



# ZEITLEBEN e.V.

MEINE FAMILIE. MEINE ARBEIT. MEIN WEG.

Corona fordert uns mächtig heraus!  
Wie gehen wir mit dieser nun schon so lange andauernden Situation um?

- Homeoffice
- Homeschooling
- Familienstress
- Isolierung
- Angst vor Ansteckung
- Berufliche Existenzängste
- Finanzielle Sorgen
- Perspektivlosigkeit
- Verlust lieber Menschen

Es ist schwer, unter solchen Bedingungen noch lebensfroh und zuversichtlich zu sein. Auch wenn wir wissen, dass unser Leben irgendwann wieder „normal“ sein wird ... im Moment ist alles stressig, nervig und belastend – und vieles von dem, was wir gerade erleben und fühlen, wird noch eine Weile in uns arbeiten.

Die Wartelisten für Psychotherapie sind lang und die Nottelefone besetzt.

## **Wir von ZEITLEBEN bieten kurzfristig Unterstützung!**

Wir verfügen über ein großes Netzwerk von Berater:innen, Therapeut:innen und Coaches, die Sie ehrenamtlich unterstützen und Ihnen helfen, wieder Kraft und positive Energie zu bekommen.

**Mit unserer Begleitung kann die Krise für Sie leichter werden!**



CORONA - SPEZIAL

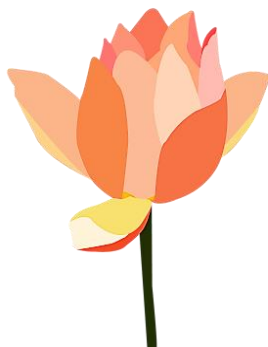
# ZEITLEBEN e.V.

MEINE FAMILIE. MEINE ARBEIT. MEIN WEG.

## Wir sind für Sie da!

Wir von ZEITLEBEN e.V. arbeiten alle ehrenamtlich. Deshalb können wir die Coachings für Menschen mit geringem Einkommen kostenfrei anbieten.

Wir unterstützen Sie digital und analog in unseren Räumen. Schreiben Sie uns: [beratung@zeitleben-ev.de](mailto:beratung@zeitleben-ev.de)



ZEITLEBEN e.V.  
Orientierung und Perspektiven  
in Familie, Beruf und Gesellschaft

Eimsbütteler Chaussee 22  
20259 Hamburg  
[www.zeitleben-ev.de](http://www.zeitleben-ev.de)  
[beratung@zeitleben-ev.de](mailto:beratung@zeitleben-ev.de)

Wir sind als anerkannt gemeinnütziger Verein  
eingetragen beim Amtsgericht Hamburg VR 18980