

# Es soll mir besser gehen

Mir geht es nicht gut.  
Es gibt Hilfe für mich.



## Wie geht es mir?

- Ich bin oft traurig.
- Ich bin oft wütend.
- Ich habe oft Angst.
- Ich kann mich nicht freuen.
- Ich bin immer müde.
- Alles ist mir zu anstrengend.
- Ich fühle mich immer im Stress.
- Ich kann niemand vertrauen.
- Ich tue mir selbst weh.
- \_\_\_\_\_

## Es gibt Hilfe. Mit meinem Arzt kann ich reden.

Mit wem will ich sprechen?

- Haus-Arzt
- Frauen-Arzt
- Kinder-Arzt
- Beratungs-Stelle
- \_\_\_\_\_

## Ich mache einen Termin.



Mein Termin ist am: \_\_\_\_ . \_\_\_\_ . 20 \_\_\_\_

um: \_\_\_\_ : \_\_\_\_ Uhr



Hier ist mein Termin:  
\_\_\_\_\_

