

# WELCOME SUPPORT BERLIN

## RESSOURCES TRAINING

### FREE WORKSHOP FOR REFUGEES

*with Lea*

Together,  
as a **small group of women**,  
we learn to find and train our resources

Goals  
Communication  
Needs & Emotions  
Boundaries  
Well-being



**When:** Thursdays 15:00- 16:30

**Where:** Zukunftswerkstatt Heinersdorf  
Romain-Rolland-Straße 112, 13089 Berlin

**In:** German, English

**Other language? Questions? Contact:** [lea.westphal@ib.de](mailto:lea.westphal@ib.de) / 0151 2212 4424



# WELCOME SUPPORT BERLIN

## RESSOURCEN TRAINING

KOSTENLOSER WORKSHOP FÜR GEFLÜCHTETE

*mit Lea*

Zusammen,  
in einer kleinen Gruppe aus Frauen,  
lernen wir unsere Ressourcen zu finden  
und zu trainieren

Ziele  
Kommunikation  
Bedürfnisse & Emotionen  
Grenzen  
Wohlbefinden



**Wann:** Donnerstags 15:00- 16:30

**Wo:** Zukunftswerkstatt Heinersdorf  
Romain-Rolland-Straße 112, 13089 Berlin

**Auf:** Deutsch, Englisch

**Andere Sprache? Fragen? Kontakt:** [lea.westphal@ib.de](mailto:lea.westphal@ib.de) / 0151 2212 4424

