



Netzwerk für traumatisierte
Flüchtlinge in Niedersachsen e.V.

Um das Ansteckungsrisiko mit COVID 19 für alle zu minimieren, finden in den Psychosozialen Zentren des NTFN aktuell keine Offenen Sprechstunden statt. Psychologische Gespräche werden jedoch weiterhin angeboten. Neben der telefonischen Beratung können Gespräche auch per Video geführt werden, im Einzelfall auch persönlich. Hierfür ist eine Anmeldung per Mail oder Telefon erforderlich. (Stand: 3.5.2020)

Wir bieten telefonische psychologische und psychosoziale Beratungsgespräche an, auf Arabisch/عربي, Farsi/فارسی, Französisch/Français, Kurdisch/Kurdî, Russisch/русский, Spanisch/Español sowie Deutsch und Englisch.

Gespräche in anderen Sprachen sind mit Unterstützung von Dolmetschenden möglich.

Melden Sie sich hierfür unter info@ntfn.de

Sie erreichen eine **Arabisch** sprechende Mitarbeiterin oder Mitarbeiter:

dienstags von 14-17 Uhr:

Tel: 0157-33373687 oder Tel.: 0157-31612018

donnerstags von 16-18 Uhr:

Tel: 0157-33373687 oder Tel.: 0157-31612018 oder Tel.: 0152-03628448

رغم القيود المفروضه بسبب الفيرس (كورونا) لا يزال بالإمكان ان تجري المقابلات العلاجيه النفسيه عن طريق الفيديو او الهاتف . يمكنكم الاتصال هاتفيا إلى الموظف او الموظفة التي تتحدث العربية .

ايام الثلاثاء من الساعه 14 الى 17

تحت هذا الرقم...015733373687, 015731612018

أو أيام الخميس من الساعه 16 إلى 18

تحت هذا الرقم 015731612018, 015733373687, 015203628448

نقدم لكم المشورة في حالات الشعور بالقلق الناتج عن جائحة فيروس كورونا و كذلك يتم تقديمها في حالات الشعور بالخوف أو المعاناة من الكوابيس و الضغوطات النفسية أو أي مشاكل نفسية أخرى, كما نخبركم مع من يمكنكم التواصل في حالات وجود مشاكل متعلقة بالوزارات. نقدم لكم جلسات تهدف إلى الشعور بالاستقرار النفسي. كما نرحب بكل أسئلتكم الأخرى و أي أمور تودون مناقشتها أو الاستفسار عنها. أي معلومات خاصة بك سيتم التعامل معها بسرية تامة و لن يتم إعطاؤها لأي جهة أخرى. كما و يمكنكم الحصول على الاستشارة بدون ذكر معلومات عن شخصك أ أي بشكل مجهول. خدماتنا تقدم بشكل مجاني.

Sie erreichen eine **Farsi** sprechende Mitarbeiterin:

montags + mittwochs von 9-11 Uhr:

Tel.: 0157-33373686 oder Tel.: 0157-33373688

به این وسیله به اطلاع شما عزیزان می رسانیم که با وجود محدودیتهای که به دلیل ویروس کرونا اخذ شده است کماکان جلسات مشاوره از طریق تماس تلفنی و یا تماس تصویری برگزار میشود و ما در صورت نیاز از شما می توانیم با مشاوران فارسی زبان دسترسی داشته باشیم

دوشنبه ها از ساعت ۹ تا ۱۱ تلفن

چهارشنبه ها از ساعت ۹ تا ۱۱ تلفن

تلفن: 0157-33373688, 0157-33373686

خدمات ما برای شما

مشاوره در مورد عدم قطعیت و ناامنی راجع به همه گیری کرونا

مشاوره در رابطه با ترس کابوس استرس یا سایر مشکلات روحی و روانی

توصیه در رابطه با مشکلات شما در امور اداری

ارائه مشاوره و حمایت از سوالات و نگرانی های شما

ما اطلاعات شما را به دیگران به اشتراک نمی گذاریم

گفتگوها به صورت ناشناس انجام می شوند

خدمات ما رای شما به صورت رایگان می باشند

Sie erreichen eine **Französisch** sprachige Mitarbeiterin:
dienstags von 14-16 Uhr:
Tel.: 0151-50454958 oder Tel.: 0157-33373455

Malgrès les restrictions dû au virus COVID 19, les séances psychologiques au NTFN restent possible. Nous proposons des consultations psychologiques et psychosociales par téléphone: Vous pouvez joindre un interlocuteur francophone les mardis de 14 à 16h en composant le numéro suivant: Tel.: 0151-50454958 ou Tel.: 0157-33373455

Nous...

...vous conseillons sur les incertitudes liées à la pandémie de Corona

...vous conseillons en cas d'anxiété, de cauchemars, de stress ou d'autres problèmes psychologiques

...vous conseillons à qui vous adresser en cas de problème avec les services administratifs

...offrons des conversations stabilisantes

D'autres questions et préoccupations sont également les bienvenues. Nous ne transmettons pas d'informations à d'autres personnes. Les conversations peuvent être menées de manière anonyme. Nos consultations ne coûtent rien.

Sie erreichen einen **Kurdisch** sprechenden Mitarbeiter:
mittwochs von 12-14 Uhr:
Tel.: 0511-802020

Ji bo kêmkirina rîska enfeksiyonê ya bi COVID 19-ê re ji bo herkesê re, em bi têlefônê şewirmendiya derûnî û psîkolojik pêşkêş dikin:

Hûn dikarin bigihîjin karmendek ku bi zimanê Kurdî diaxive:

çarşem ji saet 12 – 14, Tel.: 0511-802020.

Em ...

... di derheqê de li ser nebaweriyên derbarê cora pandemîk de ji we re şîret bikin

... ji tirsê, şevan, stresê an pirsgirêkên derûnî yên din re ji we re şîret dikin

... heke hûn bi rayedaran re pirsgirêkên xwe bidin ku ji we re têkiliyê daynin

... nîqaşên domdar pêşkêşî bikin

Pirs û fikarên din jî em pêşwazî dikin. Em agahiyên bi kesên din re parve nakin. Hevdîtin dikarin bi rengê anonîm werin meşandin. Êwirdarîya me belaşê.

Sie erreichen einen **Russisch** sprechenden Mitarbeiter:
dienstags + freitags von 12-14 Uhr:
Tel.: 0151-70374895 oder Tel.: 0157-31612018

Чтобы свести к минимуму риск заражения COVID 19 для всех, предлагаем телефонные консультации:

Вы можете связаться с русскоговорящим сотрудником: во вторник и пятницу с 12 до 14 часов под номером 0151-70374895, 0157-31612018

мы ...

... посоветуем вам при неуверенности насчет пандемий сороны

... посоветуем вам в случае страха, ночных кошмарах, стрессе или других психологических проблемах

... скажем вам, с кем связаться, если у вас есть проблемы с властями

... можем предложить стабилизирующие разговоры

Другие запросы также приветствуются. Мы не делимся информацией с другими. Разговоры могут проводиться анонимно. Наш совет ничего не стоит.

Sie erreichen eine **Spanisch** sprechende Mitarbeiterin:

montags von 10-13 Uhr:

Tel.: 0157-33373062 oder Tel.: 0157-33373455

donnerstags von 14-16 Uhr:

Tel.: 0157-33373062

Con el fin de minimizar para todos el riesgo de infección por COVID 19, nos ofrecemos asesoría psicológica y psicosocial por teléfono:

Puede contactar con un/a asesor/a en idioma español: los lunes de 10 a 13 horas y los jueves de 14 a 16 horas, en los siguientes números de teléfono: 0157-33373062 o 0157-33373455 (los lunes), 0157-33373062 (los jueves).

Nosotros...

...le asesoramos ante la incertidumbre de la pandemia del Coronavirus

...le aconsejamos en caso de ansiedad, pesadillas, estrés u otros problemas psicológicos

...le diremos a quién puede contactar si tiene algún problema con las autoridades u otros organismos

...le ofrecemos conversaciones para estabilizarse

Otras preguntas y preocupaciones también son bienvenidas! Nosotros no compartimos su información con otros. Las conversaciones se pueden llevar a cabo de forma anónima. Nuestra consulta es gratis!

Deutsch und **Englisch** sprechende MitarbeiterInnen erreichen Sie zu den bekannten Zeiten des nächstgelegenen Psychosozialen Zentrums (Braunschweig, Göttingen, Hannover, Lüneburg, Oldenburg, Osnabrück). Die jeweiligen Kontaktinformationen können Sie hier abrufen:

www.ntfn.de/hilfe/offene-sprechstunde/

Sie können uns gerne auch Mails schreiben.

Wir...

...beraten Sie bei Unsicherheiten wegen der Corona-Pandemie

...beraten Sie bei Angst, Alpträumen, Stress oder anderen psychischen Problemen

...sagen Ihnen, an wen Sie sich bei Problemen mit Behörden wenden können

...bieten stabilisierende Gespräche an

Auch andere Fragen und Anliegen sind willkommen. Wir geben keine Informationen an andere weiter. Die Gespräche können anonym geführt werden. Unsere Beratung kostet nichts.

German and **English** speaking staff can be contacted at the former times of your closest psychosocial center (Braunschweig, Göttingen, Hannover, Lüneburg, Oldenburg, Osnabrück).

Contact information can be found at: www.ntfn.de/hilfe/offene-sprechstunde/

You can also write us an e-mail.

We...

... are counseling you regarding uncertainties with the Corona-pandemic

... are counseling if you are facing anxieties, nightmares, stress or other psychological problems

... tell you who you can contact if you have problems with the authorities

... are offering stabilizing conversations

Other questions and concerns can be addressed as well. We won't share any information with someone else. Conversations can be conducted anonymously. Our service doesn't cost anything.