

## Stress-Management

Verschärfte politische Rahmenbedingungen für Geflüchtete erschweren auch die Beratungssituation, was zu steigender Belastung und Hilflosigkeit bei den Berater\*innen führen kann. Um die Arbeit in der Flüchtlingshilfe langfristig ausüben und dabei gesund bleiben zu können, bedarf es eines guten Stressmanagements und einer verstärkten Selbstfürsorge.

Diese Fortbildung gibt die Möglichkeit über eigene Stressfaktoren und -reaktionen zu reflektieren und gibt Anregungen für einen selbstfürsorglicheren Umgang damit.

A stack of four smooth, grey stones of varying sizes, balanced on top of each other. The background is a blurred, natural setting.

**NTFN** - Wissen<sup>+</sup>

## Stress-Management

Online Fortbildung

6. März 2024 von 09:00 bis 13:00 Uhr

Netzwerk für traumatisierte Flüchtlinge in Niedersachsen e.V.  
(NTFN e.V.)

Psychosoziales Zentrum (PSZ) Hannover

Marienstraße 28

30171 Hannover

Mail: [info@ntfn.de](mailto:info@ntfn.de)

Tel: 0511-856445-0

[www.ntfn.de](http://www.ntfn.de)

## Anmeldung und Teilnahmebeitrag

Anmeldungen nehmen wir bis zum 28.02.2024 über unser Buchungssystem entgegen: [www.ntfn.de/veranstaltungen](http://www.ntfn.de/veranstaltungen)

(Teilnehmendenzahl ist begrenzt)

Die Schulung wird über die Plattform Zoom stattfinden. Eine E-Mail mit den Zugangsdaten und allen weiteren relevanten Informationen erhalten Sie ein paar Tage vor der Veranstaltung.

Teilnahmegebühr: **70,00€**

Wir bitten um Überweisung bis zum 28.02.2024 an:

NTFN e.V.

IBAN: DE57 3702 0500 0008 5644 00

Verwendungszweck: Nachname + 2024-2-3

Bei Absage nach dem 03.03.2024 fallen 50% der Teilnahmegebühr an.

## Referentin:

Dr. Maria Belz

Dr. Maria Belz studierte Psychologie (Dipl.) in Göttingen. Danach arbeitete sie seit 2010 bis 2020 im Asklepios Fachklinikum Göttingen (Schwerpunkt für Kulturen, Migration und psychische Krankheiten). Währenddessen erlangte sie die Approbation zur Psychologischen Psychotherapeutin (Verhaltenstherapie) und promovierte zum Thema Behandlung und Integration von traumatisierten Flüchtlingen. Seit 2020 ist sie beim NTFN im PSZ Göttingen tätig.