

Alte organizații din Bremen pe care le puteți contacta:

Casa pentru femei (Frauenhaus) Bremen Nord
Zilnic, și noaptea
Telefon: 0421- 63 64 874

Casa autonomă pentru femei (autonomes Frauenhaus)
Telefon: 0421- 34 95 73

Casa pentru femei - AWO
Telefon: 0421- 23 96 11

Centru de consiliere pentru SIDA și alte boli sexuale
Horner Straße 60-70 / 28203 Bremen
Telefon: 0421 - 36 11 51 21

Centru de consiliere pentru migranți
Am Wall 113 / 28195 Bremen
Telefon: 0421-3 37 71 88

Biroul Poliției Criminale 32
In der Vahr 76 / 28329 Bremen
Telefon: 0421- 362 38 32

Serviciul de urgență al serviciului de psihiatrie
socială Sâmbătă, duminică și sărbători legale orele
08:30 - 17:00
Telefon: 0421 - 79 03 33 33

Pro Familia centru de consiliere
Hollerallee 24 / 28209 Bremen
Telefon: 0421 - 340 60 30

Îngrijire telefonică telefon:
Telefon: 0800 111 01 11 sau 0800 111 02 22

Weisser Ring,
(Inelul Alb, ajutor pentru victime ale violenței)
Sögestraße 47 - 51 / 28195 Bremen
Telefon: 0421 - 32 32 11

Cum să ajungeți la noi:



notruf • Fedelhöfen 6 • 28203 Bremen
Telefon: 0421 - 151 81 • www.notrufbremen.de

- | | |
|---|---|
| H Gara centrala Bremen
Autobuz: 20, 24, 25, 26, 27, 63
Tramvai: 1, 4, 6, 8, 10 | De la gara centrala până la notruf
sunt apx. 17 minute de mers
(1,3 km) |
| H Stațiunea Herdentor
Autobuz: 24, 25
Tramvai: 4, 6, 8 | H Rembertistraße
Autobuz: 5
Tramvai: 1, 4, 10 |
| H Schüsselkorb
Autobuz: 24, 25
Tramvai: 4, 6, 8 | H Am Dobben
Tramvai: 1, 4, 10 |
| H Theater am Goetheplatz
Tramvai: 2, 3 | H Wulwesstraße/Ulrichsplatz
Tramvai: 2, 3 |



notruf

Consiliere psihologică în cazuri de
violență sexuală



RUMĂNISCH
Limba română

Ce ar trebui să știți

După ce ați fost confruntată cu agresiuni sexuale sau ați fost violată, este posibil să vă confrunțați cu răni fizice și psihice.

Astfel de experiențe de violență sexuală de obicei implică o schimbare profundă a vieții pentru persoanele afectate. Nimic nu mai pare cum a fost înainte. Adesea traumele sufletești sunt grave. Unele victime suferă de anxietate sau insomnie, sau au probleme să continue cu activitățile zilnice. Fără nici un motiv se pot simți copleșite de sentimente puternice. Deodată pot apărea conflicte cu partenerii, prietenii sau rudele.

De multe ori victimele se simt vinovate sau le este rușine de abuzurile la care au fost supuse.

Destul de des chiar cred că nu a fost un viol "adevărat" ori pentru că s-a produs o penetrație, ori pentru că nu au opus rezistență sau pentru că l-au cunoscut pe făptuitor. Vor să uite cât de repede, nu vor să vorbească despre cea ce au suferit. Dar sunt și femei, care se bucură de sprijinul prietenilor sau a familiei, iar altele nu doresc amesteca în viața particulară și preferă să se descurce singure.

Multe victime ale abuzului sexual suferă din cauză că nu au avut posibilitatea de a se destăinui cuiva timp de mai mulți ani de zile. Adesea ori nu sunt crezute sau atacul sexual a fost mușamalizat până astăzi, așa că trebuie să rezolve situația singure.

Indiferent cât timp a trecut de la abuz, puteți să găsiți consiliere și ajutor din partea doamnelor angajate la "notruf".

Plângere: da sau nu?

Femeile afectate adesea se îndoiesc dacă ar trebui să depună o plângere. Această decizie nu trebuie să fie luată imediat. Într-un caz acut însă, se recomandă să efectuați un control medical ca măsură de precauție pentru a strânge probe ca dovadă.

În Bremen, asigurarea probelor în caz de violență sunt anonime și posibile în Spitalele Links der Weser, Bremen-Mitte și Bremen-Nord. Dacă vă hotărâți să depuneți o plângere mai târziu, vă puteți folosi de rezultatele probelor luate anonim.

Dacă ați decis să depuneți o plângere contactați Kripo, Comisariatul 32, responsabil pentru astfel de cazuri.

Dacă doriți să acționați în instanță sau ați depus deja o plângere ar trebui să consultați un avocat de încredere, care protejează interesele dumneavoastră. Avocatul are dreptul să vă însoțească la audiere și are acces la dosarul procedurii.

Contactați "notruf"

- dacă nu puteți scăpa de gândurile despre cele întâmplate, În așa fel încât vă este greu să faceți față cotidianului
- dacă vă chinuiesc sentimente de autoînvinuire
- dacă nu mai suportați tensiunea sufletească
- dacă suferiți de afecțiuni fizice (inexplicabile)
- dacă relațiile dumneavoastră suferă dificultăți
- dacă nu sunteți sigură, dacă să depuneți plângere
- dacă aveți nevoie de o recomandare pentru un avocat cu experiență

Oferta

"notruf" oferă consiliere gratuită și ajutor psihologic telefonic și personal. Oferta noastră este pentru femei, bărbați și tineri de ambele sexe începând cu vârsta de treisprezece ani, care au fost victimele unui act de violență sexuală - indiferent cât timp a trecut de la atacul sexual.

Și prietenii sau rudele pot contacta centrul de consiliere. În acest centru se angajează persoane calificate cu experiență în terapie pentru persoanele traumatizate sexual.

Pentru o întâlnire personală vă rugăm să faceți o programare telefonică la următorul număr:

0421- 151 81

Puteți să cereți un traducător pentru consultație.

Ne puteți contacta:

Luni-joi 10:00 - 17:00

Vineri 10:00 - 15:00

Telefon: 0421 - 151 81

Fax: 0421 151 00

Email: info@notrufbremen.de

Web: www.notrufbremen.de

Dacă nu răspunde nimeni în orele mai sus menționate suntem în conversație și vă rugăm lăsați un mesaj pe robotul telefonic. Verificăm mesajele de mai multe ori în zilele lucrătoare și vă sunăm mai târziu.

Banca: Sparkasse Bremen

IBAN: DE75 2905 0101 0011 9782 85

BIC: SBREDE22XXX