



REFUGIO MÜNCHEN

BERATUNGS- UND BEHANDLUNGSZENTRUM
FÜR GEFLÜCHTETE UND FOLTEROPFER



STARS –

**SLEEP TRAINING
ADAPTED FOR REFUGEES**

Gruppenangebot zum Umgang
mit Schlafstörungen

WER KANN MITMACHEN?

- > Personen mit Schlafstörungen jeglicher Art (z. B. Ein- und Durchschlafstörungen, Alpträume, nächtliche Ängste,...)
- > Männlich
- > Alter: zwischen 16 und 30 Jahre
- > Afghanische Herkunft

WIE LÄUFT ES AB?

- > Gruppe mit 6-7 Teilnehmern, Dolmetscher*in, 2 Therapeut*innen
- > 10 wöchentliche Termine
- > 1,5 Stunden pro Termin (nachmittags)
- > wissenschaftliche Begleitung: ausführliche Diagnostik vor und nach der Gruppenteilnahme

ANMELDUNG

UND WEITERE INFORMATIONEN:

Britta Dumser, M.Sc.

📞 089/98 29 57 - 12

✉ britta.dumser@refugio-muenchen.de