



## **Das Psychosoziale Zentrum für Flüchtlinge in Kiel bietet psychosoziale Unterstützung an!**

### ***Liebe Ukrainerinnen und Ukrainer!***

*Ereignisse, die Sie von Ihrem Zuhause vertrieben haben, stoßen weltweit auf Entsetzen, Schmerz und Unverständnis. Das tägliche Anschauen von Nachrichten, Sorgen um Ihre Verwandten und Menschen, die Ihnen nahestehen, Ihr Eigentum, das Schicksal Ihrer Heimat, die Zukunft in einem neuen Land, das alles kann Angstzustände, Schlaflosigkeit und Kopfschmerzen auslösen. Diese und andere Erscheinungen sind die Folgen langandauernden Stresses.*

*Aber wie können wir in diesen schwierigen Zeiten unsere psychische Gesundheit schützen? Wie können wir uns beruhigen, wo holen wir Kraft und Energie, um diese Schwierigkeiten zu überstehen? Wie können wir uns selbst, unsere Kinder und Menschen, die uns nahestehen unterstützen, um die Folgen der traumatischen Ereignisse zu vorbeugen?*

**Das Psychosoziale Zentrum für Flüchtlinge in Kiel** lädt Sie zu informativen Treffen ein, um alle Fragen bezüglich der Erhaltung psychischer Gesundheit in einer warmen Atmosphäre mit Kaffee und Kekse zu besprechen.

***Wir laden Sie zu einem ersten Kennenlernetreffen ein!***

***Dieses findet am Dienstag, 19.04.2022 um 16 Uhr***

***Im Fleet -Stadtteilrestaurant in der Muhliusstraße 84, Kiel statt***



*Das erste Treffen wird von einer Sozialpädagogin, einer Therapeutin, einer Dolmetscherin sowie einer ukrainisch- und russischsprachigen Psychologin begleitet.*

*Alle Treffen sind kostenlos. Wir bitten alle Interessierte sich unter den Telefonnummern **0431 70559491** oder **0151 29808911** (Ukrainisch oder Russisch) anzumelden.*

*Bitte nehmen Sie Ihren Pass mit. Bringen Sie auch ihren Impfpass, eine Bescheinigung über die Genesung oder einen negativen Test mit.*





**МИ БУДЕМО РАДІ ВАС БАЧИТИ! WIR FREUEN UNS AUF SIE!**

