



Alles neu macht der Mai...

...bei einem Spaziergang entdecken wir, wie alles zu blühen beginnt und die Pflanzen zu neuem Leben erwachen.

Liebe Mitarbeitende

Heute gehen wir auf Entdeckungsreise um Neues zu lernen. Durch das Erlernen von neuen Fähigkeiten kann Freude entstehen. Dies stärkt das Selbstvertrauen und fördert die persönliche Weiterentwicklung. Wann haben Sie das letzte Mal etwas Neues gelernt?

- Was würden Sie gerne können?
- Was haben Sie bisher gelernt, das Ihnen im Leben weitergeholfen hat?
- Gibt es etwas, was Sie gelernt haben und wieder auffrischen möchten?

Wie geht es Ihnen aktuell mit den Antworten auf diese Fragen?

Brauchen Sie Unterstützung oder Tipps?



Stärken Sie Ihre psychische Gesundheit mit der «Wie geht's dir?»-App:

[wie-gehts-dir.ch](https://www.wie-gehts-dir.ch)