



Stiftung Wings of Hope Deutschland, Bergmannstr. 46, 80339 München

an Frauen, die aus ihrer Heimat fliehen mussten...
an Kinder, die mit ihren Eltern geflohen sind...
und jetzt in Deutschland leben

30. Juni 2020

Herzliche Einladung für Frauen und ihre Kinder zum
Durchatmen und die innere Balance stärken

- ... für 5 Tage in den Bergen in Ruhpolding (02.-07.11 2020)
- ... für Frauen, die aus ihrer Heimat fliehen mussten
- ... und ihre Kinder im Alter von 6-11 Jahren
- ... für Frauen jeder Nationalität und Religion
- ... für alle, die sich in Deutsch verständigen können
- ... für alle, die mehr über sich und den Umgang mit belastenden Lebensereignissen lernen wollen
- ... für alle, die kostenlos an diesen Stabilisierungs- und Ressourcentagen teilnehmen wollen

„Durchatmen und die innere Balance stärken“

Stabilisierungs- und Ressourcentage für geflüchtete Frauen mit ihren Kindern

Liebe Frauen mit Fluchterfahrung,
liebe Unterstützer*innen und Begleiter*innen in der Arbeit mit Geflüchteten

Wir, die Stiftung Wings of Hope, möchten Frauen und ihre Kinder unterstützen, Belastungen, die durch schlimme traumatisierende Erlebnisse, die vielleicht auf der Flucht oder im Heimatland entstanden sind, zu lindern. Wir möchten ihnen helfen, ihr inneres Gleichgewicht zu verbessern und weniger aufgeregt, weniger traurig oder erstarrt zu sein.

Wir möchten, dass sie mehr Lebensfreude und Sicherheit spüren, in liebevoller Verbindung mit ihren Kindern.

Deshalb bieten wir 10 geflüchteten Frauen gemeinsam mit ihren Kindern an, sich auf dem Labenbachhof in Ruhpolding (unserem Tagungshaus) 5 Tage lang zu stärken, sich zu erholen und gemeinsam Neues zu entdecken.

Das Angebot ist für die Frauen und ihre Kinder kostenlos.

Der Termin der Stabilisierungstage ist

vom Montag, den 02. bis Samstag, den 07. November 2020 (Herbstferien)

Stiftung Wings of Hope
Projektbüro
Bergmannstraße 46
80339 München

Telefon 089 /50 80 88 51
Fax 089 /50 80 88 55
www.wings-of-hope.de
info@wings-of-hope.de

Spendenkonto 666 561 660
HypoVereinsbank AG
BLZ 700 202 70
IBAN DE58 700 202 700 666 561 660
BIC HYVEDEMMXXX

Spendenkonto 3403637
Evangelische Kreditgenossenschaft eG
BLZ 520 604 10
IBAN DE27 520 604 100 003 403 637
BIC GENODEF1EK1



Gemeinsam entdecken wir die Umgebung und unternehmen Ausflüge in die Berge.



Sie haben Zeit um sich auszuruhen und Kraft zu tanken und andere Frauen, die auch nach Deutschland geflüchtet sind kennenzulernen. Wir wollen gemeinsam erleben, was uns guttut und uns verwöhnen lassen.

In traumasensiblen Gesprächsrunden tauschen wir uns über gemeinsame Erfahrungen aus. Wir sprechen darüber, wie sie für sich und ihre Kinder gute sichere Orte schaffen können und was helfen kann, wenn negative Gefühle oder alte Bilder im Kopf immer wieder auftauchen und belasten



und für ihre Kinder gibt es ein Extra- Kinder-Programm mit viel Bewegung und spannenden Abenteuern in der Natur. Gemeinsam entdecken sie was sie gut können und was hilft, wenn es stressig wird.



Damit Sie sich wohlfühlen steht z.B. folgendes auf dem **Programm**:

- Schaffung einer Wohlfühlatmosphäre in einem sicheren Rahmen und unbelastetes Erleben von Gemeinschaft
- Möglichkeiten, gemeinschaftliche positive Lebenserfahrungen zu machen wie z.B. gemeinsame Ausflüge und Aktionen
- traumasensible Gesprächsrunden für Erwachsene zu Themen wie:
 - Austausch über Erfahrungen
 - Beschäftigung mit den Folgen von erlebten Belastungen
 - Bindungsorientierte, feinfühligere Erziehung von Kindern
- Arbeit mit dem Körper und Bewegungseinheiten – auch in der Natur
- Kreative Angebote, wie Kunst und Musik
- Übungen zur Stressregulation, z.B. Erstellung des persönlichen Stress-Notfallkoffers für Erwachsene und Kinder
- Ressourcenübungen, Imaginationen, wie der „innere sichere Ort“.
- Spielerisches, traumasensibles und erlebnispädagogisches Kinderprogramm
- und vieles mehr...

Wer kann teilnehmen:

- 10 Frauen, die Fluchterfahrungen gemacht haben und jetzt in Bayern in Unterkünften für Geflüchtete leben
- ihre Kinder, die zwischen 6 und 11 Jahren alt sind (bei kleineren Geschwisterkindern braucht es eine Absprache)
- Frauen und Kinder, die sich auf Deutsch verständigen können; wir werden ohne Sprachmittler arbeiten
- Frauen und Kinder aus drei Regionen in Bayern (Oberbayern, München, Nürnberg)

Die Nationalität oder Glaubenszugehörigkeit spielt keine Rolle, wir freuen uns auf kulturelle Vielfalt. Die Teilnehmer*innen sollten eine Basisstabilität und -selbstständigkeit mitbringen und dürfen nicht suizidgefährdet sein.

Wir möchten deutlich darauf hinweisen, dass diese Stabilisierungstage kein Klinikaufenthalt, keine Therapiemaßnahme oder pädagogische Intensivmaßnahme sind.

Wie ist der Ablauf des Angebots:

- bis zum 11. September: Frauen bekunden ihr Interesse und melden sich an (mit Anmeldebogen)
- bis zum 21. September: Gruppe wird vom Team zusammengestellt und informiert
- im Oktober: Vortreffen in kleineren Gruppen vor Ort
- 02.-07. Nov. 2020: Stabilisierungstage



Wo finden die Stabilisierungstage statt:

Auf dem schönen Labenbachhof der Stiftung Wings of Hope, ein Seminarhaus und Traumakompetenzzentrum. Der Hof in Ruhpolding liegt in wunderbarer erquickender Bergwelt und bietet eine breite Palette ressourcenorientierter Möglichkeiten. So gibt es dort zahlreiche Möglichkeiten für Bewegung in schöner Natur, wie Spaziergänge oder Kreativmöglichkeiten wie „Land-Art“, Bogenschießen oder Qigong. Der Hof bietet schöne und zahlreiche Räume, sodass es viele Möglichkeiten zur Begegnung, zum Rückzug, Spielen und Auftanken gibt. Weitere Informationen unter: www.labenbachhof.de

Die Fahrtkosten für den Zug nach Ruhpolding übernehmen wir und sind somit für Sie kostenlos.



Wer leitet das Programm:

Das Team besteht aus drei Sozialpädagoginnen und einer Psychologin mit traumapädagogischer Erfahrung und einem erfahrenen Erzieher. Geleitet wird das Programm von Regina Miebling, Traumapädagogin und Mitarbeiterin der Stiftung Wings of Hope. Alle freuen sich auf die bereichernde, intensive, lebendige Begegnung der Gruppe.

Was muss ich tun, um dabei sein zu können:

Wenn Sie sich für das Programm interessieren und dabei sein möchten oder Sie jemanden kennen, zu der/dem dieses Angebot passen könnte, dann wenden Sie sich bitte an:

Regina Miebling, Stiftung Wings of Hope
E-Mail: regina.miebling@wings-of-hope.de
Tel: 0911-2142370 oder 0172-8867888
Burgstr. 1-3, 90403 Nürnberg

am besten gleich mit dem ausgefüllten Bogen für die Interessensbekundung (siehe Anhang)
bis spätestens 11. September 2020

Wer ist und was macht die Stiftung Wings of Hope:

„Trauma heilen, Frieden stiften, Versöhnung leben“ – dieser Dreiklang beschreibt die Vision der Stiftung Wings of Hope. Die Überwindung von Gewalterfahrungen, die Heilung von Traumata für Einzelne und ganze Gruppen und Gesellschaften trägt zum Aufbau von Frieden bei und öffnet Wege zur Versöhnung, vor allem nach Gewalt und Kriegen.

Wir als Stiftung Wings of Hope, haben es uns zur Aufgabe gemacht, Menschen, die unter den Folgen von Krieg, Flucht und Vertreibung leiden, wieder Wege aus dem Trauma dieser Gewalt zu eröffnen. Deshalb bieten wir traumapädagogische und ressourcenorientierte Projekte an, mit denen Betroffene angemessen unterstützt und begleitet werden sollen, um die Folgen von erlittenen Traumata besser zu bewältigen. Die Überwindung von Gewalterfahrungen, die Heilung von Traumata für Einzelne, ganze Gruppen und Gesellschaften trägt zum Aufbau von Frieden bei und öffnet Wege zur Versöhnung. Wir glauben, dass es dies derzeit in Deutschland im Besonderen für geflüchtete Frauen mit ihren Kindern, aber auch für uns, als Aufnahmegesellschaft, notwendig braucht.

Die Stiftung Wings of Hope Deutschland ist eine rechtsfähige kirchliche Stiftung der Evangelisch-Lutherischen Kirche in Bayern mit Sitz in München. Sie verfolgt ausschließlich und unmittelbar mildtätige und gemeinnützige Zwecke. Weitere Informationen unter: www.wings-of-hope.de

Bitte melden Sie sich, wir freuen uns!

Mit herzlichen Grüßen
Regina Miebling,
Stiftung Wings of Hope Deutschland

Anlage: Interessensbekundung für die Ressourcentage