

Hilfeangebote für traumatisierte Geflüchteten (Online & Telefonisch)

Name	Website	Kontakt	Sprache	Angebot	Art des Angebots	Sonstiges
Ipsos-e-care	www.ipsos-care.com	ecare@ipsoscontext.org	Englisch, Arabisch, Persisch, Französisch, Russisch, Türkisch	Psychosoziale Beratung. Selbsteinschätzungsbogen.	online Beratung: Tele-Videositzungen Chat-Kommunikation	Registrieren- Selbsteinschätzungsbogen - Termin vereinbaren
Muslimisches Seelsorge-Telefon	www.mutes.de	Tel: 030/ 443 509 821	Türkisch, Deutsch Nach Absprache: Arabisch Urdu, Englisch	Beratung für Hilfsuchende mit psychischen Belastungen	Telefonisch	Erreichbar: Jeden Tag 24h/24h
NAWA	www.wiki.psz-duesseldorf.de/NAWA	-	Deutsch, Englisch, Farsi, Russisch, Tamil, Türkisch, Albanisch, Französisch, Kurdisch: Kurmanci/Soraci	Informationen und Übungen für traumatisierte Menschen.	Online Materialien: Audio & PDF	
Refugee	www.refugee-trauma.help	praxis@dr-birgit-kracke.de	Deutsch, Englisch, Arabisch, Farsi, Tamil, Russisch, Türkisch, Serbokroatisch-Bosnisch, Albanisch, Französisch	Informationen über Trauma. Entspannungsübungen. Imaginationsübungen. Bilderbuch für traumatisierte Kinder.	Online Materialien: Audio & PDF	Materialien für Helfer: Hinweise für Selbstfürsorge, Umgang mit Kindern, Informationen über Traumatisierung
Refugeeum	www.refugeeum.eu	Tel: 040/ 741059743 mmoesko@uke.de	Englisch, Arabisch, Persisch, Albanisch, Französisch	Beschreibung von Belastungsarten. Tipps zur Selbsthilfe.	Online Materialien	Bei Frage : Anrufen oder Email schreiben.
Seelefon für Flüchtlinge	https://www.bapk.de/projekte/aktuelle-projekte/seelefon-fuer-fluechtlinge.html	Tel: 0228/710 024 25 help@seelefon.org	Deutsch, Arabisch Französisch, Englisch	Beratung von Flüchtlingen und Migranten bei seelischer Belastung. Vermittlung von Kontaktdaten für therapeutische Angebote in der Nähe des Wohnortes der Anrufenden.	Telefonisch	Erreichbar: Mo. Di. und Mi. von 10:00 - 12:00 Uhr sowie 14:00 bis 15:00 Uhr
Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen	https://www.hilfetelefon.de/	Tel: 08000 116 016	Deutsch, Französisch, Englisch, vietnamesisch, Persisch, Polnisch, Russisch, Bulgarisch, Rumanisch, Portugiesisch, Italienisch, Arabisch, Türkisch, Kurdisch, Farsi, Serbisch	Psychosoziale Beratung von Frauen, Gewaltopfern. Informationen über Arten von Gewalt.	E-mail/telefonische Beratung, Sofort/Termin Chat,	Auf der Webseite: auch Informationen für Angehörige/unterschützende Personen und für Fachkräfte
Telefonseelsorge	www.telefonseelsorge.de	Tel: 0800/ 111 0111 oder 0800/111 0222	Deutsch	Gespräche im Moment des Unwohlseins	E-Mail/Telefonisch/Face to Face Beratung, Termin Chat	Überregionale Krisentelefon
Online Psychotherapy "Ilajna"	www.ilajnafsy.bzfo.de		Arabisch, Deutsch, Englisch	Webbasierte Depressionstherapie Webbasierte Traumatherapie	Beratung per Mail	Beratung hauptsächlich auf Arabisch
Be- Here-Now	www.be-here-now.eu	be-here-now@institut-berlin.de	Deutsch	Informationen zu Stressbewältigung und Selbstfürsorge Tipps und Beispiele zu Stabilisierung und Traumaverarbeitung für Menschen, die Flüchtenden helfen	Online Materialien: Audio & PDF	Imaginationsübungen

Help for traumatized refugees (Online & Telephone)

Name	Website	contact	Language	Offer	Type of offer	Others
Ipsos-e-care	www.ipsos-care.com	ecare@ipsocontext.org	English, Arabic, Persian, French, Russian, Turkish	Psychosocial counseling. Self-assessment.	Online Consulting: Tele-videos Chat communication	Registration- Self-assessment- Make an appointment
Muslimisches Seelsorge-Telefon	www.mutes.de	Tel: 030/ 443 509 821	Turkish, German by arrangement: Arabic, Urdu, English	Counseling for people with psychological stress	by phone	Available: every day 24h/24h
NAWA	www.wiki.psz-duesseldorf.de/NAWA	-	German, English, Farsi, Russian, Tamil, Turkish, Albanian, French, Kurdish: Kurmanci/Soraci	Informations and exercises for traumatized people.	Online Materials: Audio & PDF	
Refugee	www.refugee-trauma.help	praxis@dr-birgit-kracke.de	German, English, Arabic, Farsi, Tamil, Russian, Turkish, Serbokroatisch-Bosnian, Albanian, French	Informations about Trauma. Relaxation exercises. Imagination exercises. Picture book for traumatized children.	Online Materials: Audio & PDF	Materials for helpers: Instructions for self-care, dealing with children, information on traumatization
Refugeeum	www.refugeeum.eu	Tel: 040/ 741059743 mmoesko@uke.de	English, Arabic, Persian, Albanian, French	Description of emotional pressure. Tips for self-help.	Online Materials	For question: Call or write an email
Seelefon für Flüchtlinge	https://www.bapk.de/projekte/aktuelle-projekte/seelefon-fuer-fluechtlinge.html	Tel: 0228/710 024 25 help@seelefon.org	German, Arabic French, English	Counseling of refugees and migrants on mental problems. Mediation of contact details for therapeutic offers near the place of residence	by phone	Available: Mon. Tues. and Wed. from 10:00 to 12:00 and 14:00 to 15:00
Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen	https://www.hilfetelefon.de/	Tel: 08000 116 016	German, French, English, Vietnamese, Persian, Polish, Russian, Bulgarian, Romanian, Portuguese, Italian, Arabic, Turkish, Kurdish, Farsi, Serbian	Psychosocial counseling of women, victims of violence. Information about types of violence	E-mail/phone Counseling Instant Chat, Chat by appointment	On the website: also informations for family members / assistants and for professionals
Telefonseelsorge	www.telefonseelsorge.de	Tel: 0800/ 111 0111 oder 0800/111 0222	German, French, English, Vietnamese, Persian, Polish, Russian, Bulgarian, Romanian, Portuguese, Italian, Arabic, Turkish, Kurdish, Farsi, Serbian	Discussions at the moment of the malaise	E-Mail/phone/Face to Face Counseling, Chat by appointment	Supraregional crisis telephone every day 24h/24h
Online Psychotherapy "Ilajna"	www.ilajnafsy.bzfo.de		Arabic, German, English	Online Depressionstherapie Online Traumatherapie	Mail Counseling	Counseling only in arabic
Be- Here-Now	www.be-here-now.eu	be-here-now@institut-berlin.de	German	Informations about fight against distress and self-care Tipp and Example for Stabilising and Informations for Helpers	Online Materialien: Audio & PDF	Imagination exercises

مساعدة اللاجئين المصابين بصدمات نفسية (عبر الإنترنت أو عن طريق الهاتف)

اسم	الموقع	اتصال	لغة	عرض	طبيعة العرض	آخر
Ipsos-e-care	www.ipsos-care.com	ecare@ipsocontext.org	الإنجليزية، العربية، الفارسية، الفرنسية، الروسية، التركية	المشورة النفسية والاجتماعية استبيان التقييم الذاتي	الاستشارات عبر الإنترنت: جلسات الفيديو عن بعد، دردشة الاتصالات	التسجيل - التقدير الذاتي تقدير - تحديد موعد
Muslimisches Seelsorge-Telefon	www.mutes.de	Tel: 030/ 443 509 821	التركية، الألمانية، العربية الأردنية، الإنجليزية	المشورة للمصابين بالأعباء النفسية	هاتف	الاتصال: كل يوم 24H / 24H
NAWA	www.wiki.psz-duesseldorf.de/NAWA	-	الألمانية، الإنجليزية، الفارسية، الروسية، التاميلية، التركية، الألبانية، الفرنسية، الكردية: كورمانسي / سوراسي	معلومات وتمارين للأشخاص المصابين بصدمات نفسية.	المواد على الإنترنت: الصوت و بديف	-
Refugee	www.refugee-trauma.help	-	الألمانية، الإنجليزية، العربية، الفارسية، التاميلية، الروسية، التركية، الصربية الكرواتية، الألبانية، الفرنسية	معلومات عن الصدمة. تمارين الاسترخاء. تمارين الخيال. كتاب مصور للأطفال المصابين بصدمات نفسية.	المواد على الإنترنت: الصوت و بديف	مواد للمساعدة: تعليمات للرعاية الذاتية والتعامل مع الأطفال المصابين بصدمات نفسية. معلومات عن الصدمة.
Refugeeum	www.refugeeum.eu	Tel: 040/ 741059743 mmoesko@uke.de	الإنجليزية، العربية، الفارسية، الألبانية، الفرنسية	وصف أنواع التحميل. نصائح للمساعدة الذاتية	المواد عبر الإنترنت	للسؤال: اتصل أو اكتب بريدا إلكترونيا.
Seelefon für Flüchtlinge	https://www.bapk.de/projekte/aktuelle-projekte/seelefon-fuer-fluechtlinge.html	Tel: 0228/710 024 25 help@seelefon.org	الألمانية، العربية الفرنسية، الإنجليزية	تقديم المشورة للاجئين والمهاجرين على الإجهاد العقلي. الوساطة من تفاصيل الاتصال للعروض العلاجية بالقرب من مكان إقامة المتصلين.	هاتف	الاتصال: الإنترنت والثلاثاء والأربعاء من الساعة 10 صباحا حتى 12 ظهرا ومن الساعة 2 ظهرا وحتى الساعة 3 مساء
Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen	www.hilfetelefon.de	Tel: 08000 116 016	الألمانية، الفرنسية، الإنجليزية، الفيتنامية، الفارسية، البولندية، الروسية، البلغارية، الرومانية، البرتغالية، الإيطالية، العربية، التركية، الكردية، الفارسية، الصربية	تقديم المشورة النفسية والاجتماعية للنساء ضحايا العنف. معلومات عن أنواع العنف.	البريد الإلكتروني / الهاتف التشاور، لحظة / تاريخ الردشة	على الموقع: أيضا معلومات لأفراد الأسرة والأفراد تحت الحماية والمهنيين
Telefonseelsorge	www.telefonseelsorge.de	Tel: 0800/ 111 0111 0222 0800/111 أو	ألماني	المناقشات في لحظة من الشعور بالضيق	البريد الإلكتروني / الهاتف / وجهها لوجه المشورة، تعيين الردشة	على الصعيد الوطني هاتف الأزمة

Hilfeangebote für traumatisierte Geflüchteten (Online & Telefonisch)

имя / имена	веб-страница	контакты	язык	ассортимент	Вид ассортимента	прочие
Ipsos-e-care	www.ipsos-care.com	ecare@ipsoscontext.org	Английский язык, арабский язык, персидский язык, французский язык, русский язык, турецкий язык	Психосоциальное консультирование . Самолисты оценки.	в режиме онлайн консультирование: Видеозаседания телеобъектива коммуникацию чата	регистрация -листы самооценки - договариваетесь о встрече
Мусульманский телефон духовной помощи	www.mutes.de	Tel: 030/ 443 509 821	Турецкий, немецкий, После договоренности: Арабский язык Urdu и английский язык	консультация помощи для людей с психическими нагрузками	по телефону	Доступно: 24 ч. / 24 ч. ежедневно
NAWA	www.wiki.psz-duesseldorf.de/NAWA	-	По-немецки, английский язык, Farsi, русский язык, Tamil, турецкий язык, албанский язык, французский язык, курдский язык: Kurmanci/Soraci	Информация и упражнения для травмированных людей.	В режиме онлайн материалы: Аудио & PDF	
беженцы	www.refugee-trauma.help	praxis@dr-birgit-kracke.de	По-немецки, английский язык, арабский язык, Farsi, Tamil, русский язык, турецкий язык, сербохорватско-боснийский, албанский язык, французский язык	Информация о травме. Упражнения на расслабление. Упражнения воображения. детская книжка с иллюстрациями для травмированных детей.	В режиме онлайн материалы: Аудио & PDF	Материалы для помощников: Указания для самообеспечения, обращения с детьми, информацией о травме
Refugeeum	www.refugeeum.eu	Tel: 040/ 741059743 mmoesko@uke.de	Английский язык, арабский язык, персидский язык, албанский язык, французский язык"	Описание видов нагрузок. Указания к самопомощи.	В режиме онлайн материалы	При вопросе: перезвоните или пишите по электронной почте
душфон для беженцев	https://www.bapk.de/projekte/aktuelle-projekte/seelefon-fuer-fluechtlinge.html	Tel: 0228/710 024 25 help@seelefon.org	По-немецки, арабски, французски язык английский язык	Beratung von Flüchtlingen und Migranten bei seelischer Belastung . Vermittlung von Kontaktdaten für therapeutische Angebote in der Nähe des Wohnortes der Anrufenden.	Telefonisch	Erreichbar: Mo. Di. und Mi. von 10:00 - 12:00 Uhr sowie 14:00 bis 15:00 Uhr
Вспомогательный телефон при насилии против женщин	https://www.hilfetelefon.de/	Tel: 08000 116 016	По-немецки, арабски, французски язык английский язык	Психосоциальная консультирование женщин, жертв насилия. Информация о видах насилия.	Электронная почта / Телефонное совещание, тут же назначение термина, чат,	Родственникам и пмощным лицам а также профессиональным сотрудникам
телефонная душевная по	www.telefonseelsorge.de	Tel: 0800/ 111 0111 oder 0800/111 0222	немецкий	Переговоры в данный момент плохого чувства	E-Mail/ телефонная консультирование, назначение личной встречи, лиц совещание, чат,	Надрегиональный кризисный телефон
Psychotherapy "Ilajnafsy"	www.ilajnafsy.bzfo.de		Арабский, немецкий, английский	Базирующаяся на сеть терапия депрессии, Базирующаяся на сеть терапия травмы		