



KI-generiert

Neu ab Oktober: „Raum & Ressourcen“ – Bundesweites Zoom-Angebot für Angehörige

Liebe Angehörige,

im Oktober starten wir mit „**Raum & Ressourcen**“ ein neues, bundesweites monatliches Zoom-Angebot für Angehörige von emotional instabilen Menschen.

Begleitet werden die Gruppen von uns beiden – **Claudia und Bärbel**. Wir leiten die Gruppen jeweils einzeln. Mit all unseren Erfahrungen sorgen wir hier für einen sicheren und stabilen Raum.

Für uns steht der **lebendige, echte Dialog** im Vordergrund.

Unsere Haltung bei „Raum & Ressourcen“ ist geprägt von Gleichwürdigkeit:

- **Raum für eigene Grenzerfahrungen:** Der Schmerz, die Ohnmacht und die Belastungen, die dein Alltag mit sich bringt, bekommen hier ihren Platz und werden gewürdigt.
- **Fähigkeiten & Ressourcen:** Die inneren Kräfte, mit denen du dein Leben meisterst, werden hier wachgerufen. Damit du die Fähigkeiten stärkst, die dich zurück in deine Balance bringen.

Bereit für mehr Balance? Dann schreibe uns einfach eine kurze Nachricht
Damit wir die Gruppe sinnvoll vorbereiten können, nenne uns in deiner Mail kurz:

- Deinen vollständigen Namen
- Deinen Wohnort
- Deine Beziehung zu einer evtl. betroffenen Person (z. B. Partner/in, Elternteil, Kind)

- 📅 **Donnerstags-Gruppe: 1. Donnerstag** im Monat, **18:00–20:00** (Begleitung: Claudia):
angehoerige.do.zoom@borderline-kassel.de
- 📅 **Sonntags-Gruppe: 3. Sonntag** im Monat, **11:00–13:00** (Begleitung: Bärbel):
angehoerige.so.zoom@borderline-kassel.de

Wichtig für unseren geschützten Raum: Alles, was in der Gruppe besprochen wird, bleibt anonym. Du darfst die geteilten Gedanken und Erfahrungen gern mit nach außen nehmen – doch weder werden Namen weitergegeben, noch dürfen Personen durch die Schilderung erkennbar werden. Mit deiner Anmeldung bestätigst du, dass du die Privatsphäre der anderen in dieser Weise respektierst.

Wir freuen uns darauf, ab Oktober im Projekt „**Raum & Ressourcen**“ gemeinsam mit dir deine Fähigkeiten zu stärken!

Bitte beachten: Während der hessischen Schulferien findet kein Angebot statt.

Claudia und Bärbel

Borderline Trialog Kassel e.V.

www.borderline-kassel.de