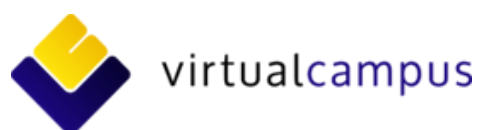




ΕΙΣΠΝΕΩ,

ΑΠΟΠΝΕΩ,

ΕΠΑΝΑΛΑΜΒΑΝΩ!



Η Ευρωπαϊκή Επιτροπή υποστηρίζει την παραγωγή αυτού
Η δημοσίευση δεν συνιστά έγκριση του περιεχομένου
που απηχεί τις απόψεις μόνο των συγγραφέων. Ο Εθνικός φορέας
και η Επιτροπή δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για οποιαδήποτε χρήση το οποίο μπορεί να αποτελείται
από τις πληροφορίες που περιέχονται σε αυτό.

ΘΥΜΗΘΕΙΤΕ:

ΔΕΙΤΕ 5
ΑΓΓΗ 4
ΑΚΟΥ 3
ΜΥΡΥΔΑ 2
ΑΙΣΘΗΣΗ 1



ΛΑΜΠΡΕΣ ΕΥΤΥΧΙΣΜΕΝΟΙ ΑΝΘΡΩΠΟΙ ΠΟΥ ΓΕΛΟΥΝ



Οι ικανότητές σας είναι πολύτιμες, η ψυχική σας υγεία είναι απαραίτητη.



Η αναζήτηση βοήθειας είναι σημάδι δύναμης, όχι αδυναμίας



Νιώθω κάθε συναίσθημα, άρα εκφράζω κάθε συναίσθημα. Αυτό με κάνει αληθινό, όχι αδύναμο.



Πρόοδος, όχι τελειότητα, στο ταξίδι ψυχικής υγείας σας

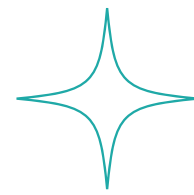


Δεν είστε μόνοι στους
αγώνες σας.
απευθυνθείτε για
υποστήριξη.

LET'S TALK
ABOUT
MENTAL
HEALTH

Η φροντίδα του μυαλού σας είναι εξίσου σημαντική με τη φροντίδα του σώματός σας





Είστε ικανοί, άξιοι ευτυχίας και ψυχικής ευεξίας

