БЕЗКОШТОВНО · УКРАЇНСЬКОЮ

Знайти сили у важкі часи

Групова консультація для людей з України

Війна, вимушений переїзд і життя в новій країні можуть виснажувати. Можливо, ви відчуваєте сум, тривогу чи втому. Ви не самі.

- Як важкі події впливають на тіло та психіку?
- Що допомагає відновити сили?
- Як підтримати себе щодня?

Також ми представимо проєкт «Джерело сили: психологічна стійкість»: практичні заняття та прості вправи для щоденної підтримки.

Щиро запрошуємо вас!

3 грудня 2026 · 14:00–16:00

Gesundheitskiosk Aachen Arkaden
Trierer Str. 1, 52078 Aachen

Ведуча: Ольга Лиходій, психологиня
Bürgerstiftung Lebensraum Aachen

Реєстрація електронною поштою

esra.oeztuerk@sprungbrett-aachen.de

bürgerstiftung lebensraum aachen
die Mitmachstiftung!

SPRUNGbrett
Sozial- und Gesundheitsinitiative der StädteRegion Aachen

Gesundheitskiosk
StädteRegion Aachen