

TRAUMAHILFE NETZWERK
Augsburg & Schwaben e.V.
Stenglinstr. 7
86156 Augsburg

Veranstalter:

TRAUMAHILFE NETZWERK Augsburg & Schwaben e.V.
im Haus Tobias | Stenglinstraße 7 | 86156 Augsburg
Tel.: 0821/44409484 | Fax: 0821/44096-40
E-Mail: info@traumahilfe-augsburg.de
www.traumahilfe-augsburg.de

Wegbeschreibung

Das Haus Tobias sowie die Stenglinstraße 3 erreichen Sie

mit öffentlichen Verkehrsmitteln:

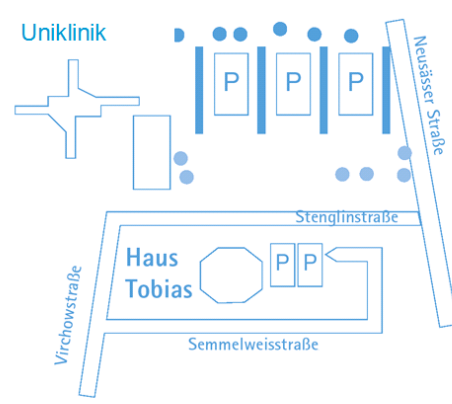
Vom Hauptbahnhof Straßenbahn Linie 4 Richtung Augsburg-Nord bis Haltestelle Wertachbrücke, weiter mit Straßenbahnlinie 2 Richtung Augsburg-West, Haltestelle Stenglinstraße.

Die Buslinie 32 fährt direkt vom Augsburger Hauptbahnhof zur Uniklinik (Fahrzeit etwa 20 Minuten) im Viertelstunden-Takt.

mit dem Auto:

aus nördlicher Richtung : A8, Autobahnausfahrt "Augsburg-West". Beschilderung "Uniklinik" folgen.
aus südlicher Richtung: B17, Ausfahrt „Kriegshaber Uniklinik“. Beschilderung "Uniklinik" folgen.

Der Parkplatz Haus Tobias ist über die Semmelweisstraße erreichbar (siehe Plan).



TRAUMAHILFE

AUGSBURG NETZWERK SCHWABEN

Mein inneres Team

Aufbaugruppe

zur psychischen Stabilisierung

für Frauen und Männer

ab 30. April 2024

8x dienstags von 16:30 – 18:00 Uhr

Leitung

Karena-Maria Schneider

M.Sc. Psychologie, Psycholog. Psychotherapeutin
Traumatherapie

Katharina Schuster

Dipl.-Psychologin, Psycholog. Psychotherapeutin
Traumatherapie

Mein inneres Team

Aufbaugruppe zur psychischen Stabilisierung für Frauen und Männer

Haben Sie manchmal das Gefühl, in Situationen „falsch“ zu reagieren? Durch besondere belastende Lebensereignisse sind in Ihnen womöglich verschiedene Rollen, Charaktereigenschaften und Wesenszüge entstanden, die damals eine wichtige Funktion inne hatten, aber heute im Alltag nicht immer hilfreich sind. Dies kann zur Folge haben, dass Sie sich insbesondere in stressigen oder konfliktreichen Situationen unsicher fühlen oder nicht so reagieren können, wie Sie es sich selbst wünschen würden.

In dieser Gruppe werden Übungen angeleitet, mithilfe derer Sie ihr eigenes inneres Team kennenlernen und ihre Funktionen und Bedeutung für verschiedene Lebenssituationen reflektieren können.

Die Gruppe richtet sich vorrangig an Betroffene, die bereits unsere Stabilisierungsgruppe „Sicherheit finden – aber sicher!“ oder eine ähnliche Gruppe besucht haben und mit den dort vermittelten Inhalten vertraut sind.

Sie kann eine gute Grundlage für weitere Psychotherapie sein oder auch eine sinnvolle Ergänzung, wenn die Behandlung bereits begonnen hat.

Wann:

8x dienstags von 16:30 – 18:00 Uhr

30.04. | 07.05. | 14.05. | 28.05. |
04.06. | 18.06. | 25.06. | 02.07.2024

Wo:

Traumahilfe Netzwerk
Stenglinstraße 3, 1. Stock
86156 Augsburg
Achtung: Die Gruppe findet **nicht** im Haus Tobias statt (Eingang: zweites Haus links vom Haus Tobias nahe Haltestelle „Stenglinstraße“)

Kosten:

110 EUR

Verbindliche Anmeldung

Den nebenstehenden Abschnitt senden Sie bitte an uns zurück

- per Email an:
info@traumahilfe-augsburg.de
- schriftlich an das Traumahilfe Netzwerk
- per Kontaktformular über die Homepage

Nach Erhalt der Anmeldebestätigung per E-Mail überweisen Sie bitte auf das Konto bei der Liga Bank Augsburg

IBAN: DE18 7509 0300 0000 2520 00

BIC: GENODEF1M05

Bitte vermerken Sie im Verwendungszweck die **Kurs-Nr. 2024.4SFA-2** und den **Teilnehmernamen**.

Anmeldung

bis 19.04.2024

Ich melde mich für den Kurs 2024.4SFA-2, „Mein inneres Team“ – Aufbaugruppe zur psychischen Stabilisierung für Frauen und Männer, verbindlich an:

Frau Herr divers

Name,
Vorname: _____

Straße: _____

PLZ/Ort: _____

Tel.-Nr.: _____

eMail: _____

Ich wünsche eine Rechnung. Die Rechnungsadresse entspricht der oben angegebenen Adresse.

Ich wünsche eine Rechnung an folgende Adresse:

Den **Datenschutzbestimmungen** (siehe Homepage) und **Stornovereinbarung** stimme ich mit meiner Anmeldung zu.

Datum, Unterschrift