

SAMTALEMENY

God
psykisk helse
bygger
vi sammen!

- Hva gjør deg glad?
- Når var du aktiv sist?
- Hva gir deg energi i hverdagen?
- Hva vil du gjerne oppnå i livet ditt?
- Hva er det som gir livet mening?
- Hvor og når gjorde du noe for andre?
- Hva gir deg ro i sjelen?
- Når gjorde du noe bra for deg selv?



GJØR NOE AKTIVT



GJØR NOE SAMMEN



GJØR NOE MENINGSFULLT