

Wie bleibst DU psychisch gesund?



sich selbst annehmen



darüber reden



sich entspannen



Neues lernen



mit Freunden in Kontakt
bleiben

www.vap-psychologie.ch



etwas Kreatives tun



sich beteiligen



um Hilfe fragen



sich nicht aufgeben



aktiv bleiben



Verband
Aargauer
Psychologinnen und Psychologen

10 Schritte für psychische Gesundheit
© pro Mente Oberösterreich

Wie bleibst DU psychisch gesund?

Wir kümmern uns um deine psychische Gesundheit.

Finde bei uns Fachpsychologinnen und Fachpsychologen für

- Psychotherapie FSP (für Kinder, Jugendliche und Erwachsene)
- Kinder- und Jugendpsychologie FSP (z.B. Entwicklungsabklärungen)
- Paar- und Familientherapie
- Laufbahn- und Personalpsychologie FSP
- Gesundheitspsychologie FSP
- Coaching-Psychologie FSP
- Supervision

Bei uns findet man neben Fachpersonen auch

- Informationen und Aufklärung im Bereich der Psychologie
- Unterstützung bei der Suche nach kompetenten FachpsychologInnen und BeraterInnen
- Hinweise auf kantonale Veranstaltungen im Bereich Psychologie und psychische Gesundheit

www.vap-psychologie.ch