

Bunu biliyor musun?

- Uyumakta zorlanıyor musunuz veya sık sık kötü rüyalar mı görüyorsunuz?
- Kafanda çok mu düşünce var yoksa sürekli düşünmek zorunda mısınız?
- Geçmişten gelen stresli deneyimleri sık sık düşünmeniz gerekiyor mu?
- Sık sık korkar mısınız?
- Sürekli huzursuz, gergin veya gergin misiniz?
- Sık sık üzgün müsün yoksa sık sık ağlıyor musun?
- Sık sık yorgun, bitkin veya güçsüz müsünüz?
- Kendi ülkenizde veya kaçarken kötü şeyler yaşadınız mı?
- Diğerlerinden farklı hissediyor veya seviyor musunuz ve buna izin verilmedi mi?
- Satıldın mı, kendi rızan dışında evlendin mi, zorla bir işe mi girdin yoksa başka bir şey mi?

Almanya'da ilk kez mi iltica başvurusunda bulunuyorsunuz? Sizin için buradayız ve sizi desteklemek istiyoruz.

Sessiz bir sohbet, personelimizle ana dilinizde veya bir tercümanla stresiniz hakkında konuşma fırsatınız olur.

Birlikte, durumunuzda size en iyi hangi desteğin yardımcı olabileceğini bulmak istiyoruz.

İlk randevuyu ayarlamak için birinci kattaki Refugio Münih'teki çalışanlarımızla iletişime geçin.

Refugio Münih çocukları, gençleri ve yetişkinleri destekleyen bir sivil toplum kuruluşudur.

İnsanları cinsel yönelimleri, kökenleri, dinleri veya sosyal statüleri ne olursa olsun destekliyoruz.

