



# GLÜCKLICH ALS FLÜCHTLING

IM JAHR 2022 KAMEN ÜBER 321.918 FLÜCHTLINGE AN UND SUCHTEN SICHERHEIT, WÄHREND SIE ALLES ZURÜCKLIEßEN. WIE KANN MAN GLÜCK FINDEN, TROTZ DER HERAUSFORDERUNGEN? ERKUNDE DIESE FÜNF WEGE.

01.

## ERFÜLLE DEINE BEDÜRFNISSE

ESSEN, WASSER, UNTERKUNFT UND KLEIDUNG – GRUNDLEGENDE MENSCHLICHE BEDÜRFNISSE. ENTDECKE VERFÜGBARE RESSOURCEN, UM DAS FUNDAMENT FÜR GLÜCK ZU LEGEN.

02.

## SICHERHEIT SCHAFFEN

STELLE SICHERHEIT WIEDER HER, INDEM DU ROUTINEN SCHAFFST, AUF DEINE GESUNDHEIT ACHTEST, ARBEIT ODER BILDUNG SUCHST UND DICH MIT ANDEREN VERBINDEST.

03.

## LIEBE UND ZUGEHÖRIGKEIT FINDEN

VERBINDE DICH MIT ANDEREN FLÜCHTLINGEN, UM HERAUSFORDERUNGEN UND FREUDEN ZU TEILEN UND EIN GEFÜHL VON GLÜCK UND ZUGEHÖRIGKEIT WIEDER AUFZUBAUEN.



04.

## SELBSTVERTRAUEN AUFBAUEN

ERKENNE DEINEN FORTSCHRITT UND BLEIBE DRAN. ERINNERE DICH DARAN, WIE WEIT DU GEKOMMEN BIST, UM WEITER VORANZUKOMMEN.

05.

## ERFÜLLUNG FINDEN

VERWIRKLICHE DEINE TRÄUME UND POTENZIALE, SCHAFFE GEMEINSCHAFT UND UNTERSTÜTZE ANDERE.

SCHLIEßEN DICH UNS AUF [WWW.REMOTE-HEALTH.EU](http://WWW.REMOTE-HEALTH.EU)  
AN, UM WEITERE INFORMATIONEN UND  
UNTERSTÜTZUNG ZU ERHALTEN.



Co-funded by  
the European Union



Remote  
Health