

IMPROVE Mental Health

Improve
mental health

دعم الصحة النفسية للوالدين وأطفالهم



برنامج مشترك من قبل:

برنامج علاجي للأهالي اللاجئين

لأبد من مروركم بمواقف صعبة أثناء اللجوء. من الطبيعي أن تتطور هذه التجارب إلى أعراض الاكتئاب والتوتر المجهد. وإذا تأثرت الصحة النفسية، غالبًا ما يكون من الصعب الاستجابة لاحتياجات أطفالكم. نحن، فريق برنامج IMPROVE-MH، نود أن ندعمك أنت وعائلتك من خلال مشاركتكم معنا في البرنامج:

Ruhr Universität Bochum RUB

ifam
Institut für Allgemeinmedizin
Universitätsklinikum Essen

AM RUB ALLGEMEINMEDIZIN
RUHR-UNIVERSITÄT BOCHUM

BZ

UKE
HAMBURG

LMU KLINIKUM

GEFÖRDERT VOM



Bundesministerium
für Bildung
und Forschung

1. برنامج امبروف للدعم النفسي يتكون من

مواعيد مع طبيب الأسرة، يمكنك فيها الحصول على معلومات حول كيفية التعامل مع المشاكل النفسية



برنامج تعليمي عبر الإنترنت حيث تتعلم مهارات التربي الايجابية في التعامل مع طفلك



اتصالات هاتفية مرافقة من خلال أخصائي نفسي يساعدك على تنفيذ ما تعلمته في الحياة اليومية



سوف تتلقى أحد البرنامجين

نريد التحقق من مدى مساعدة كلا البرنامجين في دعمك!

مكافئة على مشاركتك الكاملة يمكنك الحصول على €40 ولديك الفرصة لتلقي €240!

2. العلاج المعتاد يحتوي على

علاج من خلال طبيب الأسرة الخاص بك، على سبيل المثال الفحوصات الطبية، الحادثة، الأدوية أو الإحالة



معلومات عن البرنامج:

المؤهلون للمشاركة:

- اللاجئون الذين يشعرون بضغطات نفسية (مثل القلق أو الحزن أو التوتر أو الصدمة)
 - الناطقون بالعربية
 - أهل لطفل واحد على الأقل (بين 0 و 6 سنوات).
- المدة: إجمالي فترة العلاج حوالي 12 أسبوعاً
المكان: مع الأطباء المشاركين بالبرنامج والناطقون باللغة العربية في منطقة الرور وميونخ.



هل ترغب في المشاركة في دراستنا؟

بإمكانك التواصل معنا عبر الهاتف أو البريد الإلكتروني أو تسجيل معلومات التواصل الخاصة بك من خلال:

لمزيد من المعلومات، انظر على هذه الصفحة:
<https://www.mentalhealth4refugees.de/ar/brnamj-thsyn-alsht-alfnsyt>



Kontakt IMPROVE-MH:
Flora-Marie Hegerath
☎ +49 234-32-24954
✉ improve-allgemeinmedizin@rub.de

Kontakt IMPROVE-MH:
Karim Zagha – arabischsprachig
☎ +49 234-32-23816
✉ improve-mentalhealth@rub.de

Kontakt IMPROVE-MH:
Flora-Marie Hegerath
☎ +49 234-32-24954
✉ improve-allgemeinmedizin@rub.de

Kontakt IMPROVE-MH:
Karim Zagha – arabischsprachig
☎ +49 234-32-23816
✉ improve-mentalhealth@rub.de

Kontakt IMPROVE-MH:
Flora-Marie Hegerath
☎ +49 234-32-24954
✉ improve-allgemeinmedizin@rub.de

Kontakt IMPROVE-MH:
Karim Zagha – arabischsprachig
☎ +49 234-32-23816
✉ improve-mentalhealth@rub.de

Kontakt IMPROVE-MH:
Flora-Marie Hegerath
☎ +49 234-32-24954
✉ improve-allgemeinmedizin@rub.de

Kontakt IMPROVE-MH:
Karim Zagha – arabischsprachig
☎ +49 234-32-23816
✉ improve-mentalhealth@rub.de

Kontakt IMPROVE-MH:
Flora-Marie Hegerath
☎ +49 234-32-24954
✉ improve-allgemeinmedizin@rub.de

Kontakt IMPROVE-MH:
Karim Zagha – arabischsprachig
☎ +49 234-32-23816
✉ improve-mentalhealth@rub.de