

# VERNDAR HÖNDIN

Í DAGSINS ÖNN

## GILDISMAT OG VAL

HVADA ÁKVARDANIR TÓKSTU SEM FÆRA PÉR VELLÍÐAN?  
HVAD FINNST PÉR VERA MIKILVÆGT OG SKIPTIR PIÐ MÁLI?

## SVEFN OG HVÍLD

HVENÆR FÓRSTU Í HÁTTINN?  
FÓRSTU STRAX AÐ SOFA?  
FÉKKSTU NÆGAN SVEFN?  
SVAFSTU VEL?  
VAR SVEFNINN NÆRANDI OG HRESSANDI?  
GASTU TEKJÐ ÞVÍ RÓLEGA Í DAG?  
HAFÐIRÐU TÍMA TIL ÞESS AÐ SLAKA Á OG HVÍLAST?

## MATUR OG MATARVENJUR

HVAD HEFURÐU BORIÐ Í DAG?  
HEFURÐU BORIÐ EITTHVAÐ HOLLT ÖÐRU HVORU?  
SNÆDDIRÐU MEÐ EINHVERJUM?  
HAFÐIRÐU TÍMA TIL ÞESS AÐ NJÓTA MATARINS  
EDA PURFTIRÐU AÐ HRADA PÉR?

## HREYFING OG SAMVERA

HVAD HEFURÐU HAFT FYRIR STAFNI Í DAG?  
VAR EINHVER MEÐ PÉR?  
HVADA HREYFING EDA ÆFINGAR FINNST PÉR BESTAR?  
HVERNIG LÍÐUR PÉR VIÐ OG EFTIR ÁREYNSLU?

## TENGL OG TILFINNINGAR

HVERJA HITTIR ÞÚ Í DAG?  
HVAD GERÐIRÐU MEÐ FJÖLSKYLDUNNI?  
HVERNIG LEIÐ PÉR Í DAG?  
DEILDIRÐU TILFINNINGUM ÞÍNUM?  
HAFÐIRÐU TÍMA TIL AÐ HLUSTA Á VIN PINN EDA VINKONU?  
HVAD GLADDI PIÐ EDA HRYGGÐI?

## DÆGRADVÖL OG SKÖPUN

HVAD GERÐIRÐU SKEMMTILEGT Í DAG?  
GERÐIRÐU EITTHVAÐ SKAPANDI?  
HVADA AFPREYING FÆRIR PÉR MESTA ÁNÆGJU?  
HVAD FINNST PÉR VERA FALLEGT?  
HVERSU LENGI HORFÐIRÐU Á SJÓNVARP  
EDA EYDDIR TÍMA Í TÖLVUNNI?  
NAUSTU GÓÐRAR SAMVERU Í DAGSINS ÖNN?

SUMU GETUM VIÐ RÁÐIÐ SJÁLF