



Ostschweizer Forum für

PSYCHISCHE GESUNDHEIT



EIN KLICK DER SICH LOHNT!

www.forum-psychische-gesundheit.ch



MIT FREUNDEN IN
KONTAKT BLEIBEN.



UM HILFE FRAGEN.



SICH ENTSPANNEN.



SICH NICHT
AUFGEBEN.



SICH BETEILIGEN.



AKTIV BLEIBEN.



SICH SELBST
ANNEHMEN.



DARÜBER REDEN.



NEUES LERNEN.



KREATIVES TUN.