

ABC

FOR
MENTAL
SUNDHED

Hvilke
fællesskaber er
betydningsfulde
for dig?

Hvad vil
du gerne
gøre mere af?

Hvilke gode ting
har du oplevet den
seneste uge?

Hvad sætter du
pris på i
et venskab?
Og hvorfor?

Hvilke
fællesskaber
tiltaler dig?
Og hvorfor ?

Hvilke
fritidsaktiviteter
har du gode
minder fra?

Hvad har værdi
for dig i
din hverdag?

Drømmer du
om at komme
ud og rejse?

Hvad føles
meningsfuldt
for dig?

Hvornår
har du sidst
gjort noget godt
for dig selv?

Hvis du skulle
gå til noget nyt,
hvad skulle
det så være?

Hvornår
har du sidst
lavet noget
kulturelt?

Har du
erfaring med at
hive nogen, du
kender, med ind i
et fællesskab?