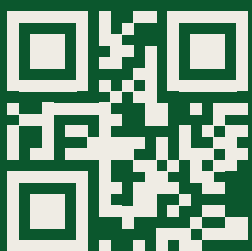


# HVORNÅR HAR DU SIDST GJORT NOGET SAMMEN MED ANDRE?



Det lyder måske simpelt – men små handlinger i hverdagen kan tilsammen skabe store forandringer. Når du gør noget sammen med andre, gør du samtidig noget godt for din og deres mentale sundhed.

**Mental sundhed er noget, vi skaber sammen.**



**GØR NOGET AKTIVT  
GØR NOGET SAMMEN  
GØR NOGET MENINGSFULDT**

ABC for mental sundhed er en forskningsbaseret indsats, som har til formål at fremme mental sundhed for alle. Scan koden eller besøg [abcsabc.dk](https://abcsabc.dk) for at læse mere om ABC for mental sundhed og find inspiration til mikrohandlinger.

ABC  
FOR  
MENTAL  
SUNDHED