

STYRK DIN MENTALE SUNDHED

Slagelse Kommune er en del af projekt ABC for mental sundhed, der skal styrke borgernes og din mentale sundhed. Se her, hvordan du kan snakke med børn om, hvordan de kan gøre noget aktivt og meningsfuldt sammen med andre.

ACT: GØR NOGET AKTIVT



Leg i naturen



Gør noget fjollet



Tag selv tøj på

BELONG: GØR NOGET SAMMEN



Grin sammen



Læs en bog sammen



Lav mad sammen

COMMIT: GØR NOGET MENINGSFULDT



Hjælp en kammerat



Prøv noget nyt



Brug din fantasi