



# ZEBRA

ZENTRUM FÜR INTERKULTURELLE  
BERATUNG & THERAPIE

[www.zebra.or.at](http://www.zebra.or.at)

## MOBILE SOZIAL- PSYCHIATRISCHE BETREUUNG

Graz und Graz-Umgebung

مراقبت سیار روانپزشکی  
اجتماعی

گراتس و اطراف گراتس

de - fa

# Mobile Sozialpsychiatrische Betreuung

Unser Angebot der mobilen sozialpsychiatrischen Betreuung bietet Ihnen Unterstützung im Alltag - in Ihrer Muttersprache, in Ihrer vertrauten Umgebung und individuell.

Wir unterstützen Menschen mit psychischer Beeinträchtigung dabei, ein möglichst selbstbestimmtes Leben zu führen.

## Wer kann das Angebot annehmen?

Die mobile sozialpsychiatrische Betreuung beruht auf Freiwilligkeit und unterstützt Menschen ab 18 Jahren mit psychischen Beeinträchtigungen.

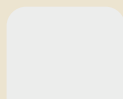
## مراقبت روانپزشکی اجتماعی سیار

خدمات ما در مراقبت‌های روانپزشکی اجتماعی سیار، شما را در زندگی روزمره پشتیبانی می‌کند - به زبان مادری‌تان، در محیطی که به آن آشنا هستید و به صورت فردی.

ما به افراد دچار اختلالات روانی کمک می‌کنیم تا بتوانند تا جایی که امکان دارد زندگی مستقل و تحت کنترل داشته باشند.

## چه کسی می‌تواند از این خدمات استفاده کند؟

مراقبت‌های روانپزشکی اجتماعی سیار داوطلبانه می‌باشد و از افراد ۱۸ سال به بالا دارای آسیب‌های روحی حمایت می‌کند.



# Was bieten wir an?

- **Individuelle Betreuung:** Eine auf Ihre persönlichen Bedürfnisse und Ziele abgestimmte Betreuung.
- **Sprachliche Begleitung:** Betreuung in der Muttersprache und Hilfe beim Festigen der deutschen Sprache.
- **Krisenintervention:** In Krisensituationen stehen wir an Ihrer Seite und helfen Ihnen, die Situation zu bewältigen.
- **Alltagsbegleitung:** Unterstützung bei täglichen Aufgaben wie Einkaufen, Arztbesuchen, Behördengänge oder Haushaltsorganisation.
- **Stabilisierung:** Wir führen gemeinsame Gespräche, die Sie von Sorgen und Ängsten, z.B. erlebt durch Flucht oder Migration, entlasten.
- **Vernetzung und Integration:** Wir helfen Ihnen bei der Teilhabe am gesellschaftlichen Leben und der Pflege sozialer Kontakte.
- **Freizeitgestaltung:** Unterstützung bei der Planung und Durchführung von Freizeitaktivitäten zur Förderung sozialer Kontakte und Lebensqualität.

## چه خدماتی ارائه می‌دهیم؟

**مراقبت فردی:** مراقبتی که بر اساس نیازها و اهداف شخصی شما تنظیم شده است.

**همراهی در زبان:** مراقبت به زبان مادری و کمک در تقویت زبان آلمانی.

**مداخله در بحران:** در شرایط بحرانی در کنار شما هستیم و به شما کمک می‌کنیم تا با وضعیت کنار بیایید.

**همراهی روزمره:** حمایت در انجام وظایف روزانه مانند خرید، مراجعه به پزشک، مراجعه به ادارات یا مدیریت کارهای خانه.

**تثبیت سازی:** ما گفت‌وگوهای مشترکی خواهیم داشت که شما را از نگرانی‌ها و ترس‌ها، مثلاً تجربیات ناشی از فرار یا مهاجرت، رها می‌کند.

**ایجاد شبکه‌های ارتباطی و هم‌آمیزی اجتماعی:** ما به شما در مشارکت در زندگی اجتماعی و حفظ روابط اجتماعی کمک می‌کنیم.

**فعالیت های اوقات فراغت:** حمایت در برنامه‌ریزی و انجام فعالیت‌های تفریحی برای بهبودی روابط اجتماعی و کیفیت زندگی.



# Ihre Vorteile

- **Zugänglich:** Wir betreuen Sie in Ihrer Muttersprache.
- **Flexibel:** Wir kommen zu Ihnen. Die Termine werden gemeinsam abgestimmt.
- **Individuell:** Jede Betreuung wird individuell auf Sie zugeschnitten.
- **Vertraut:** Regelmäßige und vertrauensvolle Betreuung durch eine feste Bezugsperson.
- **Verlässlich:** Langfristige und verlässliche Unterstützung zur Förderung Ihrer psychischen Gesundheit und Lebensqualität.
- **Kostenfrei:** Unsere Betreuung ist kostenlos. Mittels Antrag (MS-BET PSY Bescheid) bei der Hauptwohnsitzgemeinde oder Bezirkshauptmannschaft werden die Kosten bei einem positiven Bescheid übernommen. Ist dieser nicht vorhanden, unterstützen wir gerne bei der Antragstellung.

**Mit Empathie, Fachwissen und Engagement setzen wir uns für Ihr Wohlbefinden ein.**

## مزایای خدمات ما برای شما

قابل دسترس: ما شما را به زبان مادری خودتان پشتیبانی می‌کنیم.  
انعطاف‌پذیر: ما به نزد شما می‌آییم. قرارهای ملاقات با هم هماهنگ خواهند شد.

بر اساس نیازهای فردی: هر مراقبتی به‌طور ویژه برای شما تنظیم می‌شود.

آشنا و مورد اعتماد: مراقبت منظم و قابل اعتماد توسط یک فرد ثابت.  
قابل اطمینان: حمایت بلندمدت و قابل اعتماد برای بهبودی سلامت روانی و کیفیت زندگی شما.

رایگان: مراقبت‌های ما رایگان است. هزینه‌ها با درخواست (MS-BET PSY Bescheid) در شهرداری محل سکونت اصلی یا فرمانداری منطقه در صورت تأیید، پوشش داده می‌شود. اگر این تأییدیه را نداشته باشید، ما خوشحال خواهیم شد که در پر کردن درخواست به شما کمک کنیم.

با همدلی، مهارت‌های کارشناسی و تعهد برای رفاه شما تلاش می‌کنیم.



Verbessern Sie in vertrauter Umgebung Ihre **psychische Gesundheit** durch eine individuelle Alltagsunterstützung und durch die Entwicklung neuer **Ziele** und **Zukunftsperspektiven**.

**Mobile Sozialpsychiatrische Betreuung**  
Wir sind für Sie da.

Kontaktieren Sie uns unverbindlich für ein erstes Gespräch oder weitere Informationen

سلامت روان خود را در محیطی آشنا از طریق حمایت فردی در امور روزمره و توسعه اهداف و دیدگاه‌های جدید برای آینده بهبود بخشید.

مراقبت‌های روانپزشکی اجتماعی بسیار  
ما در کنار شما هستیم.

برای یک مشاوره اولیه با اطلاعات بیشتر، با  
ما تماس بگیرید.

# ZEBRA

## Interkulturelles Beratungs- und Therapiezentrum gemeinnützige GmbH

زبرا - مرکز مشاوره و درمان بین فرهنگی، شرکت  
غیرانتفاعی با مسئولیت محدود

**Telefon:** 0316 83 56 30

**E-Mail:** office@zebra.or.at

**Website:** www.zebra.or.at

تلفن: ۰۳۱۶۸۳۵۶۳۰

ایمیل:

وبسایت:

### Adresse:

Granatengasse 4, 3. Stock  
8020 Graz

آدرس:

### Unsere Öffnungszeiten:

Montag bis Donnerstag:

9:00 - 17:00 Uhr

Freitag:

9:00 - 13:00 Uhr

### ساعات کاری ما:

دوشنبه تا پنجشنبه:

از ساعت ۰۹:۰۰ - ۱۷:۰۰

جمعه:

۰۹:۰۰ - ۱۳:۰۰



### Im Auftrag von:



Das Land  
Steiermark

→ Soziales, Arbeit  
und Integration

Stand 08/2024