

اطلاعات و تماس

کانون ثبت شده خدمات اجتماعی زنان، متعلق به کلیسای کاتولیک در
Bergisches Land

ایندیگو، مرکز تخصصی مشاوره برای مبارزه با خشونت جنسی
Theodorstraße 8
42853 Remscheid (پایین) (ورودی)

اشخاصی که می‌توانید با آنها تماس بگیرید:

کارشناس ارشد فلسفه، کارشناس ارشد هنردرمانی
Nicole Potenza
Telefon: 02191 69660 - 15
E-Mail: nicole.potenza@skf-bergischland.de

کارشناس مددکاری اجتماعی، متخصص پیشگیری از خشونت
Shari Wolf
گشتالت درمانی معطوف به آگاهی جنسیتی
Telefon: 02191 69660 - 28
E-Mail: shari.wolf@skf-bergischland.de

مشاوره از طریق تلفن

سه شنبه‌ها از ساعات ۱۶ تا ۱۷

پنج شنبه‌ها از ۱۰ تا ۱۱

یا می‌توانید روی پیغام گیر با برای ما پیغام بگذارید و ما خود با شما
تماس خواهیم گرفت.

مرکز مشاوره در سطح زمین است، اما برای ورود به آن باید از سه پله عبور
کنید. اینجا توالت مخصوص معلولین وجود ندارد، اما در
صورت نیاز می‌توانید از اتاقهایی که برای معلولین مناسبتر هستند استفاده
کنید.



gefördert durch:

Ministerium für Heimat, Kommunales,
Bau und Gleichstellung
des Landes Nordrhein-Westfalen



www.skf-bergischland.de

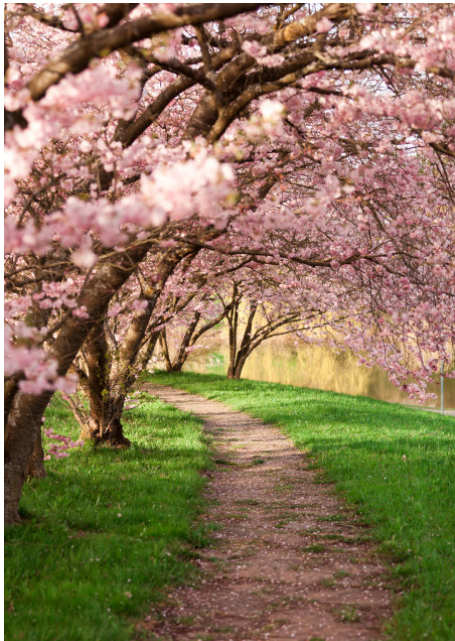
درباره ما

ما یکی از مراکز مشاوره تخصصی SkF e.V. Bergisch Land در رمشاید
هستیم که در زمینه مبارزه با خشونت جنسی فعالیت
میکنیم.

این مرکز مشاوره برای کمک به زنان و دخترانی است که بالای شانزده
سال سن دارند و مورد آزار جنسی قرار گرفته یا می‌گیرند.

مشاوره ما:

- رایگان است
- کاملاً خصوصی و بدون نام انجام می‌شود
- تابع قانون رازداری و حفظ اطلاعات شخصی است
- کاری با وطن، مذهب، و طرز زندگی اشخاص ندارد
- در صورت عدم تسلط به زبان آلمانی، با کمک مترجم انجام می‌گیرد



FARSI

مرکز مشاوره زنان برای پیشگیری از
خشونت جنسی
مرکز مشاوره تخصصی برای مقابله با آزار جنسی

Gemeinsam Zukunft schaffen!

Sozialdienst katholischer Frauen e.V.
Bergisch Land



حوزه های فعالیت ما در حفاظت از افراد در مقابل خشونت

فراهم کردن سرپناه برای افرادی که مورد تهدید و خشونت جنسی قرار گرفته اند :

خانه زنان رمشاید

Telefon: 02191 997016

frauenhaus@skf-bergischland.de

کمک و رسیدگی به کارهای زنانی که اقامتشان در خانه زنان پایان یافته است.

پروژه مرحله دوم

مرکز مشاوره و پیشگیری ایندیگو، برای زنان

اطلاعات و شرایط تماس را در پشت صفحه ببینید. برای کسب اطلاعات دقیق در مورد پروژه های ما به صفحه اصلی مان در اینترنت مراجعه کنید:

www.skf-bergischland.de

کمک و هدایای مالی

حمایت شما از فعالیتهای ما موجب خرسندی ماست. به زنانی که به کمک احتیاج دارند روحیه و جرات دهید که خودشان دنبال کمک بگردند؛ شماره تماس و اطلاعات مربوط به ما را در اختیارشان قرار دهید.

هدایای مالی شما به ما امکان می دهند خدمات بیشتری ارائه دهیم و از این طریق به مراجعین و فرزندانمان کمک کنیم تا به یک زندگی خودساخته و عاری از خشونت دست یابند.

اطلاعات حساب:

Stadtsparkasse Remscheid

IBAN: DE13 3405 0000 0012 1063 57

BIC: WELADEDXXX

برای کمکهای مالی شما رسید وجه پرداختی صادر می شود.

خدمات ما

مشاوره فردی

• کمک در وضعیت بحرانی

• ثبات بخشی

• تبادل اطلاعات

• حمایت در جستجوی خدمات کمکی دیگر

• همراهی در مراجعه به پلیس و آماده سازی برای جلسات دادگاه

پیشنهادهای گروهی

گروه ثبات بخشی

در گروه ثبات بخشی، با همدیگر ابزارهای کارآمدی طراحی می کنیم

و به تمریناتی می پردازیم که به ثبات روحی ما کمک می کنند.

هدف این است که قربانیان بتوانند قدرت درونی بیشتری در خود

احساس کنند و در زندگی روزمره خود بدانند که چه چیزی می تواند

در شرایط دشوار به آنان کمک کند.

گروه احساس خوب

در گروه احساس خوب به فعالیت هایی جمعی مانند آشپزی، کارهای

خلاقانه و تعامل با همدیگر می پردازیم تا احساس سلامت زنان

افزایش یابد. اولویت بر این است که افراد مراقبت از خودشان را یاد

بگیرند.

پیشگیری و اطلاع رسانی

• برنامه های عمومی برای اطلاع رسانی

• -داروی تجاوز جنسی-

• خشونت جنسی در اینترنت

• حقوق من به عنوان یک زن / کشیدن حد و مرز

کمک و حمایت از افراد در مقابل خشونت جنسی

آزار جنسی اشکال متفاوتی دارد. از مزاحمت های جنسی (مانند اظهارنظرهای زننده) یا لمس کردن های بدون رضایت گرفته تا سوء استفاده یا تجاوز جنسی. در تمام این اشکال، حق اراده آزاد فرد در قلمرو جنسی به شدت مورد تعرض قرار می گیرد..

قربانیان این خشونت ها معمولاً نمی دانند با این مساله چطور برخورد کرده و به چه کسی اطمینان کنند.

در اکثر موارد سوالاتی از این قبیل پیش می آیند:

• باید شکایت کرد؟

• کجا می توان کمک صحیح و تخصصی پیدا کرد؟

• چطور می توانم دوباره از عهده زندگی روزمره ام بریایم؟

• با یادآوری ها و احساسات آزارنده چه باید کرد؟

• آیا نیاز به کمک درمانی هست؟

در مورد تمامی این پرسش ها ما به کمک اشخاص قربانی خواهیم آمد.

ما با کمک یکدیگر راه حلی برای خروج از شرایط بحرانی پیدا می کنیم و به راهکارهای مختلف می پردازیم.