

دعم الصحة النفسية للاجئين باللغة الأم

Arabisch

هل تشعر بالإرهاق في بعض الأحيان؟
هل أنت متوتر أو حزين؟

هل تواجه مشكلات للتعامل مع حياتك اليومية؟

إذا كان الأمر كذلك، فإن برنامج "إدارة المشكلات + " التابع لـ (SPIRIT) يوفر لك شكلاً بسيطاً وسريعاً من الدعم

تعرف على استراتيجيات التعامل مع الصعوبات اليومية والإجهاد العاطفي

المشاركة ستكون مجانية.

هل انت مهتم؟ تواصل معنا !



مسح رمز الاستجابة السريعة
(QR-Code) ومعرفة المزيد!

www.srk-baselland.ch/spirit

Schweizerisches Rotes Kreuz
Kanton Baselland



لمن؟

البالغون من اللاجئين ذوي بطاقة الهوية (ناوسفايز) (B, S, F) الذين يعيشون في كانتون بازل لاندشافت. (Kanton Basel-Landschaft)

المزايا الخاصة بك؟

ستتعلم استراتيجيات بسيطة للتعامل مع المشكلات والضغط في الحياة اليومية. للتعامل معها. ستتعلم كيفية مساعدة نفسك في المواقف المختلفة. المشاركة ستكون مجانية.

كيف يجري العمل؟

يشتمل البرنامج على 5 مناقشات فردية مدة كل منها 90 دقيقة. بعد التسجيل سيتم إجراء مقابلة القبول. يقوم الموظفون المدربون بإجراء البرنامج باللغة الأم الخاصة بك. سيجري تنفيذ البرنامج في لiestال او بينينجن (Liestal oder Binningen)

ينظم الصليب الأحمر في بازلاند البرنامج بالتعاون مع مستشفى زيورخ الإسعافي للتعذيب وضحايا الحرب (AFK)

مدعومة من:

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

