

In2balance ist ein Modell-Projekt zur Unterstützung von Geflüchteten in ihrer Muttersprache. Hast du Fragen zu Deiner Gesundheit?

In2balance is a model project to support refugees in their native language. Do you have any questions about your health?

In2balance, un projet de soutien pour les réfugiés dans leur langue natale. Avez-vous des questions sur votre santé?

معاً لنتوازن هو مشروع نموذجي لدعم اللاجئين بلغتهم الأم.
هل لديك سؤال عن صحتك؟

I can't sleep
well...

Je me sens épuisé(e),
triste, sans volonté

Je n'arrive pas
à dormir

Ich kann nicht
gut schlafen...

أشعر بالإحباط
والحزن

I feel discouraged
and sad...

أجد صعوبة في
النوم وأرى أحلام
مزعجة

Ich fühle mich mutlos
und traurig...

Ein Projekt des PSZ Düsseldorf

Das Projekt wird finanziert durch das Ministerium
für Gesundheit, Emanzipation, Pflege und Alter
des Landes Nordrhein-Westfalen

Sprich uns an!

Wir nehmen uns Zeit für ein Gespräch mit Dir.

**Als Laienhelfer/-innen bieten wir verschiedene Angebote an:
Einzelgespräche, Gespräche in kleinen Gruppen und Informationsveranstaltungen**

Contact us!

We take our time for a talk with you.

**As lay-assistants we have different offers:
Individual talks, small group discussions and informative meetings**

Contactez nous!

Nous prendrons le temps pour une conversation avec vous.

**Nous, comme assistants profanes, vous proposons des offres différentes :
Entretiens, petits groupes de discussion, réunion d'information**

تواصل معنا

**إذا كنت تعاني من أحد هذه الصعوبات
سنوفر لك الوقت لنستمع لك ونساعدك للوصول إلى الحل**

**نحن نقدم لك عدة طرق للدعم:
محاضرات لتقديم المعلومات الهامة، مجموعات صغيرة أو محادثات فردية مع الداعم النفسي**

Kurmanci/ Arabisch:	Mo. 15.00 - 17.00h
Russisch/Georgisch:	Di. 12.00 – 14.00h
Französisch/ Swaheli/ Lingala:	Di. 11.00 – 13.00h und Sa. 11.00 – 14.00h
Sorani/ Arabisch:	Do. 10.00 – 12.00h
Serbisch/Bosnisch/Kroatisch:	Do. 16.00 – 18.00h
Urdu/ Englisch:	Sa. 14.00 – 16.00h
Tigrinya:	Sa. 14.00 – 16.00h
Arabisch:	So. 14.00 – 16.00h

Welcome Point 01, Münsterstr. 6, 40477 Düsseldorf

www.facebook.com/welcomepoint01