

**kostenlos**

# Mehr Sonne in Dein Leben holen

## Erfahre, was bei Stress hilft

- Zeit für Dich
- Spaß haben
- Informationen bekommen
- gemeinsam kreativ sein
- Bewegung und Entspannung

**Bitte anmelden**

**6 Termine donnerstags, 9:00 - 10:00 Uhr**  
17.09., 24.09., 01.10., 22.10., 29.10., 05.11. 2026

**Ort: Familienzentrum Kulturzentrum  
Schlachthof**

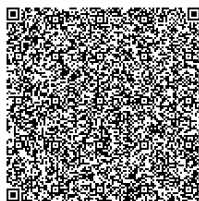
Holländische Straße 72  
Haltestelle Halitplatz  
34127 Kassel

Kontakt: Christine Merkel  
[innersafety@traumazentrum-kassel.de](mailto:innersafety@traumazentrum-kassel.de)

Kontakt: Tabitha Thieme  
WhatsApp: 0561 220712716  
[t.thieme@schlachthof-kassel.de](mailto:t.thieme@schlachthof-kassel.de)



**Ressourcenkurs für Frauen**



Ein Angebot des  
Zentrums für Psychotraumatologie e.V.  
im Rahmen des Projekts "Inner Safety"  
[www.traumazentrum-kassel.de](http://www.traumazentrum-kassel.de)

