

Psychische Gesundheit von Flüchtlingen stärken

Guten Tag

Gerne machen wir Sie hiermit aufmerksam auf unsere aktuellen Gruppenangebote und Workshops für geflüchtete und schutzsuchende Menschen.

Diese Angebote ergänzen die therapeutischen Angebote wie Einzelgespräche. Da sie laufend erweitert werden, lohnt es sich unsere [Website](#) immer wieder mal anzuschauen.

[Aktuelle Angebote:](#)

Angebote für Erwachsene



[YOGA](#) auf dem Stuhl, offene Gruppe ab März



Umgang mit [SCHMERZEN](#). Geschlossene Gruppe ab Mai. An drei Nachmittagen lernen schmerz betroffene Menschen konkrete Massnahmen



[ZUHÖRSTUNDEN](#) / Listening hours . Im geschützten Rahmen darf man erzählen und einander zuhören. Immer am 1. Dienstag des Monats



UMGANG MIT STRESS **auf Türkisch**, Gruppe startet nach Ramadan

Gruppenangebote für Jugendliche ab 11 Jahren



[HILFE ZUR SELBSTHILFE – UMGANG MIT STRESS](#) für **Ukrainische Jugendliche**

[ENTDECKE DEINE STÄRKE](#) – Gruppenangebot in den Sommerferien

Damit geflüchtete Menschen von diesen Angeboten erfahren und sie ermutigt werden, Hilfe anzunehmen und Unterstützungsangebote zu besuchen, sind wir **auf Ihre Hilfe angewiesen**. Bitte helfen Sie Ihren Klienten bei der **Anmeldung** zum passenden Angebot. DANKE!