

"تنشأ مجموعات المساعدة الذاتية، حين يود عدد من الأشخاص الذين يعانون من مشاكل متشابهة العمل معا على تحسين ظروفهم."



## المساعدة على المساعدة الذاتية

معلومات حول مراكز الاتصال من أجل المساعدة الذاتية  
في الدائرة الإقليمية

هل لديكم أية أسئلة؟  
سيسرنا تقديم المشورة لكم!

Selbsthilfekontaktstelle  
des Landkreises Waldeck-Frankenberg  
Am Kniep 50, 34497 Korbach

هاتف: 05631 - 954 888  
البريد الإلكتروني: shk@lkwafkb.de

Arabisch

## أهداف مجموعات المساعدة الذاتية

- يمكن لمجموعات المساعدة الذاتية أن تساعد في التغلب على الظروف الحياتية العسيرة. كما أن بإمكانها أيضا:
- أن تطلق عنان الكفاءات الشخصية
- أن تقدم الدعم في البحث عن حلول
- أن تساعد على إقامة علاقات جديدة وإكمال النقص في العلاقات الاجتماعية

## المشورة

مواعيد استقبال مركز الاتصال للمساعدة الذاتية فالدريك - فرانكنبيرغ:

- الإثنين، الساعة 10 حتى 12
- الثلاثاء، الساعة 14 حتى 16:30
- الخميس، الساعة 10 حتى 12

من الممكن أيضا تحديد مواعيد أخرى عبر الهاتف. تقام مواعيد تقديم المشورة في غرف مكتب الخدمات التخصصية في المسائل الطبية ( Fachdienst Gesundheit ) التابع للدائرة الإقليمية والكائن في شارع Am Kniep 50 في كورباخ، غير أن من الممكن عند الحاجة أيضا إجراء الموعد لدى الشخص المعني بالأمر.

يمكن عند الرغبة تقديم الخدمات الاستشارية بشكل سري ومجهول الهوية. أضف إلى ذلك أن مركز الاتصال من أجل المساعدة الذاتية خاضع لواجب السر والكتمان.

## ساعد نفسك بنفسك!

في مجموعة المساعدة الذاتية يلتقي أناس يعانون من مشاكل، أو أمراض أو إعاقات متشابهة. يقوم هؤلاء هنا بتبادل الحديث حول تجاربهم ويحاولون بقوى موحدة إتقان حياتهم اليومية والتغلب على مشاكلهم. مركز الاتصال من أجل المساعدة الذاتية في الدائرة الإقليمية يقدم الدعم لمجموعات المساعدة الذاتية لدى قيام هذه بعملها.

## أهداف مركز الاتصال

- يقدم مركز الاتصال من أجل المساعدة الذاتية معلومات حول الإمكانيات المتوفرة للمساعدة الذاتية، كما يقدم المشورة والدعم لمجموعات المساعدة الذاتية القائمة - مثلا في المسائل التنظيمية، أو في البحث عن مكان لإجراء لقاءاتها أو عبر العلاقات العامة. كما يقدم المركز فضلا عن ذلك الدعم في:
- الوساطة للالتحاق بمجموعات قائمة
  - تأسيس مجموعات جديدة
  - التنسيق مع متخصصين من المجال الصحي والاجتماعي
  - تنظيم محاضرات حول مواضيع مختلفة