

Mülteciler için ana dilde psikolojik sağlık desteği

Türkisch

«Bazen kendinizi bunalmış mı hissediyorsunuz?
Stresli veya üzgün müsünüz?»

Günlük hayatınızı yönlendirmekte zorlanıyor musunuz?

Eğer öyleyse, SPIRIT size "problem yönetimi artı" adlı, hızlı ve basit bir destek programı sunuyor.

Günlük zorluklar ve duygusal stresle başa çıkmanın yollarını öğrenin

Katılım ücretsizdir.

İlgileniyor musunuz? Lütfen bize başvurun!



QR-Kodu tarayın
ve başlatın!

www.srk-baselland.ch/spirit

Schweizerisches Rotes Kreuz
Kanton Baselland



Problem Management Plus

Pilotprojekt

Kimler için?

Kanton Baselland`da yaşayan mülteci kökenli yetişkinler için (F, S veya B-mülteci kimlik sahipleri).

Avantajlarınız nelerdir?

Günlük sorunlar ve stresle başa çıkmak için basit stratejiler ve farklı durumlarda kendinize nasıl yardımcı olabileceğinizi öğrenirsiniz. Katılım ücretsizdir.

Program nasıl işlemektedir?

Program, her biri 90 dakika süren 5 bireysel görüşmeden oluşur. Kayıt yaptıktan sonra bir ön görüşme yapılır. Eğitimli çalışanlar, programı sizin ana dilinizde gerçekleştirir. Program Liestal veya Binningen'de yapılmaktadır. Yol masraflarınızı biz karşılıyoruz

Baselland Kızıl Haç(SRK BL), programı Zürih İşkence ve Savaş Mağdurlarını tedavi merkezi (AFK) ile birlikte düzenlemektedir.

Destekleyenler:

SP}RIT
SCALING-UP PSYCHOLOGICAL INTERVENTIONS
IN REFUGEES IN SWITZERLAND

**BASEL
LANDSCHAFT**
FINANZ- UND KIRCHENDIREKTION
KANTONALES SOZIALAMT



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Justiz- und Polizeidepartement EJPD
Staatssekretariat für Migration SEM

Rotes Kreuz Baselland

Frau Hamiyet Vural
Fichtenstrasse 17 | 4410 Liestal
Telefon 061 905 82 72/ 00
spirit@srk-baselland.ch
www.srk-baselland.ch/spirit

Schweizerisches Rotes Kreuz
Kanton Baselland

