

Psikososyal destek hizmetleri

Olaylar iz bıraktığında –
Stresli deneyimlerden sonra etkilenenlere yardım



Aşırı stressli bir olay, saldırı, kaza veya doğal bir afet yaşıyorsanız, bunlar vücudunuz ve ruhunuzda güçlü fiziksel ve psikolojik reaksiyonlara neden olabilir. Olağandışı deneyimlere verilen bu tip reaksiyonlar tamamen normeldir.

Kime ulaşabilirsiniz?

Aile hekimlerinin yanı sıra aşağıdaki kurumlar size yardımcı olabilirler:

Telefon danışmanlık:

☎ 0800 111 0 111

☎ 0800 111 0 222

www.telefonseelsorge.de



Kedere karşı numara:

(Çocuklar ve gençler için)

☎ 116 111

www.nummergegenkummer.de



Psikososyal destek hizmetleri hakkında daha fazla ve farklı dillerde bilgi için QR kodunu tarayın veya aşağıdaki bağlantıyı kullanarak web sitesini ziyaret edin:

<https://kurzlinks.de/t3s9>