

## ➔ مرکز ما

- در مرکز ما ( Zentrum ÜBERLEBEN ) افرادی از کشورهای مختلف به زبانهای مختلف کار می کنند .

- ما زنان و مردانی هستیم که به عنوان مددکار ، پزشک ، پرستار و روانکاو کار میکنیم.

- افراد زیادی از کشورهای مختلف با زبانهای مختلف دنیا نزد ما میایند که جنگ ، خشونت و شکنجه را تجربه کرده اند.

- آنها بیماران ما هستند که درمان میشوند.

- ما با افراد صحبت میکنیم، مشاوره میدهیم، معاینات پزشکی انجام میدهیم و دارو برایشان تجویز میکنیم.

- بیماران ما نیاز به دانستن زبان آلمانی ندارند، ما مترجمانی داریم.

## ➔ آدرس و اوقات ملاقات ما

دوشنبه تا جمعه از ساعت ۹ تا ۴ بعدازظهر

آدرس ما :

Tagesklinik im Zentrum ÜBERLEBEN  
Gesundheit und Sozialzentrum Moabit GSZM

ساختمان K

ورودی C

طبقه 3

,Turmstrasse 21

Berlin 10559

شماره تلفن ما :

30390625 030

آدرس ایمیل ما:

Tagesklinik

سایت اینترنتی ما :

[www.ueberleben.org](http://www.ueberleben.org)

راه رسیدن به ما

با اسکن کردن این علامت زیر میتوانی درویدیویی در یوتیوب

راه رسیدن به مرکز ما را دنبال کنی. این ویدیو چگونه یافتن

ما را نشان میدهد.



## کلینیک روزانه در مرکز بقا



Eine Kooperation mit der Klinik für  
Psychiatrie und Psychotherapie der  
Charité Berlin-Campus Mitte (CCM)

## → مشخصات ما

ما یک کلینیک روزانه هستیم: افراد صبح نزد ما می‌آیند و عصر به خانه‌های خود برمی‌گردند.

ما تراپی، یعنی درمان می‌کنیم. چنانچه فردی نگرانی داشته باشد یا ناراحت و غمگین باشد، می‌تواند به روانکاوها مراجعه کند، با آنها حرف بزند و تغییراتی در زندگی بوجود بیاورد.

بیمار کسی هست که برای درمان به روانکاو مراجعه می‌کند.

روشهای درمانی مختلفی در مرکز ما وجود دارد:

- روان درمانی: کمک به روح و روان و افکار

- حرکت درمانی: حرکت بدن به سلامت بدن کمک میکند.

- ما نقاشی و کارهای دستی انجام می‌دهیم.

- ما میرقصیم

- ورزش می‌کنیم

- موزیک مینوازیم

- باغبانی می‌کنیم



اینها همه میتوانند کمک کنند:

ما در اینجا گفتگوهایی هم به شکل گروهی و هم به تنهایی با روانکاو و پزشک خواهیم داشت.

ما در اینجا مترجمانی به زبانهای مختلف داریم: تو نیازی به دانستن زبان آلمانی نداری.

## → امکانات حمایتی ما

زنان و مردان بیمار در کلینیک ما تجربیات ناگواری در زندگی داشته‌اند، مثل جنگ، شکنجه و خشونت.

آنها تا امروز هم درگیر این تجربیات هستند: بسیار غمگین و عصبانی هستند، ترس دارند، بد می‌خواهند، کابوس می‌بینند و می‌خواهند همیشه تنها باشند.

بعضی از بیماران این عوارض را از مدت‌های طولانی دارند.

این عوارض و دردهای جسمانی خود به خود از بین نخواهند رفت.

ما کمک می‌کنیم: ما با شما صحبت می‌کنیم و میتوانیم دارو تجویز می‌کنیم.

توزبان آلمانی نمیدانی: ما مترجمان زن و مرد اینجا داریم.