

Objekte në Bremen, të cilat gjithëashtu mundeni të kontaktoni:

Frauenhaus Bremen Nord
per dite, edhe naten – Telefoni: 0421-6364874

Autonomes Frauenhaus
per dite, edhe naten – Telefoni: 0421-349573

AWO-Frauenhaus
per dite, edhe naten – Telefoni: 0421-239611

Beratungsstelle für AIDS und andere sexuelle Erkrankungen
Horner Straße 60/70, 28203 Bremen
Telefon: 0421- 36115121

Beratungsstelle für Migranten
Am Wall 113/ 28195 Bremen
Telefon: 0421-3377188

Kripo Kommissariat 32
In der Vahr 76/ 28329 Bremen-Mit

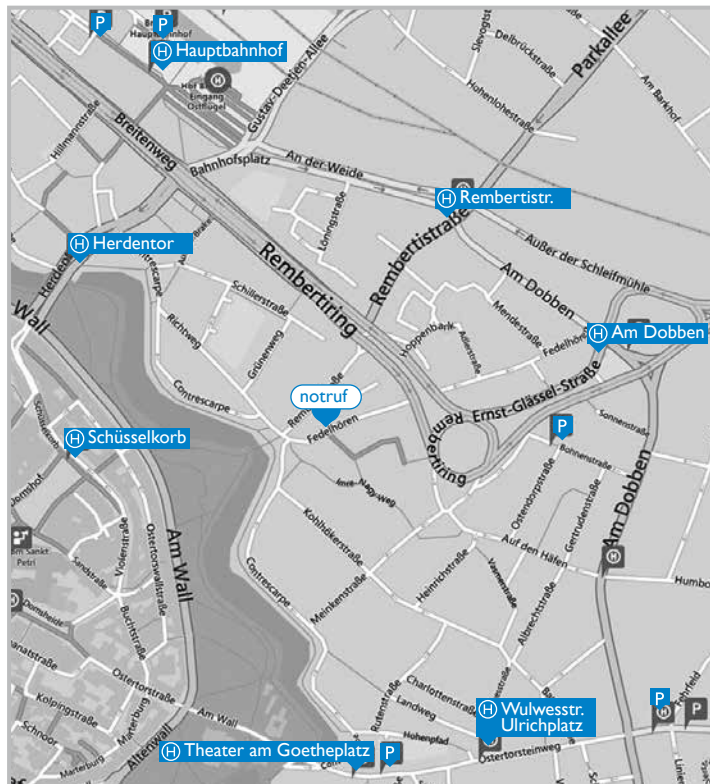
Notdienst des Sozialpsychiatrischen Dienstes
E hënë-e preme. Ora 17:00-8:30
Shtun, diel dhe dit pushimi 08:30 – 17:00
Telefon: 0421/79033333

Pro Familia Beratungszentrum
Hollerallee 24 / 28209 Bremen
Telefon: 0421/3406060

Telefonseelsorge
Telefon: 0800 111 01 11 ose 0800 111 02 22

Weisser Ring
Sögestrasse 47-51 / 28195 Bremen
Telefon: 0421-32 32 11

So erreichen Sie uns:



notruf
Fedelhören 6
28203 Bremen

Hauptbahnhof Bremen
Bahn 1,4,6,8,10
Bus 20,24,25,26,27 und 63

📍 Herdentor
Bahn 4,6,8
Bus 24 und 25

📍 Schüsselkorb
Bahn 4, 6, 8
Bus 24 und 25

📍 Theater am Goetheplatz
Bahn 2 und 3

Vom HBF zum **notruf** sind es
ca. 17 Min. Fußweg (1,3 KM)

📍 Rembertistraße
Bahn 1,4 und 10
Bus 5

📍 Am Dobben
Bahn 1,4 und 10

📍 Wulwesstraße/Ulrichplatz
Bahn 2 und 3



notruf

*Numri i urgjencës (notruf)
Këshillimi psikologjik mbi
dhunën seksuale*

çfarë duhet të dini

Nëqoftëse keni pësuar sulme seksuale ose keni qenë viktimë e një përdhunimi, ju duhet të përballeni me dhimbje apo dëmtime fizike dhe mendore.

Viktimat e përjetojnë një dhunë seksuale si një goditje shumë të rëndë në jetën e tyre. Asgjë nuk është më si më parë. Pasojat psikike janë shpesh shumë të rënda. Disa viktima vuajnë nga frika dhe pagjumësia dhe kanë vështirësi të përballojnë ditën e tyre. Duket sikur pa asnjë arsye pushtohen nga disa ndjenja të forta. Padashur ndërlikohet dhe mardhënia me partnerin, shoqet, shokët ose familjarët.

Shpeshëherë viktimat ndjehen fajtor dhe u vjen turp për atë çfarë u është bërë.

Jo rrallë ato janë të mendimit që nuk ka ndodhur „një përdhunim i vertetë“ duke qënë se nuk ka arritur deri tek marrëdhënia seksuale, se nuk janë vetëmbrojtur mjaftueshëm ose sepse përdhënuesin e kanë njohur më parë. Ato mundohen ta harrojnë sa më shpejt çfarë i ka ndodhur dhe nuk duan gjithmonë që të flasin mbi këtë ndodhi. Disa gëzohen për mbështetjen shoqërore ose familjare; disa të tjerë e gjykojnë pikërisht këtë mbështetje si një ndërhyrje dhe prandaj mundohen që tja dalin vetë mbanë.

Shumë viktima të dhunës seksuale vuajnë nga mosbesimi në askënd për vite të tëra. Shpeshëherë nuk besohen ose ndodhia mbahet pergjithmonë e fshehur, kështu që ato duhet ta përballojnë gjithcka vetë.

Ska rëndësi se sa kohë ka kaluar që nga ndodhia: Ju mund të merrni këshilla dhe mbështetje të punojnëset e urgjences (**notruf**)

Denoncim: po apo jo?

Shpeshëherë janë femrat në dyshim nëqoftëse të bëjnë një denoncim apo jo. Ky vendim nuk duhet të merret menjëherë. Në raste akute është e sygjerueshme që të bëhet një kontroll mjekësor për të pasur më pas prova.

Në Bremen është i mundur një sigurim anonim gjurmësh në spitalet Links der Weser, Bremen-Mitte dhe Bremen-Nord. Në rast se vendosni më pas që të bëni një denoncim, mund ti perdorni rezultatet e sigurimit anonim të gjurmëve.

Në rast se vendosni të denonconi, ju nevojitet të kontaktoni policinë kriminale (kripon), komisariati 32, i cili është i përgjegjshëm për raste të tilla.

Nëse doni të denonconi ose e keni bërë tashmë një denoncim ju sugjerohet të kontaktoni një avokat të besueshëm i cili paraqet ndodhinë për interesin tuaj. Avokatja ose avokati juaj ka të drejtë të jetë prezent gjatë pyetësorit në polici dhe të shohi në dosjen tuaj.

Drejtojuni Urgjencës (**notruf**)

- nëqoftëse nuk mund ti ndaloni mendimet
- mbi ndodhinë
- nëqoftëse torturoni vetveten me paragjykimë
- nëqoftëse presioni i brendshëm bëhet i padurueshëm
- nëqoftëse vuani nga shqetësime fizike të
- pashpjegueshme
- nëqoftëse marrëdhënia juaj është bërë më e vështirë
- nëqoftëse jeni i pasigurtë për të bërë një bërë një
- denoncim
- nëqoftëse ne duhet tju permendim një avokate ose
- avokat me experiencë

Oferta

Numri i urgjencës ju ofron këshillime personale dhe telefonike si dhe biseda psikologjike.

Oferta jonë i drejtohet grave, burrave si dhe adoleshentëve që nga mosha trembëdhjetë vjeç të cilët janë bërë viktima të dhunës seksuale – pavarësisht sa kohë ka kaluar nga ndodhia.

Gjithashtu shokë, shoqe ose të afërm mund ti drejtohen qendrës së këshillimit.

Në qendrën e këshillimit janë të punësuar punonjëse të kualifikuara të cilat kanë experiencë në punën me persona seksualisht të traumatizuar.

Për një bisedë personale lini një takim me telefon në numrin

0421 - 151 81

Konsultimet janë të mundura dhe me përkthyes.

Na gjeni:

E hënë-e enjte, ora 10-17

E premte, ora 10-15

Telefon: 0421 - 151 81

Telefax: 0421 - 151 00

Email: info@notrufbremen.de

Web: www.notrufbremen.de

Nëqoftëse nuk na kontaktoni dot në oraret e lartë përmendura, ne jemi në bisedë. Ju lutemi lini një mesazh në sekretarinë telefonike. Duke qënë se sekretaria telefonike dëgjohet disa herë gjatë diteve të punës, ne ju ritefonojmë.

Banka: Sparkasse Bremen

IBAN: DE75 2905 0101 0011 9782 85

BIC: SBREDE22XXX