"/> Normalt <input type="checkbox"/> Mycket
Så här mår jag idag	<input type="checkbox"/> 😞 <input type="checkbox"/> 😐 <input type="checkbox"/> 😊	<input type="checkbox"/> 😞 <input type="checkbox"/> 😐 <input type="checkbox"/> 😊	<input type="checkbox"/> 😞 <input type="checkbox"/> 😐 <input type="checkbox"/> 😊	<input type="checkbox"/> 😞 <input type="checkbox"/> 😐 <input type="checkbox"/> 😊	<input type="checkbox"/> 😞 <input type="checkbox"/> 😐 <input type="checkbox"/> 😊
Summa					