S'engager ça fait du bien!

benevol-jobs.ch

Social, environnement, santé, éducation, trouve la mission bénévole qui te convient.

Tu n'as pas le pouvoir de tout changer. Mais tu peux agir là où ça compte pour toi.

Pourquoi ça fait du **bien** de passer à l'action dans un monde incertain ?

Je me sens utile
Je prends confiance
Je rencontre des gens
Je donne du sens à ce que je fais
J'ai le sentiment d'avoir un impact et un rôle à jouer
J'ai un sentiment de maîtrise plus fort sur ma vie



minds^UP

S'engager, c'est une façon d'agir.
Télécharge l'application **mindsUP** et découvre plein d'autres pistes pour prendre soin de ta santé mentale.

Commander l'affiche
Sources sur: www.minds-ge.ch/ressources
"Dans ce monde incertain, s'engager ça fait du bien !"

AVEC LE SOUTIEN DE

REPUBLIQUE ET CANTON DE GENEVE
POST TENEBRAS LUX

FONDATION LEENAARDS

La santé mentale pour tout le monde

Besoin d'aide?
www.minds-ge.ch/soutien/besoin-daide

minds
www.minds-ge.ch

Suivez-nous
YouTube