

**CURA IL
TUO
STILE
DIVITA**

**PROVA COSE
NUOVE**

**Rafforza la tua salute
mentale con questi 6 impulsi.**

Per idee concrete e suggerimenti: come-stai.ch

**CERCA
IL
DIALOGO**

**ABBI
STIMA
DITE**

**Come
stai?**

**ACCETTA
IL
SOSTEGNO**

**COLTIVA
LE
RELAZIONI**