

10 Schritte für psychische Gesundheit



Steh zu dir



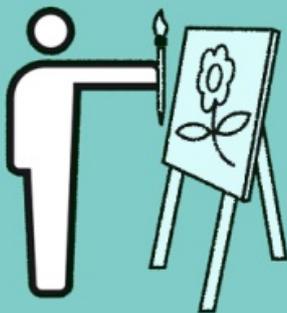
Bleib aktiv



Entdecke Neues



Beteilige dich



Sei kreativ



Sprich darüber



Entspanne dich bewusst



Hol dir Hilfe



Halte Kontakt



Glaub an dich



Santé Prison Suisse

Santé Carcérale Suisse
Salute Carceraria Svizzera
Gefängnisgesundheits Schweiz

www.sante.prison.ch