

**ACHTE
AUF
DEINEN
LEBENSSTIL**

**PROBIERE
NEUES**

**Stärke deine psychische
Gesundheit mit diesen 6 Impulsen.**

Für konkrete Ideen und Tipps: wie-gehts-dir.ch

**SUCHE
DAS
GESPRÄCH**

**SCHÄTZE
DICH
SELBST**

**Wie
geht's
dir?**

**NIMM
UNTER-
STÜTZUNG
AN**

**PFLEGE
BEZIE-
HUNGEN**