



Sozialdienst
Katholischer
Männer e.V.
Lippstadt



من اينجا هستم
Man inja hastam...

*Ich bin **HIER!***

*Ich achte **MICH**
Ich habe **STÄRKEN***

MENSCHEN
MIT MENSCHEN

أنا هنا Ana huna ...



Liebe Kolleginnen und Kollegen,

Man inja hastam (Ana huna) ist ein ressourcenorientiertes, therapeutisches Angebot für Frauen in seelisch/psychisch belastenden Lebenssituationen oder mit traumatischen Lebenserfahrungen. Das Projekt ist sowohl kulturell als auch inhaltlich ausgerichtet an Frauen aus dem persisch-arabischen Sprach- und Lebensraum und wird durch Sprachmittlerinnen unterstützt.

Angeboten werden gemeinschaftliche Treffen, Vorträge und Aktivitäten zu Themen wie:

- Therapeutische Interventionen zur Stärkung persönlicher Ressourcen – mentale Gesunderhaltung – Stärkung des Selbstwertgefühls*
- Kultur- und traumasensible Yoga- und Entspannungsübungen*
- Seelische Gesundheit – Seelische/traumatische Belastungen*
- Beratungs-, Unterstützungs- und Behandlungsmöglichkeiten nach gewalttätigen oder traumatischen Erlebnissen*
- Einzelgespräche im Rahmen der traumazentrierten Beratung*
- Leben der Frauen in Deutschland*
- Umgang mit Traurigkeit und Angst*
- etc.*

Die Treffen finden regelmäßig an jedem 3. Mittwoch im Monat, um 14.30 Uhr in der Geschäftsstelle des SKM e.V. Lippstadt, Cappelstraße 50 - 52 statt.

*Anmeldung bei: **Andrea Kiel-Philipp***

M.A. Soziale Arbeit, Sozialtherapeutin,

Traumapädagogin/Traumaberatung DeGPT/BAG

Tel. 02941/9734-51, Mobil: 0151/25733394

E-Mail: kiel-philipp@skm-lippstadt.de

Das Projekt wird durch Spenden finanziert.