

کمک به شما در ایجاد  
اعتماد به نفس برای  
آینده خود



NEW ZEALAND  
RED CROSS  
RĪPEKA WHERO AOTEAROA



NEW ZEALAND  
RED CROSS  
RĪPEKA WHERO AOTEAROA

Refugee  
Trauma Recovery  
Whakaora Whētuki Rerenga

مأموریت صلیب سرخ نیوزیلند بهبود زندگی افراد آسیب‌پذیر از رهگذر تحریک قدرت انسانیت و افزایش انعطاف‌پذیری جامعه است.

## چرا مشاوره برای شما سودمند است؟

- به شما کمک می‌کند که حس بهتری نسبت به خودتان داشته باشید
- به شما کمک می‌کند احساسات خود (مانند خشم، ناراحتی، ترس) را بهتر بشناسید و آنها را بهتر مدیریت کنید
- باعث تسکین احساسات و افکاری می‌شود که روی زندگی‌تان تأثیرگذار است



ترمیم آسیب روحی پناهجویان



FARSI

### اطلاعات تماس

Level 6, 186 Willis Street, Wellington 🏠

(04) 805 0350 📞

ساعت‌های کاری: دوشنبه تا جمعه - 8.30 صبح الی 4.30 عصر

از آنجا که خدمات بحران ارائه نمی‌دهیم در خارج از ساعات‌های کاری جوابگو نخواهیم بود.

ما فقط از طریق ملاقات حضوری کار می‌کنیم.



صلیب سرخ، ترمیم آسیب  
روحی پناهجویان  
186 Willis St

HERE FOR GOOD

داوطلب 🧑‍🎓 جذب سرمایه 🏠 خرید 🏠 اهدا 📄 یادگیری کمک‌های اولیه

redcross.org.nz | 0800 RED CROSS | 📱 🌐 📺







## دسترسی به خدمات ما

ما موارد ارجاع از هرگونه منبعی، از جمله خودارجاعی، را از زمانیکه به نیوزیلند وارد شده‌اید قبول می‌کنیم.

### چگونه:

به وبسایت «صلیب سرخ نیوزیلند» بروید و فرم را پر کنید.

[www.redcross.org.nz/refugee-trauma-recovery](http://www.redcross.org.nz/refugee-trauma-recovery)

### چه کسی:

هرکسی (شامل خودتان، پزشک عمومی، پرستار، مددکار صلیب سرخ مربوط به پرونده شما، دوست و غیره)

### مرحله بعدی چیست؟

با شما تماس می‌گیریم و زمان ملاقات اولیه را به شما اطلاع می‌دهیم (پس از کمی انتظار).

### محرمانه

این خدمات محرمانه است.

خدمات ترجمه شفاهی حرفه‌ای ارائه می‌شود.

ما به فرهنگ و باورهای شما احترام می‌گذاریم.

با فردی که به‌طور حرفه‌ای آموزش دیده و با تجربه است و با افرادی کار کرده که تجربه ضربه‌های روحی و آزار را در سفر پناهندگی خود داشته‌اند صحبت می‌کنید.

## این خدمات برای چه کسانی است؟

کودکان، جوانان و بزرگسالان با تجربه شبه پناهنده.

## چه کارهایی می‌توانیم برای شما انجام دهیم

- به شما کمک می‌کنیم تا برای غلبه بر مشکلات، مهارت‌های جدیدی یاد بگیرید
- فضایی خصوصی را برای صحبت درمورد نگرانی‌ها و چالش‌هایتان ارائه می‌کنیم
- مراقبت و حمایت ویژه را برای تغییر نگاه شما به زندگی پیشنهاد می‌دهیم
- به شما در غلبه بر احساسات بد گذشته کمک می‌کنیم
- امید برای داشتن آینده‌ای بهتر را در شما زنده می‌کنیم
- به شما کمک می‌کنیم که حس کنترل بر زندگیتان را دوباره به‌دست آورید
- به شما کمک می‌کنیم که دوباره بتوانید اعتماد کنید
- حس احترام به خود را در شما افزایش می‌دهیم

## مراجعه‌کنندگان ما چه می‌گویند

» دانستن اینکه در این تجربه‌ها تنها نبوده‌ام کمک بزرگی به من بود ☺☺

» همیشه بعد از صحبت درباره این موضوع اعتماد به نفس بیشتری داشتم ☺☺

» ترمیم ضربه‌های روحی پناهنجویان بدون هیچ انتظاری از من حمایت کرد ☺☺

» من با وجودی سراسر ناامیدی وارد این جلسه می‌شدم اما بعد از صحبت با آنها و اینکه با همدردی، احترام و تدبیر به حرف‌های من گوش داده می‌شد مشکلاتم از بین می‌رفت ☺☺

