

LILLA

2

Hvorfor er
fællesskaber
vigtige?

Hvornår
har du sidst
været
aktiv?

3

Hvilken ny
ting vil du
gerne lære?

4

Hvad giver
dig energi?

GRØN

5

ABC

1

Hvad kan gøre
dig glad?

Hvornår har
du sidst gjort
noget for dig
selv?

HVID

8

Hvornår har
du sidst gjort
noget godt
for andre?

Hvornår finder
du fordybelse
og ro?

BLÅ

7

9

ABC

FOR
MENTAL
SUNDHED

Sådan gør du:

- 1) Start med denne side op, og fold alle hjørner ind mod midten.
- 2) Vend nip napperen om, og fold igen alle hjørner ind mod midten.
- 3) Klar, parat - start :-)

NORDEA
FONDEN
Vi støtter gode liv