

# نصائح وأرقام الهاتف للأشخاص المتضررين من العنف.

هل تأثرت من العنف وتحتاج/ين للمساعدة؟ في الضرف الحالي حول COVID19 ، عرض المساعدة محدود. هنا يمكنك/يمكنك العثور على بعض نقاط الإتصال للحصول على الدعم.  
إذا لم تتمكن/تتمكنين من العثور على مكان في ملجأ أو ملجأ للنساء فقط: تحدث مع شخص تتق/تتقين به/بها ، حاول/ي بشكل مؤقت أن تلجأ/ئين إلى أحد الأصدقاء/ الصديقات المقربين أو أحد أفراد العائلة.  
اتصل/ي بالشرطة في حالة الطوارئ.  
كجارية، هل تلاحظ/تلاحظين أعمال عنف في بنايتك/لك أو في شقة مجاورة لك/لك ، وما إلى ذلك؟ احصل/ي على المساعدة! قدم الدعم، لا تتجاهل الأمر.

هاتف مساعدة على الصعيد الوطني للنساء المتضررات من العنف:

٠٨٠٠٠١١٦٠١٦ / ستكون هوية المتصل/ة مجهولة/المكالمة مجانية

النصيحة عبر الدردشة والهاتف متوفرة بـ 17 لغة. الرقم لا يظهر في الفاتورة و متاح 24 ساعة في اليوم. مناسب أيضاً لـ ,,القدرة فقط على التحدث بصراحة!

رقم المشورة للفتيات والنساء الاتي تعرضن لحالة إغتصاب:

٠٥١١٣٣٢١١٢ / هوية المتصل/ة مجهولة

المشورة الهاتفية

الإثنين 3 ظهر أ - 5 مساءً ، الأربعاء 10 صباحاً - 12 مساءً ، الجمعة 10 صباحاً - 1 مساءً

هاتف مقاطعة ساكسونيا السفلى ضد الزواج القسري

٠٨٠٠٠٦٦٧٨٨٨ / ستكون هوية المتصل/ة مجهولة/المكالمة مجانية

اللغات المتاحة: الألمانية ، الإنجليزية ، التركية ، الفرنسية ، البوسنية ، الكرواتية ، الصربية ، العربية ، الفارسية ، الكرمانجية(الكردي) ، وغيرها إذا لزم الأمر.

Suana: مركز المشورة

للمهاجرين المتضررين من العنف المنزلي والزواج القسري والملاحقة

٠٥١١١٢٦٠٧٨١٤ / هوية المتصل/ة مجهولة.

اللغات المتاحة: الألمانية ، الفارسية ، الروسية ، البولندية ، الإنجليزية ، الفرنسية ، العربية ، الكردية ، البوسنية ، الكرواتية ، الصربية ، الإسبانية ، الفيتنامية ، التركية.

منظمة أندريسراوم!

تقدم منظمة أندريسراوم خدمة المشورة عبرة مكالمة الفيديو.

تحديد موعد عن طريق البريد الإلكتروني: info@andersraum.de

العمل ضد التمييز مع التركيز على التوجه الجنسي والهوية الجنسية (LGBT \* IQ)

هاتف ضد الإكتئاب و الحزن: رقم الهاتف للأطفال والمراهقين والآباء

٠٨٠٠٠١١١٠٥٥٠ / ستكون هوية المتصل/ة مجهولة/المكالمة مجانية

الإثنين 1:45 ظهر أ - 7:45 مساءً      الثلاثاء 02:00 ظهر أ - 08:00 مساءً      الأربعاء 03:00 ظهر أ - 09:00 مساءً  
الخميس 1:00 ظهر أ - 06:45 مساءً      الجمعة 12:30 ظهر أ - 05:00 مساءً      السبت 02:00 ظهر أ - 05:15      مغلق يوم الأحد