

## **ABC dialog-kortene er et samtale spil**

Print siderne ud. Der er 40 forskellige spørgsmål, som alle handler om at gøre noget sammen med andre, gøre noget meningsfuldt og gøre noget aktivt.

### **Spillereglerne kan eksempelvis være sådan:**

Læg alle kort på bordet med spørgsmålene nedad. Deltagerne skiftes til at trække et kort og svare på spørgsmålet.

Eller placer alle kort i en bunke. Deltagerne skiftes til at trække fra bunken, og alle deltagere svarer på samme spørgsmål. Herefter går turen videre til næste deltager.

Kortene er udviklet af Center for PsykosocialUdvikling Slagelse og Folkesundhed i Slagelse Kommune.

**Hvilke fællesskaber er  
betydningsfulde for dig?**

**Hvad brænder du for?**

**Hvad er det gode liv for  
dig?**

**Hvad giver dig energi?**

**Hvor finder du ro?**

**Hvad vil du gerne gøre  
mere af?**

**Hvornår har du sidst gjort  
noget godt for andre?**

**Hvornår føler du dig  
engageret?**

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

**Hvornår på dagen er du  
mest glad?**

**Fortæl en god historie fra  
dit liv**

**Hvem er din bedste ven og  
hvorfor?**

**Hvornår er det sværest at  
være dig?**

**Hvad vil du gerne gøre  
mere af?**

**Hvad får dig til at grine?**

**Hvilke fællesskaber ønsker  
du at være en del af?**

**Hvad er en god dag for dig?**

**I hvilke situationer oplever  
du en følelse af glæde?**

**Laver du noget sammen  
med andre?**

**Nævn nogle gode minder  
fra noget, du har gået til  
en gang**

**Hvis du skal bevæge dig,  
hvad giver så mening for  
dig?**

**Hvad vil du gerne opnå i  
dit liv?**

**Er du ensom?**

**Drømmer du om at lave  
noget specielt i  
weekenden?**

**Er der noget, du savner i  
dit liv?**

**Hvad er det bedste, du  
ved?**

**Er du medlem af en  
forening?**

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

**Savner du indhold i  
hverdagen?**

**Hvad mærker du, når du er  
aktiv?**

**Drømmer du om at komme  
ud og rejse?**

**Hvad drømmer du om?**

**Føler du dig som en del af  
et fællesskab?**

**Har du erfaring med  
frivilligt arbejde?**

**Hvad gør du, hvis du skal  
være aktiv?**

**Hvornår har du sidst gjort  
noget godt for dig selv?**

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

**Hvad kan gøre dig glad?**

**Hvis du skal gå til noget,  
hvem skal det så være  
med?**