

Институции в Бремен, към които също можете да се обърнете:

Приют за жени Бремен Норд

Всеки ден, и през нощта- телефон: 0421- 63 64 874

Автономен приют за жени

Всеки ден, и през нощта- телефон: 0421- 34 95 73

AWO- приют за жени

Всеки ден, и през нощта- телефон: 0421- 23 96 11

Консултативен център за СПИН и други полово предавани болести

Hornerstr. 60/70 28209 Bremen

Телефон: 0421-36 11 51 21

Консултативен център за мигранти

Am Wall 113 / 28195 Bremen

Телефон: 0421-3 37 71 88

Криминална полиция, служба 32

In der Vahr 76 / 28329 Bremen

Телефон: 0421- 362 38 32

Спешна помощ на

социално-психиатричната служба

Понеделник-Петък 17:00-21:00 часа

Събота, неделя и празнични дни 8:30-17:00 часа

Телефон: 0421- 79 03 33 33

Профамилия консултативен център

Hollerallee 24 / 28209 Bremen

Телефон: 0421- 340 60 30

Телефонно консултиране

Телефон: 0800 111 01 11

Или 0800 111 02 22

„Вайсер Ринг“

Sögerstr. 47-51 / 28195 Bremen

Телефон: 0421- 32 32 11

Така ще ни намерите:



notruf • Fedelhöfen 6 • 28203 Bremen

- | | |
|--|---|
| Н Централна гара Бремен
трамвай 1, 4, 6, 8, 10
автобус 20, 24, 25, 26, 27 и 63 | От централна гара до
notruf са 17 минути пеша
(1,3 км) |
| Н Herdentor
трамвай 4, 6, 8
автобус 24 и 25 | Н Rembertistraße
трамвай 1, 4 и 10
автобус 5 |
| Н Schlüsselkorb
трамвай 4, 6, 8
автобус 24 и 25 | Н Am Dobben
трамвай 1, 4 и 10 |
| Н Theater am Goetheplatz
трамвай 2 и 3 | Н Wulwesstraße/Ulrichsplatz
трамвай 2 и 3 |



notruf

Психологическо консултиране
при сексуално насилие

Какво трябва да знаете

Ако сте били изложени на сексуално нападение или изнасилени, трябва да се справите с телесните и душевни рани.

Засегнатите обикновено изпитват сексуалното насилие като дълбока повратна точка в живота си. Нищо не е вече както преди. Психичните последствия са мащабни. Някой жертви страдат от страхове и разстройства в съня, трудно им е, да се справят в ежедневието. Привидно без причина, те са залети от бурни емоции. Без да искат, имат проблеми в партньорството, с приятелките, приятелите или близките.

Често жертвите се чувстват виновни, или се срамуват от това, което им е сторено.

Не рядко те мислят, че не е било „истинско изнасилване“, защото не се е стигнало до полов акт, защото не са се защитили достатъчно ясно или защото познават извършителя. Те искат да забравят за случилото се бързо, и не искат да говорят постоянно за това. Някой се радват на подкрепа от приятелския кръг или семейството; но други изпитват това, като намеса и се опитват да се справят сами.

Много жертви на сексуална злоупотреба страдат поради това, че не могат да споделят с години наред с никого. Често не им вярват или не се говори за нападението, така че да трябва да се справите сами.

Без значение, преди колко време е била случката, можете да се съветвате и да поискате подкрепа от служителките на notruf.

Да подадете сигнал в полицията: да или не?

Често потърпевшите не знаят, дали да подадат сигнал в полицията. Това решение не е задължително да се взема веднага. Но при актуален инцидент е препоръчително, да се направи медицинско изследване, за да се запазят доказателствата.

В Бремен има анонимно запазване на следи в болниците „Links der Weser“, „Bremen Mitte“ и „Bremen-Nord“. Ако се решите, да подадете сигнал в полицията по-късно, можете да използвате резултатите от анонимно-запазените следи.

В случай, че се решите да подадете сигнал в полицията, се свържете с криминална полиция, служба 32, които са отговорни за такива случаи.

Ако искате да подадете сигнал в полицията или вече сте го направили, би било добре, да назначите Ваш доверен адвокат, който да представя Вашите интереси. Вашият адвокат има право, да Ви придружава по време на разпит и право на преглед на досието.

Обърнете се към notruf

- ако не можете да спрете да мислите за случилото се, и да се справите в ежедневието.
- ако се измъчвате със самообвинения.
- ако вътрешният натиск стане непоносим.
- ако страдате от (необясними) физически оплаквания.
- ако връзката Ви е станала трудна.
- ако не сте сигурни, дали искате да податете сигнал в полицията.
- ако искате, да ви препоръчаме опитен(а) адвокат(ка).

Какво предлагаме

notruf Ви предлага безплатна консултация по телефона или лично, и психологични разговори. Нашата услуга е към жени, мъже и младежи от двата пола от 13 години нагоре, които са станали жертва на сексуално нападение- без значение, колко време е минало от нападението. Приятелки и приятели, както и близки могат също така да се обърнат към консултативния център. Там работят квалифицирани служителки, които имат опит в работа със сексуално трамватизирани хора.

За личен разговор си запазете час на телефонния ни номер:

0421- 151 81

Консултации са възможни и с преводач.

Така ще се свържете с нас:
понеделник- четвъртък 10-17 часа
петък 10-15 часа

Телефон: 0421- 151 81
Телефакс: 0421- 151 00
Имейл: info@notrufbremen.de
Интернет страница: www.notrufbremen.de

Ако не можете да се свържете с нас през горепосоченото време, то ние сме заети с друг разговор. Моля оставете съобщение на телефонния секретар. През работната седмица го прослушваме няколко пъти на ден и се обаждаме обратно.

Банка: Sparkasse Bremen
IBAN: DE75 2905 0101 0011 9782 85
BIC: SBREDE22XXX