

ABC FOR GOD PSYKISK HELSE



GJØR NOE AKTIVT



GJØR NOE SAMMEN



GJØR NOE MENINGSFULLT

**Når finner du ro
sammen med
andre?**

www.abcforgodpsyiskhelse.no

ABC FOR GOD PSYKISK HELSE



GJØR NOE AKTIVT



GJØR NOE SAMMEN



GJØR NOE MENINGSFULLT

**Når gjorde du
sist noe for
andre?**

www.abcforgodpsyiskhelse.no

ABC FOR GOD PSYKISK HELSE



GJØR NOE AKTIVT



GJØR NOE SAMMEN



GJØR NOE MENINGSFULLT

**Hva er det som
gjør deg glad og
fornøyd?**

www.abcforgodpsyiskhelse.no

ABC FOR GOD PSYKISK HELSE



GJØR NOE AKTIVT



GJØR NOE SAMMEN



GJØR NOE MENINGSFULLT

**Hva gir deg
energi i
hverdagen?**

www.abcforgodpsyiskhelse.no

ABC FOR GOD PSYKISK HELSE



GJØR NOE AKTIVT



GJØR NOE SAMMEN



GJØR NOE MENINGSFULLT

**Når gjorde du
noe bra for deg
selv?**

www.abcforgodpsyiskhelse.no

ABC FOR GOD PSYKISK HELSE



GJØR NOE AKTIVT



GJØR NOE SAMMEN



GJØR NOE MENINGSFULLT

**Når synes du det er
fint å gjøre noe
sammen med andre?**

www.abcforgodpsyiskhelse.no

ABC FOR GOD PSYKISK HELSE



GJØR NOE AKTIVT



GJØR NOE SAMMEN



GJØR NOE MENINGSFULLT

**Hvor og når
utfordrer du
deg selv?**

www.abcforgodpsyiskhelse.no

ABC FOR GOD PSYKISK HELSE



GJØR NOE AKTIVT



GJØR NOE SAMMEN



GJØR NOE MENINGSFULLT

**Hva er viktig
for deg i
hverdagen?**

www.abcforgodpsyiskhelse.no

ABC FOR GOD PSYKISK HELSE



GJØR NOE AKTIVT



GJØR NOE SAMMEN



GJØR NOE MENINGSFULLT

**Hva eller hvem gir
deg inspirasjon i
hverdagen?**

www.abcforgodpsykiskhelse.no

ABC FOR GOD PSYKISK HELSE



GJØR NOE AKTIVT



GJØR NOE SAMMEN



GJØR NOE MENINGSFULLT

**Når var du sist
aktiv og hva
gjorde du da?**

www.abcforgodpsyiskhelse.no

ABC FOR GOD PSYKISK HELSE



GJØR NOE AKTIVT



GJØR NOE SAMMEN



GJØR NOE MENINGSFULLT

**Er det noe
spesielt du vil
oppnå i livet ditt?**

www.abcforgodpsyiskhelse.no

ABC FOR GOD PSYKISK HELSE



GJØR NOE AKTIVT



GJØR NOE SAMMEN



GJØR NOE MENINGSFULLT

**Hva skulle du
gjærne lære
mer om?**

www.abcforgodpsyiskhelse.no

ABC FOR GOD PSYKISK HELSE



GJØR NOE AKTIVT



GJØR NOE SAMMEN



GJØR NOE MENINGSFULLT

**Hva betyr det for
deg å være til
stede i øyeblikket?**

www.abcforgodpsykiskhelse.no

ABC FOR GOD PSYKISK HELSE



GJØR NOE AKTIVT



GJØR NOE SAMMEN



GJØR NOE MENINGSFULLT

**Hvilke fellesskap
er viktige for deg
og hvorfor det?**

www.abcforgodpsyiskhelse.no

ABC FOR GOD PSYKISK HELSE



GJØR NOE AKTIVT



GJØR NOE SAMMEN



GJØR NOE MENINGSFULLT

**Er det noe spesielt
du vil oppleve i
livet ditt?**

www.abcforgodpsyiskhelse.no

ABC FOR GOD PSYKISK HELSE



GJØR NOE AKTIVT



GJØR NOE SAMMEN



GJØR NOE MENINGSFULLT

**Hva synes du
er vakkert?**

www.abcforgodpsyiskhelse.no

ABC FOR GOD PSYKISK HELSE



GJØR NOE AKTIVT



GJØR NOE SAMMEN



GJØR NOE MENINGSFULLT

**Når tar du
best vare på
deg selv?**

www.abcforgodpsyiskhelse.no

ABC FOR GOD PSYKISK HELSE



GJØR NOE AKTIVT



GJØR NOE SAMMEN



GJØR NOE MENINGSFULLT

**Hva er du
nysgjerrig på?**

www.abcforgodpsyiskhelse.no

ABC FOR GOD PSYKISK HELSE



GJØR NOE AKTIVT



GJØR NOE SAMMEN



GJØR NOE MENINGSFULLT

**Hva er du spesielt
stolt av å ha fått til
eller vært med på?**

www.abcforgodpsyiskhelse.no

ABC FOR GOD PSYKISK HELSE



GJØR NOE AKTIVT



GJØR NOE SAMMEN



GJØR NOE MENINGSFULLT

**Hva gir deg ro
i sjelen?**

www.abcforgodpsyiskhelse.no

ABC FOR GOD PSYKISK HELSE



GJØR NOE AKTIVT



GJØR NOE SAMMEN



GJØR NOE MENINGSFULLT

**Hva gir deg ro
i sjelen?**

www.abcforgodpsykiskhelse.no