



Ehe-, Familien- und Lebensberatung
im Bistum Passau

Безкоштовна

Психологічна

підтримка

для біженців з України

www.efl-passau.de/ukraine

Ehe-, Familien- und
Lebensberatung
im Bistum Passau
www.efl-passau.de




BISTUM
PASSAU

Безкоштовна

Психологічна підтримка

для біженців з України

в Пассау, Вільсхофені, Альтоттінгу,
Бурггаузені (за необхідності - також в
Регені, Вальдкірхені, Пфаркірхені)

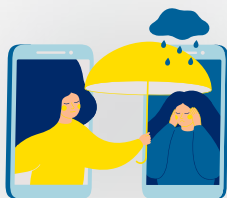
Для біженців з України доступна
психологічна служба EFL Пассау-
уської єпархії.

Якщо ви

- відчуваєте сильний страх, екзистенційний відчай та почуття безвиході
- відчуваєте посттравматичний стрес, наприклад, ви продовжуєте бачити, також уві сні, жахливі сцени воєнного терору та/або відчувати запахи, пов'язані із ними
- підозрюєте депресивні захворювання з такими симптомами, як безсоння,
- зацикленість думок, подавленість або суїцидальні тенденції
- внаслідок бойових дій втратили родичів або не знаєте їхнє місцезнаходження
- важко адаптуєтесь до статусу біженця в країні Європи

Зв'яжіться з нами, якщо ви

- стали емоційно недоступним і відрізаним від своїх дітей і близьких
- помічаєте надмірну неспокійність і серйозні проблеми з концентрацією в себе або своїх дітей
- помічаєте у своїх дітей соціальне відсторонення, вони раптово відчують переляк або неочікувано починають мовчати
- помічаєте у собі відчуття незвичайної порожнечі, заціпеніння або безрадісності
- відчуваєте надмірну потребу в контролі або
- відчуваєте сильне бажання заглушити свій стан наркотиками чи алкоголем...



Ми пропонуємо вам першу психосоціальну допомогу та підтримку, а також психологічні консультації - не психотерапію.



Зв'яжіться з нами

1



help@
efl-passau.de

Будь ласка, надішліть свій номер мобільного телефону на електронну адресу **help@efl-passau.de**



Використовуйте qr-код, щоб швидко скласти електронний лист

2



Наші україномовні співробітники вам передзвонять. Ми уточнимо з вами час і місце, а також формат зустрічі: **онлайн чи по телефону.**

www.efl-passau.de/ukraine

Ehe-, Familien- und Lebensberatung im Bistum Passau
Höllgasse 29 Kapellplatz 8
94032 Passau 84503 Altötting