

## Willkommen

Sie mussten aus Ihrem Heimatland fliehen? Sie haben schlimme Erfahrungen gemacht und können sie nicht vergessen? Sie sind oft traurig oder können nicht gut schlafen? Sie möchten Hilfe, um wieder mehr Stabilität im Alltag zu bekommen?

### Sprechen Sie mit uns!

Die Beratung ist kostenlos, vertraulich und mit jedem Aufenthaltsstatus möglich. Wenn nötig organisieren wir Übersetzung in Ihrer Sprache.

## Welcome

You had to flee from your homeland? You have had bad experiences and you cannot forget them? You are often sad and cannot sleep well? You would like help to gain more stability in your every day life?

### Talk to us!

Our advise is free of charge, confidential and does not depend on your residency status. We organise interpreters in your language if necessary.

## Bienvenue

Vous avez dû fuir votre pays? Vous avez vécu des événements tragiques qui obsèdent vos pensées? Vous vous sentez souvent triste et vous ne dormez pas bien? Vous cherchez de l'aide pour que votre vie quotidienne soit vécue de manière plus apaisée?

### Venez nous en parler!

Vous pouvez bénéficier de nos consultations et de nos conseils en toute gratuité et en toute confidentialité et ceci quelque soit votre statut. Si cela est nécessaire, nous pouvons assurer un interprétariat dans votre langue.



## Ihr Weg zu uns



### Refugium

Psychosoziale und medizinische Beratung und Koordinierung für Geflüchtete

Adelhauser Straße 8  
79098 Freiburg  
Telefon (07 61) 48 99 43 09  
Telefax (07 61) 48 99 43 10  
refugium@caritas-freiburg.de  
www.refugium-freiburg.de



## Refugium

Psychosoziale und medizinische Beratung und Koordinierung für Geflüchtete



Gestaltung: Verena Altmann | Druck: Caritaswerkstätten St. Georg | Bilder: CV-FR, Fotolia | 04/18

© Caritasverband Freiburg-Stadt e.V.



## مرحبًا بك في مركز المساعدة (Refugium)!

هل توجب عليك الهروب من وطنك؟ تعرضت لتجارب سيئة جداً ولا يمكنك نسيانها؟ غالبًا ما تشعر بالحزن أو لا تستطيع النوم جيدًا؟ تريد المساعدة للحصول على مزيد من الاستقرار مرة أخرى في الحياة اليومية؟

### تحدث معنا!

إن المشورة التي نقدمها سرية، ومجانية، وممكنة أيًا كان الوضع القانوني لإقامتك. إذا لزم الأمر، فسوف نترجم بلغتك. للاتصال: 09 43 99 48 (07 61)  
refugium@caritas-freiburg.de

## به مركز مهاجرين « ريفوغيوم » خوش آمدید.

شما مجبور به فرار از وطن خود شدید؟ شما تجارب بدی در زندگی کرده اید و نمی توانید آنها را فراموش کنید؟ اغلب وقت شما غمگین هستید و یا نمی توانید به خوبی بخوابید؟ شما نیاز به ثبات بیشتری در زندگی روزمره دارید؟  
با ما صحبت کنید!

این مشاوره محرمانه و رایگان است و با هر اجازه اقامت ممکن است در صورت لزوم، ما ترجمان به زبان شما می آوریم.  
تماس با ما: شماره تلفن ۴۸۹۹۴۳۰۹ (۰۷۶۱)

09 43 99 48 (07 61)

آدرس ایمیل refugium@caritas-freiburg.de

## Willkommen bei Refugium Freiburg!

Wir bieten Geflüchteten mit psychischen Belastungen Unterstützung und einen einfachen Einstieg in die weitere Versorgung.

Viele Menschen, die aus ihrem Heimatland flüchten mussten, haben vor und während der Flucht sehr schlimme Erfahrungen gemacht. Dazu kommt die oft schwierige Lebenssituation in Deutschland und eine ungewisse Zukunft. Aus diesen Belastungen ergeben sich häufig psychische Probleme: Schlafstörungen, Wiedererleben, sozialer Rückzug, Zukunftsängste etc.

### Angebote für Geflüchtete

- Erste Klärung der Situation und des Unterstützungsbedarfs
- Psychologische Erstberatung und stabilisierende Angebote
- Gruppenangebote
- Vermittlung und Koordination von Facharztterminen, in weiterführende psychosoziale Angebote und Psychotherapie
- Netzwerkmanagement

Bei Bedarf finden die Termine mit Dolmetscherin oder Dolmetscher statt.

### Für Fachkräfte und Ehrenamtliche

... bieten wir Beratung und Fortbildung zu den entsprechenden Themen wie z. B. Umgang mit psychosozialen Belastungen im Kontext von Flucht oder Möglichkeiten der Selbstfürsorge. Gerne geben wir unser Fachwissen weiter!

### Kooperation

Refugium wird vom Caritasverband Freiburg-Stadt e. V. und vom Verein Refudocs Freiburg e. V. getragen. Die fachkundigen Mitarbeitenden arbeiten eng mit den Trägern des bestehenden psychosozialen Versorgungsnetzes und mit Fachgremien zusammen. So entsteht ein regionales Kompetenz- und Kooperationsnetzwerk zum Austausch von Informationen und Erfahrungen.

