

REFUGIO MÜNCHEN

КОНСУЛЬТАЦІЙНО-ЛІКУВАЛЬНИЙ ЦЕНТР ДЛЯ
ЛЮДЕЙ ІЗ ДОСВІДОМ ВИМУШЕНОГО
ПЕРЕСЕЛЕННЯ



STARS – SLEEP TRAINING ADAPTED FOR REFUGEES

Групова програма для жінок,
спрямована на подолання
порушень сну

ХТО МОЖЕ ВЗЯТИ УЧАСТЬ?

- Жінки з порушеннями сну будь-якого типу (наприклад, труднощі із засинанням і часті пробудження, кошмари, нічні страхи тощо)
- Мова: українська / німецька (з перекладом)
- Вік: від 18 років
- Готовність до регулярної участі в групових заняттях

ЯК ЦЕ ВІДБУВАЄТЬСЯ?

- 6–7 учасниць, українська мова (з перекладом), двоє терапевтів / терапевток
- 12 щотижневих зустрічей
- 1,5 години на зустріч
- Науковий супровід: детальна діагностика до та після участі в групі

ЗАПИС ТА ДОДАТКОВА ІНФОРМАЦІЯ:

Dr. Britta Dumser, M.Sc.

📞 089 / 98 29 57 - 12

✉ britta.dumser@refugio-muenchen.de



Kofinanziert von der
Europäischen Union


REFUGIO
MÜNCHEN