

DAS IST #GUTFÜRMICH

WAS
GEHT
MIT
MENSCH-
LICHKEIT

1. Freund*innen treffen
2. Sport machen / draußen sein
3. Lächeln
4. Gefühle offen ansprechen
5. Ruhepausen / offline sein
6. Gesund essen
7. Kreativ sein
8. Wissen, mit wem ich reden kann
9. Jemandem helfen
10. Meine JRK-Gruppe
- 11.
- 12.
- 13.
- 14.



Auf sich selbst und andere zu achten ist wichtig! Lerne mehr darüber, wie du dir helfen kannst, wenn es dir mal nicht so gut geht. Achte auch auf deine Mitmenschen: Was kannst du für sie tun?

Oben stehen einige der Ergebnisse der Aktion #gutfürmich, die im Rahmen des ICH-Jahres der JRK-Kampagne „**WAS GEHT MIT MENSCHLICHKEIT?**“ stattgefunden hat - erweitere die Liste einfach um weitere Dinge, die dir dabei helfen, dich besser zu fühlen.

Gefördert durch die:



Weitere Infos findest du auf: WWW.WASGEHTMITMENSCHLICHKEIT.DE

