

هل سبق وأن عايشت التالي:

- ✓ هل لديك صعوبة في النوم أو هل غالباً ما تكون لديك أحلام سيئة؟
- ✓ هل لديك الكثير من الأفكار في رأسك أم عليك التفكير طوال الوقت
- ✓ هل يتعين عليك في كثير من الأحيان التفكير في تجارب مرهقة أو مؤلمة من الماضي؟
- ✓ هل أنت خائف في كثير من الأحيان؟
- ✓ هل تشعر باستمرار بالقلق ، أو التوتر أو عدم الراحة؟
- ✓ هل أنت حزين غالباً أو تبكي كثيراً؟
- ✓ هل أنت غالباً متعب أو منهك أو ضعيف؟
- ✓ هل عانيت من أشياء سيئة في وطنك أو أثناء الفرار؟
- ✓ هل تشعر أو تحب بشكل مختلف عن غيرك ولم يكن مسموحاً لك بذلك؟
- ✓ هل تم بيعك أو تزويجك رغماً عنك أو إجبارك على وظيفة أو أي شيء آخر؟

هل تقدم طلب لجوء في ألمانيا لأول مرة؟ نحن هنا من أجلك ونريد أن ندعمك.

في محادثة هادئة ، لديك الفرصة للتحدث إلى موظفينا بلغتك الأم أو إلى مترجم حول ضغوطك.

نرغب معاً في معرفة الدعم الذي يمكن أن يساعدك بشكل أفضل في وضعك.

تواصل مع موظفينا في الطابق الأول لترتيب أول موعد.

(ريفوغيو) هي منظمة غير حكومية تدعم الأطفال والشباب والبالغين

نحن ندعم الأشخاص بغض النظر عن ميولهم الجنسية أو أصلهم أو دينهم أو وضعهم الاجتماعي.

