

Care support for Refugees at TAFF

TAFF – here to support people with their problems, such as:

- Trouble sleeping
- Fears and anxieties
- New feelings and unexpected emotions e.g. aggression, strange emotions never felt before
- Circling thoughts
- Stress
- Negative thoughts
- Feeling sad
- Restlessness, unease
- Loneliness

How we provide our support:

- We give helpful advice and encouragement. We teach exercises that help you cope and feel better
- Everything is fully confidential and nothing is shared with anyone else
- You are free to approach us voluntarily, there is no feeling of pressure or force
- We have trained translators
- We can help to provide you with psychotherapy or a doctor

We also support volunteers, who help refugees

How can you contact us?

You can call us or write us an email to set up an appointment. **We are here for you.**

You can find your local contact on the back page.

Wie wir helfen:

- Wir beraten und machen Mut. Auch geben wir Ihnen Übungen, die Ihnen helfen können, sich wieder besser zu fühlen.
- Wir haben Schweigepflicht. Wir sagen niemanden etwas weiter.
- Sie kommen freiwillig zu uns. Niemand kann Sie dazu zwingen.
- Wir haben geschulte Übersetzer.
- Wir helfen, eine Psychotherapie oder einen Arzt zu finden.

Wir unterstützen auch Ehrenamtliche, die Geflüchteten helfen.

Wie Sie uns erreichen:

Rufen Sie uns an oder schreiben Sie uns, um einen Termin zu vereinbaren. **Wir sind für Sie da!**

Ihr Kontakt vor Ort:

Susanne Donn Traumafachberaterin Marcos Fernandez Rivero Psychologe

0173/3521408

0173/2936386

taff@diakonie-augsburg.de

Alter Postweg 6 | 86159 Augsburg

Diakonie Bayern

Evangelisch-Lutherische Kirche in Bayern



Gefördert durch den Freistaat Bayern



TAFF

Therapeutische Angebote für Flüchtlinge

TAFF – ist für Menschen da, die Probleme haben, wie:

- Schlafstörungen
- Ängste
- Unerwartete Gefühlsausbrüche (z.B. Aggression, wie man sie bisher nicht kannte)
- Gedankenkreisen
- Stress
- Probleme in der Familie
- Schlechte Stimmung
- Traurigkeit
- Innere Unruhe
- Einsamkeit



STIFTUNG WELTEN VERBINDEN

welten-verbinden.de

تأفف - مساعدة علاج للاجئين

تأفف ف -

من أجل الأشخاص الذين يعانون من مشاكل، مثل:

- اضطراب النوم .
- المشاكل العائلية .
- الخوف .
- عسر المزاج .
- العدوانية التي لم يسبق للشخص أن عايشها) .
- الحزن .
- المشاعر غير المرغوب فيها (مثل
- فقدان الهدوء الداخلي .
- ضغوط الأفكار وعدم القدرة على طردها .
- الوحدة .
- الضغوطات .
- الملل .

كيف نقوم بالمساعدة

- نقدم المشورة ونحفز الشجاعة، نقدم لكم التمارين التي تساعدكم في تحسين مشاعركم
- نقوم بالتزام الصمت، لا نخبر أحدًا آخر بالمواضيع التي تم التحدث بها
- القدوم إلينا اختياري، لا أحد يستطيع إجباركم على القدوم
- لدينا مترجمين مختصين
- نساعد في البحث عن وإيجاد معالج نفسي أو طبيب



نقوم أيضاً بمساعدة الأشخاص الذين يقومون بأعمال طوعية لمساعدة اللاجئين

كيف يمكنكم التواصل معنا

اتصلوا بنا هاتفياً .
اتصلوا بنا هاتفياً أو أرسلوا لنا بريد إلكتروني-إيميل لتحديد موعد
نحن موجودون دائماً لمساعدتكم

تأفف - پښتنه‌د درمان برای مهاجرین

تأفف برای اشخاصی

است که دچار مشکل شده اند، چگونه:

- بی خوابی
- حالت بد
- نرس احساسات غیر مرتبطه
- غم و اندوه
- بطور مثال عصبانیت (غیر مرتبطه ی نا آشنا)
- تنهایی
- بی مضمونی
- افکار مغشوش
- استرس
- مشکلات خانوادگی

طریقه ی کمک به شما :

- ما به شما مشورت و جرات میدهیم. به شما تمرین‌هایی میدهیم که به شما کمک میکنند تا احساس خوبی داشته باشید.
- وظیفه ی ما حفظ اسرار شما و سکوت است. ما راجع به شما به کسی چیزی نمیگوئیم.
- شما نمیتوانید با رضایت خود به ما مراجعه کنید. هیچکس شما را مجبور به این کار نمیکند.
- ما مترجم های آموزش دهنده داریم.
- ما کمک میکنیم، که یک روان درمان کا یک پزشک برای شما بندها کنیم.



ما شما مه اجرین را بصورت رایگان حمایت و کمک میکنیم

طریقه ی ارتباط با ما:

از طریق تماس تلفنی یا نوشتن ایمیل میتوانی برای خود وقت ملاقات تعیین کنی. ما منتظر شما هستیم!
ارتباط در منظره مربوطه :

ንስደተኛታት ዝወሃብ ሃገዝ ኣገልገሎት ህክም, ታፍ

ታፍ - ዝተባህለ ኣሎ ከምዚ ዝሰዕብ ጸገም ንዘለዎም ሰባት ዝሕግዝ

- ጸገማት ስድራቤት
- ናይ ድቃስ ምዝገባ
- ሕማቕ ስሚዒት
- ፍርሒ
- ደይተኛታት ናይ ስሚዒት ምጉዳል
- ጋሂ/ሓዘን
- (ንኣብነት: ምሕራቕ ቅድሚ ሕጂ ዘይነበረኩ ጠባይ)
- ውሽጣዊ ረባሻ/ዘይረገጸት
- ናይ ሓብ ጻንክል
- ባሕር-ውነት/ጽምዖ
- ጸቕቲ/ጭንቀት
- ምስልቻው

ብኸመይ'ከ ንሕግ:

- ምሽሪ ንህብን ነበራትዕን :: ብተወሰኺ ክሕግዘኩም ዝኽእል ልምምድ/ዕድል ብምሃብ ጽቡቕ ንክስመዓኩም ንሕግዝ
- ምስጢር ናይ ምዕቃብ ግደታ ኣለና: ስለ ዝኾነ ንወላ ኣይ ሰብ ኣይንነግርን!
- -ናባና ብድልዩትኩም ክትመዱ ትኽእሉ: ወላ ኣይ ዘገድደኩም ሰብ የለን::
- ብተወሰኺ ዘሰልጠናዎም ተርጉሞቲ ኣለውና
- ናይ ኣእምሮ ሓኪም ንክትረኽቡ ድሚ ንክግዘኩም::



ወለንተኛታት እውን ንድግፍ ኢና: ንስደተኛታት ሓግዘም ::

ብኸመይ ከም እትበጽሓና :-

ጭገራ ክንገብር ጸውዓና ወይ ጽሓፍና ንምጽራይ:: ምእንታኹም ኢና መዲእና!
ነቲ ኣድራሻኻ ኣብ ዳሕረዋይ ገጽኩ ክትረኽቡ ትኽእል ኢኻ::