KOSTENLOS · AUF UKRAINISCH

Kraft finden in schweren Zeiten

Gruppenberatung für Menschen aus der Ukraine

Krieg, Flucht und ein neues Leben können belasten. Vielleicht sind Sie traurig, ängstlich oder erschöpft. Damit sind Sie nicht allein.

- Wie wirken schwere Erfahrungen auf Körper und Seele?
- Was gibt Ihnen Kraft?
- Was hilft Ihnen im Alltag?

Lernen Sie auch das Projekt „Kraftquelle psychische Resilienz“ kennen: mit Workshops und einfachen Übungen für den Alltag.

Sie sind herzlich willkommen!

3. Dezember 2026 · 14–16 Uhr

Gesundheitskiosk Aachen Arkaden
Trierer Str. 1, 52078 Aachen

Leitung: Olga Lykhodiy, Psychologin
Bürgerstiftung Lebensraum Aachen

Anmeldung per E-Mail

esra.oeztuerk@sprungbrett-aachen.de

bürgerstiftung lebensraum aachen
die Mitmachstiftung!

SPRUNGbrett
Sozial- und Gesundheitsinitiative der StädteRegion Aachen

Gesundheitskiosk
StädteRegion Aachen