

# MUT

Traumhilfe für Männer\*

اللغة الألمانية

تقديم المشورة والدعم إلى الرجال \* الذين تعرضوا للعنف الجنسي.

ينبغي أن يساعد عرضنا على إيجاد طريقة مناسبة للتعامل مع تداعيات العنف الجنسي.

نحن نقدم:

- معلومات عن الإجهاد والصدمة النفسية
- نصائح وأساليب لمعالجة اضطرابات النوم، ومعوقات التركيز، وحلقات الفكر اللانهائية، والمشاعر القوية مثل: الغضب، والعدوان، والحزن، والذنب.

نهجنا في العمل مُنْتَقَلٌ وصريح.

عرض الاستشارة غير مرتبط بوضع الإقامة، أو التأمين الصحي، أو الأصل، أو التوجه الجنسي.

نحن ننصح مجاناً وفي سرية ودون الكشف عن الهوية.

يمكنك الوصول إلينا عن طريق الهاتف أو البريد الإلكتروني:

[anfrage@mut-traumhilfe.de](mailto:anfrage@mut-traumhilfe.de)

978 33 236 (030)

توجد مكاتبنا وغرفنا الاستشارية على العنوان التالي:

49 شارع لاينه شتراسه في 12049 برلين-نويكولن