



## „Angekommen...?“

Therapeutische Begleitung für Asylsuchende aus der Ukraine

Einen Krieg und eine Flucht verarbeiten, von geliebten Menschen Abschied nehmen, in einem fremden Land ankommen ... Wir, Joseph, Cristina, Vita und Karin begleiten Sie gerne, damit Sie mit neuem Mut und Vertrauen in der Schweiz leben können.

Da wir nicht dieselbe Sprache sprechen, arbeiten Sie bei uns mit kreativen Mitteln. So können wir uns trotzdem verstehen.


Sie können eine Einzelsitzung **à 12 Mal 1 Stunde** besuchen.

**Wenn Sie gerne kommen möchten, markieren Sie mit einem Kreuz die richtige Antwort:**

Ich bin eine Frau

Ich bin ein Mann

Ich bin ein Kind und ich bin älter als 7 Jahre

| Bitte, füllen Sie diesen Fragenbogen aus:   |   | Ja | Nein |
|---|---|----|------|
| 1.  | Haben Sie Schwierigkeiten einzuschlafen?                                    |    |      |
| 2.  | Haben Sie oft Albträume?  |    |      |
| 3.  | Haben Sie oft Kopfschmerzen?  |    |      |
| 4.  | Leiden Sie unter anderen körperlichen Schmerzen?                            |    |      |
| 5.  | Werden Sie schnell wütend?  |    |      |
| 6.  | Erinnern Sie sich oft an schmerzhaftere Ereignisse aus Ihrer Vergangenheit? |    |      |
| 7.  | Haben Sie häufig Angst?   |    |      |
| 8.  | Vergessen Sie oft Dinge im Alltag?  |    |      |
| 9.  | Ziehen Sie sich stark von Ihrem Umfeld zurück?                              |    |      |
| 10.   | Haben Sie häufig Probleme sich zu konzentrieren?                            |    |      |
| <b>Anzahl der mit Ja beantworteten Fragen</b>  |   |    |      |



Falls Sie mehr als 4 Fragen angekreuzt haben, sind Sie bei uns am richtigen Ort.

**Schreiben Sie hier Ihre Daten, damit wir Sie kontaktieren können:**

Name und Vorname: \_\_\_\_\_

Geburtsdatum: \_\_\_\_\_

Englischkenntnis: \_\_\_\_\_

Wohnadresse: \_\_\_\_\_

Handynummer: \_\_\_\_\_

**Bezugs-, Kontaktperson oder Gastfamilie aus der Schweiz:**

Name und Vorname: \_\_\_\_\_

Telefonnummer: \_\_\_\_\_

**Bitte, geben Sie diese Anmeldung an die zuständige Person oder an Ihre Gastfamilie weiter.**

Ihre Daten sind geschützt und dürfen nur von Ihrer Begleitperson gelesen werden!

Vielen Dank!

**Unser Therapeutenteam:**

**Joseph Aschwanden:** begleitet Männer und Kinder

**Cristina Roters:** begleitet Frauen und Kinder

**Vita von Tümppling:** begleitet Frauen und Kinder

**Karin Frey:** begleitet Frauen und Kinder

