



## **Diese Website ist in den folgenden Sprachen verfügbar**

German (/)

English (/en/)

العربية (Al-'arabiyya) (/ar/)

فارسی (Iran) (/fa/)

ትግርኛ (Ethiopia, Eritrea) (/et/)

## **Hinweise für Geflüchtete**

Wenn Sie diese Seite interessiert, haben Sie wahrscheinlich in letzter Zeit großes Leid erfahren. Vielleicht haben Sie z.B. Ihre Heimat verlassen müssen, Angehörige verloren oder körperliche Schmerzen ertragen müssen. Jetzt sind Sie möglicherweise in einer einigermaßen geschützten Umgebung und können etwas zur Ruhe kommen. Vielleicht meldet sich jetzt Ihre Seele mit einer der nachfolgenden Fragen:

Wie kann ich weiterleben mit meinen Sorgen / meinen Erinnerungen an belastende Dinge?

Wie kann ich weiterleben mit den aktuellen Nachrichten aus meiner Heimat?

Wie kann ich weiterleben mit dem Heimweh nach denen, die zurückgeblieben sind?