

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

حسن صحتك النفسية في بيئة مريحة
من خلال دعمكم الفردي في الحياة اليومية
وتطوير أهداف جديدة وآفاق للمستقبل

الرعاية النفسية الاجتماعية المتنقلة
نحن هنا من أجلكم!

اتصلوا بنا لتحديد موعد لمحادثة أولية أو للحصول على
المزيد من المعلومات ومع الأخذ في الاعتبار أن هذه
الخدمة غير إلزامية.

ZEBRA

Interkulturelles Beratungs- und
Therapiezentrum gemeinnützige GmbH

زيبرا - مركز ثقافي للإستشارة والعلاج النفسي.

رقم الهاتف: ٠٣١٦٨٣٥٦٣٠
البريد الإلكتروني: office@zebra.or.at
الموقع الإلكتروني: www.zebra.or.at

العنوان:
Granatengasse 4, 3. Stock
8020 Graz

مواعيد العمل:
من يوم الاثنين إلى يوم الخميس:
9:00 - 17:00 Uhr
يوم الجمعة:
9 صباحاً - إلى ١ ظهراً



Im Auftrag von:



Stand 05/2025

ZEBRA

ZENTRUM FÜR INTERKULTURELLE
BERATUNG & THERAPIE

www.zebra.or.at

MOBILE SOZIAL- PSYCHIATRISCHE BETREUUNG

Graz und Graz-Umgebung

الرعاية الاجتماعية النفسية المتنقلة

جراتس والأحياء المجاورة لمدينة جراتس

de - ar

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.

الرعاية الاجتماعية النفسية المتنقلة

الخدمة الخاصة بالرعاية الاجتماعية النفسية المتنقلة تقدم لكم الدعم في حياتكم اليومية - بلغتكم الأم وفي مكان آمن وبشكل فردي.

نحن نساند الأشخاص ذوي الاضطرابات النفسية في سعيهم لعيش حياة مستقلة قدر الإمكان.

من يمكنه الاستفادة من هذه الخدمة؟

تقدم الرعاية الاجتماعية النفسية المتنقلة للأشخاص الذين يأتون بمحض إرادتهم/ بلا إكراه وتزيد أعمارهم عن 18 عامًا ويعانون من اضطرابات نفسية



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.

ماذا نقدم لكم؟

- الرعاية الفردية: رعاية مُعدة خصيصًا لتلبية احتياجاتكم الشخصية وأهدافكم.
- المرافقة اللغوية: رعاية بلغتكم الأم ومساعدتكم في تحسين اللغة الألمانية.
- التدخل في الأزمات: في حالات الأزمات، نقف إلى جانبكم ونساعدكم في التعامل مع وضعكم الحالي.
- مساعدة في الحياة اليومية: دعم في القيام بالمهام اليومية مثل التسوق، زيارات الطبيب، المعاملات الرسمية أو تنظيم الأعمال المنزلية.
- الاستقرار النفسي: نجري معكم محادثات تساعدكم على التخلص من القلق والخوف، مثل تلك التي تنشأ بسبب الهجرة أو الهروب من الوطن.
- التواصل والاندماج: نساعدكم في المشاركة في الحياة الاجتماعية والحفاظ على الروابط الاجتماعية.
- تنظيم الأنشطة الترفيهية: دعم في تخطيط وتنفيذ الأنشطة الترفيهية لتعزيز الروابط الاجتماعية وجودة الحياة.

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.

المزايا المقدمة لكم:

- التواصل: نحن نقدم لكم الدعم بلغتكم الأم.
- المرونة: نحن نأتي إليكم. يتم تحديد المواعيد بالتنسيق معكم مسبقاً.
- الفردية: يتم تخصيص كل رعاية بشكل فردي لكم.
- الأمان: رعاية منتظمة وموثوق فيها من قبل شخص معين يتابعكم بشكل مستمر.
- الثقة: دعم موثوق به وطويل الأمد لتعزيز صحتكم النفسية وجودة حياتكم.
- المجانية: رعايتنا مجانية. من خلال تقديم طلب (MS-BET PSY Bescheid) إلى بلدية مكان إقامتكم الرئيسية أو مكتب المقاطعة، سيتم تغطية التكاليف إذا كان القرار الصادر من الهيئة المختصة إيجابياً. إذا لم يكن هناك قرار، نحن مستعدون لدعمكم في تقديم الطلب.

من خلال التعاطف والخبرة والمشاركة معكم، نعمل دوماً من أجل شعوركم بالارتياح.

