

MIN POSITIVE SUNDHED

- Klarer mig selv
- Kender mine begrænsninger
- Kendskab til egen sundhed
- Styr på egen tid
- Styr på budget
- Kan arbejde
- Kan bede om hjælp



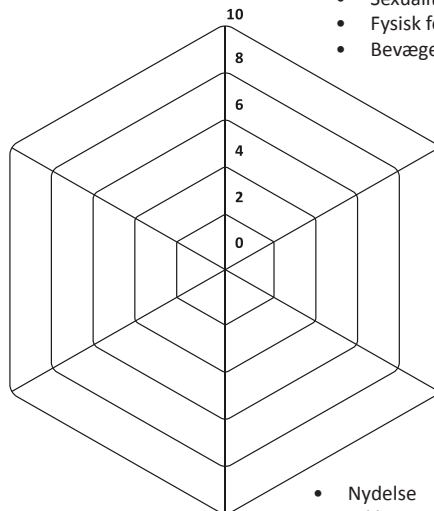
- Sociale kontakter
- Bliver taget seriøst
- Laver sjove ting sammen
- Støtte fra andre
- At hører til
- Laver meningsfulde ting sammen
- Interesse i samfundet



KROPSLIGE FUNKTIONER



- Helbred
- Rask
- Ingen fysiske klager eller smerter
- Søvn
- Kost
- Sexualitet
- Fysisk form
- Bevægelse



- Hukommelse
- Koncentration
- Kommunikation
- Glæde
- Accepterer mig selv
- Håndtering af forandringer
- Følelse af Kontrol



- Meningsfuldt liv
- Livsglæde
- Opfyldelse af drømme
- At have tillid
- Accept
- Taknemmelighed
- Livslang læring



LIVSKVALITET

- Nydelse
- Lykke
- Velbefindende
- Balance
- Tryghed
- Intimitet
- Boligsituation
- Fornuftig økonomi



Jeg mangler at fortælle noget, der er vigtigt for mig: _____