

Курс изучения стратегий для самостоятельной жизни

Вы иногда ощущаете подавленность, напряжение или грусть?

С трудом справляетесь с повседневной жизнью и временами чувствуете растерянность?

Если да, то курс «УПРАВЛЕНИЕ ПРОБЛЕМАМИ ПЛЮС» («Problem Management Plus») предлагает вам простую и быструю форму поддержки.

Для кого это?

Взрослые беженцы (независимо от статуса проживания), зарегистрированные в Базель-Штадте и получающие социальную помощь.

Как это работает?

Специально обученные люди из той же культурной среды проведут с вами курс УПРАВЛЕНИЕ ПРОБЛЕМАМИ ПЛЮС «Problem Management Plus» на вашем родном языке. В течение 5 индивидуальных занятий вы освоите новые навыки решения проблем и задач в повседневной жизни.

В чем преимущества?

Применяя полученные знания, вы сможете помочь себе в трудных ситуациях. Курс является бесплатным после того, как регистрация будет одобрена социальной помощью.

Вам интересно?

Узнайте больше об этом курсе у своего консультанта в отделе социальной помощи или зарегистрируйтесь напрямую через нас по адресу:



Электронная почта: spiritKVBS@srk-basel.ch



Телефон: +41 61 319 56 56

Все сотрудники подчиняются строгим правовым нормам, касающимся конфиденциальности.

Хотите узнать больше о SPIRIT?

Посетите наш сайт: www.spirit-network.ch



Kanton Basel-Stadt

Schweizerisches Rotes Kreuz
Kanton Basel-Stadt



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

SPIRIT
SCALING-UP PSYCHOLOGICAL INTERVENTIONS
IN REFUGEES IN SWITZERLAND