

**Partener de  
acțiune - inițiale**

● Foarte puțin efort   ● Ceva efort   ● Efort considerabil

**A** Mi-am tratat trupul ca pe un templu.



**B** Am scris, în fiecare zi, un lucru pentru care sunt recunoscător.



**C** Am lucrat la angajamentul meu personal.



**D** L-am contactat și sprijinit pe partenerul meu de acțiune.



**E** Le-am împărtășit membrilor familiei sau prietenilor ceea ce am învățat.

