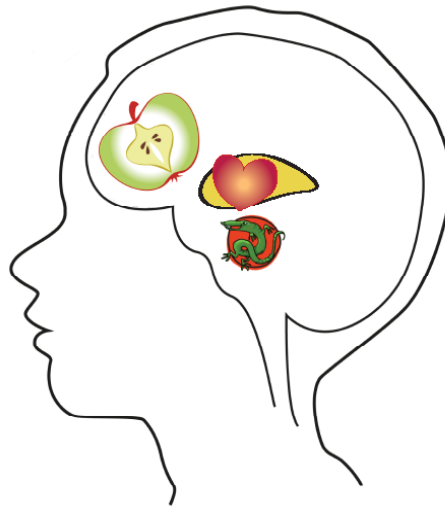


Måla en situation då du *redan testat* att använda medveten närvaro

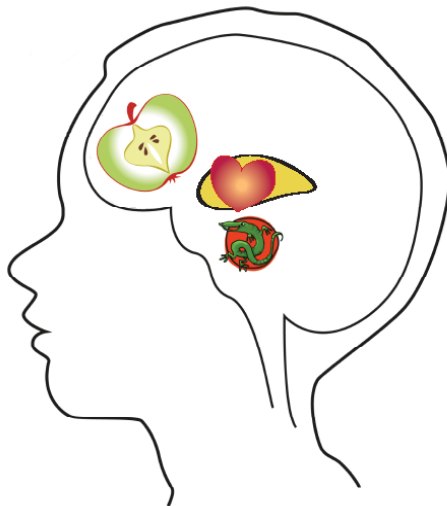
I skolan



På fritiden

Måla en situation då du *vill testa* att använda medveten närvaro

I skolan



På fritiden