

Kennen Sie das?

- Können Sie schlecht schlafen oder haben Sie oft schlechte Träume?
- Haben Sie viele Gedanken im Kopf oder müssen andauernd nachdenken?
- Müssen Sie oft an belastende Erlebnisse aus der Vergangenheit denken?
- Haben Sie häufig Angst?
- Sind Sie andauernd unruhig, angespannt oder nervös?
- Sind Sie oft traurig oder müssen oft weinen?
- Sind Sie oft müde, erschöpft oder kraftlos?
- Haben Sie schlimme Dinge in Ihrem Heimatland oder auf der Flucht erlebt?
- Fühlen oder lieben Sie anders als viele Andere und das war Ihnen nicht erlaubt?
- Wurden Sie verkauft, gegen Ihren Willen verheiratet oder zu einer Arbeit oder etwas anderem gezwungen?

Sie stellen zum ersten Mal einen Asylantrag in Deutschland? Wir sind für Sie da und wollen Sie unterstützen.

In einem ruhigen Gespräch haben Sie die Möglichkeit mit unseren Mitarbeitenden in Ihrer Muttersprache oder mit einem Übersetzer/einer Übersetzerin über Ihre Belastungen zu sprechen.

Gemeinsam wollen wir herausfinden, welche Unterstützung Ihnen in Ihrer Situation am besten helfen kann.

Melden Sie sich bei unseren Mitarbeitenden von Refugio München im ersten Stock, um einen ersten Termin zu vereinbaren.

Refugio München ist eine regierungsunabhängige Organisation, die Kinder, Jugendliche und Erwachsene unterstützt.

Wir unterstützen Menschen unabhängig ihrer sexuellen Orientierung, Herkunft, Religion oder sozialem Status.

