



Finanziert von der
Europäischen Union



Therapeutische Angebote
für Flüchtlinge
Rosenheim

Gefördert durch
Bayerisches Staatsministerium des
Innern, für Sport und Integration

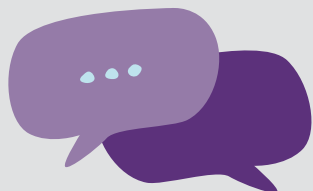


MEMBER OF THE
REFUGEE
MENTAL
CARE
NETWORK

PSYCHOLOGISCHE STABILISIERUNGSGRUPPE FÜR UKRAINER*INNEN

GEMEINSAM KRAFT UND HALT FINDEN

Fühlen Sie sich traurig, alleine, ängstlich oder unsicher? Ist es nach der Flucht aus der Ukraine schwer, inneren Halt und Kraft zu finden?



Wir laden Sie zur **Stabilisierungsgruppe** für erwachsene Ukrainer*innen ein.

Die psychologische Begleitung und Leitung der Gruppe erfolgt durch die Ukrainerin **Alla Khukhro**.

Die Gruppe wird auf **Ukrainisch** und bei Bedarf auch auf Russisch durchgeführt. Die Teilnahme ist **kostenlos**.

Themen:

- Wie finde ich in einer neuen Umgebung Kraft und Halt in mir selbst?
- Wie kann ich mit schwierigen Gefühlen umgehen?
- Was hilft mir, den Alltag in der neuen Umgebung zu bewältigen?
- Wie kann ich mit Verlust umgehen?
- Wie gelingt es mir die Beziehungen zu geliebten, weit entfernten Menschen aufrecht zu erhalten?



Wo und wann?

- Diakonie Rosenheim (TAFF), **Kufsteiner Straße 55**, 83022 Rosenheim
- **Ab 28.04.25** jeden **Montag** von **14:30 bis 16:30 Uhr**
- **Anmeldung** bei Alla Khukhro: 0176 65185619, intent145@gmail.com



Finanziert von der
Europäischen Union



Therapeutische Angebote
für Flüchtlinge
Rosenheim

Gefördert durch
Bayerisches Staatsministerium des
Innern, für Sport und Integration



MEMBER OF THE
REFUGEE
MENTAL
CARE
NETWORK

ГРУПА ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТАБІЛІЗАЦІЇ ДЛЯ УКРАЇНЦІВ

РАЗОМ ЗНАХОДИМО СИЛИ ТА ПІДТРИМКУ

Вам сумно, самотньо, тривожно чи невизначено? Чи важко знайти внутрішню опору та сили після втечі з України?

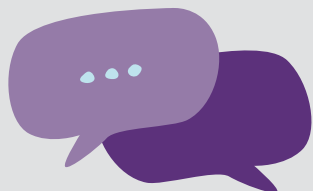


Запрошуємо на **стабілізаційну групу** для дорослих українців.

Психологічний супровід здійснює/Групу веде українка **Алла Хухро**.

Група буде проводитися **українською** та, за необхідності, російською мовами.

Участь у групі **безкоштовна**.



Теми:

- Як знайти в собі сили і підтримку в новому середовищі?
- Як впоратися зі складними почуттями?
- Що допомагає мені справлятися з повсякденним життям у новому середовищі?
- Як впоратися з втратою?
- Як підтримувати стосунки з близькими, які знаходяться далеко?



Де і коли:

- Diakonie Rosenheim (TAFF), Куфштайнерштрассе 55
Kufsteiner Straße 55, 83022 Rosenheim
- **3 28.04.25** щопонеділка **14:30 - 16:30**
- Реєстрація у Алли Хухро: 0176 65185619,
intent145@gmail.com