

Risker – åtgärder och strategier

Risksituation:

Så här kan jag göra för att förhindra att risksituationen uppstår:

Det första jag ska göra om situationen ändå uppstår är:

Om det inte hjälper så ska jag:

Om det inte hjälper så ska jag:

Om det inte hjälper så ska jag:

Så här ska jag göra för att komma tillbaka på spåret igen efter ett återfall:

