

EASE

Programm für Selbstvertrauen und Selbstbestimmtheit
Program for self-confidence and self-determination



SPYRIT
SCALING-UP PSYCHOLOGICAL INTERVENTIONS
IN REFUGEES IN SWITZERLAND

Schweizerisches Rotes Kreuz
Kanton Basel-Stadt



EASE

Flucht und Migration stellen eine Herausforderung dar.

Wie Kraft und Ausdauer, kann auch der Umgang mit schwierigen Situationen trainiert werden. Lerne in sieben Gruppentrainings auf deine Gefühle zu achten und dein Verhalten zu verstehen.

Für wen?

Kinder und Jugendliche aus der Ukraine im Alter von 9–12 und von 13–15 Jahren mit Migrationshintergrund, die in Basel-Stadt leben.

Wie funktioniert es?

Speziell geschulte Helfer aus dem gleichen Kulturkreis führen das Training in Gruppen von 6–10 Kindern oder Jugendlichen auf Ukrainisch oder Russisch durch. In sieben Gruppensitzungen (je 90 Minuten) erlernst du neue Fähigkeiten im Umgang mit schwierigen Situationen. Auch Eltern oder Begleitpersonen lernen während 3 Sitzungen Traurigkeit, Sorgen und Stress ihrer Kinder besser zu verstehen.

Kosten?

Die Teilnahme ist kostenlos.

Anmeldung:

Direkt beim Roten Kreuz Basel oder sprich mit dem Berater/ der Beraterin deiner Familie bei der Sozialhilfe.

E-Mail: SpiritKVBS@srk-basel.ch

Telefon: +41 61 319 56 56



EASE

Flight and migration pose challenges.

Like building strength and endurance, dealing with difficult situations can also be trained. Learn to pay attention to your feelings and understand your behaviour in seven group training sessions.

For whom?

Children and adolescents from Ukraine aged 9–12 and 13–15 with a migration background who live in Basel-Stadt.

Costs?

Participation is free.

How does it work?

Trainings are conducted by specially trained helper from the same cultural background. Sessions are held in small groups of 6–10 people either in Ukrainian or Russian. In seven group sessions (90 minutes) you will learn to develop specific skills to deal with difficult situations. During 3 sessions, parents or accompanying persons also learn to better understand sadness, worries and stress of their children.

Registration:

Directly at the Red Cross Basel or talk to your counselor at the social welfare office.

E-mail: SpiritKVBS@srk-basel.ch

Phone: +41 61 319 56 56



Rotes Kreuz Basel
Bruderholzstrasse 20
4053 Basel
061 319 56 56
SpiritKVBS@srk-basel.ch
www.srk-basel.ch

Mit Unterstützung von



Unterstützt durch den
Integrationskredit des Bundes

