

## أهلاً وسهلاً بك في موقع الإنترنت لتقديم

### ‘Beratung und Therapie für Frauen‘

(الإستشارة – تقديم الإستشارة المعاجة للنساء!)

نحن مركز يقدم الإستشارة للنساء فقط. يمكن لكل امرأة بلغت سن الـ 18 عاما الحضور إلينا – بغض النظر عن أصولها ورويتها الجنسية ودينها وجنسياتها. إذا لم تكن المرأة تتقن اللغة الألمانية بشكل كافي فإننا نعمل مع مترجمات. ونحن نحافظ على السرية بشكل أكيد وكامل. ونحن نقدم لك المساعدة حتى إذا كنت تودين إبقاء شخصيتك مجهولة.

يمكنك الحضور إلينا في الحالات التالية وذلك فقط على سبيل المثال وليس الحصر،

- إذا كنت قد تعرضت للعنف أو تتعرضين له حاليا (الإساءة الجسدية والعنف الجنسي والعنف النفسي وما إلى ذلك) ،
- إذا كنت تعانين من اكتئاب أو قلق أو مخاوف أو مشاكل نفسية أخرى ،
- إذا كنت تعانين من اضطرابات في الأكل
- إذا كنت غير راضية عن وضعك أو محببة وتريدين التغيير
- إذا كان لديك نزاعات مع شريك الحياة / شريكة حياتك / عائلتك أو مع البيئة الإجتماعية
- إذا شعرت بالإرهاق
- إذا كنت غير متأكدة من نفسك
- إذا كنت تواجهين صعوبات في حياتك الجنسية أو جسمك
- إذا كان وضعك الوظيفي يؤثر عليك عاطفياً.

نحن نعرض عليك مايلي:

- ساعات العمل المفتوحة أربعة أيام في الأسبوع
- محادثات بخصوص أزمة أو مشكلة
- إستشارات بخصوص الحماية من العنف
- تقديم إستشارات فردية وعلاج فردي
- تقديم نصيحة لمكافحة الإحساس بالملاحقة
- العلاج الجماعي

إذا كنت ترغيبين في الحصول على مشورة ، يرجى أولاً تحديد موعد لإجراء محادثة أولية خلال ساعات الاستشارة المفتوحة. في هذه المحادثة الأولى سنناقش معك فيما إذا كنت و طلبك / إلتماسك عندنا في المكان المناسب. سنناقش معك كيف يمكن لمركز الاستشارات أن يدعمك وإذا لزم الأمر فسوف نبلغك عن كيفية الحصول على إمكانيات الدعم الأخرى في مدينة مونستر.

يمكنك ترتيب موعد للمحادثة الأولى عن طريق البريد الإلكتروني أو الهاتف في الأوقات التالية:

الإثنين من الساعة 09 حتى الساعة 11 – الثلاثاء من الساعة 11 حتى الساعة 13 – الأربعاء من الساعة 15 حتى الساعة 17 – الخميس من الساعة 16 حتى الساعة 18

نحن نضمن أمان وسرية البيانات وفقاً للائحة الأوروبية لحماية البيانات.