



Listening Hour

# Listening Hour für Pflegende

Teilen Sie Ihre Erfahrungen aus Ihrem Pflegealltag in einer Listening Hour. Während einer virtuellen Zuhörstunde erhalten Sie die Möglichkeit, in einer Gruppe von sechs Teilnehmenden unter der Leitung einer Moderatorin, über Ihre Freuden und Sorgen zu reden.

Indem Sie Ihre Gedanken in einer Gruppe kommunizieren, erhöhen Sie Ihre eigene Widerstandskraft und reduzieren Ihren Stress.

## Die Listening Hours finden an folgenden Daten online statt:

10. September 2023	Weltsuizidpräventionstag	11 bis 12 Uhr
10. Oktober 2023	Welttag der psychischen Gesundheit	19 bis 20 Uhr
16. November 2023	Welttag der Philosophie (UNESCO)	19 bis 20 Uhr
05. Dezember 2023	Weltbodentag	19 bis 20 Uhr

Die Listening Hours wurden während der Covid-19-Pandemie ins Leben gerufen und werden aktuell in über 40 Ländern praktiziert.

Das Angebot der virtuellen Zuhörstunde für Pflegende wird vom Suizid-Netz Aargau und der Interessengemeinschaft Psychiatrie der SBK Sektion Aargau-Solothurn ermöglicht.

Anmeldungen oder Fragen bitte über [info@sbk-agso.ch](mailto:info@sbk-agso.ch).



SUIZID-NETZ AARGAU



IG PSY SBK



**SBK**

Sektion Aargau-Solothurn  
Schweizer Berufsverband  
für Pflegefachpersonal