

---



# Resejournal

---



En 30-dagars guidad dagbok



Hybrid

Skapad med LoomJournals

---

# Hur du använder den här dagboken

---

Välkommen till din dagbok! Här är några tips för att få ut det mesta av den:

- 1 Avsätt några minuter varje dag för att skriva
- 2 Var ärlig och skriv fritt utan att döma dig själv
- 3 Försök att skriva vid samma tid varje dag för att bygga en vana
- 4 Läs igenom dina anteckningar varje vecka för att lägga märke till mönster



Skanna för en detaljerad guide om hur du använder den här dagboken

Datum: \_\_\_\_\_

Plats: \_\_\_\_\_

Väder: \_\_\_\_\_

Humör (1-10):      (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Dagsbetyg:            (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Budget / utgifter: \_\_\_\_\_



**Dagens höjdpunkt** *(det bästa ögonblicket av dagen — en vy, ett möte, en smak, en överraskning)*

---

---

---

**Aktiviteter gjorda** *(sevärdheter, turer, vandringar, museer, marknader — vad gjorde du idag?)*

---

---

---

**Provad mat** *(vilka lokala rätter, gatumat eller restauranger provade du? beskriv smaker och din reaktion)*

---

---

---

**Människor jag träffat** *(lokalbefolkning, medresenärer, guider — vem gjorde ett intryck?)*

---

---

---

**Lokal upptäckt** *(en sed, en rätt, ett uttryck, ett dolt ställe eller en kulturell detalj som överraskade dig)*

---

---

---

Datum: \_\_\_\_\_

Plats: \_\_\_\_\_

Väder: \_\_\_\_\_

Humör (1-10):      (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Dagsbetyg:            (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Budget / utgifter: \_\_\_\_\_



**Dagens höjdpunkt** *(det bästa ögonblicket av dagen — en vy, ett möte, en smak, en överraskning)*

---

---

---

**Aktiviteter gjorda** *(sevärdheter, turer, vandringar, museer, marknader — vad gjorde du idag?)*

---

---

---

**Provad mat** *(vilka lokala rätter, gatumat eller restauranger provade du? beskriv smaker och din reaktion)*

---

---

---

**Människor jag träffat** *(lokalbefolkning, medresenärer, guider — vem gjorde ett intryck?)*

---

---

---

**Lokal upptäckt** *(en sed, en rätt, ett uttryck, ett dolt ställe eller en kulturell detalj som överraskade dig)*

---

---

---

Datum: \_\_\_\_\_

Plats: \_\_\_\_\_

Väder: \_\_\_\_\_

Humör (1-10):  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Dagsbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Budget / utgifter: \_\_\_\_\_



**Dagens höjdpunkt** *(det bästa ögonblicket av dagen — en vy, ett möte, en smak, en överraskning)*

---

---

---

**Aktiviteter gjorda** *(sevärdheter, turer, vandringar, museer, marknader — vad gjorde du idag?)*

---

---

---

**Provad mat** *(vilka lokala rätter, gatumat eller restauranger provade du? beskriv smaker och din reaktion)*

---

---

---

**Människor jag träffat** *(lokalbefolkning, medresenärer, guider — vem gjorde ett intryck?)*

---

---

---

**Lokal upptäckt** *(en sed, en rätt, ett uttryck, ett dolt ställe eller en kulturell detalj som överraskade dig)*

---

---

---

Datum: \_\_\_\_\_

Plats: \_\_\_\_\_

Väder: \_\_\_\_\_

Humör (1-10):  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Dagsbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Budget / utgifter: \_\_\_\_\_



**Dagens höjdpunkt** *(det bästa ögonblicket av dagen — en vy, ett möte, en smak, en överraskning)*

---

---

---

**Aktiviteter gjorda** *(sevärdheter, turer, vandringar, museer, marknader — vad gjorde du idag?)*

---

---

---

**Provad mat** *(vilka lokala rätter, gatumat eller restauranger provade du? beskriv smaker och din reaktion)*

---

---

---

**Människor jag träffat** *(lokalbefolkning, medresenärer, guider — vem gjorde ett intryck?)*

---

---

---

**Lokal upptäckt** *(en sed, en rätt, ett uttryck, ett dolt ställe eller en kulturell detalj som överraskade dig)*

---

---

---

Datum: \_\_\_\_\_

Plats: \_\_\_\_\_

Väder: \_\_\_\_\_

Humör (1-10):      (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Dagsbetyg:            (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Budget / utgifter: \_\_\_\_\_



**Dagens höjdpunkt** *(det bästa ögonblicket av dagen — en vy, ett möte, en smak, en överraskning)*

---

---

---

**Aktiviteter gjorda** *(sevärdheter, turer, vandringar, museer, marknader — vad gjorde du idag?)*

---

---

---

**Provad mat** *(vilka lokala rätter, gatumat eller restauranger provade du? beskriv smaker och din reaktion)*

---

---

---

**Människor jag träffat** *(lokalbefolkning, medresenärer, guider — vem gjorde ett intryck?)*

---

---

---

**Lokal upptäckt** *(en sed, en rätt, ett uttryck, ett dolt ställe eller en kulturell detalj som överraskade dig)*

---

---

---

Datum: \_\_\_\_\_

Plats: \_\_\_\_\_

Väder: \_\_\_\_\_

Humör (1-10):  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Dagsbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Budget / utgifter: \_\_\_\_\_

**Dagens höjdpunkt** (det bästa ögonblicket av dagen — en vy, ett möte, en smak, en överraskning)

---

---

---

**Aktiviteter gjorda** (sevärdheter, turer, vandringar, museer, marknader — vad gjorde du idag?)

---

---

---

**Provad mat** (vilka lokala rätter, gatumat eller restauranger provade du? beskriv smaker och din reaktion)

---

---

---

**Människor jag träffat** (lokalbefolkning, medresenärer, guider — vem gjorde ett intryck?)

---

---

---

**Lokal upptäckt** (en sed, en rätt, ett uttryck, ett dolt ställe eller en kulturell detalj som överraskade dig)

---

---

---

Datum: \_\_\_\_\_

Plats: \_\_\_\_\_

Väder: \_\_\_\_\_

Humör (1-10):  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Dagsbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Budget / utgifter: \_\_\_\_\_



**Dagens höjdpunkt** *(det bästa ögonblicket av dagen — en vy, ett möte, en smak, en överraskning)*

---

---

---

**Aktiviteter gjorda** *(sevärdheter, turer, vandringar, museer, marknader — vad gjorde du idag?)*

---

---

---

**Provad mat** *(vilka lokala rätter, gatumat eller restauranger provade du? beskriv smaker och din reaktion)*

---

---

---

**Människor jag träffat** *(lokalbefolkning, medresenärer, guider — vem gjorde ett intryck?)*

---

---

---

**Lokal upptäckt** *(en sed, en rätt, ett uttryck, ett dolt ställe eller en kulturell detalj som överraskade dig)*

---

Datum: \_\_\_\_\_

Plats: \_\_\_\_\_

Väder: \_\_\_\_\_

Humör (1-10):      (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Dagsbetyg:            (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Budget / utgifter: \_\_\_\_\_



**Dagens höjdpunkt** *(det bästa ögonblicket av dagen — en vy, ett möte, en smak, en överraskning)*

---

---

---

**Aktiviteter gjorda** *(sevärdheter, turer, vandringar, museer, marknader — vad gjorde du idag?)*

---

---

---

**Provad mat** *(vilka lokala rätter, gatumat eller restauranger provade du? beskriv smaker och din reaktion)*

---

---

---

**Människor jag träffat** *(lokalbefolkning, medresenärer, guider — vem gjorde ett intryck?)*

---

---

---

**Lokal upptäckt** *(en sed, en rätt, ett uttryck, ett dolt ställe eller en kulturell detalj som överraskade dig)*

---

---

---

Datum: \_\_\_\_\_

Plats: \_\_\_\_\_

Väder: \_\_\_\_\_

Humör (1-10):  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Dagsbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Budget / utgifter: \_\_\_\_\_



**Dagens höjdpunkt** *(det bästa ögonblicket av dagen — en vy, ett möte, en smak, en överraskning)*

---

---

---

**Aktiviteter gjorda** *(sevärdheter, turer, vandringar, museer, marknader — vad gjorde du idag?)*

---

---

---

**Provad mat** *(vilka lokala rätter, gatumat eller restauranger provade du? beskriv smaker och din reaktion)*

---

---

---

**Människor jag träffat** *(lokalbefolkning, medresenärer, guider — vem gjorde ett intryck?)*

---

---

---

**Lokal upptäckt** *(en sed, en rätt, ett uttryck, ett dolt ställe eller en kulturell detalj som överraskade dig)*

---

---

---

Datum: \_\_\_\_\_

Plats: \_\_\_\_\_

Väder: \_\_\_\_\_

Humör (1-10):  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Dagsbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Budget / utgifter: \_\_\_\_\_



**Dagens höjdpunkt** *(det bästa ögonblicket av dagen — en vy, ett möte, en smak, en överraskning)*

---

---

---

**Aktiviteter gjorda** *(sevärdheter, turer, vandringar, museer, marknader — vad gjorde du idag?)*

---

---

---

**Provad mat** *(vilka lokala rätter, gatumat eller restauranger provade du? beskriv smaker och din reaktion)*

---

---

---

**Människor jag träffat** *(lokalbefolkning, medresenärer, guider — vem gjorde ett intryck?)*

---

---

---

**Lokal upptäckt** *(en sed, en rätt, ett uttryck, ett dolt ställe eller en kulturell detalj som överraskade dig)*

---

---

---

Datum: \_\_\_\_\_

Plats: \_\_\_\_\_

Väder: \_\_\_\_\_

Humör (1-10):      (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Dagsbetyg:            (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Budget / utgifter: \_\_\_\_\_



**Dagens höjdpunkt** *(det bästa ögonblicket av dagen — en vy, ett möte, en smak, en överraskning)*

---

---

---

**Aktiviteter gjorda** *(sevärdheter, turer, vandringar, museer, marknader — vad gjorde du idag?)*

---

---

---

**Provad mat** *(vilka lokala rätter, gatumat eller restauranger provade du? beskriv smaker och din reaktion)*

---

---

---

**Människor jag träffat** *(lokalbefolkning, medresenärer, guider — vem gjorde ett intryck?)*

---

---

---

**Lokal upptäckt** *(en sed, en rätt, ett uttryck, ett dolt ställe eller en kulturell detalj som överraskade dig)*

---

---

---

Datum: \_\_\_\_\_

Plats: \_\_\_\_\_

Väder: \_\_\_\_\_

Humör (1-10):      (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Dagsbetyg:            (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Budget / utgifter: \_\_\_\_\_



**Dagens höjdpunkt** *(det bästa ögonblicket av dagen — en vy, ett möte, en smak, en överraskning)*

---

---

---

**Aktiviteter gjorda** *(sevärdheter, turer, vandringar, museer, marknader — vad gjorde du idag?)*

---

---

---

**Provad mat** *(vilka lokala rätter, gatumat eller restauranger provade du? beskriv smaker och din reaktion)*

---

---

---

**Människor jag träffat** *(lokalbefolkning, medresenärer, guider — vem gjorde ett intryck?)*

---

---

---

**Lokal upptäckt** *(en sed, en rätt, ett uttryck, ett dolt ställe eller en kulturell detalj som överraskade dig)*

---

---

---

Datum: \_\_\_\_\_

Plats: \_\_\_\_\_

Väder: \_\_\_\_\_

Humör (1-10):  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Dagsbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Budget / utgifter: \_\_\_\_\_



**Dagens höjdpunkt** *(det bästa ögonblicket av dagen — en vy, ett möte, en smak, en överraskning)*

---

---

---

**Aktiviteter gjorda** *(sevärdheter, turer, vandringar, museer, marknader — vad gjorde du idag?)*

---

---

---

**Provad mat** *(vilka lokala rätter, gatumat eller restauranger provade du? beskriv smaker och din reaktion)*

---

---

---

**Människor jag träffat** *(lokalbefolkning, medresenärer, guider — vem gjorde ett intryck?)*

---

---

---

**Lokal upptäckt** *(en sed, en rätt, ett uttryck, ett dolt ställe eller en kulturell detalj som överraskade dig)*

---

Datum: \_\_\_\_\_

Plats: \_\_\_\_\_

Väder: \_\_\_\_\_

Humör (1-10):  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Dagsbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Budget / utgifter: \_\_\_\_\_



**Dagens höjdpunkt** *(det bästa ögonblicket av dagen — en vy, ett möte, en smak, en överraskning)*

---

---

---

**Aktiviteter gjorda** *(sevärdheter, turer, vandringar, museer, marknader — vad gjorde du idag?)*

---

---

---

**Provad mat** *(vilka lokala rätter, gatumat eller restauranger provade du? beskriv smaker och din reaktion)*

---

---

---

**Människor jag träffat** *(lokalbefolkning, medresenärer, guider — vem gjorde ett intryck?)*

---

---

---

**Lokal upptäckt** *(en sed, en rätt, ett uttryck, ett dolt ställe eller en kulturell detalj som överraskade dig)*

---

---

---

Datum: \_\_\_\_\_

Plats: \_\_\_\_\_

Väder: \_\_\_\_\_

Humör (1-10):  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Dagsbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Budget / utgifter: \_\_\_\_\_



**Dagens höjdpunkt** *(det bästa ögonblicket av dagen — en vy, ett möte, en smak, en överraskning)*

---

---

---

**Aktiviteter gjorda** *(sevärdheter, turer, vandringar, museer, marknader — vad gjorde du idag?)*

---

---

---

**Provad mat** *(vilka lokala rätter, gatumat eller restauranger provade du? beskriv smaker och din reaktion)*

---

---

---

**Människor jag träffat** *(lokalbefolkning, medresenärer, guider — vem gjorde ett intryck?)*

---

---

---

**Lokal upptäckt** *(en sed, en rätt, ett uttryck, ett dolt ställe eller en kulturell detalj som överraskade dig)*

---

---

---

Datum: \_\_\_\_\_

Plats: \_\_\_\_\_

Väder: \_\_\_\_\_

Humör (1-10):      (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Dagsbetyg:            (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Budget / utgifter: \_\_\_\_\_



**Dagens höjdpunkt** *(det bästa ögonblicket av dagen — en vy, ett möte, en smak, en överraskning)*

---

---

---

**Aktiviteter gjorda** *(sevärdheter, turer, vandringar, museer, marknader — vad gjorde du idag?)*

---

---

---

**Provad mat** *(vilka lokala rätter, gatumat eller restauranger provade du? beskriv smaker och din reaktion)*

---

---

---

**Människor jag träffat** *(lokalbefolkning, medresenärer, guider — vem gjorde ett intryck?)*

---

---

---

**Lokal upptäckt** *(en sed, en rätt, ett uttryck, ett dolt ställe eller en kulturell detalj som överraskade dig)*

---

---

---

Datum: \_\_\_\_\_

Plats: \_\_\_\_\_

Väder: \_\_\_\_\_

Humör (1-10):      (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Dagsbetyg:            (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Budget / utgifter: \_\_\_\_\_



**Dagens höjdpunkt** *(det bästa ögonblicket av dagen — en vy, ett möte, en smak, en överraskning)*

---

---

---

**Aktiviteter gjorda** *(sevärdheter, turer, vandringar, museer, marknader — vad gjorde du idag?)*

---

---

---

**Provad mat** *(vilka lokala rätter, gatumat eller restauranger provade du? beskriv smaker och din reaktion)*

---

---

---

**Människor jag träffat** *(lokalbefolkning, medresenärer, guider — vem gjorde ett intryck?)*

---

---

---

**Lokal upptäckt** *(en sed, en rätt, ett uttryck, ett dolt ställe eller en kulturell detalj som överraskade dig)*

---

---

---

Datum: \_\_\_\_\_

Plats: \_\_\_\_\_

Väder: \_\_\_\_\_

Humör (1-10):  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Dagsbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Budget / utgifter: \_\_\_\_\_



**Dagens höjdpunkt** *(det bästa ögonblicket av dagen — en vy, ett möte, en smak, en överraskning)*

---

---

---

**Aktiviteter gjorda** *(sevärdheter, turer, vandringar, museer, marknader — vad gjorde du idag?)*

---

---

---

**Provad mat** *(vilka lokala rätter, gatumat eller restauranger provade du? beskriv smaker och din reaktion)*

---

---

---

**Människor jag träffat** *(lokalbefolkning, medresenärer, guider — vem gjorde ett intryck?)*

---

---

---

**Lokal upptäckt** *(en sed, en rätt, ett uttryck, ett dolt ställe eller en kulturell detalj som överraskade dig)*

---

---

---

Datum: \_\_\_\_\_

Plats: \_\_\_\_\_

Väder: \_\_\_\_\_

Humör (1-10):  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Dagsbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Budget / utgifter: \_\_\_\_\_



**Dagens höjdpunkt** *(det bästa ögonblicket av dagen — en vy, ett möte, en smak, en överraskning)*

---

---

---

**Aktiviteter gjorda** *(sevärdheter, turer, vandringar, museer, marknader — vad gjorde du idag?)*

---

---

---

**Provad mat** *(vilka lokala rätter, gatumat eller restauranger provade du? beskriv smaker och din reaktion)*

---

---

---

**Människor jag träffat** *(lokalbefolkning, medresenärer, guider — vem gjorde ett intryck?)*

---

---

---

**Lokal upptäckt** *(en sed, en rätt, ett uttryck, ett dolt ställe eller en kulturell detalj som överraskade dig)*

---

---

---

Datum: \_\_\_\_\_

Plats: \_\_\_\_\_

Väder: \_\_\_\_\_

Humör (1-10):  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Dagsbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Budget / utgifter: \_\_\_\_\_



**Dagens höjdpunkt** (det bästa ögonblicket av dagen — en vy, ett möte, en smak, en överraskning)

---

---

---

**Aktiviteter gjorda** (sevärdheter, turer, vandringar, museer, marknader — vad gjorde du idag?)

---

---

---

**Provad mat** (vilka lokala rätter, gatumat eller restauranger provade du? beskriv smaker och din reaktion)

---

---

---

**Människor jag träffat** (lokalbefolkning, medresenärer, guider — vem gjorde ett intryck?)

---

---

---

**Lokal upptäckt** (en sed, en rätt, ett uttryck, ett dolt ställe eller en kulturell detalj som överraskade dig)

---

---

---

Datum: \_\_\_\_\_

Plats: \_\_\_\_\_

Väder: \_\_\_\_\_

Humör (1-10):  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Dagsbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Budget / utgifter: \_\_\_\_\_



**Dagens höjdpunkt** *(det bästa ögonblicket av dagen — en vy, ett möte, en smak, en överraskning)*

---

---

---

**Aktiviteter gjorda** *(sevärdheter, turer, vandringar, museer, marknader — vad gjorde du idag?)*

---

---

---

**Provad mat** *(vilka lokala rätter, gatumat eller restauranger provade du? beskriv smaker och din reaktion)*

---

---

---

**Människor jag träffat** *(lokalbefolkning, medresenärer, guider — vem gjorde ett intryck?)*

---

---

---

**Lokal upptäckt** *(en sed, en rätt, ett uttryck, ett dolt ställe eller en kulturell detalj som överraskade dig)*

---

---

---

Datum: \_\_\_\_\_

Plats: \_\_\_\_\_

Väder: \_\_\_\_\_

Humör (1-10):      (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Dagsbetyg:              (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Budget / utgifter: \_\_\_\_\_



**Dagens höjdpunkt** *(det bästa ögonblicket av dagen — en vy, ett möte, en smak, en överraskning)*

---

---

---

**Aktiviteter gjorda** *(sevärdheter, turer, vandringar, museer, marknader — vad gjorde du idag?)*

---

---

---

**Provad mat** *(vilka lokala rätter, gatumat eller restauranger provade du? beskriv smaker och din reaktion)*

---

---

---

**Människor jag träffat** *(lokalbefolkning, medresenärer, guider — vem gjorde ett intryck?)*

---

---

---

**Lokal upptäckt** *(en sed, en rätt, ett uttryck, ett dolt ställe eller en kulturell detalj som överraskade dig)*

---

---

---

Datum: \_\_\_\_\_

Plats: \_\_\_\_\_

Väder: \_\_\_\_\_

Humör (1-10):      (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Dagsbetyg:            (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Budget / utgifter: \_\_\_\_\_



**Dagens höjdpunkt** *(det bästa ögonblicket av dagen — en vy, ett möte, en smak, en överraskning)*

---

---

---

**Aktiviteter gjorda** *(sevärdheter, turer, vandringar, museer, marknader — vad gjorde du idag?)*

---

---

---

**Provad mat** *(vilka lokala rätter, gatumat eller restauranger provade du? beskriv smaker och din reaktion)*

---

---

---

**Människor jag träffat** *(lokalbefolkning, medresenärer, guider — vem gjorde ett intryck?)*

---

---

---

**Lokal upptäckt** *(en sed, en rätt, ett uttryck, ett dolt ställe eller en kulturell detalj som överraskade dig)*

---

---

---

Datum: \_\_\_\_\_

Plats: \_\_\_\_\_

Väder: \_\_\_\_\_

Humör (1-10):  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Dagsbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Budget / utgifter: \_\_\_\_\_



**Dagens höjdpunkt** *(det bästa ögonblicket av dagen — en vy, ett möte, en smak, en överraskning)*

---

---

---

**Aktiviteter gjorda** *(sevärdheter, turer, vandringar, museer, marknader — vad gjorde du idag?)*

---

---

---

**Provad mat** *(vilka lokala rätter, gatumat eller restauranger provade du? beskriv smaker och din reaktion)*

---

---

---

**Människor jag träffat** *(lokalbefolkning, medresenärer, guider — vem gjorde ett intryck?)*

---

---

---

**Lokal upptäckt** *(en sed, en rätt, ett uttryck, ett dolt ställe eller en kulturell detalj som överraskade dig)*

---

---

---

Datum: \_\_\_\_\_

Plats: \_\_\_\_\_

Väder: \_\_\_\_\_

Humör (1-10):  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Dagsbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Budget / utgifter: \_\_\_\_\_



**Dagens höjdpunkt** *(det bästa ögonblicket av dagen — en vy, ett möte, en smak, en överraskning)*

---

---

---

**Aktiviteter gjorda** *(sevärdheter, turer, vandringar, museer, marknader — vad gjorde du idag?)*

---

---

---

**Provad mat** *(vilka lokala rätter, gatumat eller restauranger provade du? beskriv smaker och din reaktion)*

---

---

---

**Människor jag träffat** *(lokalbefolkning, medresenärer, guider — vem gjorde ett intryck?)*

---

---

---

**Lokal upptäckt** *(en sed, en rätt, ett uttryck, ett dolt ställe eller en kulturell detalj som överraskade dig)*

---

---

---

Datum: \_\_\_\_\_

Plats: \_\_\_\_\_

Väder: \_\_\_\_\_

Humör (1-10):      (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Dagsbetyg:            (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Budget / utgifter: \_\_\_\_\_



**Dagens höjdpunkt** *(det bästa ögonblicket av dagen — en vy, ett möte, en smak, en överraskning)*

---

---

---

**Aktiviteter gjorda** *(sevärdheter, turer, vandringar, museer, marknader — vad gjorde du idag?)*

---

---

---

**Provad mat** *(vilka lokala rätter, gatumat eller restauranger provade du? beskriv smaker och din reaktion)*

---

---

---

**Människor jag träffat** *(lokalbefolkning, medresenärer, guider — vem gjorde ett intryck?)*

---

---

---

**Lokal upptäckt** *(en sed, en rätt, ett uttryck, ett dolt ställe eller en kulturell detalj som överraskade dig)*

---

---

---

Datum: \_\_\_\_\_

Plats: \_\_\_\_\_

Väder: \_\_\_\_\_

Humör (1-10):  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Dagsbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Budget / utgifter: \_\_\_\_\_

**Dagens höjdpunkt** (det bästa ögonblicket av dagen — en vy, ett möte, en smak, en överraskning)

---

---

---

**Aktiviteter gjorda** (sevärdheter, turer, vandringar, museer, marknader — vad gjorde du idag?)

---

---

---

**Provad mat** (vilka lokala rätter, gatumat eller restauranger provade du? beskriv smaker och din reaktion)

---

---

---

**Människor jag träffat** (lokalbefolkning, medresenärer, guider — vem gjorde ett intryck?)

---

---

---

**Lokal upptäckt** (en sed, en rätt, ett uttryck, ett dolt ställe eller en kulturell detalj som överraskade dig)

---

---

---

Datum: \_\_\_\_\_

Plats: \_\_\_\_\_

Väder: \_\_\_\_\_

Humör (1-10):  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Dagsbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Budget / utgifter: \_\_\_\_\_



**Dagens höjdpunkt** *(det bästa ögonblicket av dagen — en vy, ett möte, en smak, en överraskning)*

---

---

---

**Aktiviteter gjorda** *(sevärdheter, turer, vandringar, museer, marknader — vad gjorde du idag?)*

---

---

---

**Provad mat** *(vilka lokala rätter, gatumat eller restauranger provade du? beskriv smaker och din reaktion)*

---

---

---

**Människor jag träffat** *(lokalbefolkning, medresenärer, guider — vem gjorde ett intryck?)*

---

---

---

**Lokal upptäckt** *(en sed, en rätt, ett uttryck, ett dolt ställe eller en kulturell detalj som överraskade dig)*

---

---

---

Datum: \_\_\_\_\_

Plats: \_\_\_\_\_

Väder: \_\_\_\_\_

Humör (1-10):  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Dagsbetyg:  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10

Budget / utgifter: \_\_\_\_\_

**Dagens höjdpunkt** *(det bästa ögonblicket av dagen — en vy, ett möte, en smak, en överraskning)*

**Aktiviteter gjorda** *(sevärdheter, turer, vandringar, museer, marknader — vad gjorde du idag?)*

**Provad mat** *(vilka lokala rätter, gatumat eller restauranger provade du? beskriv smaker och din reaktion)*

**Människor jag träffat** *(lokalbefolkning, medresenärer, guider — vem gjorde ett intryck?)*

**Lokal upptäckt** *(en sed, en rätt, ett uttryck, ett dolt ställe eller en kulturell detalj som överraskade dig)*

Datum: \_\_\_\_\_

Plats: \_\_\_\_\_

Väder: \_\_\_\_\_

Humör (1-10):      (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Dagsbetyg:            (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Budget / utgifter: \_\_\_\_\_



**Dagens höjdpunkt** *(det bästa ögonblicket av dagen — en vy, ett möte, en smak, en överraskning)*

---

---

---

**Aktiviteter gjorda** *(sevärdheter, turer, vandringar, museer, marknader — vad gjorde du idag?)*

---

---

---

**Provad mat** *(vilka lokala rätter, gatumat eller restauranger provade du? beskriv smaker och din reaktion)*

---

---

---

**Människor jag träffat** *(lokalbefolkning, medresenärer, guider — vem gjorde ett intryck?)*

---

---

---

**Lokal upptäckt** *(en sed, en rätt, ett uttryck, ett dolt ställe eller en kulturell detalj som överraskade dig)*

---

---

---