

Återfalls- och preventionsplan

Skriv ner dina varningssignaler och skriv för varje signal ner hur du tänker göra för att komma vidare, i stället för att riskera att få ett bakslag eller så småningom ett återfall.

Signal 1:

.....

Återfalls- och preventionsplan:

.....

.....

.....

Signal 2:

.....

Återfalls- och preventionsplan:

.....

.....

.....

Signal 3:

.....

Återfalls- och preventionsplan:

.....

.....

.....

Signal 4:

.....

Återfalls- och preventionsplan:

.....

.....

.....

Signal 5:

.....

Återfalls- och preventionsplan:

.....

.....

.....

Signal 6:

Återfalls- och preventionsplan:

Signal 7:

Återfalls- och preventionsplan:

Signal 8:

Återfalls- och preventionsplan:

Signal 9:

Återfalls- och preventionsplan:

Signal 10:

Återfalls- och preventionsplan: