

## **READ ME FIRST!**

### **Petunjuk Penggunaan Worksheet**

### **#HidupSeutuhnya**

Halo, Perseners! Simak petunjuk penggunaan worksheet berikut, ya!

1. Worksheet ini terdiri dari 5 jenis worksheet yang dapat membantumu #HidupSeutuhnya dalam 5 hal:
  - Sehat Mental
  - Sehat Fisik
  - Sehat Finansial
  - Produktivitas
  - Mengatasi Quarter Life Crisis
2. Untuk mendapatkan dan mengisi worksheet ini, kamu bisa download worksheet yang kamu inginkan. Caranya adalah dengan mencari tombol panah ke bawah (↓) atau dengan cara klik kanan dan klik pilihan download.
3. Isi worksheet sesuai dengan panduan yang tertera di masing-masing worksheet.
4. Jangan lupa untuk terus konsisten mengisi worksheet tersebut, ya!

