



A B C

FOR
MENTAL
SUNDHED



Gør noget aktivt
Gør noget sammen
Gør noget meningsfuldt

Spilleregler

Forslag til spilleregler:

- Placer alle kort på bordet med spørgsmålene nedad. Deltagerne skiftes til at trække et kort og svare på spørgsmålet.
- Placer alle kort i en bunke. Deltagerne skiftes til at trække fra bunken, og alle deltagerne svarer på samme spørgsmål. Herefter går turen videre til næste deltager.



A B C

FOR
MENTAL
SUNDHED



Gør noget aktivt
Gør noget sammen
Gør noget meningsfuldt



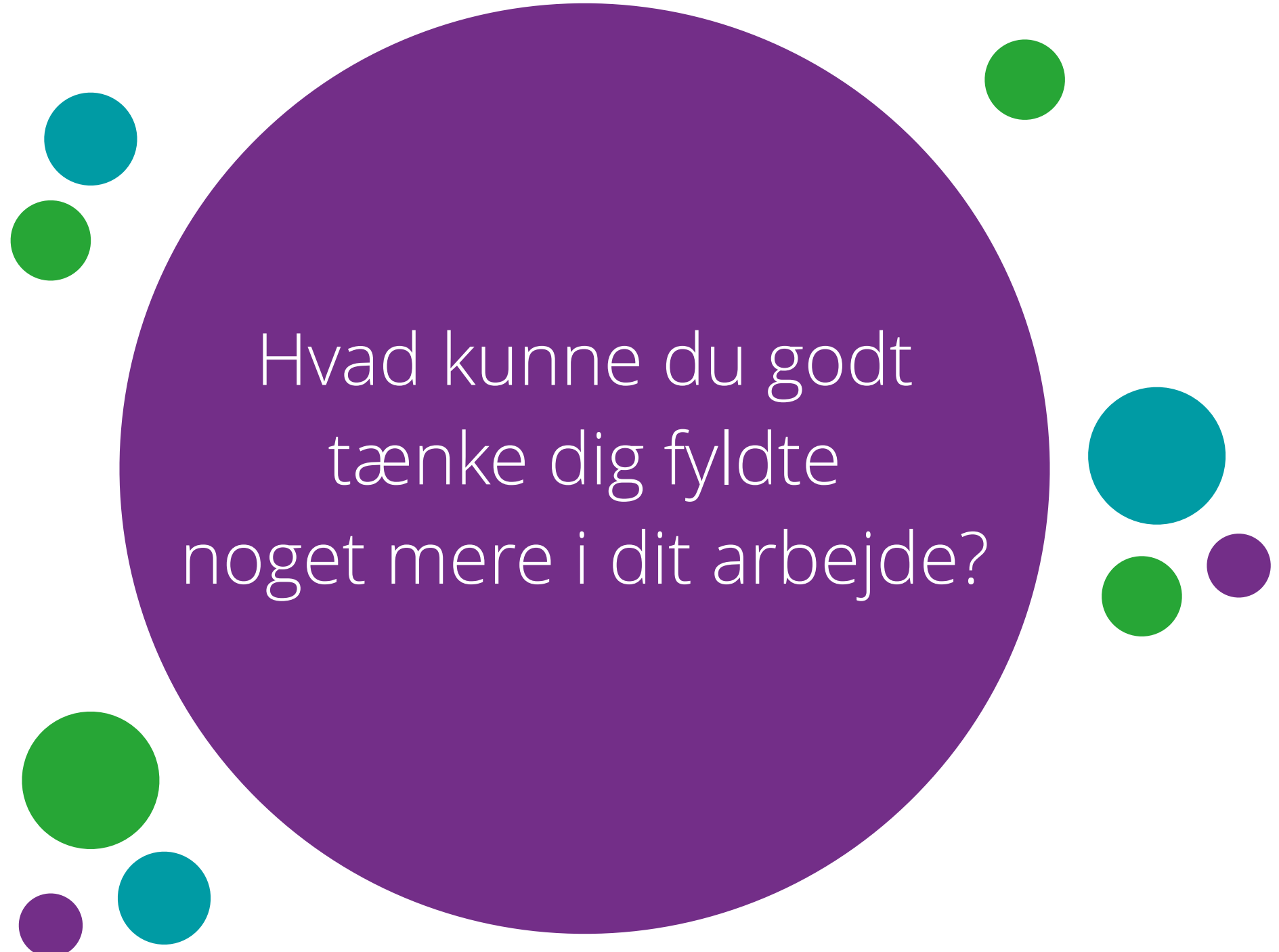
Hvilke
arbejdsfællesskaber
er betydningsfulde
for dig?



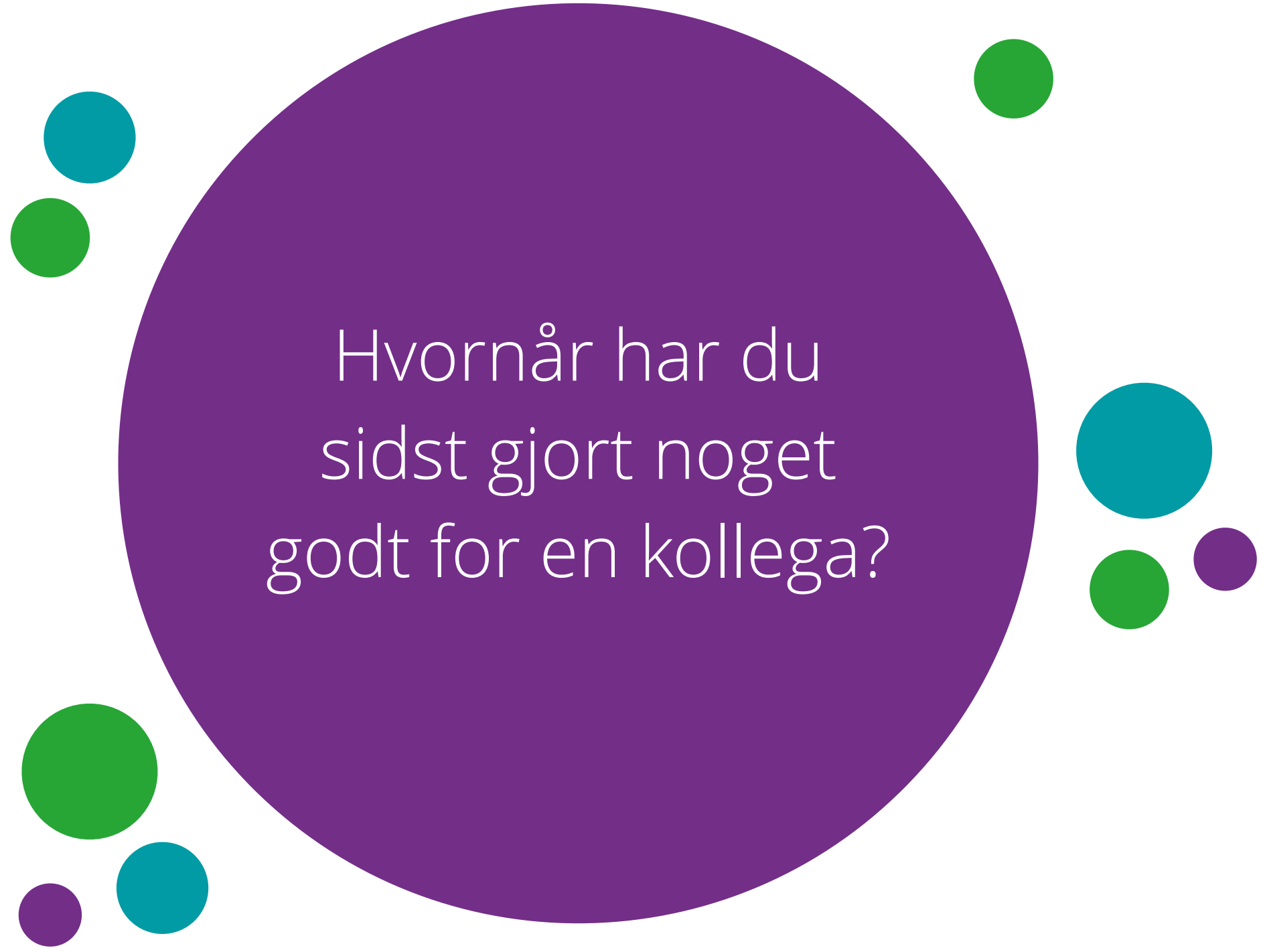
Hvad brænder
du for i dit arbejde?



Hvad er et godt
arbejdsliv for dig?



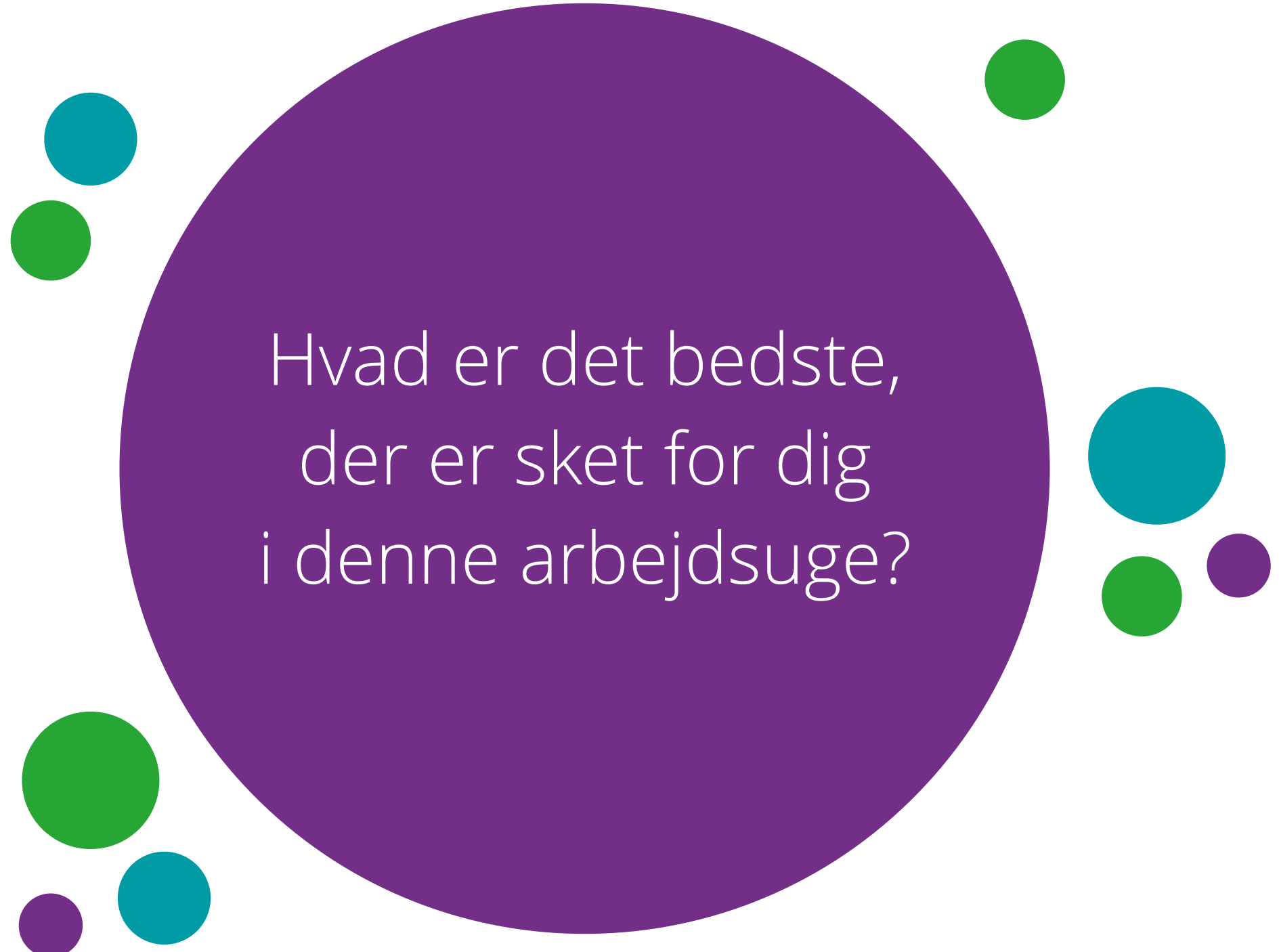
Hvad kunne du godt
tænke dig fyldte
noget mere i dit arbejde?



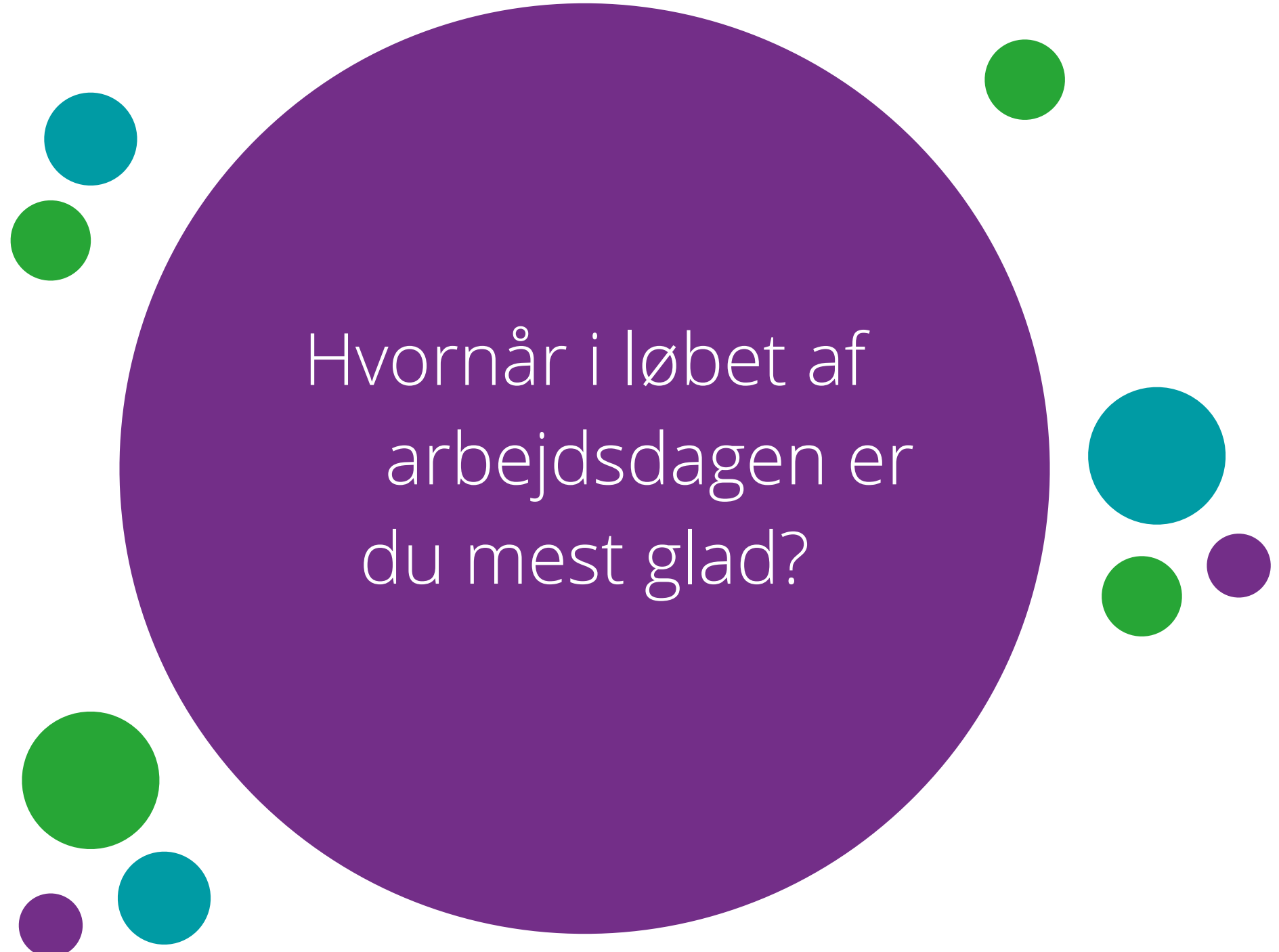
Hvornår har du
sidst gjort noget
godt for en kollega?



Hvornår føler du
dig engageret?



Hvad er det bedste,
der er sket for dig
i denne arbejdsuge?



Hvornår i løbet af
arbejdsdagen er
du mest glad?

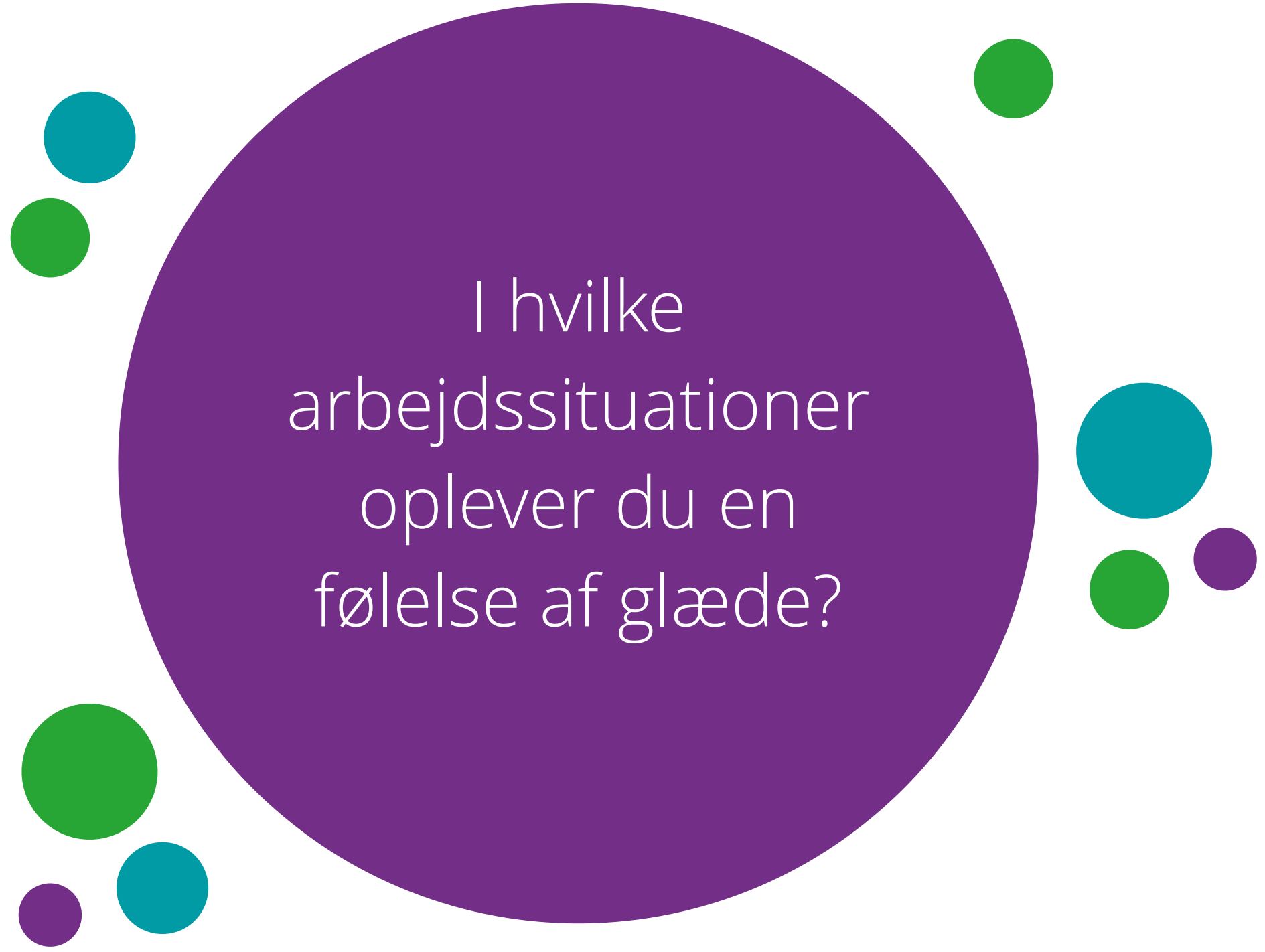


Fortæl en god
historie fra dit arbejdsliv

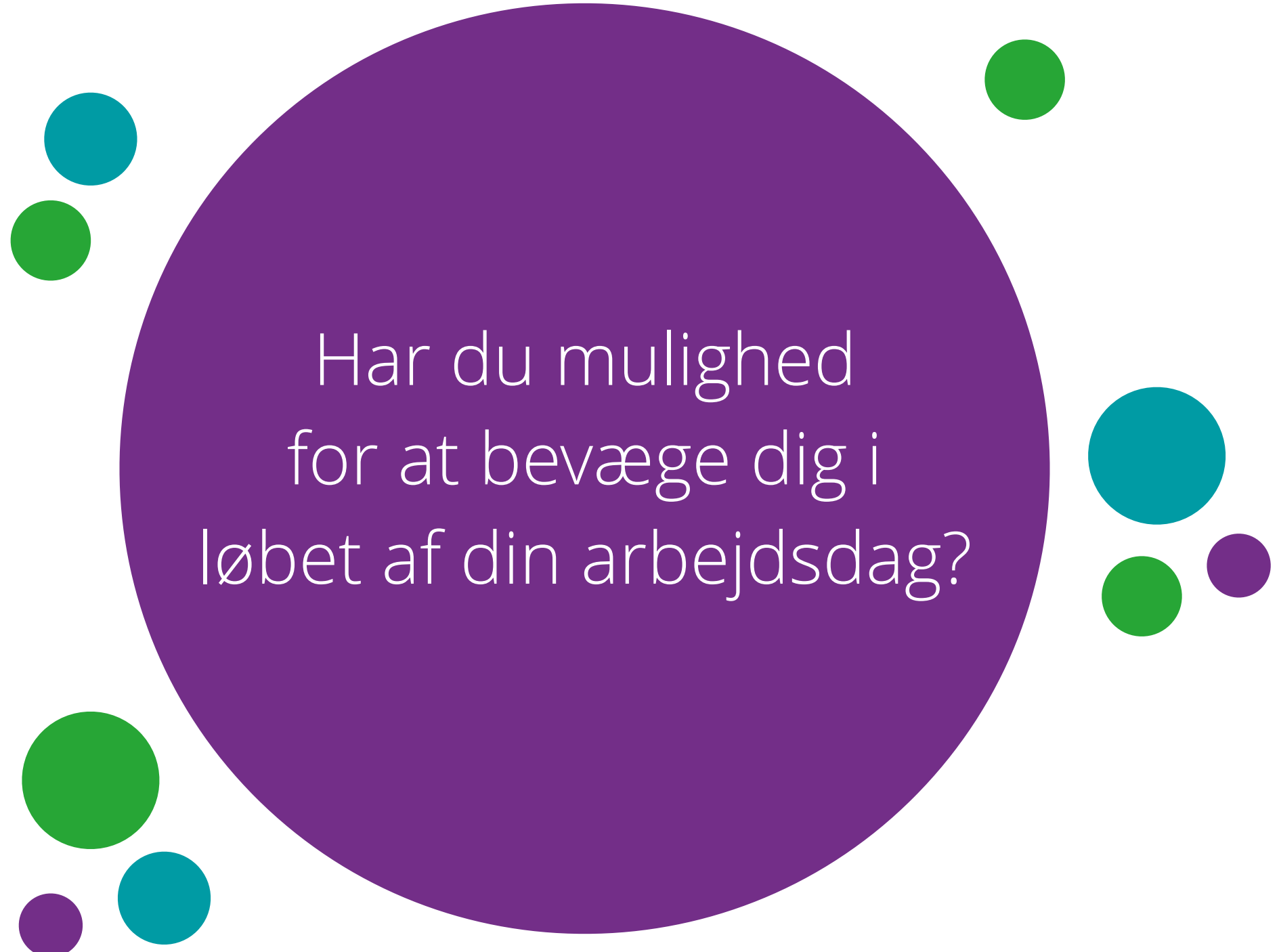
Thisted Kommune



Hvad er en god
arbejdsdag for dig?



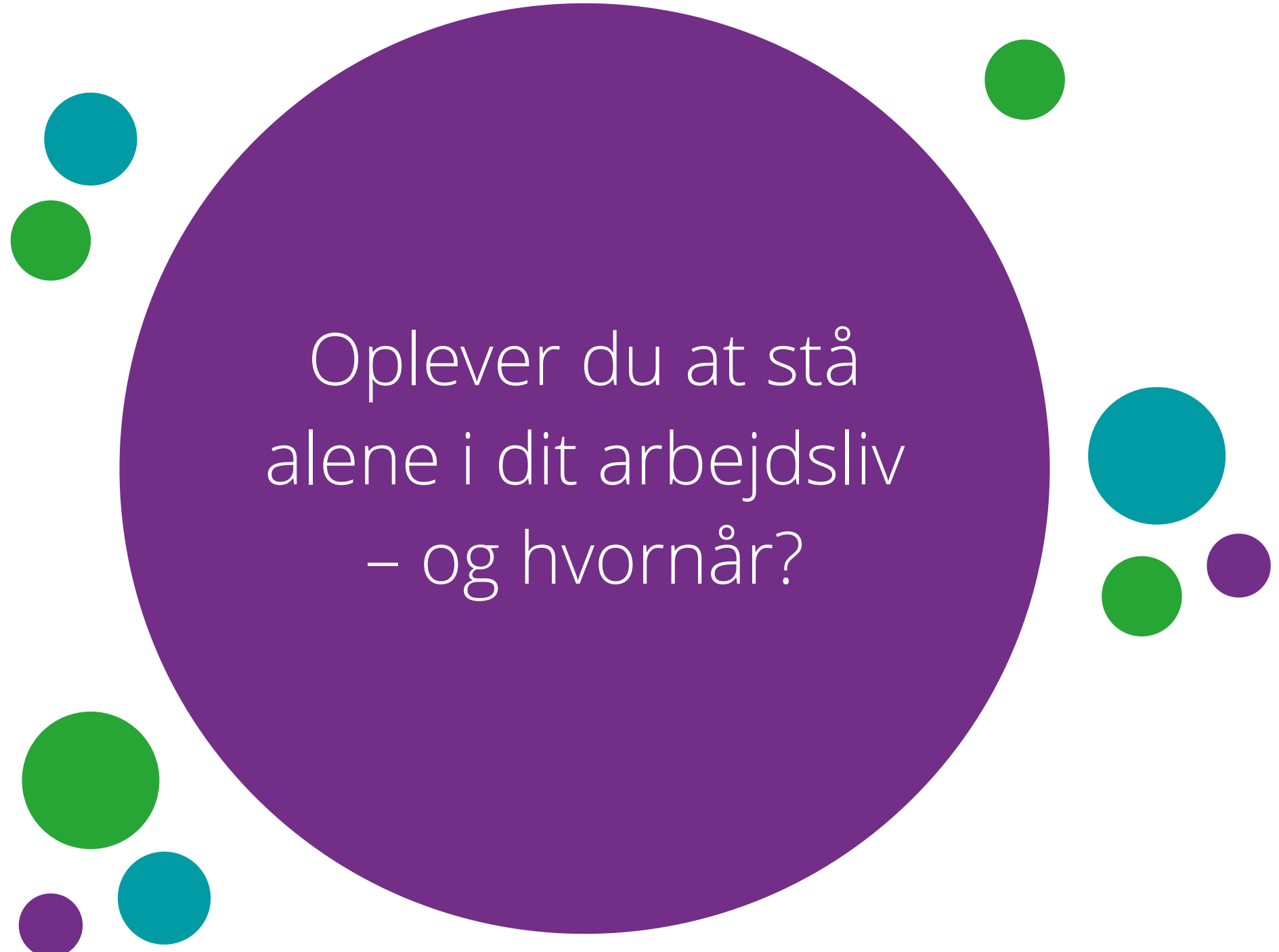
I hvilke
arbejdssituationer
oplever du en
følelse af glæde?




Har du mulighed
for at bevæge dig i
løbet af din arbejdsdag?



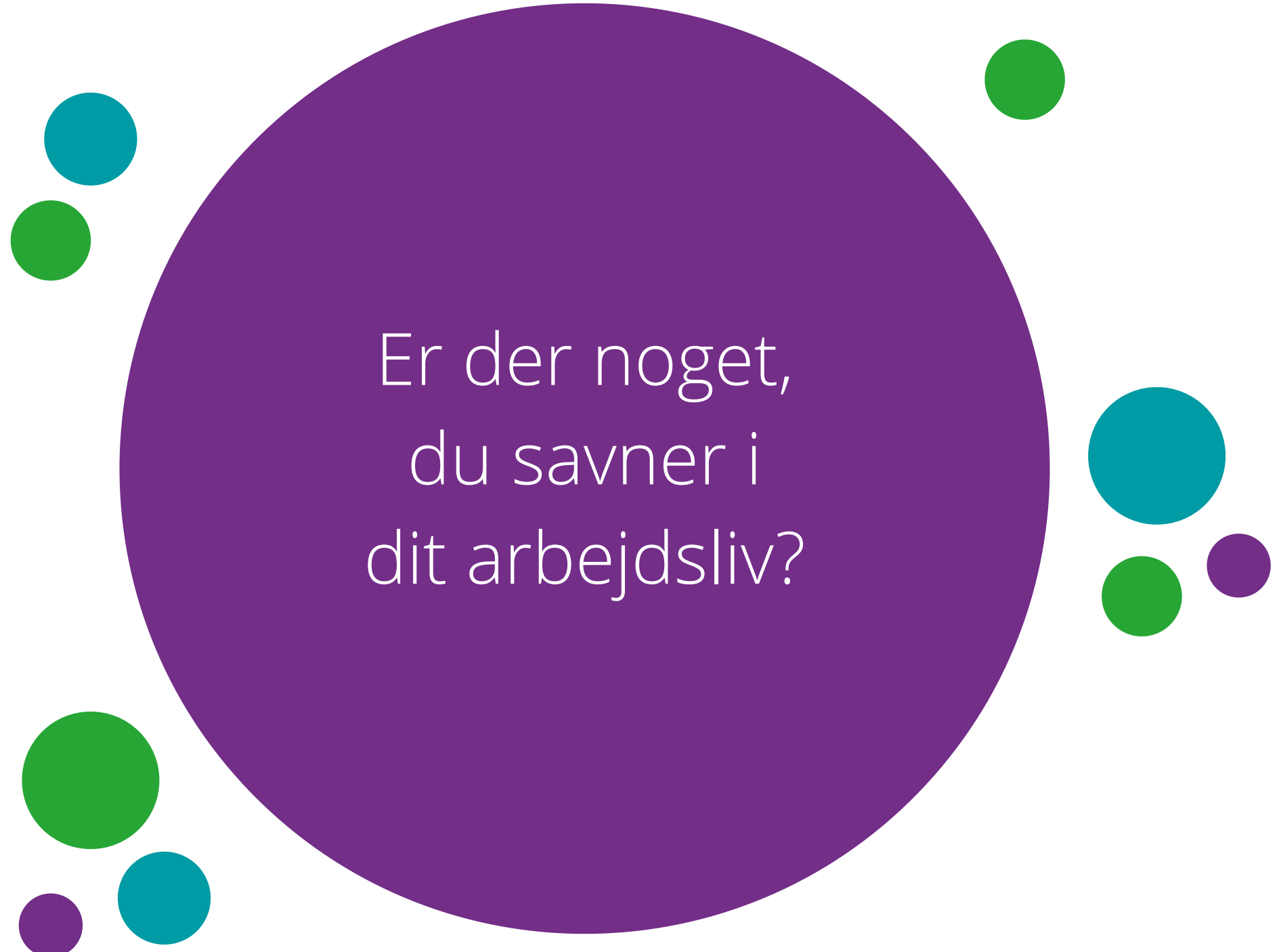
Hvad vil du gerne
opnå med dit arbejdsliv?



Oplever du at stå
alene i dit arbejdsliv
– og hvornår?



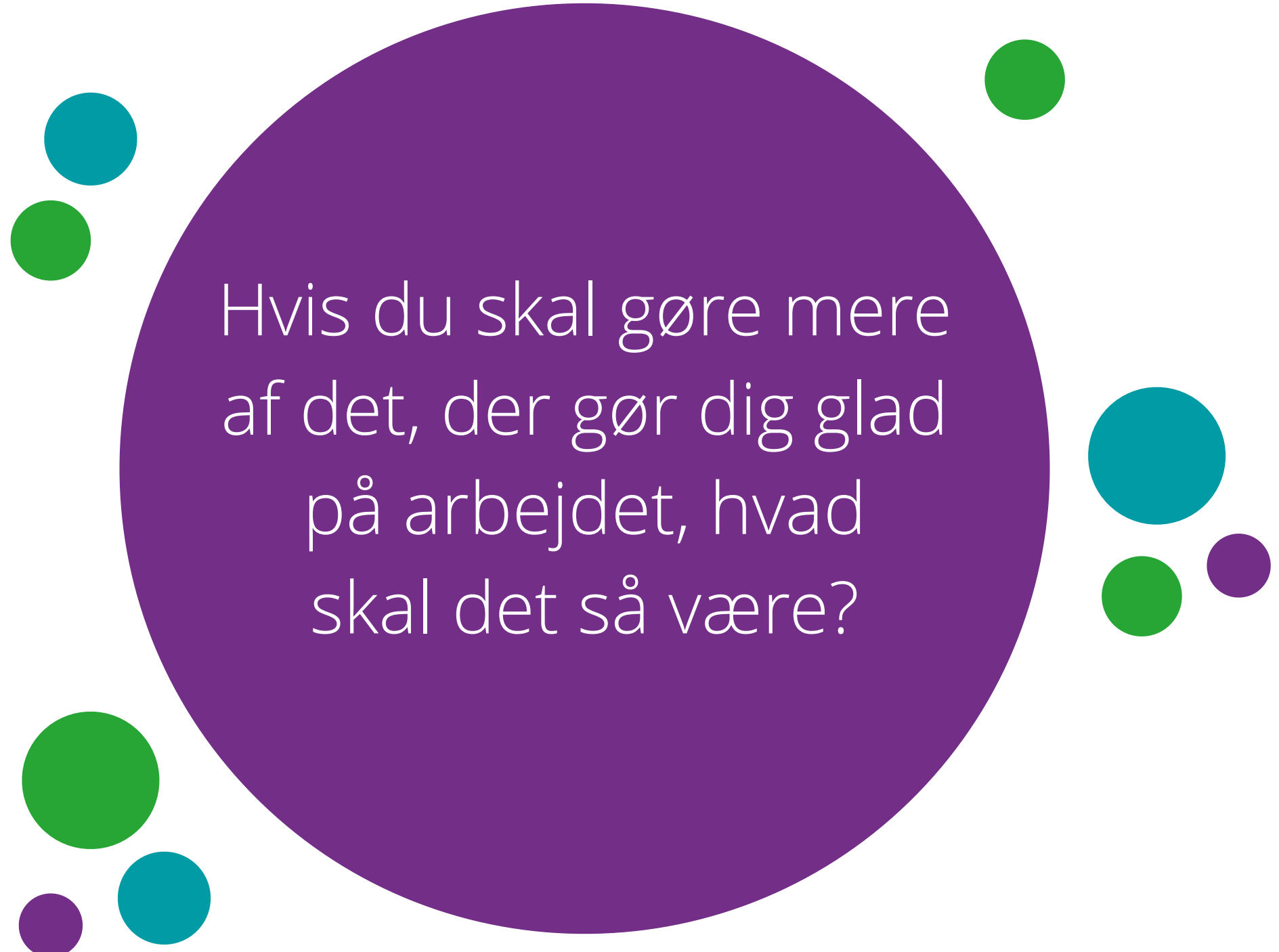
Drømmer du om at
lave noget specielt i
weekenden?




Er der noget,
du savner i
dit arbejdsliv?



Hvad er det bedste
ved dit arbejde?



Hvis du skal gøre mere
af det, der gør dig glad
på arbejdet, hvad
skal det så være?




Savner du indhold
i din arbejdsdag?



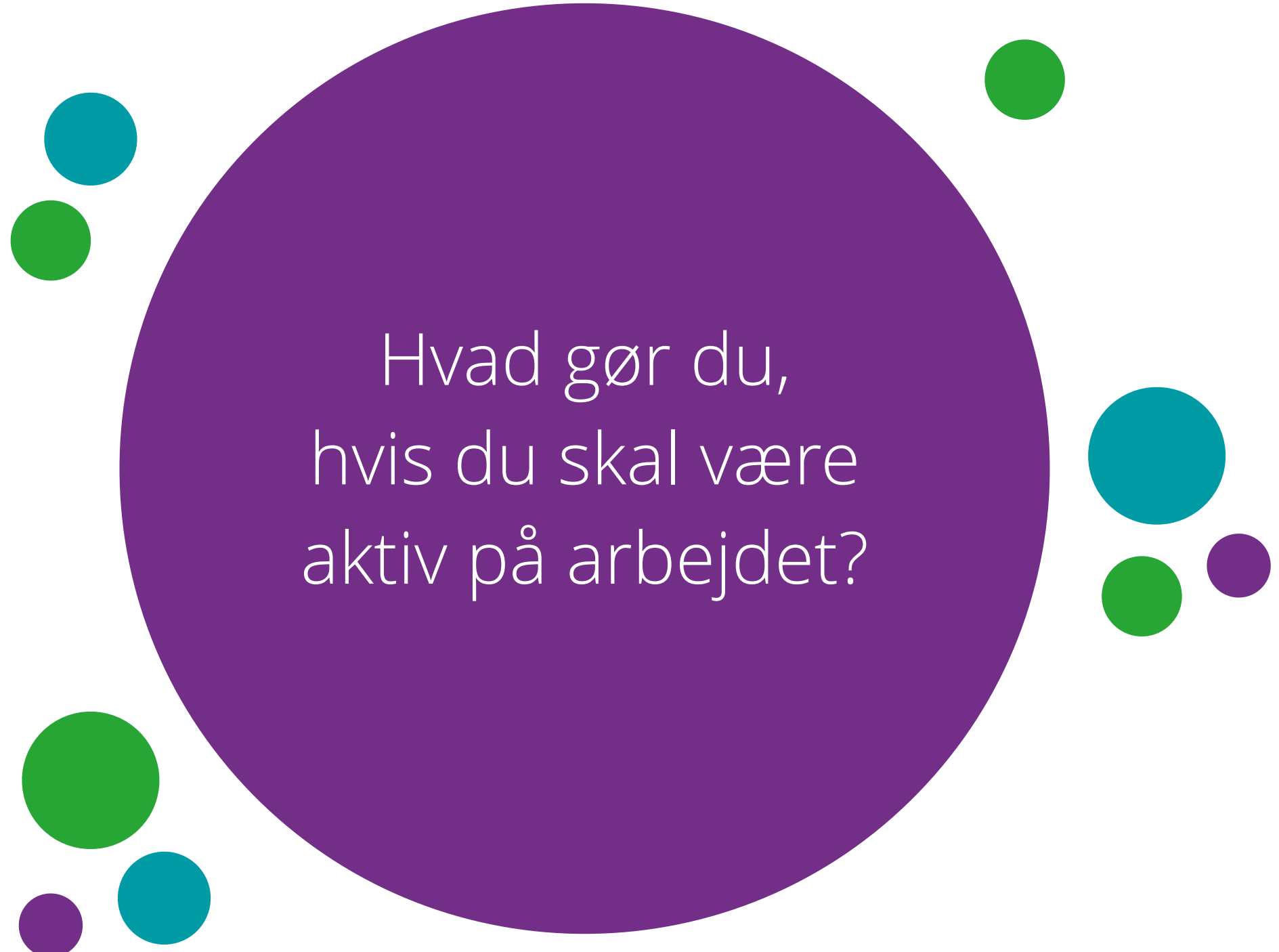
Hvad drømmer
du om i dit arbejde?



Hvad er dine håb og
drømme for fremtiden?



Føler du dig som
en del af et
arbejdsfællesskab?




Hvad gør du,
hvis du skal være
aktiv på arbejdet?



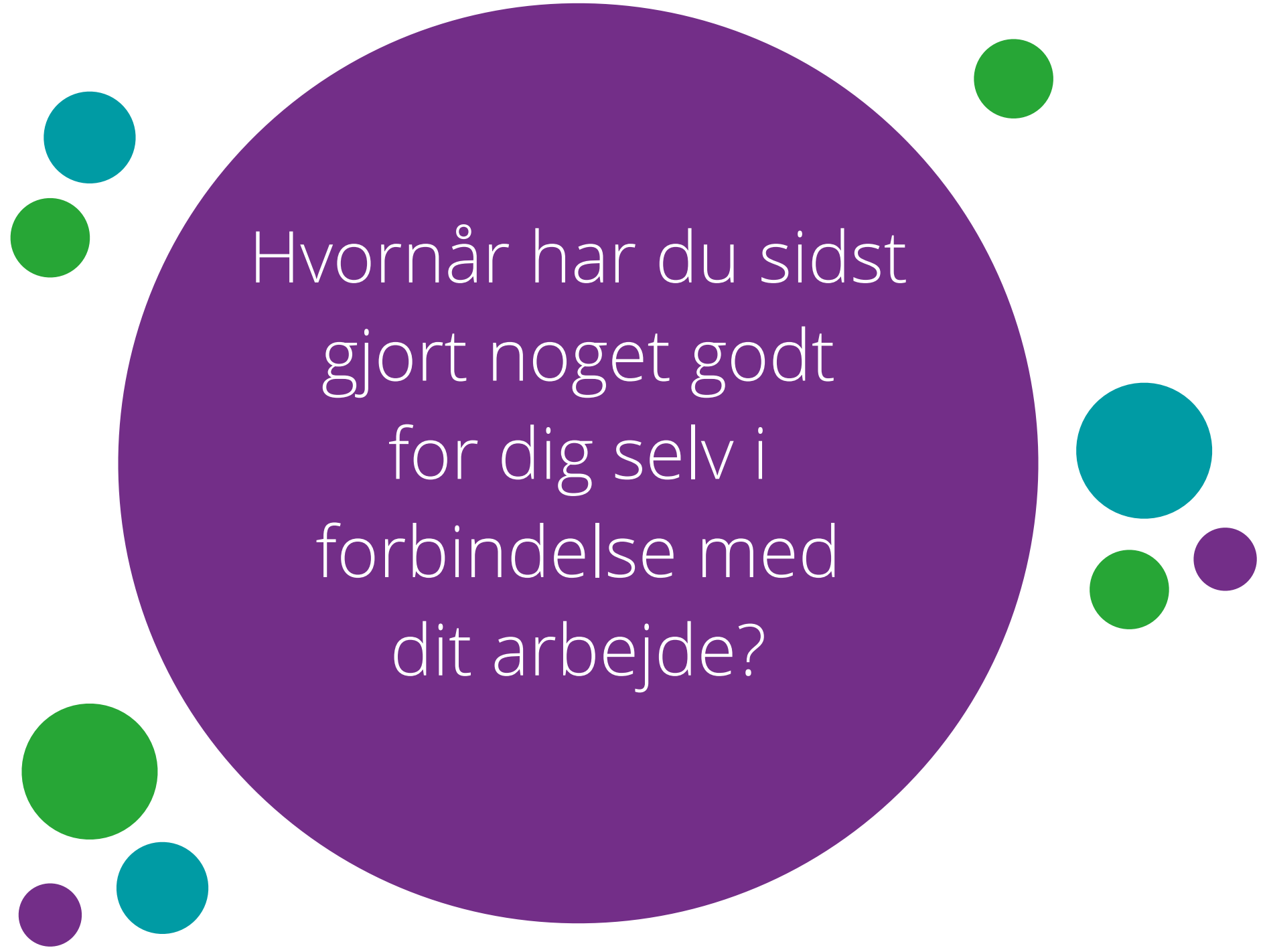
Hvad er meningsfuldt
for dig i dit arbejde?



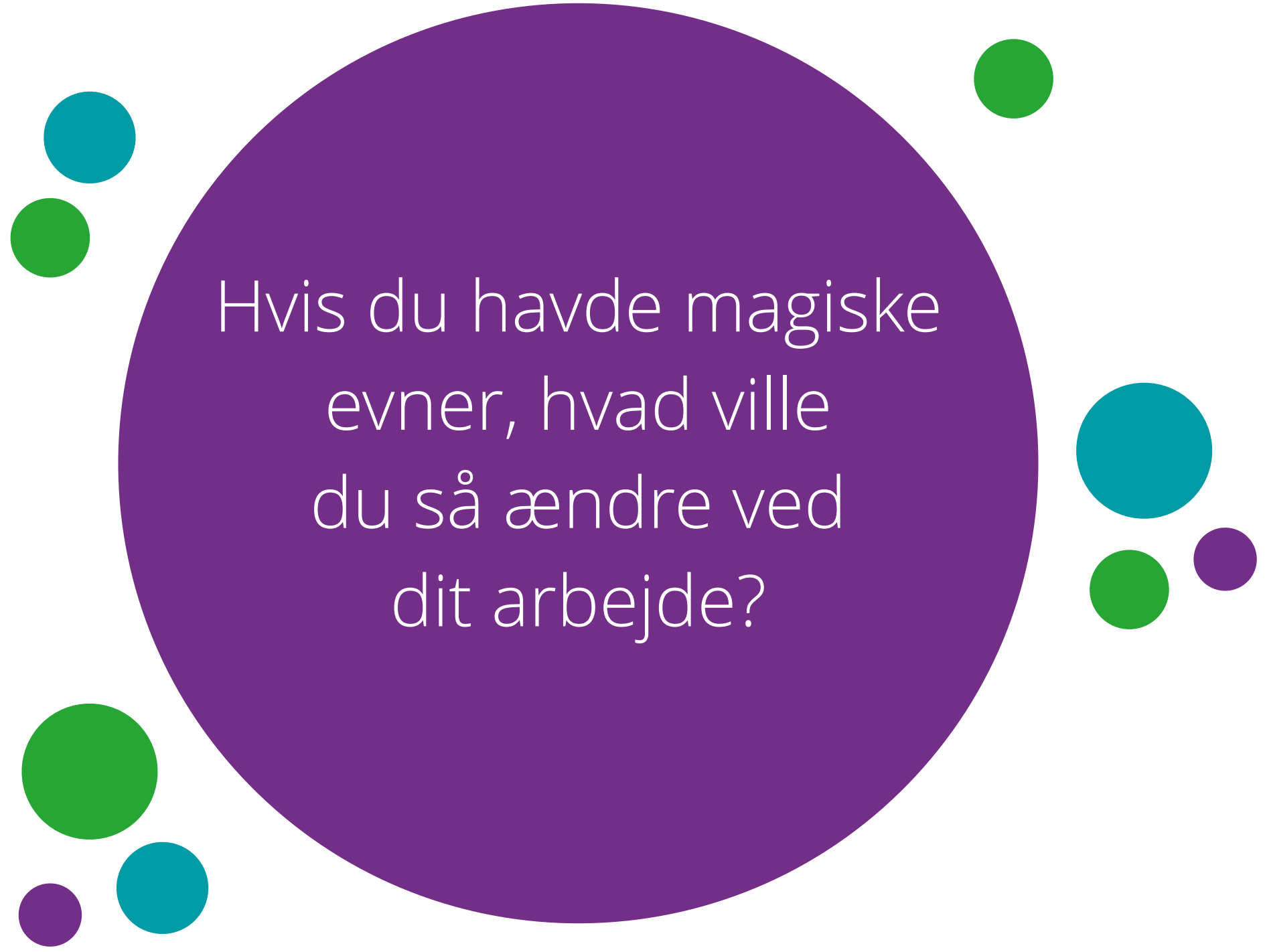
Hvad drømte du
om at blive, da
du var barn?



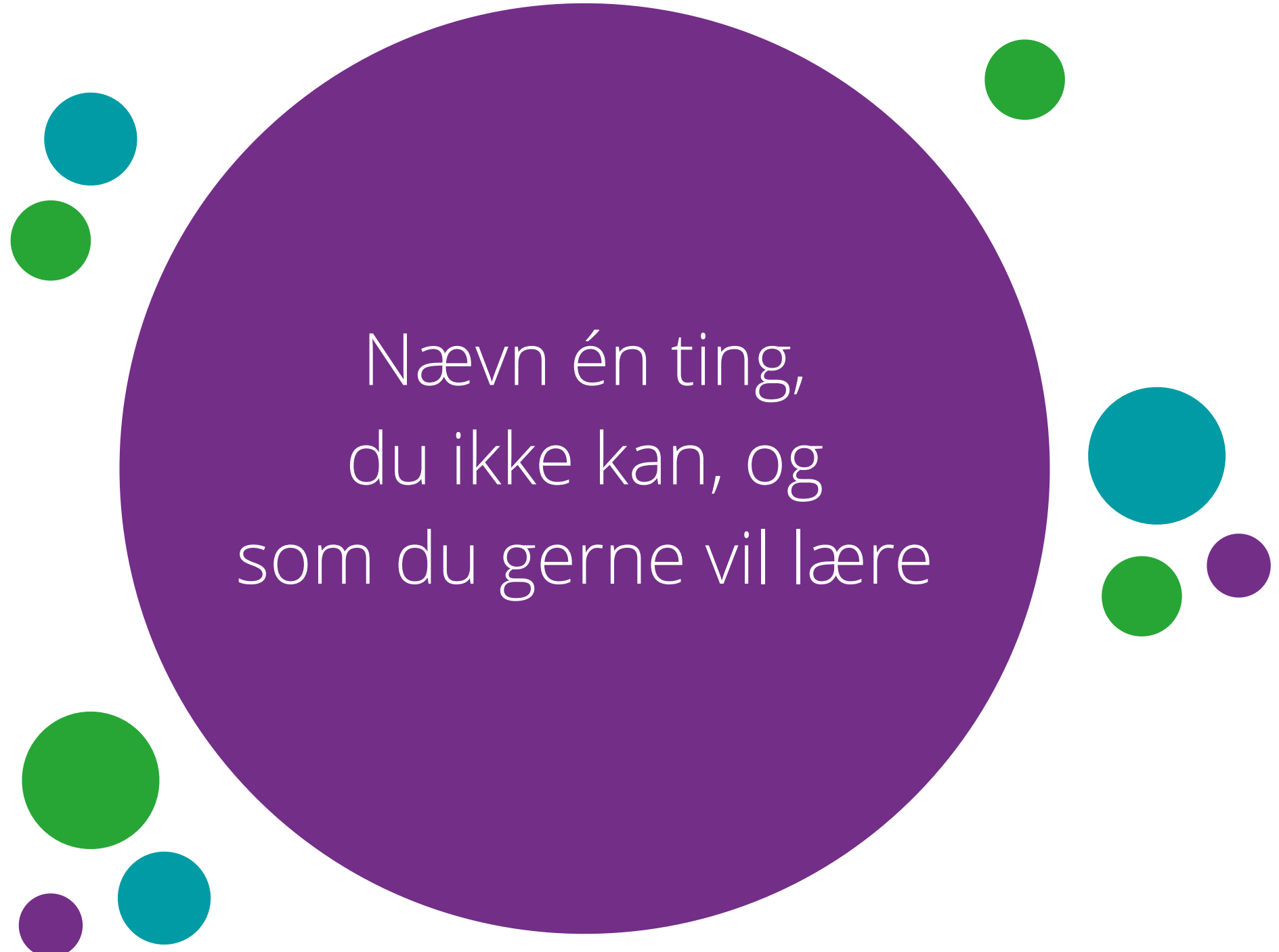
Hvis du skal have
det sjovt med
dine kolleger,
hvad finder du så på?



Hvornår har du sidst
gjort noget godt
for dig selv i
forbindelse med
dit arbejde?



Hvis du havde magiske
evner, hvad ville
du så ændre ved
dit arbejde?



Nævn én ting,
du ikke kan, og
som du gerne vil lære



Hvad kan gøre
dig glad på dit arbejde?