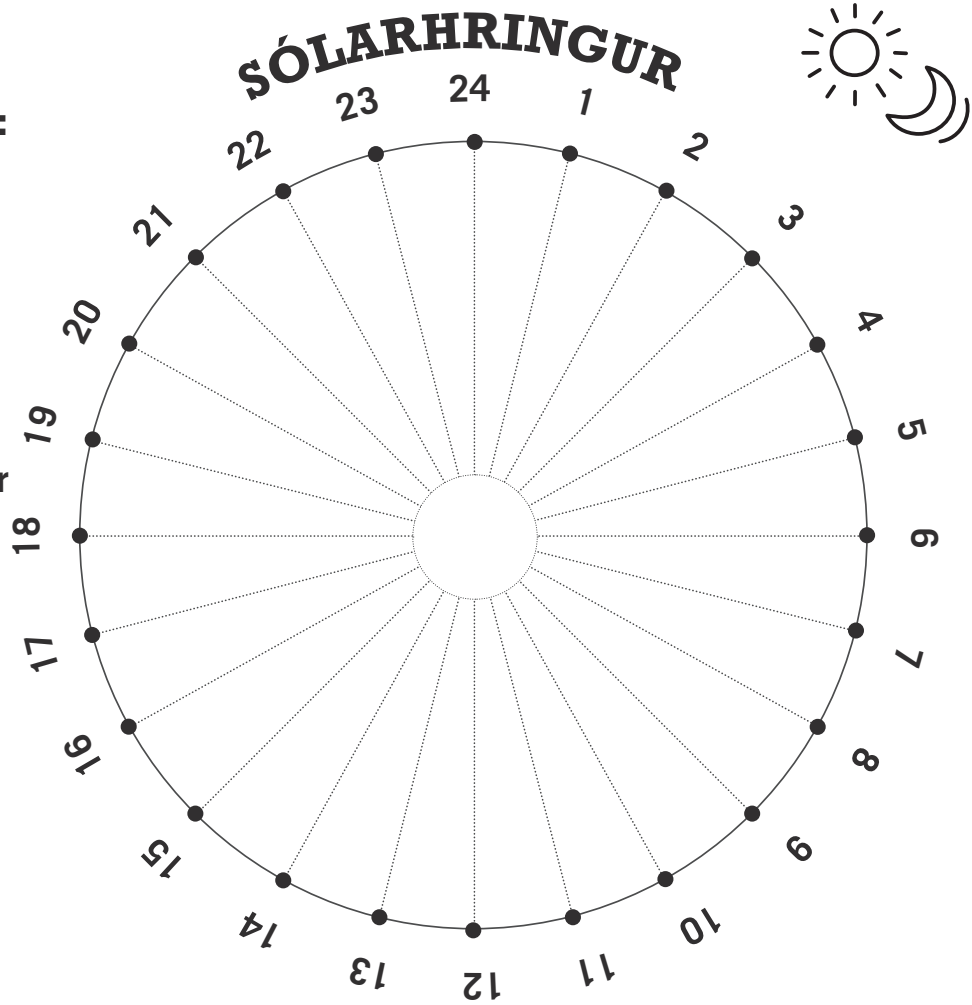


Hvernig ver ég tíma mínum?



Litaðu inn í hringinn eins og við á:

- Fjölskylda
- Vinna
- Svefn
- Útréttingar
- Hreyfing
- Frítími
- Sjónvarp
- Net/tölva
- Matur



Eftir að hafa mælt tímann í _____ viku/mánuð komst ég að því að:

- Ég vil verja meiri tíma í _____
- Ég vil eyða minni tíma í _____
- Það kom mér á óvart hversu mikill tími fór í _____
- Það kom mér á óvart hversu lítill tími fór í _____