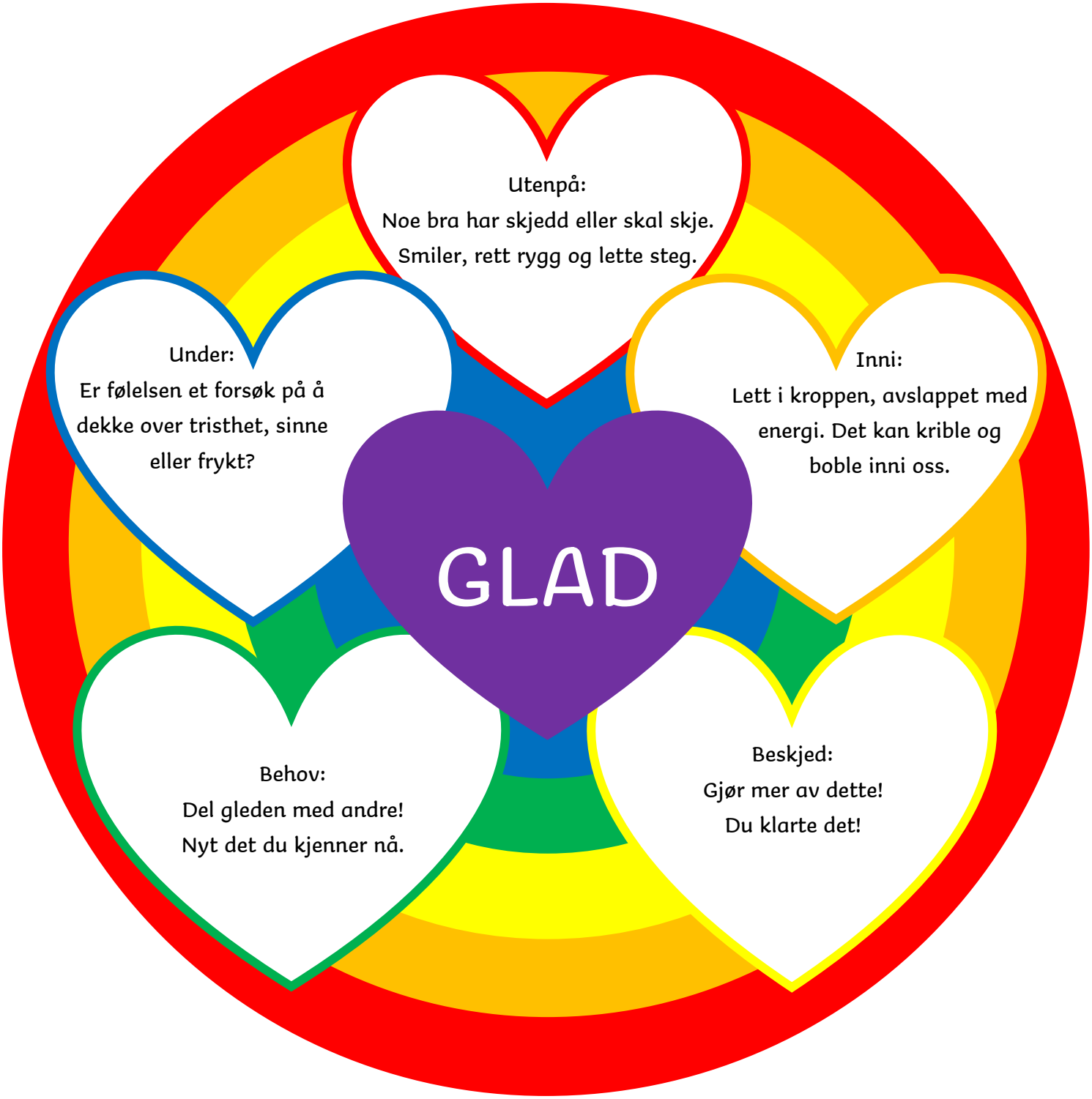
Utenpå:
Noe bra har skjedd eller skal skje.
Smiler, rett rygg og lette steg.
Under:
Er følelsen et forsøk på å dekke over tristhet, sinne eller frykt?
Inni:
Lett i kroppen, avslappet med energi. Det kan krible og boble inni oss.
GLAD
Behov:
Del gleden med andre!
Nyt det du kjenner nå.
Beskjed:
Gjør mer av dette!
Du klarte det!