

Unterstützung psychische Gesundheit für Geflüchtete in der Herkunftssprache

Deutsch

«Fühlen Sie sich manchmal überfordert?
Sind Sie gestresst oder traurig?»

Haben Sie Mühe, Ihren Alltag zu bewältigen?

Falls ja, bietet Ihnen mit SPIRIT das Programm «Problem Management Plus» eine einfache und rasche Form der Unterstützung.

Erlernen Sie Strategien für den Umgang mit Alltagschwierigkeiten und emotionalem Stress.

Die Teilnahme ist kostenlos.

Flyer in Amharisch, Arabisch, Dari, Farsi, Kurmanci, Pashtu, Russisch, Sorani, Tamilisch, Tigrinya, Türkisch, und Ukrainisch:

Hier direkt downloaden: www.srk-baselland.ch/spirit/flyer



QR-Code scannen
und mehr erfahren!

Schweizerisches Rotes Kreuz
Kanton Baselland



Problem Management Plus

Pilotprojekt

Für wen?

Erwachsene mit Flucht-Hintergrund (Ausweis F und S oder B-Flüchtling), die im Kanton Basel-Landschaft wohnen.

Ihre Vorteile?

Sie lernen **einfache Strategien**, um mit Problemen und Stress im Alltag umzugehen. Sie lernen, wie Sie sich in verschiedenen Situationen **selbst helfen** können. Die Teilnahme ist **kostenlos**.

Wie funktioniert es?

Das Programm beinhaltet **5 Einzelgespräche à 90 Minuten**. Nach der Anmeldung findet ein Aufnahmegespräch statt. Geschulte Mitarbeitende führen das Programm **in Ihrer Herkunftssprache** durch. Das Programm findet in **Liestal oder Binningen** statt. Wir bezahlen Ihre Fahrtkosten.

Das Rote Kreuz Baselland organisiert zusammen mit dem Ambulatorium für Folter- und Kriegsoffer Zürich (AFK) das Programm.

Sind Sie interessiert? Melden Sie sich bei uns!



QR-Code scannen
und mehr erfahren!

www.srk-baselland.ch/spirit

Unterstützt von:

SP}RIT

SCALING-UP PSYCHOLOGICAL INTERVENTIONS
IN REFUGEES IN SWITZERLAND

**BASEL
LANDSCHAFT**

FINANZ- UND KIRCHENDIREKTION
KANTONALES SOZIALAMT



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Justiz- und Polizeidepartement EJPD
Staatssekretariat für Migration SEM

Rotes Kreuz Baselland

Frau Hamiyet Vural
Fichtenstrasse 17 | 4410 Liestal
Telefon 061 905 82 72/ 00
spirit@srk-baselland.ch
www.srk-baselland.ch/spirit

Schweizerisches Rotes Kreuz
Kanton Baselland

