



ميديا مركز الصحة للنساء والفتيات مشروع الصحة النسائي العالمي ميديا

الدعم النفسي

لديك ألم دائم في الرأس؟
الكثير من الأفكار والخواطر المربكة تدور في رأسك؟
لديك أحلام تسبب لك الخوف؟
تشعرين بالكآبة والوهن؟
لا تستطيعين التركيز وتنسين كثيراً وبسرعة؟
تشعرين بالوحدة والانعزال؟
تعانين من مخاوف؟
تشعرين بانعدام الشهية أو تشعرين بأنك تريدين أكل المزيد؟
لا تعلمين ما هي الخطوة التالية؟
لديك إحساس بأنك لا تستطيعين إنجاز مهامك اليومية؟

يمكنك التوجه إلينا عندما تواجهين هذه المشكلات أو مشكلات أخرى مشابهة. ضمن إطار محمي يمكنك التحدث بالأشياء التي تواجهينها على سبيل المثال يمكنك التحدث عن الأوضاع المعيشية الصعبة، المخاوف، الوحدة، الحزن، اليأس، التمييز وأيضاً عن الصراعات الحالية. يمكننا التوصل بالنقاش سوية إلى إمكانية إيجاد الراحة والشرح والحل. عند الحاجة يمكننا طلب مترجمة.

رجاءً توجهي إلى: فرانسيسكا ميكش 01632125737