

MIN POSITIVE HELSE

- Å ta vare på deg selv
- Å kjenne egne grenser
- Kunnskap om helse
- Tidsstyring
- Økonomistyring
- Å kunne jobbe
- Å kunne be om hjelp

- Sosialt nettverk
- Å bli tatt på alvor
- Å gjøre hyggelige ting sammen
- Støtte fra andre
- Å høre til
- Å gjøre meningsfulle ting
- Samfunnsinteresse



- Å Føle deg frisk
- Å Føle deg i form
- Ingen plager eller smerter
- Å sove
- Å spise
- Seksualitet
- Fysisk form
- Fysisk aktivitet



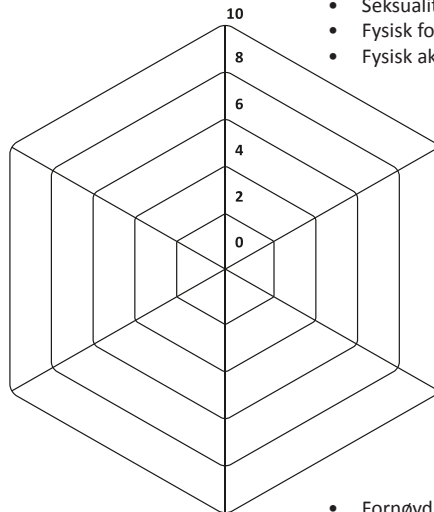
- Å huske
- Å konsentrere deg
- Å kommunisere
- Å være glad
- Å akseptere deg selv
- Å takle endringer
- Følelse av kontrol



- Meningsfylt liv
- Livsglede
- Oppnå mål/drømmer
- Å tro på fremtiden
- Å akseptere livet
- Takknemlighet
- Fortsette å lære



- Fornøydhet
- Lykke
- Ha det godt
- Balanse
- Å føle deg trygg
- Nærhet
- Bosituasjon
- Økonomisk trygghet



Noe som er viktig for meg mangler: _____