„Hand in Hand“ ist eine unterstützende Selbsthilfegruppe für arabische Frauen, die sich gegen Einsamkeit und Traumabewältigung engagiert.

In einem sicheren, vertrauensvollen Raum können Frauen ihre Erfahrungen teilen, Unterstützung finden und gemeinsam Heilungsprozesse beginnen.

UNSERE ZIELE

1. Förderung von Gemeinschaft und Zusammenhalt.
2. Emotionale Heilung und Bewältigung von Traumata.
3. Stärkung des Selbstbewusstseins.
4. Erfahrungsaustausch und Lernen voneinander.
5. Förderung der mentalen Gesundheit

Die Gruppe ist kein Ersatz für Therapie, sondern ein unterstützender Gesprächskreis, der Frauen helfen soll, negative Gedanken zu überwinden und Lösungswege für die mentale Gesundheit zu finden.

Schaar-Haus

Bremer Straße 14
27749 Delmenhorst

0178 - 433 9994

handinhand.frauengruppe@gmx.de

Ansprechpartnerin: Yasmin Kunbus

Termine nach Vereinbarung

Frauengruppe

Hand IN Hand



gemeinsam
gegen
Einsamkeit
und Trauma

Zusammen stark,
das ist kein Traum,
wir finden unseren
eigenen Raum.
Gemeinsam statt allein,
Hand in Hand
im Sonnenschein.