



G3T4 - ANNEX 1. Característiques del meu refugi

On he assenyalat el meu refugi? (habitació, espai, corredor, exterior...)	
Si hagués pogut viatjar per tot el món, on l'hauria ubicat?	
Com m'imagino el meu refugi ideal? Amb què el construiria? Seria efímer o permanent?	
De què em protegiria?	
Quins són els pilars per sentir-me bé?	
Què necessito per estar bé?	
Com em cuido si no estic bé? Tinc un refugi?	