

Schnipp-Schnapp

Mit den sechs Impulsen lässt sich die psychische Gesundheit stärken. Das Impuls-Schnipp-Schnapp hilft dabei. Auf wie-gehts-dir.ch konkrete Tipps zu den Impulsen finden oder eigene erarbeiten, sie auf dem Schnipp-Schnapp eintragen, zusammenbasteln und jederzeit zwischendurch etwas tun, das guttut.

Wie geht's dir?

Wie geht's dir?

PFLEGE BEZIEHUNGEN

ACHTE AUF DEINEN LEBENSSTIL

SCHÄTZE DICH SELBST

NEUES PROBLEME

Wie geht's dir?

SUCHE DAS GESPRÄCH

NIMM UNTERSTÜTZUNG AN

Stärke deine psychische Gesundheit mit diesen 6 Impulsen.

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

