



GRUPPENANGEBOT

LISTENING HOUR - ZUHÖRSTUNDE

FÜR WAS?

- Gute Gefühle
- Du fühlst dich mit anderen Menschen verbunden
- Andere hören dir zu

In einer Gruppe sind 4 bis 8 Personen.

Du erzählst was du möchtest.

Es gibt keine Vorbereitung.

Wenn wir anderen zuhören, wissen wir schnell, was wir sagen wollen.

Unsere Geschichten sind wichtig.

Andere Menschen finden sie interessant.

Wenn wir sie erzählen, fühlen wir uns stärker.

FÜR WEN?

Erwachsene Frauen mit Grundkenntnissen in deutscher Sprache.

Mindestens 4, maximal 8 Personen

WANN

Immer am 1. Dienstag des Monats, von 10:00 – 11:00 Uhr

Termine: 3. Juni*, 1. Juli**, 5. August**, 2. September**, 7. Oktober**,

4. November*, 2. Dezember* 2025

ORT

Psy4Asyl

Kompetenzzentrum Psychische Gesundheit und Migration

Gönhardweg 10

5000 Aarau

LEITUNG

Josefine Krumm*, Listening Hour Trainerin, diplomierte Kunsttherapeutin (ED), Fachrichtung Drama und Sprache.

Alice Lüps**, Listening Hour Guide, Körpertherapeutin

KOSTEN

Teilnahme: kostenlos

Fahrtkosten: müssen von Teilnehmerinnen übernommen werden

WICHTIG

Komm wenn du kannst. Du musst keine Geschichte erzählen, zuhören ist erlaubt.

ANMELDUNG

info@psy4asyl.ch. Stichwort: Listening Hour. Name, Vorname, Herkunftsland, Muttersprache