

Hvad giver dig
energi i hverdagen?

ABC FOR
MENTAL
SUNDHED

Hvad gør dig glad?

ABC FOR
MENTAL
SUNDHED

Hvornår har du sidst
været aktiv?

ABC FOR
MENTAL
SUNDHED

Hvornår har du sidst
gjort noget godt for
dig selv?

ABC FOR
MENTAL
SUNDHED

Hvad giver livet
mening for dig?

ABC FOR
MENTAL
SUNDHED

Hvornår har du sidst
gjort noget for
andre?

ABC FOR
MENTAL
SUNDHED