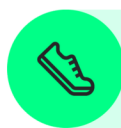


MIN ABC FOR GOD PSYKISK HELSE

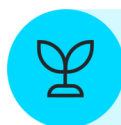
Her kan du kartlegge din ABC: Skriv ned noe du liker å gjøre, eller har lyst til å prøve.



GJØR NOE AKTIVT



GJØR NOE SAMMEN



GJØR NOE MENINGSFULLT

Gjør noe aktivt, noe sammen, noe meningsfylt - hver dag - for å styrke din psykiske helse.