



Engagement für geflüchtete Menschen

EINLADUNG

In Balance bleiben – Selbstfürsorge für Freiwillige

Zwischen Mitgefühl und Erschöpfung in der Begleitung von Geflüchteten

Dienstag, 23. September 2025 | 18.00 – 20.30 Uhr | anschliessend Apéro

Pfarrei St. Ulrich, Saal | Seuzacherstrasse 1 | 8400 Winterthur

In Balance bleiben - Selbstfürsorge für Freiwillige

Dienstag, 23. September 2025

18:00 - 20:30 Uhr inkl. Apéro

Pfarrei St. Ulrich, Saal

Seuzacherstrasse 1, 8400 Winterthur

Inhalt & Methoden der Kursleitenden

Beschäftigen Sie die Probleme der geflüchteten Menschen manchmal so, wie wenn es Ihre eigenen Probleme wären? Wie gelingt es, belastete Personen mit Anteilnahme zu begleiten, ohne sich selbst zu verausgaben? Wie können Sie in der Begleitung von belasteten Personen dafür sorgen, selbst in Balance zu bleiben? Wie oder woran würden Sie erkennen, dass Sie nicht mehr in Balance sind?

Stellen Sie sich in Ihrem freiwilligen Engagement solche Fragen? Und möchten Sie Ihre eigenen Fragen direkt einer Fachperson stellen? An diesem Abend wird Sie Nicole Wägli in das Thema einführen und Ihnen praxisnahe Werkzeuge an die Hand geben. Im Gespräch werden Sie das Gehörte zusätzlich vertiefen.

Und natürlich haben Sie Zeit für den gegenseitigen Austausch.

Referentin

Nicole Wägli, M.Sc., eidg. anerkannte Psychotherapeutin (FSP)

Nicole Wägli arbeitet in eigener Praxis. Erfahrung in Kursleitung für die Begleitung von geflüchteten Menschen (Stadt Winterthur).

Teilnehmende

Freiwillige und Interessierte, die sich für geflüchtete Menschen engagieren. Die Teilnahme ist kostenlos.

Info & Moderation

benevol Winterthur

Susanne Horak: 052 214 24 88

Fachstelle Migration Reformierte Kirche Winterthur

Daniela Roth-Nater & Anna Degen: 058 717 58 16

Anmeldung - Anmeldeschluss ist der 18. September 2025

Fachstelle Migration Reformierte Kirche Winterthur

fachstelle.migration@reformiert-winterthur.ch

WEIT

Engagement für geflüchtete Menschen

Weitblick ist politisch und konfessionell neutral und wird getragen von den Organisationen auf der Vorderseite.