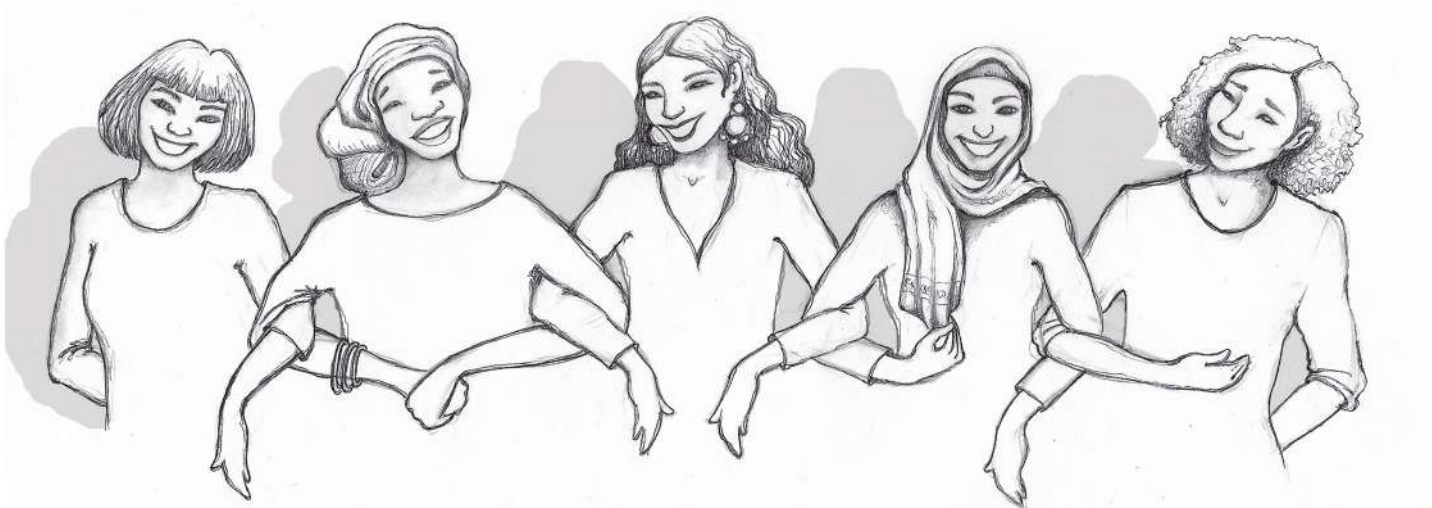


شروع از زیر صفر



دفتری از طرف زنان پناهنده برای زنان پناهنده

این بروشور به زبان های عربی، فارسی، کردی کومانچی و آلبانیایی هم وجود دارد. انگلیسی و آلمانی و نیز پ د اف

PDF را میتواند در این آدرس www.trixiewiz.de ببینید

شروع از زیر صفر – دفتری از طرف زنان پناهنده برای زنان پناهنده

مقدمه

” این جا و در این محل تو باید با زنان دیگر رابطه داشته باشی تا امنیت داشته باشی. وقتی تنها باشی، به خصوص به عنوان زن، تنها میمونی و حتا خطرناکه”

چنین نقل قول‌هایی از زنان پناهجو که در کمپ پناهندگی زندگی می‌کنند دلیلی برای انتشار این بروشور است. در این بروشور نقل قول‌هایی از زنان آورده می‌شود که آن‌ها تجربه‌هایشان را در سیستم پناهندگی آلمان توضیح می‌دهند. مشکلات زیادی وجود دارد که نتیجه سیستم پناهندگی است. اما شماها تنها نیستید و در خیلی از موارد امکاناتی وجود دارد که بتوانید کمک بخواهید و موقعیت خودتان را بهتر کنید. این بروشور می‌خواهد کمکی به حل مشکلات متداول را نشان دهد و به این وسیله شما را حمایت کند تا بتوانید با این موقعیت‌های مشکل‌کنار بیایید. این بروشور قبل از همه برای شماست که در کمپ پناهندگی زندگی می‌کنید و حاوی راهنمایی‌های عملی بسیاری است. اما این بروشور به آدم‌های موثر هم که با شما در ارتباط هستند، فکر کرده. شما در صفحات آتی نقل قول‌ها، توضیحات، آدرس‌ها جملات توانمند ساز و تصاویری را خواهید دید. به خصوص در مورد آدرس‌ها می‌خواستیم به شما بگوییم که سازمان‌های بسیار دیگری وجود دارند که می‌توانند شما را حمایت و پشتیبانی کنند. محتوای بروشور شامل موضوع سلامتی و تامین احتیاجات، مراکز مشاوره حقوقی و اطلاعات بیشتر در باره مسائل مخصوص زنان است. این بروشور به زبان‌های عربی، فارسی، کردی کومانچی و آلبانیایی هم وجود دارد.

ساختار بروشور

- وضعیت حقوق، بیمه درمانی و مبلغ اضافه پرداختن
- لیست پزشکان
- مشاوره حقوق پناهندگی مخصوص زنان
- مرکز مشاوره خشونت و روانکاوی
- حق حضانت، پرداخت نفقه، طلاق
- مسایل سلامتی زنان و حاملگی
- بیماری‌های مزمن و نیازمندی‌های خاص
- تبعیض و راسیسم شکلگیری این بروشور و تشکر

وضعیت حقوقی، بیمه درمانی

به جز ادارات آلمانی مثل LAF, BAMF، پلیس، اداره امور خارجی و داخلی و Jobcentre، پزشکان هم موظفند اطلاعات خود را به کسی ندهند. یعنی، وقتی عده‌ای غیرقانونی این‌جا زندگی می‌کنند، آنها اجازه ندارند اطلاعات را به کسی بدهند. مثلاً وقتی اقامت این عده تمدید نشده است. آن‌ها همچنین اجازه ندارند وضعیت سلامتی بیماران را مثلاً به شریک زندگی، والدین یا خویشاوندان دیگر بگویند. وقتی حال شما خیلی وخیم است، باید به پزشک اورژانس تلفن کنید یا به مددکاران، نگهبانان، مدیر کمپ یا کسانی که داوطلبانه کار می‌کنند بگویید که آن‌ها به دکتر اورژانس خبر بدهند. همه این افراد موظف هستند به دکتر اورژانس تلفن کنند زمانی که شما به پزشک نیازمند هستید آنها نباید تصمیم بگیرند که وضعیت ویژه‌ای هست یا نه.

شما در زمان پروسه پناهندگی یک کارت بیمه الکترونیکی دریافت می‌کنید. زمانی که با درخواست پناهندگی شما موافقت شد و اجازه اقامت دریافت کردید، کارت بیمه درمانی الکترونیکی دریافت می‌کنید و می‌توانید خودتان شرکت بیمه درمانیتان را انتخاب کنید. با کارت بیمه درمانی الکترونیکی می‌توانید به همه پزشکانی که با ادارات بیمه کار می‌کنند، مراجعه کنید. قبل از آن اما اطلاع پیدا کنید که پزشک با ادارات بیمه کار می‌کند یا خصوصی است. چون در مطب پزشکان خصوصی شما باید خودتان پول معاینه و معالجه را بپردازید. ادارات بیمه درمانی هزینه این خدمات را می‌پردازد:

- بیماری‌های سخت و دردها
- حاملگی و زایمان
- واکسن ضد بیماری‌ها
- بیماری‌های مزمن
- درمان ضروری بیماری و دارو

برای خدمات دیگر و همچنین بسیاری از داروها باید پول پرداخت کرد. بهتر است که از پزشکان سوال کنید که داروها چقدر قیمت دارند و شما چگونه می‌توانید از پرداخت اضافه دارو معاف شوید. اطلاعات بیشتر در مورد معافیت از پرداخت دارو در زیر آمده است. کسانی که اجازه اقامت معتبر ندارند فقط در مواقع ضروری می‌توانند از خدمات پزشکی درمانی استفاده کنند. با وجود این در مکان‌های زیر معالجه امکان پذیر است. آن‌ها شما را در زمینه اضافه پرداخت و داروهای گران قیمت راهنمایی می‌کنند.

زبان	آدرس و تماس	چی	کی
<p>آلمانی، انگلیسی، فرانسه، اسپانیایی</p>	<p>Gneisenaustr. 2a 10961 Berlin</p> <p>دوشنبه تا پنجشنبه از ساعت ۸۱/۰۳ تا ۵۱/۰۳ تلفن: ۰۳۰-۶۴۷۶۴۹۶</p> <p>info@medibuero.de https://medibuero.de/</p>	<p>این دفتر خودش خدمات درمانی ارائه نمی دهد، بلکه اطلاعاتی به مهاجرین بدون اجازه اقامت و بدون کارت بیمه درمانی می دهند تا بتوانند ناشناس و مجانی برای معالجه به پزشکان مجرب و متخصص مراجعه کنند بیماران باید خودشان به این مرکز مراجعه کنند</p>	<p>دفتر برای کمک پزشکی به پناهندگان در برلین</p> <p>Büro für medizinische Flüchtlingshilfe Berlin (Medibüro)</p>
<p>انگلیسی، اسپانیایی، فرانسه، پرتغالی</p>	<p>Aachener Str. 12 10713 Berlin</p> <p>سه شنبه، چهارشنبه و جمعه از ساعت ۹ تا ۵۱ تلفن: ۰۳۰-۰۰۶۲۲۷۲۸</p> <p>MMMedizin@aol.com https://www.malteser.de/menschen-ohne-krankenversicherung.html</p>	<p>به سوالات پزشکی کسانی که به کمک نیازمندند، پاسخ داده می شود و در صورت بیماری معالجه می شوند. پزشکان سه بار در هفته قبل از ظهر برای راهنمایی و مشاوره به نیازمندان حاضر هستند. این پزشکان با پزشکی که در برلین داوطلبانه کار می کنند در ارتباط هستند و بیمارانی را که کارت بیمه قانونی ندارند، معالجه می کنند.</p>	<p>مهاجران پزشکی</p> <p>Malteser Migranten Medizin</p>

<p>امکان سازماندهی برای حضور مترجم وجود دارد.</p>	<p>open.med Berlin Teltower Damm 8a 14169 Berlin تلفن: ۴۹۰۲۵۱۳۶۶۷۱۹۴۰۰ ملاقات برای بزرگسالان پنجشنبه‌ها از ساعت ۵۱ تا ۷۱ ملاقات برای کودکان سه شنبه‌ها از ساعت ۵۱ تا ۷۱</p>	<p>در این مرکز کسانی که نمی‌توانند از بیمه دولتی استفاده کنند یا برای استفاده با موانعی مواجه هستند، می‌توانند از امکانات پزشکی استفاده کنند. وقت ملاقات برای بیماری‌های کودکان، پزشک عمومی، واکسن، روانشناسی، بیماری‌های پوستی و نیز مشاوره اجتماعی برای عضویت در بیمه پزشکی درمانی، درخواست برای پرداخت هزینه‌های پزشکی، محل اقامت یا خدمات اجتماعی وجود دارد.</p>	<p>open.med Berlin in Kooperation mit Medizin Hilft e.V. und Ärzte der Welt e.V.</p>
---	---	--	--



پرداختن مبلغ اضافه

همه داروهایی که پزشکان روی نسخه‌ها می‌نویسند برای کودکان و نوجوانان زیر ۸۱ سال مجانی است. برای افراد زیر ۸۱ سال بدون سرپرست همین قانون صدق می‌کند که برای کودکان زیر ۸۱ سال با سرپرست، بزرگسالان باید برای دارو و وسایل و تجهیزات کمکی مثل صندلی چرخدار غالباً مبلغی مثلاً بین ۵ تا ۰۱ یورو پرداخت کنند. هزینه همه داروهایی که بدون نسخه خریداری می‌کنید باید خودتان بپردازید. وقتی شما برای هر سال بیش از ۰۰۱ یورو برای دارو پرداخت کرده باشید (برای بیماری‌های مزمن ۰۵ یورو)، می‌توانید پولی که برای این هزینه‌ها پرداخت کرده‌اید را از اداره بیمه پس بگیرید. برای همین خیلی مهم است که قبض پرداخت داروها و معالجات را نگهداری کنید که نام شما روی آن نوشته شده است.

اطلاعات در باره سیستم بهداشتی عمومی و پزشکان چند زبانه

اولین محل مراجعه برای مشکلات سلامتی، پزشکان عمومی هستند. این پزشکان اولین معاینات را انجام می‌دهند و می‌توانند بیماری‌ها را تشخیص و معالجات را انجام دهند. آن‌ها پزشکان متخصص بسیاری را می‌شناسند و شما را با کاغذی (überweisen) پیش آن‌ها می‌فرستند. شما می‌توانید مستقیماً پیش دندانپزشک و پزشک زنان بروید، اما در مورد متخصصین دیگر، باید مطمئن باشید که مشکلاتتان را می‌تواند حل کند.

شب‌ها و وقتی انقدر بیمار هستید که نمی‌توانید به مطب دکتر بروید، می‌توانید با شماره تلفن ۷۱۱۶۱۱ تماس بگیرید که پزشک به دیدن شما در خانه بیاید و معاینه و معالجه‌تان کند. معالجه مجانی است وقتی شما کارت بیمه درمانی یا چیزی شبیه آن داشته باشید. در مواقع ضروری با بیمارستان یا پزشک اورژانس با شماره ۲۱۱ تماس بگیرید.

خوب است که شما اطلاعاتتان را در مورد متخصصان و زبان‌های خاص آنها یا ارائه خدمات پزشکی با دوستان، آشنایان و ساکنین محل اقامتتان تبادل کنید. همچنین همیشه خوب است با دیگران پیش پزشک بروید تا با مشکلات فهم زبان یا مسائل پزشکی راحت‌تر کنار بیایید. "قبل از این که دکتر برم، خودم را آماده می‌کنم. اینترنت را نگاه می‌کنم که چه چیزهایی را می‌خواهم به دکتر بگویم و اون‌ها را یادداشت می‌کنم" در برلین پزشکانی کار می‌کنند که به زبان‌های مختلف صحبت می‌کنند. می‌توانید پیش آن‌ها بروید. معمولاً آنها پزشکان دیگری را می‌شناسند که به زبان شما صحبت می‌کنند. این امکان هم وجود دارد که شما با مترجم پیش پزشک بروید. از طریق مددکاران در کمپ می‌توانید از مرکز خدمات مترجمی کمک بگیرید. باید به مترجمین این مرکز حق‌الزحمه داد. اما اگر از طرف کمپ با مرکز خدمات مترجمی برای همراهی به مراکز پزشکی و درمانی تماس گرفته شود، مرکز خدمات مترجمی حق‌الزحمه را به عهده می‌گیرد.

زبان	آدرس تماس	چی	کی
<p>این مرکز مترجم برای ۰۵ زبان را ارائه می کند. آن ها حتا زبان هایی که ادارات به رسمیت نمی شناسند را هم ارائه می دهند.</p>	<p>Friedrichstr. 231 10969 Berlin</p> <p>تلفن: ۰۳۰ - ۰۹۰۹۱۳۴۴ ایمیل: info@gemeindedolmetschdienst-berlin.de</p> <p>ساعت کار از ۹ تا ۶۱</p>	<p>مرکز خدمات مترجمی پروژه ای است از اداره سلامتی برلین و براندنبورگ</p> <p>Gesundheit Berlin-Brandenburg e.V.</p> <p>گروه کاری برای ارتقای سلامت. مترجمین تعلیم دیده مرکز خدمات مترجمی می توانند از طرف بیمارستانها، شهرداریها و نهادهای مسئول به کار گرفته شوند.</p>	<p>مرکز خدمات مترجمی</p> <p>Gemeindedolmetschdienst Berlin</p>



لیست پزشکان

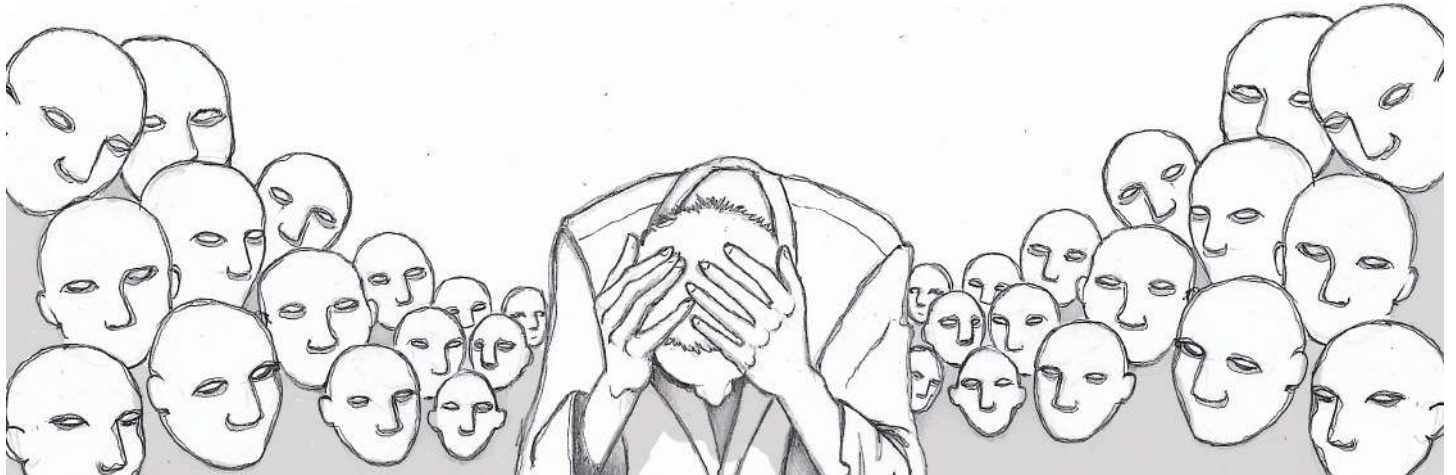
<p>Arztpraxis im Ärztehaus Brunnenstraße 160 10115 Berlin</p> <p>تلفن: ۰۳۰-۰۰۹۶۲۷۳۷۴</p> <p>info@abhari-praxis.de www.abhari-praxis.de</p>	<p>دکتر سیده ابهری</p>	<p>دکتر زنان و زایمان</p>
<p>Weimarische Str. 27 10715 Berlin</p> <p>تلفن: ۰۳۰-۰۳۳۶۳۳۵۸</p> <p>info@kinderarztpraxis-seyyedi.de</p>	<p>دکتر سیدی</p>	<p>پزشک اطفال</p>
<p>Stuttgarter Platz 1 10627 Berlin</p> <p>تلفن: ۰۳۰-۵۲۱۶۳۲۳</p> <p>info@drbakhtari.de</p>	<p>دکتر نازنین بختیاری</p>	<p>پزشک عمومی</p>
<p>Kottbusser Damm 76 10967 Berlin</p> <p>تلفن: ۶۸۴۳۷۰۴۷</p>	<p>ماندانا پارسیان فر</p>	<p>دندانپزشک</p>

خشونت و مشاوره روانپزشکی

"... این پسر مشهوره چون او مادرش (زن پدرش) را با هفت تیر کشته و می‌خواد با دختر من ازدواج کنه و معلومه که ما نمی‌خواستیم. اما اونها یک خانواده بزرگ مشهوری بودند و همه می‌گفتند وقتی اون یک چیزی بخواد، اون کار رو می‌کنه. اگر ما گفته بودیم نه، او به همه همسایه‌ها می‌گفت که دختر کوچیک ما را فاحشه می‌کنه و بعد مردهای دیگه او را می‌کشتند. برای همین از افغانستان این جا اومدیم. فکر می‌کنی این کافی نیست که به عنوان پناهنده بتونیم این جا بمونیم؟"

عدم اطمینان در باره مراحل تقاضای پناهندگی و بی‌عملی احتمالی ایجاد استرس می‌کند که می‌تواند باعث بی‌خوابی، یاس و احساس غربت شود. ضرورت توصیف دلایل فرار، همراه با نتیجه مشکلات و سختی‌های منزل دادن، می‌تواند همه خاطرات تجربه‌های ناگوار را دوباره برگرداند. و نیز انتظار طولانی باعث استرس می‌شود و در بعضی مواقع باعث بیماری. زمانی که احساس می‌کنید که به تنهایی از پس مشکلات و موقعیتان بر نمی‌آیید یا می‌خواهید با کسی در باره تجربیاتتان صحبت کنید، مراکز مشاوره بسیاری وجود دارد.

"وقتی فکر می‌کنی که دیگه قدرت نداری و نیرویی نمانده، سعی کن یادت بیاد به یک جمله قوی کننده که به وقتی به تو گفته شده."



زبان	آدرس تماس	چی	کی
<p>گفت و گو به زبان انگلیسی در همان روز مراجعه امکان پذیر است. زبان های دیگر را می توان در مراکز دیگر یا با کمک مرکز خدمات مترجمی ارائه کرد.</p>	<p>Krausnickstr. 12a, 10115 Berlin گفت و گوی حضوری هر روز از ساعت ۶۱ تا ۴۲ تلفنی ۰۱ - ۳۶۰۹۳ - ۰۳۰ https://www.berliner-krisendienst.de/</p>	<p>خدمات در مواقع بحرانی برلین ، به ویژه شب ها و آخر هفته ها در شرایط بحرانی خدمات ارائه می دهند. مشاوره ها مجانی و به طور ناشناس انجام می شود</p>	<p>Berliner Krisendienst خدمات در مواقع بحرانی برلن</p>
<p>مترجمین به زبان های مختلف در محل حضور ندارند اما می شود سازماندهیشان کرد</p>	<p>auf dem Gelände des LAGeSo in der Turmstraße 21, Haus M, 1. OG, 10559 Berlin دوشنبه تا جمعه از ساعت ۰۱ تا ۸۱/۰۳ ملاقات فقط با وقت قبلی تلفن: ۰۳۰ - ۵۲۰۳۶۷۹۳ ایمیل clearingstelle@charite.de</p>	<p>در این محل مراجعه کننده ها (بزرگسالان، کودکان و جوانان) با یک تیم چند زبانه و چند فرهنگ و روانشناسان مجرب معاینه می شوند. این مرکز مخصوص پناهندگانی است که از استرس، بی خوابی، ناآرامی، پرخاشگری و عصبیت رنج می برند.</p>	<p>psychiatrische Clearingstelle der Charité in der Turmstraße</p>

<p>مترجمین مجرب سازماندهی خواهند شد.</p>	<p>Paulsenstr. 55-56 12163 Berlin-Steglitz</p> <p>تماس تلفنی دوشنبه تا پنجشنبه از ساعت ۰۱ تا ۲۱ تلفن: ۰۳۰ - ۳۳۹۲۳۲۳ ایمیل:</p> <p>info@xenion.org</p>	<p>این مرکز خدمات زیر را ارائه می دهد:</p> <ol style="list-style-type: none"> ۱- درمان کسانی با ضربات روحی و قربانیان نقض حقوق بشر، ۲ - مشاوره اجتماعی و همراهی در مراحل تقاضای پناهندگی، ۳ - میانجیگری برای سرپرستی خردسالان بدون همراه، ۴ - شناسایی آسیب پذیری ویژه ۵ - مداخله در بحران، تراپی کوتاه یا بلند مدت، ۶ - کمک به حل مشکل خانوادگی ۷ - کمک به حل مشکل کودکان و جوانان، ۸ - گزارش کارشناسی روانشناسی ۹، تراپی گروهی 	<p>XENION</p> <p>کمک های اجتماعی روانشناسی برای تعقیب شدگان سیاسی مشاوره و معالجه</p>
<p>انگلیسی، روسی، فارسی، صربی، فرانسوی، سومالی، فولا، سوسو، پولار، عربی، ایتالیایی، ترکی، بورمسیش، کورمانچی، مالینکی</p>	<p>Hohenstaufenstr. 31, 10779 Berlin</p> <p>تلفن: ۰۳۰ - ۳۰۲۷۷۰۵۵ اطلاعات تلفنی به زبان های آلمانی، انگلیسی و عربی دوشنبه تا جمعه از ساعت ۹ تا ۷۱</p> <p>missmahl.i@web.de deazoulay@t-online.de</p>	<p>این مرکز ۱- در محل های متعدد و در همکاری با کمپ های پناهندگی مشاوره روانشناسی ارائه می دهد، مشاوره اینترنتی</p> <p>https://care.com/home-14.html</p> <p>روانشناسان و مددکاران دو زبانه</p>	<p>Ipsos Care Center Berlin von IPSO -International Psychosocial Organisation gGmbH</p>

<p>مترجمان زبانهای مختلف آنجا حضور ندارند اما می توان آن ها را سازماندهی کرد</p>	<p>Turmstraße 21, GSZM Haus H und Haus K 10559 Berlin</p> <p>مشاوره تلفنی چهارشنبه ها ا ساعت ۱۱ تا ۲۱ تلفن: ۰۶۰۹۳۰۳ - ۰۳۰ مشاوره تلفنی برای کودکان و جوانان دوشنبه ها و چهارشنبه ها از ساعت ۲۱ تا ۳۱ تلفن: ۰۳۰ - ۰۶۰۹۳۰۳ - ۱۱</p>	<p>این مرکز برای کسانی که از جنگ یا تجربه شکنجه دچار آسیب های روانی شده اند خدمات زیر را ارائه می دهد:</p> <p>۱- درمان روانشناسانه، ۲- بخش های مختلف تخصصی برای بزرگسالان، کودکان و جوانان که از آسیب های روانی رنج می برند یا به دلائل فرار بیمار شده اند، ۳- مهاجرین بالای ۸۱ سال که به دلیل رنج شکنجه، تعقیب، خشونت، و تعرض جنسی آسیب روانی دیده اند و به دلیل پیشینه بیماریشان، مداوا و مراقبت های ویژه جنسیتی نیازمندند، ۴- کلینیک روزانه برای کسانی که به طور متوالی بیمار هستند که تراپیشان به دلیل کمبود دانش آلمانی کافی نیست یا مداوایشان به دلیل قوانین مهاجرت مشکل ساز است.</p>	<p>Behandlungszentrum für Folteropfer</p> <p>مرکز مداوای قربانیان شکنجه</p>
<p>امکانات زیادی برای فراهم کردن مترجم به زبانهای مختلف وجود دارد.</p>	<p>St. Hedwig Krankenhaus, Große Hamburger Str. 5-11, 10115 Berlin</p> <p>ساعت های مشاوره: دوشنبه، سه شنبه و پنجشنبه از ساعت ۴۱ تا ۶۱</p>	<p>۱- مشاوره تخصصی برای پناهندگان و پناهجویان، ۲- تشخیص و درمان فردی، ۳- توضیح به بیماران و وابستگانشان، ۴- تراپی جمعی، ۵- فعالیت های چند ملیتی گروهی، ۶- همراهی اجتماعی و تربیتی،</p>	<p>Psychiatrische Institutsambulanz Psychiatrische Universitätsklinik der Charité Campus Mitte</p>

<p>امکانات زیادی برای فراهم کردن مترجم به زبانهای مختلف وجود دارد.</p>	<p>چهارشنبه و جمعه از ساعت ۳۱ تا ۴۱/۵ تلفن: ۰۲۱۲۱۱۳۲ - ۰۳</p>	<p>۷- درمان های غیر کلامی بدون مترجم، ۸- مشاوره اجتماعی گروهی ۹- مشاوره اجتماعی و خودکفایی گروهی، ۱۰- سرگرمی و مهارتهای اجتماعی گروهی، ۱۱- کاردرمانی</p>	<p>Psychiatrische Institutsambulanz Psychiatrische Universitätsklinik der Charité Campus Mitte</p>
<p>فارسی، روسی و عربی</p>	<p>Turmstraße 21 10559 Berlin دوشنبه تا پنجشنبه از ساعت ۹ تا ۷۱ جمعه از ساعت ۹ تا ۵۱ تلفن: ۰۳۰ - ۶۰۹۳۰۳ - ۰ ایمیل: mail@ueberleben.org</p>	<p>۱- مشاوره حقوقی مراحل پناهندگی، ۲- مشاوره اجتماعی در امور اداری، ۳- مشاوره روانشناسی، ۴- تشخیص و اظهار نظر، ۵- کمک های روانشناسی، و مداخله در بحران</p>	<p>Zentrum Überleben مرکز بقاء بخش زندگی پناهندگان و خدمات برای مهاجرین</p>



محدودیت‌های تو چیست؟

همه انسان‌ها مرز و محدودیت دارند. آن‌ها می‌توانند مثل هم یا متفاوت باشند. همه محدودیت‌های شخصی باید رعایت شوند، حتی وقتی مثل ما نیستند. اما متأسفانه این مرزها و محدودیت‌ها غالباً آسیب می‌بینند. فقط تو حد مرزهایت را تعیین می‌کنی. نقض این مرزها خشونت است.

”شبه‌دوش گرفتن امن نیست. مردان جوان زیادی بدون نظارت و کنترل هستند که فکر می‌کنند اتفاقی نمیتونه برآشون بیفته چون آنها آزاد در یک کشور دیگه هستند. چه جوری این‌جا می‌تونم تنها از خودم محافظت کنم؟”

خشونت می‌تواند بسیار متفاوت باشد. در اصل خشونت به شکل **خشونت فیزیکی، خشونت روانی و خشونت ساختاری** وجود دارد.

خشونت فیزیکی مثل کشیدن موها، سیلی زدن، هل دادن، کتک زدن، لگد زدن و غیره

خشونت فیزیکی می‌تواند بسیار متفاوت باشد. در نتیجه عواقبش هم متفاوت هستند: از خراش و کبود شدن تا شکسته شدن استخوان، همه عواقب

خشونت فیزیکی هستند. یک فرم مخصوص خشونت روانی، خشونت جنسی است. خشونت جنسی یعنی هر نوع نزدیکی که مخالف خواست یک نفر صورت گیرد.

خشونت روانی مثل توهین کردن، تهدید کردن، جیغ زدن و سکوت کردن، ترساندن، دروغ گفتن، کنترل کردن وغیره.

خشونت روانی معمولا زبانی است اما با این حال آن هم خشونت است.

خشونت ساختاری خشونتی است در سطوح مختلف جامعه، هر روزه و همه جا، در جستجو برای یافتن خانه، در آموزش و پرورش، در سیستم قضایی، وغیره. خشونت ساختاری بر پایه جنبه‌های اساسی شخصیت هر فرد بنا شده، مانند مذهب، جنسیت و غیره... خشونت نهادی را می‌توان تبعیض نامید. اطلاعات بیشتر را در قسمت "تبعیض" خواهید یافت.

"من چند تا همشهریم رو می‌شناسم که گفتند که تعداد زیادی تجاوز صورت گرفته اما نمیگن. تو نمیگی چون شرم‌آور" (ورنا از آلبانی)

"یک بار یه خانمی دیر اومد به خونه و چند تا مرد او رو به یه اتاق کشیدند. وقتی نیروهای امنیتی اومدند به زن گفتند که او نباید به مدیر کمپ چیزی بگه که مشکلی پیش نیاد".

"زنها به ندرت تنها بیرون میرن. به این علت که نگران امنیتشون هستن و به خصوص شوهراشون، برادرشون و پدرشون نمیخوان اونها بیرون برن. اونها میگن که بیرون اتفاق‌های بدی میتونه بیوفته. مردهای مست بخوان اونا رو ببوسن یا اتفاقهای بدتری بیوفته"

وقتی بر شما خشونتی روا شود، فرق نمی‌کند که چه کسی و چگونه و چه شکل، امکاناتی برای کمک کردن وجود دارد، بدون آنکه کس دیگری از آن اتفاق خبر دار شود. بسیاری از مراکز مشاوره مجانی و ناشناس به شما کمک خواهند کرد و به شما امکانات متفاوت حل مشکل را نشان خواهند داد تا شما و فرزندانتان را در مقابل خشونت محافظت کنند.

مراکز مشاوره برای خشونت علیه زنان

مراکز مشاوره برای خشونت علیه زنان

زبان	ارتباط	چی	کی
مترجمین در مدت ۰۱ تا ۰۳ دقیقه سازماندهی می شوند.	دوشنبه تا جمعه از ساعت ۸ تا ۴۲ تلفن: ۰۳۰ - ۰۰۳۰۱۱۶ ایمیل: info@big-hotline.de www.big-hotline.de	مرکزی است برای زنانی که خشونت خانگی را تجربه کرده اند و از زنان و کودکانشان که در رابطه شان خشونت دیده اند، حمایت می کند و یا پس از جدایی هنوز از طرف شوهران یا دوست پسرهایشان تهدید می شوند یا مورد تعرض قرار می گیرند یا در معرض حمله هستند BIG این امکانات را فراهم می کند ۱- اطلاعاتی در مورد امکانات حقوقی یا پلیسی، ۲- اطلاعات در مورد مراکز مشاوره و امکانات حمایت، ۳- اطلاعات در مورد خانه های زنان و پناهگاه و در صورت لزوم انتقال به آنجا، ۴- مداخله در بحران به طریق روانشناسانه، ۵- هر جا که خشونتی رخ می دهد، این امکانات را ارائه می دهد • مشاوره روانشناسی • مشاوره پزشکی • مشاوره حقوقی	BIG Hotline
آلمانی، انگلیسی، ترکی، کردی	Mindener Straße 14 10589 Berlin-Charlottenburg تلفن: ۰۳۰ - ۲۶۰۰۱۶ یا ۰۳۰ - ۳۶۰۰۱۶ beratung@papatya.org	این مرکز حمایت و کمک به دختران و زنان جوانی ارائه می دهد که می خواهند از خانه فرار کنند و می ترسند که خانواده شان آنها را تعقیب و تهدید کنند. این مرکز کمک می کند وقتی که ۱- شما وادار به ازدواج بشوید یا به زور ازدواج کرده باشید، ۲- حامله هستید و کسی نباید بداند، ۳- خانواده شما گرایش جنسی شما را نمی پذیرند، ۴- از آزار یا خشونت جنسی رنج می برید.	پاپاتیا Papatya مرکز امکان حل بحران ناشناس برای دختران و زنان جوان با زمینه مهاجرت

<p>آلمانی، انگلیسی، فارسی، عربی، ترکی، لهستانی، روسی، اسپانیایی، فرانسوی</p>	<p>Fuggerstraße 19 10777 Berlin - Schöneberg 3. OG دوشنبه تا جمعه از ساعت ۹ تا ۸۱ تلفن: ۰۳۰ - ۸۸۸۸۶۱۲ beratung@lara-berlin.de</p>	<p>کمک‌های غیربروکراتیک برای زنان بالای ۴۱ سال که تجاوز، آزار و اذیت جنسی را تجربه کرده‌اند. این کمک‌ها شامل</p> <ol style="list-style-type: none"> ۱- مشاوره تلفنی یا حضوری، ۲- حمایت در مواقع بحران، ۳- درمان کوتاه مدت، ۴- نظارت بر روانشناسی اجتماعی، ۵- مشاوره حقوقی به کمک وکلا، ۶- حمایت برای یافتن یک روانشناس مناسب، ۷- اطلاعات و مشاوره برای خویشاوندان و مراقبان 	<p>لارا LARA دفتر تخصصی در برابر خشونت جنسی علیه زنان</p>
<p>این مرکز مترجمان به زبان‌های مختلف ارائه می‌دهند که در محل حضور ندارند و با تلفن می‌شود حضورشان را سازماندهی کرد</p>	<p>Teltower Damm 4 14169 Berlin دوشنبه تا پنجشنبه از ساعت ۰۱ تا ۶۱ جمعه از ساعت ۹ تا ۸۱ تلفن: ۰۳۰ - ۰۸۹۵۹۱۰۸ beratung@interkulturelle-initiative.de www.interkulturellesfrauenhaus.de</p>	<p>در مرکز مشاوره عمومی، مشاوره حضوری و حقوقی با داشتن قرار قبلی ارائه خواهد شد. در این محل همچنین می‌توانید با خانه‌های امن برای زنان تماس بگیرید.</p> <p>در این محل امکانات زیر ارائه می‌شود:</p> <ol style="list-style-type: none"> ۱- مشاوره برای زنان آزار دیده و فرزندان‌شان، ۲- مشاوره خانوادگی، ۳- مشاوره حقوقی مجانی، ۴- مشاوره و ترجمه 	<p>Interkulturelle Initiative e. V.</p>

<p>انگلیسی، لهستانی، ویتنامی، فارسی، عربی</p>	<p>Albertinenstr. 1 13086 Berlin تلفن: ۰۳۰ - ۷۰۷۴۷۲۹ beratungsstelle@frauenprojekte-bora.de</p>	<p>بورا امکانات زیر را ارائه می دهد: ۱- مشاوره حضوری یا تلفنی در صورت خشونت خانگی ۲- کمک در امور مالی و برخورد با ادارات ۳- اطلاعات در مورد اقدامات حقوقی و پلیس ۴- امکانات گروهی و یک رشته مشاوره</p>	<p>مرکز مشاوره زنان بورا Bora</p>
<p>عربی، ترکی، روسی، انگلیسی، ایتالیایی، لهستانی</p>	<p>Birkenstr. 62, 10559 Berlin, Linker Eingang Haus N دوشنبه تا جمعه از ساعت ۸/۵ تا ۳ تلفن: ۰۳۰ - ۰۷۲۰۷۵۰۵۴ gewaltschutz-ambulanz@charite.de</p>	<p>در جرائم جنسی، بیمارستان شریته، ثبت آثار جرم را بدون ثبت گزارش پلیسی انجام می دهد. آنها از آسیب های شما گواهی پزشکی مجانی تهیه می کنند. اگر زمانی تصمیم به شکایت داشتید، این مدارک قابل ارائه به دادگاه هستند. همه چیز در مشاوره و با رضایت صریح شما انجام می گیرد. کلینیک محافظت از خشونت موظف به سکوت است حتا در برابر پلیس و دادگاه</p>	<p>Gewaltschutz-ambulanz Charité Berlin</p>
<p>آلمانی، کردی، عربی، ترکی، انگلیسی، فرانسوی و پرتغالی</p>	<p>Brunsbütteler Damm 17 13581 Berlin تلفن: ۰۳۰ - ۲۶۶۶۶۳۳ Email: info@hinbun.de</p>	<p>هینبو یک سازمان بین المللی است که درش به روی زنان و بستگانشان باز است و خدمات زیر را ارائه می دهد ۱- پشتیبانی در برخورد با مقامات و بوروکراسی ۲- اطلاعات در باره حق استفاده از خدمات اجتماعی ۳- کمک به نوشتن تقاضا و اعتراض ۴- مشاوره در مورد بیکاری و آموزش و پرورش ۵- مشاوره در مورد مشکلات روزانه و شخصی ۶- مشاوره و اطلاعات در مورد پیشگیری های مربوط به سلامتی و تغذیه ۷- اطلاعات در مورد سیستم سلامتی آلمان ۸- مشاوره در مواقع بحران جدایی و خشونت خانگی ۹- فعالیت های اوقات فراغت مانند صبحانه جمعی و گشت زنانه</p>	<p>HÎNBÛN هینبون مرکز آموزشی و مشاوره برای زنان و خانواده شان</p>

مشاوره در مورد خشونت علیه کودکان

این مراکز زمانی که نگرانی که حال بچه‌هاست خوب نیست یا یک بچه دیگر حالش خوب نیست، چون تجربه خشونت و آزار دارد به طور ناشناس مشاوره می‌دهند. نباید بررسی که بچه‌ها را ازت بگیرند. اول یک مشاوره برای تو هست که چگونه با موقعیت کنار بیایی و چگونه می‌توان به بچه کمک کرد. در کمک تلفنی به فاصله ۰۱ تا ۰۳ دقیقه مترجم برای شما آماده می‌کنند، شما باید تلفن کنید و فقط زبانی را که صحبت می‌کنید نام ببرید.

خدمات اضطراری به بچه‌ها : ۱۶۰۰۱۶ Gitschiner Str. 49 · 10969 Berlin

خدمات اضطراری به جوانان: ۲۶۰۰۱۶ Mindener Str. 14 · 10589 Berlin

خدمات اضطراری به دختر بچه‌ها: ۳۶۰۰۱۶ Mindener Str. 14 · 10589 Berlin

محافظة از کودکان: ۶۶۰۰۱۶ Gitschiner Str. 49 · 10969 Berlin

کمک‌های اولیه شبکه LKS: ۰۰۹۶۰۰۱۶ Mindenert Str. 14. 10589 Berlin

مشاوره پناهندگی ویژه برای زنان و مشاوره در مورد نیازهای ویژه

سوال در مورد حقوق پناهندگی بسیار استرس آور است و اغلب مردم را در شرایط نامطمئن و ضعیف قرار می‌دهد. شما به عنوان زن دلایل جنسیتی دیگری برای فرار دارید که می‌توانید آن‌ها را ارائه کنید. ارزشش را دارد که به مراکز مشاوره‌ای که مخصوص زنان هستند مراجعه کنید که غالباً به نحوی بسیار مطمئن و حساس قادر به حل مشکلات شما هستند.

زبان	ارتباط	چی	کی
<p>مترجمین سازماندهی می شوند</p>	<p>Oranienstr. 159 10969 Berlin</p> <p>تلفن: ۰۰۴۹۴۱۶ - ۰۳۰</p> <p>kontakt@kub-berlin.org</p>	<p>مرکز مشاوره کوب قبل از همه برای زنان پناهجو، زبانی با اجازه اقامت نامطمئن و زبانی بدون اجازه اقامت است.</p> <p>کوب به زبانی مشاوره می دهد که به محافظت ویژه نیاز دارند. جز این کوب کمک می کند تا راه حل مشکل خود را بیابید. کوب همچنین شما را به ادارات، پزشکان و وکلا همراهی می کند.</p> <p>کوب مشاوره می دهد:</p> <p>۱- در مورد حق اقامت، قانون پناهندگی و قانون اجتماعی</p> <p>۲- مشکلات اجتماعی و روحی</p>	<p>کوب KuB مشاوره برای زنان پناهنده</p>
<p>آلمانی، انگلیسی، فارسی.</p> <p>برای زبان های دیگر از مترجمین دعوت خواهد شد.</p> <p>برای همراهی ناشنویان و نابینایان می توان از پیش ثبت نام کرد و از مترجمان برای زبان اشاره استفاده کرد.</p>	<p>Stuttgarter Str. 60 12059 Berlin</p> <p>تلفن: ۰۵۹۰۲۵۰۷۴ - ۰۳۰</p> <p>https://www.flamingo-berlin.org/beratung/</p>	<p>این پروژه برای زنان تنهای پناهجو از همه کشورها و فرزندان آنان است، صرفنظر از زمان مهاجرت و وضعیت اقامتشان.</p> <p>امکاناتی که عرضه می کنند:</p> <p>۱- مشاوره اجتماعی و اقامت با متخصصین با پیشینه مهاجرت و فرار،</p> <p>۲- همراهی به ادارات،</p> <p>۳- مراقبت جامع، مداوم، فردی و کامل که شامل کودکان نیز می شود،</p> <p>۴- فعالیت سیاسی و خودسازماندهی،</p> <p>۵- در صورت نیاز فراهم کردن مراکز متخصص مشاوره، وکلا، مداوای پزشکی و روانشناسی</p>	<p>فلامینگو Flamingo e.V.- شبکه ای برای زنان پناهجو و بچه ها</p>

<p>آلمانی، انگلیسی، فرانسوی، ایتالیایی، کیسویلی</p>	<p>Kranoldstr. 24 D-12051 Berlin</p> <p>تلفن: ۰۳۰-۰۷۱۱۰۰۱۸</p> <p>berlin@solwodi.de www.solwodi-berlin.de</p>	<p>*تراپی روانشناسانه برای ۱- قربانیان فحشای اجباری و قاچاق انسان ۲- ازدواج اجباری ۳- خشونت در رابطه زناشویی * مشاوره مجانی برای مشکلات اجازه اقامت و مشکلات قضایی مثل اختلاف حق حضانت</p>	<p>SOLWODI</p>
---	---	--	----------------

حق حضانت و طلاق

والدین وظیفه دارند از فرزندان زیر سن قانونی خود مراقبت کنند. این که آیا هر دو والدین یا تنها یکی از آنها حق حضانت داشته باشد را قانون در آلمان تنظیم می کند. زمانی که والدین بچه ای قبل از تولدش ازدواج کرده باشند، حق حضانت با هر دو آنهاست. وقتی والدین یک بچه با هم ازدواج نکرده باشند، نگهداری کودک در ابتدا فقط با مادر است. برای اینکه نگهداری از کودک با هر دو والدین باشد، ضرورتی برای ازدواج وجود ندارد. حق پدری بدون ازدواج هم از طرف دفتر رفاه جوانان، محضر، دادگاه منطقه یا دفتر اسناد رسمی تایید شود. در دفتر رفاه جوانان گرفتن این گواهی مجانی است، در دادگاه منطقه یا محضر دادن این گواهی ۰۳ یورو هزینه دارد. بدون رضایت مادر گواهی حق پدری تایید نمی شود.

در ابتدا جدایی یا طلاق حق نگهداری کودک را تغییر نمی دهد. البته این امکان وجود دارد که حضانت تنهایی را درخواست کنید. والدی که حق حضانت را نگرفته، اجازه دارد که مرتب فرزند خود را ببیند. این حق اگر کودک از طرف والدی که حق حضانت ندارد، در خطر باشد، می تواند از طریق دفتر رفاه جوانان و قانون حق خانواده محدود شود.

نفقه

کودکان حق معیشت روزانه دارند. این شامل تمام نیازهای زندگی کودک و همچنین تامین مالی آموزش و پرورش و آموزش حرفه ای می شود. والدی که فرزند زیر سن قانونی با او زندگی می کند، موظف است که تعلیم و تربیت، تغذیه و لباس فرزند خود را تامین کند. والدی که کودک با او زندگی نمی کند، باید هزینه به اصطلاح نفقه نگهداری را بپردازد. این مبلغ بستگی به میزان درآمد و سن کودک دارد.

مشاوره در مورد ازدواج، طلاق، نفقه و حق حضانت

زبان	تماس	چی	کی
<p>آلمانی، انگلیسی، ترکی، فارسی</p>	<p>Ebersstr. 58 10827 Berlin</p> <p>تلفن: ۰۳۰ - ۰۴۳۸۱۷۸۷</p> <p>frauenberatung.tara@gmx.de de</p>	<p>مشاوره برای زنانی در شرایط اختلاف و خشونت هستند مثلاً</p> <ol style="list-style-type: none"> ۱- حمایت قانونی، ۲- قانون حفاظت از خشونت، ۳- حق اقامت، ۴- قوانین مربوط به ازدواج و طلاق میان آلمانی ها و خارجی ها و مسائل تابعیتی در این رابطه، ۵- حق ملاقات فرزندان مشترک، ۶- طلاق 	<p>مشاوره زنان تارا TARA</p>
<p>ترکی، آلمانی، بلغاری، انگلیسی، مقدونی و در صورت لزوم عربی</p>	<p>Köpenicker Str. 9b 10997 Berlin</p> <p>مشاوره حقوقی سه شنبه ها از ساعت ۰۱ تا ۳۱</p> <p>مشاوره عمومی پنجشنبه ها از ساعت ۵۱ تا ۸۱</p> <p>تلفن: ۰۳۰ - ۰۵۰۲۲۱۶</p> <p>مشاوره تلفنی: سه شنبه و پنجشنبه از ساعت ۰۱ تا ۳۱ و از ساعت ۵۱ تا ۸۱ جمعه از ساعت ۹ تا ۴۱</p> <p>tio-ev@gmx.de</p>	<p>مشاوره اجتماعی، روانشناسی، حقوقی، برگزاری جلسات اطلاعاتی برای موضوعات</p> <ol style="list-style-type: none"> ۱- خشونت خانگی، ۲- جدایی، طلاق، حق حضانت، ۳- مسائل قوانین خارجیها، ۴- اشتغال، بازنشستگی و بیکاری، ۵ - پشتیبانی از نوشتن تقاضای کار، ۶- پیدا کردن خانه، ۷- سلامتی، ۸- حمایت در ارتباط با ادارات و موسسات، ۹- پشتیبانی در نوشتن درخواست های مختلف 	<p>مرکز ملاقات تیو TIO مرکز اطلاعات برای مهاجرین</p>

سلامت زنان

این موضوعات پزشکی هستند که بویژه زنان و بدن آنها را تحت تاثیر قرار می دهد. اغلب آدرس های زیر مشاوره روانی و اجتماعی (در موضوعاتی مانند روابط، فرار و غیره) نیز ارائه می دهند. آنها از شما سوالاتی درباره بارداری، جلوگیری از بارداری و مشکلات زنان می کنند. آن ها همچنین کارگاه های آموزشی بهداشت زنان، جلوگیری از (مقابله با) خشونت و توانمندسازی را ارائه می دهند.

زنی که تازه دوقلو به دنیا آورده می گوید:

” هنوز هم می توانم آن ها را حمل، اما کی می دونه که چند وقته دیگه اینجا هستیم. چطور می تونم اونها رو تا طبقه چهارم حمل کنم؟”

کی	چی	تماس	زبان
شریته Charité برای زنان پناهجو: زنان برای زنان	کارگاه های آموزشی در مورد بهداشت زنان و دسترسی به مراقبت های بهداشتی در برلین ۱- مراقبت از بچه ها هنگام برگزاری کارگاه آموزشی، ۲- مکالمات تک نفره برای مشکلات فردی، ۳- برنامه ریزی و سازماندهی مداوا در بیمارستان، ۴- رعایت حساسیت های فرهنگی در زمینه انتخاب متخصصان پزشکی، ۵- حساس بودن به موضوعات خشونت، شوک های روحی، تبعیض، ترس از اخراج و غیره	همهانگ کننده پروژه: Barbara.scheffer@charite.de	عربی، فارسی، روسی، صربی، تیگرینیا، فرانسوی و غیره

<p>عربی و فارسی پنجشنبه‌ها از ساعت ۹ تا ۲۱ رومانیایی سه شنبه‌ها از ساعت ۹ تا ۲۱</p>	<p>Rubensstrasse 125 / Haus 30, 4. Etage; در بیمارستان Auguste-Viktoria Klinikum 12157 Berlin تلفن: ۰۳۰ - ۱۰۷۱۹۹۲۰۹</p>	<p>مراقبت های پزشکی برای زنان حامله ای که بیمه نیستند، این مرکز امکانات زیر را ارائه می کند ۱- جلوگیری از حاملگی، ۲- برنامه ریزی خانواده، ۳- مشکلات حاملگی، ۴- شریک زندگی، ۵- مسائل جنسی</p>	<p>Zentrum für Familienplanung مرکز برنامه ریزی خانواده</p>
<p>بلغاری، ترکی، مجارستانی دوشنبه‌ها از ساعت ۳۱ تا ۶۱ بلغاری، رومانیایی، ترکی، عربی سه شنبه‌ها از ساعت ۹ تا ۲۱ بلغاری، ترکی، عربی پنجشنبه‌ها از ساعت ۳۱/۵ تا ۷۱/۵ ترکی و عربی جمعه‌ها از ساعت ۹ تا ۲۱</p>	<p>Urbanstr. 24 10967 Berlin تلفن: ۰۳۰ - ۳۶۳۸۸۹۲۰۹</p>	<p>۱- معاینه و مشاوره بیماری‌های زنان، ۲- مشاوره در زمان حاملگی، ۳- مشاوره مشکلات حاملگی، ۴- مشاوره اجتماعی و آموزشی و کمک به مادران و پدرانی که به زودی صاحب فرزند می‌شوند (همچنین ناشناس)، ۵- نوشتن در خواست کمک از نهاد کمک به خانواده „Hilfe für die Familie“ ۶- مشاوره و بررسی پزشکی برای زنان بارداری که بیمه نیستند تایید بارداری و صدور کارت مخصوص مادران، ۷- پذیرفتن هزینه های جلوگیری از بارداری، ۸- آزمایش بیماری ایدز به صورت ناشناس</p>	<p>Zentrum für sexuelle Gesundheit und Familienplanung مرکز بهداشت جنسی و برنامه ریزی خانواده</p>

<p>امکان حضور مترجم وجود دارد</p>	<p>Mauritiuskirchstraße 3 10365 Berlin Lichtenberg</p> <p>تلفن: ۰۳۰-۰۸۶۳۲۶۳۲</p> <p>balance@fpz-berlin.de</p>	<p>مشاوره و همراهی در:</p> <ol style="list-style-type: none"> ۱- حاملگی، ۲- پس از زایمان، ۳- شیردهی، ۴- برنامه ریزی خانواده، ۵- شریک زندگی، ۶- خانواده و آموزش و پرورش، ۷- روابط جنسی 	<p>مرکز خانواده بالانس Familienzentrum Balance</p>
<p>ترکی، کردی، روسی، فرانسوی، انگلیسی، اسپانیایی، پرتغالی، ایتالیایی، لهستانی، چینی، بلغاری، رومانیایی، عربی، آلبانیایی، فارسی و ویتنامی</p>	<p>تلفن: ۰۲۰۰۴۰۴۰۰۸۰</p> <p>https://www.geburt-vertraulich.de/online-beratung/</p>	<p>تعداد تماس محرمانه و حفاظت شده آنلاین در مورد حاملگی و زایمان. رایگان و به موقع. بدون آوردن نامت، تو را به مرکز مشاوره حاملگی وصل می کنیم. با یک مشاور در نزدیکی می توانی در آرامش صحبت کنی. در صورت تمایل کاملاً ناشناس و محرمانه.</p>	<p>Hilfetelefon "Schwanger und viele Fragen- Geburt vertraulich</p> <p>تلفن راهنما، حاملگی و سوالات دیگر زایمان و کاملاً محرمانه</p>

بیماری‌های مزمن و معلولیت

”من آسم دارم و مشکل تنفس و دخترم به خاطر هوای بد در کمپ همیشه مریضه...”

ورنا اهل آلبانی که به تازگی عملی روی پایش انجام شده، از تجربه‌اش صحبت می‌کند:

”مردها زودتر از ما میرن...اون‌ها از پنجره به کانتینر میرن. در نتیجه مردها جلوی ما قرار می‌گیرند. مامور امنیت میگه ”تو، تو، تو برین تو، ده نفر. بقیه منتظر شین. ما نفرات بعدی هستیم. من می‌گم مریضم و این زن بچه داره. برف می‌باره، بارون میاد و ما خارج ایستادیم. به ما میگن برید آخر صف. ما میریم پنج، شش تا زن با بچه و من. بقیه مرد هستند. ما بیشتر از یک ساعت بیرون منتظر شدیم. یخ کرده بودم و پام میلرزید چون هوا خیلی سرد بود. وقتی مردها تو رفتند من نفر آخر بودم.”

زنانی که مراحل پناهندگی را طی می‌کنند و بیماری‌های مزمن یا معلولیت دارند، حق استفاده از حمایت‌های ویژه دارند. آن‌ها می‌توانند گواهی مخصوص بگیرند و حق استفاده از مزایای ویژه دارند و به محلی که مناسب آنهاست برده شوند. به‌ویژه این امکانات برای کسانی است که بیماری جسمی سخت دارند، بیماری‌های روحی، معلولیت، سالخوردگان، افراد زیر سن قانونی بدون سرپرست، زنان حامله، پدر یا مادر تنها، قربانیان قاچاق انسان و کسانی که از اشکال مختلف خشونت جسمی، روانی و جنسی مانند ختنه زنان رنج می‌برند. رخی از مراکز مشاوره ذکر شده در زیر این گواهینامه‌های ”حمایت و تامین ویژه“ را صادر می‌کنند. آن‌ها همچنین در مورد موضوعاتی مثل پرستاری، مراقبت، زندگی جمعی، همراهی در مراحل پناهندگی و زندگی روزمره مشاوره می‌دهند. کمک به نوشتن درخواست برای گواهی معلولیت و مشاوره در مورد دریافت مزایای دولتی، کمک‌های اجتماعی و حمایت و همراهی برای اجرای ادعاهای حقوق اجتماعی و بسیاری موارد دیگر.

<p>امکان مشاوره با زبان‌های مختلف وجود دارد. تلفنی می‌توانید درخواست وقت و مترجم کنید.</p>	<p>Gustav-Adolf-Str. 130 13086 Berlin</p> <p>تلفن: ۵۱۴۷۲۳۴۴ - ۰۳۰</p> <p>eva.gebel@bzsl.de</p> <p>http://www.bzsl.de/bns.html</p>	<p>مرکز تخصصی برای پناهندگان با معلولیت، بیماری‌های مزمن و پناهندگان مسن و با آسیب‌های روحی</p> <p>۱- مشاوره روانشناسی، ۲- دادن گواهی معلولیت یا داشتن آسیب‌های روانی، ۳- همراهی مددکارانه در اجرای درخواست حقوق اجتماعی، ۴- پشتیبانی از درخواست گواهی معلولیت و تقاضاهای مختص به معلولیت، ۵- مداخله در بحران، ۶- ایجاد چشم‌انداز آینده</p>	<p>Berliner Zentrum Selbstbestimmtes Leben behinderter Menschen e.V.</p> <p>مرکز زندگی اراده آزاد معلولین برلین</p>
<p>ترکی، عربی، آلمانی</p>	<p>Holsteinische Str. 30, 12161 Berlin</p> <p>چهارشنبه‌ها از ساعت ۹ تا ۲۱ پنجشنبه‌ها از ساعت ۵۱ تا ۷۱ مشاوره حقوقی، چهارمین دوشنبه هر ماه از ساعت ۶۲ تا ۸۱</p> <p>تلفن: ۹۵۹۶۹۷۵۲ - ۰۳۰</p> <p>info@mina-berlin.de</p> <p>www.mina-berlin.de/</p>	<p>در این مرکز خانواده‌های مهاجری که کودکان یا بستگان معلول دارند حمایت و مشاوره می‌شوند. عرضه گروه‌های همیاری و گروه همیاری خانواده‌ها، همراهی جوانان معلول و زندگی مستقل، کمک به نوشتن درخواست‌ها، تاسیس و پرداختن به خانه‌های جمعی با نیازهای ویژه</p>	<p>Mina – Leben in Vielfalt e. V.</p> <p>مینا زندگی در تنوع</p>

<p>آلمانی، انگلیسی، امکان حضور مترجم وجود دارد</p>	<p>Fechnerstraße 18 10717 Berlin Phone: 030 863 96 924 E-Mail: gesundheitslotsen@kompaxx.de Internet: http://kompaxx.de/index.php?id=gesundheitslotsen</p>	<p>برای کودکان و جوانان پناهنده با بیماری های مزمن: ۱- قند ۲- اگزما، ۳- آسم و برونشیت، ۴- بیماری های متابولیک و قلبی، ۵- تعیین نیاز حمایت روانشناسی، ۶- همراهی خانواده، ۷- ایجاد شبکه حامیان در منطقه و در سیستم نگهداری</p>	<p>راهنمایان سلامتی Gesundheitslotsen</p>
<p>عربی، فارسی، ترکی، کردی، روسی، انگلیسی</p>	<p>Wilhelmshavener Str. 32 10551 Berlin تلفن: ۰۳۰- ۴۹۴۸۸۰۹۴ info@interaktiv-berlin.de</p>	<p>مشاوره فردی، توسعه و حمایت از گروه های خودیار، نمایندگی از منافع افراد معلول و مهاجر، وساطت با نهادهای مسئول، فعالیت های ابتکاری، آموزشی، عرضه کار، خانه و اوقات فراغت</p>	<p>InterAktiv e. V.</p>
<p>ترکی، عربی، انگلیسی، لهستانی و اسپانیایی</p>	<p>Briesestraße 1 12053 Berlin دوشنبه، سه شنبه و پنجشنبه از ساعت ۰۱ تا ۸۱ چهارشنبه و جمعه از ساعت ۰۱ تا ۵۱ تلفن: ۰۳۰ - ۰۰۷۶۳۵ - ۲۷ interkulturelle.beratung@lebenshilfe-berlin.de</p>	<p>۱- مشاوره و اطلاعات در باره معلولیت، گواهی معلولیت، ۲- خدمات برای کسانی که نیازمند مراقبت های بیشتری هستند، ۳- حمایت در خانواده، مهدکودک، مدرسه و آموزش بزرگسالان، ۴- مدل های زندگی با پرستاری و بهیاری ، ۵- همراهی به ادارات، ۶- تماس با مراکز برای تبادل اطلاعات و تجربه برای تمام گروه های سنی و مراحل زندگی، ۷- مراقبت های آموزشی</p>	<p>Lebenshilfe Berlin Interkulturelle Beratungsstelle Neukölln مرکز مشاوره چند فرهنگی نیوکولن</p>

تبعیض

”پدرم و مادرم یک بار یه جایی در شرق (مارزان) بودند با عده زیادی نازی. پدر و مادرم یه خونه دیدند. مادرم روسری داشت. ارش پرسیدند این چیه؟ همسایه‌ها گفتن برات خوب نیست این جا باشی.”

خشونت ساختاری بخشی از فرهنگ جامعه است که می‌تواند خشونت نژادپرستانه و سکسیستی در زندگی روزمره، در جستجوی مسکن، در آموزش، در حوزه قضایی و غیره باشد. در این موارد می‌توانیم از تبعیض صحبت کنیم. وقتی از تبعیض صحبت می‌کنیم که انسان‌ها به دلیل ویژگی‌های بنیادیشان بدتر از دیگران با آن‌ها برخورد شود یا کرامتشان صدمه ببینند. این ویژگی‌ها مثلا اصل و نسب، رنگ پوست، زبان یا گرایش جنسی، همچنین سن، جنسیت، مذهب یا توانایی‌های جسمی و ذهنی است. **تبعیض در قانون آلمان ممنوع است.** همچنین ادارات و پلیس اجازه ندارند تبعیض قائل شوند.

وقتی احساس کردی که ناعادلانه با تو برخورد شده، می‌توانی به مرکز مقابله با تبعیض مراجعه کنی. امکانات مختلفی برای مقابله با تبعیض وجود دارد. مثلا می‌توان شکایت یا اعلام جرم کرد، یا تجربه‌ها را مستند کرد. این مراکز اما بدون رضایت تو کاری انجام نمی‌دهند. یک تمرین: کجا احساس تبعیض در بدنم می‌کنم؟ احساسش می‌کنم، وقتی روی این حس متمرکز بشوم، چه می‌خواهم، چه چیزی را می‌خواهم تغییر دهم؟ می‌ایستم و بلند از آرزویم صحبت می‌کنم.

مراکز مشاوره برای حملات نژادپرستانه و یا تبعیض

زبان	تماس	چی	کی
<p>آلمانی، انگلیسی، ترکی، عبری، فرانسوی</p>	<p>Tempelhofer Ufer 21 10963 Berlin</p> <p>سه شنبه ها از ساعت ۵۱ تا ۷۱ پنجشنبه ها از ساعت ۰۱ تا ۲۱ تلفن: ۰۳۰- ۸۲۳۵۰۳۱۶</p> <p>adnb@tbb-berlin.de</p> <p>Internet: www.adnb.de</p>	<p>مرکز مشاوره مستقل مخصوص افرادی که در برلین زندگی می کنند و تجربه برخورد تبعیض آمیز و نژادپرستانه دارند، سیاهپوستان، مسلمانان، یهودیها، رومنیها، سینتا، مهاجرین، پناهندگان خدمات زیر را دریافت می کنند:</p> <p>۱- اطلاعات و مشاوره مجانی، ۲- مشاوره حقوقی، ۳- همراهی در تماس و مکالمات با فرد تبعیض کننده</p>	<p>ADNB des TBB – Antidiskriminierungs- netzwerk Berlin des Türkischen Bund in Berlin-Brandenburg</p>
<p>فارسی، آلمانی، انگلیسی</p>	<p>Reuterstr. 52 12047 Berlin</p> <p>دوشنبه ها از ساعت ۱۱ تا ۴۱ سه شنبه ها و چهارشنبه ها از ساعت ۰۱ تا ۳۱ پنجشنبه ها از ساعت ۳۱ تا ۵۱ تلفن: ۰۳۰- ۰۳۵۱۸۹۲۶</p> <p>VereinIranischerFluechtlinge@ gmx.de</p>	<p>کمک ها همچنین به افرادی که از ایران نمی آیند اما فارسی صحبت می کنند، هم تعلق می گیرد</p> <p>۱- مشاوره در مورد پرونده پناهندگی، ۲- کمک به یافتن وکیل و ترجمه اسناد، ۳- مشاوره و مراقبت از زنان، جوانان و خانواده ها</p>	<p>Verein Iranischer Flüchtlinge کانون پناهندگان سیاسی ایرانی – برلن</p>

<p>ترکی و انگلیسی</p>	<p>Oranienstraße 159, 10969 Berlin</p> <p>Daily: 10:00-14:00 and by agreement</p> <p>Phone: (030) 695 68 339</p> <p>Email: info@reachoutberlin.de</p>	<p>اینجا مرکز مشاوره برای قربانیان خشونت نژادپرستی، راست افراطی و ضد یهودیت در برلین است و امکانات زیر را عرضه می کند:</p> <ol style="list-style-type: none"> ۱- مشاوره و حمایت روانی، ۲- پشتیبانی از تصمیم برای اقدام و مشاوره بیشتر در مورد گزینه های حقوقی، ۳- همراهی برای یافتن وکیل، ۴- همراهی در مراجعه به پلیس، ادارات، دادگاه، پزشک و غیره، ۵- تهیه و پیگیری پرونده های قانونی، ۶- مشاوره در مورد حمایت مالی (کمک حقوقی، پرداخت جبران خسارت و غیره)، ۷- مشاوره روانشناسی، ۸- تهیه امکانات درمانی، مراکز مشاوره، به عنوان مثال در صورت مشکلات اقامتی 	<p>ReachOut مشاوره و آموزش برای قربانیان افراط گرایی راست، نژادپرستی و ضد یهودیت توسط آریبا ARIBA e.V</p>
<p>ترکی و انگلیسی</p>	<p>Oldenburger Straße 38, 10551 Berlin</p> <p>دوشنبه تا جمعه از ساعت ۰۱ تا ۳۱ سه شنبه و پنجشنبه از ساعت ۰۱ تا ۸۱ تلفن: ۰۳۰- ۷۶۸۲۵۹۳ و ۹۵۷۹۵۹۳</p> <p>info@opferhilfe-berlin.de</p>	<p>کمک به قربانیان جنایت در برلین. مشاوره و پشتیبانی از قربانی و شاهدان جنایات و بستگان آنها در برلین. ما بدون در نظر گرفتن جرم، سن، جنسیت و اصل و نسب کمک می کنیم. ما بلافاصله پس از جرم و ماه ها یا حتی سالها رایگان و محرمانه کمک می کنیم.</p>	<p>کمک به قربانیان Opferhilfe Berlin e.V.</p>

<p>انگلیسی، فارسی، هلندی، ترکی، آلمانی. برای زبان های دیگر: مشاوره با زبان اشاره آلمانی</p>	<p>LesMigraS Kulmer Str. 20a 10783 Berlin</p> <p>دوشنبه ۴۱ تا ۷۱ سه شنبه ۰۱ تا ۶۱ چهارشنبه ۴۱ تا ۷۱ پنجشنبه ۵۱ تا ۸۱/۵ تلفن: ۰۳۰-۰۹۰۵۱۹۱۲</p> <p>info@lesmigras.de</p>	<p>مبارزه با تبعیض و خشونت مشاوره لزبین ها در برلن</p> <p>۱- برای لزبین، زنان دوجنسی *، ترانس * و اینترسکچوال * از گروه های مختلف اجتماعی، مذهبی، فرهنگی،</p> <p>۲- امکانات شبکه ای برای مهاجران، لزبین های سیاه، ترانس ها، دوجنس گرا، رنگین پوستان،</p> <p>۳- مشاوره حضوری و تلفنی،</p> <p>۴- مشاوره در مورد تجربه تبعیض و امکان استفاده از قانون عمومی رفتار برابر،</p> <p>۵- مشاوره در مورد خشونت در روابط همجنسگرایانه، دو جنس گرایی و اینترسکچوال</p> <p>۶- مشاوره وکیل در مورد حق پناهندگی و حق اقامت بدون هزینه</p>	<p>LesMigraS</p>
<p>عربی، کورمانجی، فرانسوی، فارسی، روسی</p>	<p>Kleiststraße 35 10787 Berlin</p> <p>برای مشاوره لطفا قبلا تماس بگیرید تلفن: ۰۳۰-۵۱۲۲۰۵۲۲</p> <p>berlin@lsvd.de</p>	<p>مشاوره و کمک به خودیاری برای مهاجران همجنس گرای زن و مرد و به ویژه پناهندگان</p> <p>۱- مشاوره در مراحل پناهندگی برای همجنس گرایان و ترانسها،</p> <p>۲- مشاوره و حمایت در تجربه های خشونت،</p> <p>۳- آموزش به منظور افزایش آگاهی از طرف افراد باتجربه</p>	<p>MILES – Zentrum für Migranten, Lesben, Schwule</p> <p>مرکز میلس برای مهاجران، همجنس گرایان مرد و زن</p>

<p>برای مترجم لطفا از قبل تماس بگیرید</p>	<p>Wilhelmstraße 115, 10963 Berlin-Kreuzberg</p> <p>هر سه شنبه و جمعه از ساعت ۴۱ تا ۸۱ تلفن: ۰۳۰ - ۰۸۸۶۶۴۴</p> <p>refugees@sbberlin.info</p> <p>refugees@schwulenberatungberlin.de</p> <p>www.schwulenberatungberlin.de/wir-helfen/queere-fluechtlinge</p>	<p>۱- مشاوره روانشناسی، ۲- مشاوره مراحل پناهندگی و مهاجرت، ۳- پشتیبانی فردی در پیدا کردن کمک های اجتماعی، حقوقی، پزشکی و روان درمانی مناسب، تقاضای درخواست های مختلف و غیره</p>	<p>Schwulenberatung Berlin</p> <p>مرکز مشاوره برای همجنس گرایان مرد در برلن</p>
---	--	---	---

تشکیل گروه های سیاسی و سازمان های خودیار از مهاجران و پناهندگان

برای ما توانمندسازی یعنی: توانمند سازی خود با استفاده از شناخت حقوق و تقویت همبستگی، مبارزه جمعی برای حقوق ، علیه تبعیض، نژادپرستی، تبعیض جنسیتی، خصومت با همجنسگراها و ترنس ها است. توانمند سازی به معنی متحد بودن با هم و همکاری با یکدیگر برای یافتن راه حل مشکلات، افشای مشکلات و قوی کردن خود برای تغییرات است.

توانمند سازی یعنی گوش دادن و صدا را بلند کردن است، با هم قوی بودن و دنیا را کمی بهتر کردن است. توانمند سازی یعنی خود و دیگران را قوی کردن. در جدول زیر شما گروه های خودیار مهاجران و پناهندگان را خواهید یافت

زبان	تماس	چی	کی
<p>آلمانی، انگلیسی برای مترجم فارسی، عربی، اسپانیایی، فرانسوی قبلا تماس بگیرید</p>	<p>تماس از طریق فیس بوک Facebook Lager Mobilisation network Berlin یا @LagerMobiBerlin http://LMNB.oplatz.net</p>	<p>حمایت از اعتراضات سیاسی علیه جا دادن به پناهندگان در کمپ‌ها، شبکه سازی و حمایت از افرادی که در محل اقامت پناهندگان زندگی می کنند</p>	<p>Lager Mobi Netzwerk</p>
<p>در ملاقاتها به انگلیسی صحبت می شود. بسته به این که چه کسی در جلسه باشد، آلمانی، پرتغالی، اسپانیایی، ترکی، فرانسوی هم صحبت می شود.</p>	<p>جلسه عمومی هر دوشنبه از ساعت ۵۱ تا ۸۱ در Oranienstraße 14a, 10999 Berlin تلفن: ۰۲۷۵۵۸۴۱۲۵۱۰ Email: internationalwomenspace@ riseup.net</p>	<p>سازمان خودیاری از زنان پناهنده و مهاجر و زنان بدون تجربه مهاجرت و فرار. آنها علیه راسیسم و تبعیض جنسیتی مبارزه می کنند و در زمینه روابط قدرت، توانمندسازی و روابط عمومی فعال هستند</p>	<p>FarsiInternational Womenspace e.V. فضای بین المللی زنان</p>

<p>انگلیسی، آلمانی، فرانسوی</p>	<p>ملاقات اولین شنبه هر ماه ساعت ۳۱ در Heilpraktischule, Bethanien- Südflügel, Mariannenplatz 2a, 10997 Berlin تلفن ۳۳۲۸۴۳۴۲ - ۱۳۳۰ info@women-in-exile.net Rudolf-Breitscheid-Straße 164, 14482 Potsdam</p>	<p>۱- خودسازماندهی فمینیستی زنان پناهنده و دوستانشان ۲- حمایت و دیدار از زنان پناهنده، ۳- اعتراض سیاسی به جا دادن پناهنده ها در کمپ ها ۴- اقدام در برابر نژادپرستی و تبعیض جنسیتی و تمامی انواع تبعیض، ۵- کارگاه های توانمندسازی و روابط عمومی در مورد خواسته های سیاسی پناهندگان</p>	<p>Women in Exile & Friends e.V. زنان در تبعید و دوستان</p>
<p>آلمانی، انگلیسی، فرانسوی، ایتالیایی، عربی، فارسی و نیز امکان حضور مترجم برای زبان های دیگر در صورت نیاز پروژه ها</p>	<p>Bernkastelerstr. 78 13088 Berlin- Weißensee (M4 Buschallee, M12/Bus 255 Berliner Allee/ Rennbahnstr.) تلفن: ۹۲۵۱۷۵۵۵ - ۰۳۰ trixiewiz@gmail.com www.trixiewiz.de</p>	<p>سازمان مستقل مهاجران، ارائه دهنده آموزش سیاسی، ضد تبعیض و فعالیت ضد نژادپرستانه، پروژه انتقاد از سلطه و رهایی از سلطه است این پروژه همچنین آموزش توانمندسازی و مشاوره برای مهاجران و پناهندگان مخصوصا برای زنان * و کسانی که نیاز به حمایت دارند را ارائه می دهد</p>	<p>trixiewiz e.V.</p>

<p>بنا بر درخواست و نیاز پروژه‌ها مترجمان با زبان‌های مختلف ارائه می‌شود. مشاوره اولیه با زبان‌های آلمانی، ترکی، فارسی، انگلیسی، فرانسوی</p>	<p>Oranienstr. 34 10999 Berlin U1, U8, (U Kottbusser Tor) Bus M29 (Adalbertstr./Oranienstr.)</p> <p>تلفن مرکز مشاوره: ۰۳۰ - ۹۳۱۱۳۰۰۶ دفتر مرکزی: ۵۵۷۸۵۶۱۶ - ۰۳۰ info@mrbb.de</p>	<p>پروژه‌ای خودسازمانده است شامل ۰۷ سازمان مهاجر که مرکز فراهم آوردن ۶۷ پروژه مختلف است که بسیاری از آنها در بروشورها خود را نشان می‌دهند.</p> <p>۱- نمایندگی منافع گروه‌های مختلف در برلن و براندنبورگ،</p> <p>۲- به نفع برابری کامل قانونی، اجتماعی و سیاسی و مشارکت مهاجران، فرزندان آنها و سایر افراد رنگین پوست هستند،</p> <p>۳- ارائه پروژه‌های مختلف و مشاوره برای برآورده شدن این اهداف.</p>	<p>Migrationsrat Berlin Brandenburg e.V.</p>
	<p>Greifswalder Str. 4 10405 Berlin</p> <p>تلفن: ۱۱۳۶۷۴۲۲ - ۰۳۰ دوشنبه از ساعت ۰۱ تا ۳۱ سه‌شنبه از ساعت ۰۱ تا ۳۱ و ۴۱ تا ۶۱ چهارشنبه از ساعت ۰۱ تا ۳۱ جمعه از ساعت ۰۱ تا ۳۱</p> <p>www.fluechtlingsrat-berlin.de buero@fluechtlingsrat-berlin.de</p>	<p>این مرکز، مرکز مشاوره نیست اما اولین مشاوره تلفنی را برای پناهجویان از همه کشورها را ارائه می‌دهند</p> <p>۱- هماهنگ سازی کار پناهندگان،</p> <p>۲- کمک شخصی به پناهندگان در شرایط اضطراری و درگیری با ادارت،</p> <p>۳- ارجاع به سازمانها، مراکز مشاوره، گروه‌های خودکفای پناهندگان و فعال کردن ابتکارات افراد متعهد،</p> <p>۴- برای بهبود شرایط زندگی پناهندگان و حفظ کرامت انسانی آن‌ها،</p> <p>۵- برای دفاع از حق پناهندگی و حمایت پناهندگان و کاهش تبعیض دولتی</p>	<p>Flüchtlingsrat Berlin e.V شورای عالی پناهندگان در برلین</p>

شکلگیری این بروشور و تشکر

فکر تهیه این بروشور از یک پروژه‌ای که به موقعیت زنان پناهنده در کمپ‌های پناهندگی پرداخته بود نشأت گرفت. این پروژه در سال‌های ۲۰۱۰/۵۱ با دانشجویان و استادان دانشگاه آزاد برلین و سازمان فضای بین‌المللی زنان به وجود آمد. در این پروژه مشکلات و خواست‌های زنان جمع‌آوری شد و در کتابی به نام "زندگی پناهندگان در کمپ‌های برلن - چشم‌انداز زنان و تجربه" منتشر شد. چون این کتاب تقریباً برای مخاطب آلمانی زبان دانشگاهی تهیه شده و نه زنانی که اطلاعات و سرنوشت آن‌ها آغاز و منشا ضروری این کتاب بودند، تصمیم گرفتیم که یک بروشور تهیه کنیم. همچنین تجربه‌ای که Trixiwiz در زمینه تمرین توانمندسازی در کمپ‌های مختلف در برلن اندوخته در این بروشور آورده شده. ما امیدواریم از این راه بخشی از زحمت‌های دست‌اندرکاران پروژه را جبران کنیم.

هدف این بروشور که در همکاری با Trixiwiz، فضای بین‌المللی زنان (International Womenspace e.V.) و با درخواست TBB در همکاری با پروژه IKMO و Frei-Zeit-Haus e.V. در چهارچوب Bundesprogramms Demokratie Leben تهیه شده است، فقط مستندنگاری مشکلات نیست. این بروشور همچنان می‌خواهد راه‌حل‌های توانمندسازی و امکان ارتباط با اماکن مشاوره فراهم کند. مثل عرضه مراکز تماس برای مشاوره. این بروشور با همکاری دانشجویان، نهادهای مهاجران و زنانی با تجربه فرار و مهاجرت تهیه شده. این بروشور بدون زنانی که خودشان در کمپ‌های پناهندگی زندگی کرده‌اند یا هنوز آن‌جا زندگی می‌کنند، نمی‌توانست به وجود بیاید. تجربه و نظر آن‌ها تعیین‌کننده بود.

تشکر بسیار از همه کسانی که داوطلبانه ما را حمایت کردند و به ویژه از زنان توانمندی که این پروژه با کار داوطلبانه و تجربه آنها امکان پذیر شد: فریده زبرجد، ایسنا شاهیناز، عسل اخوان، لامیا بادور، مهربان بایرام، شیرین اشکری، ویسا حاجدرج، سیمونتا پولیمینو، کارتینا اپستوده، مارا ارلینمایر، تریسیتا کانلا، دانشجوی دانشگاه آزاد، نارین.

Gefördert im Rahmen d
Kooperationsprojektes



Interkulturelles Kompetenzzentrum
Migrant*innenorganisationen Berlin

Dieses Projekt wird aus Mitteln des Asyl-,
Migrations- und Integrationsfonds kofinanziert.



Europäische Union



Gefördert vom



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

im Rahmen des Bundesprogramms

Demokratie **lebeK!**



Frei-Zeit-Haus e. V.
Nachbarschaftshaus & Selbsthilfetreff

trixiewiz



www.trixiewiz.de