

«achoo»

Gruppentherapie für Mädchen und junge Frauen, die in die Schweiz geflüchtet sind

Du hast deine Heimat verlassen müssen, bist neu in der Schweiz, wohnst in einem Zentrum für MNAs oder irgendwo sonst im Kanton Zürich, alleine oder mit Deiner Familie.

Du möchtest in der Schweiz, an deinem Wohnort oder in der Schule gut ankommen, Dich ans Neue gewöhnen und Dich an Gutes von früher erinnern und vielleicht mit der Zeit hier Freundschaften zu anderen Frauen aufbauen?

Wir unterstützen Dich dabei, Dich in der Schweiz einzuleben und wohl zu fühlen.

Wir spielen, erzählen, reden miteinander und lernen voneinander – nur unter Mädchen und Frauen.

Das haben Jugendliche gesagt, die in einer Gruppe teilnehmen:

“Wir sprechen miteinander und machen Spass”. Z. aus Afghanistan

“In dieser Gruppe, versuchen wir Problemen zu lösen”. K. aus Eritrea

“Der Beste Groppe wo es gibt”. A. aus Afghanistan

“Wir vertrauen uns genug, wir schämen uns nicht, dass wir Problemen haben”.
J. aus Syrien

“Wir lachen so viel mit einander”. AS. aus Afghanistan

“Wir sollen die Gruppen dreimal in der Wochen haben.” M. aus Syrien

“Wir können über alles sprechen und dann geht es uns besser.” S. aus
Afghanistan

Unser Angebot

Wir laden Dich einmal in der Woche in einen gemütlichen Raum ein.

verein family-help

arterstrasse 24 | 8032 zürich | tel. 043 243 63 53 | verein@family-help.ch | www.family-help.ch
Alternative Bank Schweiz | IBAN CH10 0839 0034 7483 1000 8 | BIC: ABSOCH22

Du kannst Dich dort mit Mädchen und jungen Frauen aus verschiedenen Ländern treffen.

Wir bieten einen geschützten Ort, wo Du willkommen bist, wo Du fragen, erzählen, zuhören, auffanken, spielen, ausruhen, austoben und Dich einbringen kannst.

Du erhältst Informationen und Unterstützung zu Themen deiner Entwicklung und deinem neuen Leben hier in der Schweiz.

Wichtige Informationen

Ort:	Verein Family-Help Arterstrasse 24, 8032 Zürich
Zeit:	Jeweils am Mittwoch von 16.30 bis 18.00 Uhr
Hauptsprache:	Deutsch, Dolmetscher werden auch eingesetzt
Gruppengrösse:	6 - maximal 8 Mädchen und junge Frauen
Abrechnung:	Über die Krankenkasse und über Spendengelder
Leitung:	- lic. phil. Sandra Rumpel <i>eidg. anerkannte Psychotherapeutin</i> - M.Sc. Hannah Ospelt <i>eidg. anerkannte Psychotherapeutin</i>
Anmeldung und Fragen an:	Stefanie Ruef 043 243 63 53 sozialarbeit.family-help@hin.ch