

## **Eine Krise – viele Begleiter!**

**Unsicherheit, Sorgen, Ängste, Wut, Verzweiflung,  
Anspannung, Überforderung oder Erschöpfung...**



**Eine wahre Palette an Gefühlen und Emotionen, die während dieser herausfordernden Zeit unsere Begleiter sein können.**

Die jetzige Krisensituation bedeutet für uns eine soziale, finanzielle und/oder gesundheitliche Herausforderung! Durch die gesetzten Maßnahmen wird uns zur Zeit viel abverlangt.

Sie kommen vielleicht an die Grenzen der eigenen Belastbarkeit, oder gehen sogar darüber hinaus!

Und gerade weil Sie Herausragendes leisten, kann es vielleicht hilfreich sein, einfach mal zu reden, ein offenes Ohr oder Entlastung zu finden, um wieder Durchatmen zu können?

**In diesen Tagen ist ein Team von engagierten psychologischen Berater\*innen für Sie und Ihre Anliegen da – rasch und unbürokratisch!**

**INFORMATIONEN UND  
TERMINVEREINBARUNG  
helpline.click**