

# SO SCHÜTZEN WIR UNS SEELISCH.



Akzeptieren, was man  
nicht ändern kann.



Normalität und Routine  
schaffen.



Dosierte Fakten statt  
Informationsflut und  
rotierende Gedanken.



Bewusst Auszeit und  
Rückzugsmöglichkeiten  
schaffen.



Grosszügigkeit bei  
Unterstützung,  
Konflikten und Hilfe



Kontakte und Nähe  
kreativ und herzlich  
pflegen.

Bei Sorgen und Anliegen vermittelt Ihnen unser Sekretariat eine Ansprechperson aus unserem Team von Di 8.00 bis 11.30h und 14.00 bis 17.00 Uhr und Do 8.00 bis 11.30h.

Tel. 061 721 11 88

Mail: [info@rkk-ettingen.ch](mailto:info@rkk-ettingen.ch)