

# KREIS PLÖN



KOORDINIERUNGSSTELLE INTEGRATION UND MIGRATION

## NETZWERK

## FLUCHT UND TRAUMA

ANGEBOTE ZUR PSYCHOSOZIALEN UND  
PSYCHIATRISCHEN VERSORGUNG VON  
MIGRANT\*INNEN

Stand: September 2020



## VORBEMERKUNGEN

Dies ist die zweite Auflage der Übersicht **der Angebote zur psychosozialen und psychiatrischen Versorgung von Migrant\*innen**. Der Anstoß zu dieser Übersicht entstand durch die Zusammenarbeit mit dem **AMIF-Netzwerk** – Verbesserung der Aufnahmebedingung für Flüchtlinge, (<http://www.paritaet-sh.org/projekte/amif/>) Teilprojekt 4, **Strukturverbesserung zur psychotherapeutischen und psychiatrischen Versorgung von traumatisierten Flüchtlingen in Schleswig-Holstein**. In Kooperation mit dem Paritätischen Wohlfahrtsverband Schleswig-Holstein, Frau Krystyna Michalski wurde am 8. Februar 2017 das regionale Netzwerk „Flucht und Trauma“ im Kreis Plön aus der Taufe gehoben. Seitdem finden regelmäßig **Netzwerktreffen** statt. Nähere Informationen erhalten Sie bei der Koordinatorin für Integration und Teilhabe, Frau Jutta Ziegler, Email: [Jutta.Ziegler@kreis-ploen.de](mailto:Jutta.Ziegler@kreis-ploen.de) Telefon: 04522 743-530.

Diese Übersicht steht auch zum Download bereit unter: <https://www.kreis-ploen.de/International/Kommunen-und-Netzwerkpartner/Netzwerk-Flucht-und-Trauma/index.php?La=1&NavID=2156.177&object=med,2613.302.1.PDF>

Viele weitere Informationen (auch in verschiedenen Sprachen) finden Sie auf der Internetseite: <https://www.kreis-ploen.de/International/Startseite> bzw. [www.integration.kreis-ploen.de](http://www.integration.kreis-ploen.de).

Diese Zusammenstellung erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Irrtümer vorbehalten. Ergänzungen und Änderungen sind sehr willkommen!

## INHALTSVERZEICHNIS:

Inhalt	Seite
I. Regionale Angebote	4
II. Internetseiten und Onlineangebote	15
III. Sucht im Kontext Migration	18
IV. Arbeitshilfen	20
V. Weiterbildung und Fachinformationen	21
VI. Literaturhinweise	21

## I. REGIONALE ANGEBOTE

### Sozialpsychiatrischer Dienst Kreis Plön

Name der Einrichtung	Sozialpsychiatrischer Dienst Kreis Plön
Adresse	Kreisverwaltung Plön Amt für Gesundheit Sozialpsychiatrischer Dienst <b>Post-Adresse:</b> Hamburger Straße 17/18 <b>Besuchs-Adresse:</b> Heinrich-Rieper-Str. 6, Haus C
PLZ und Ort	24306 Plön
Internetadresse	<a href="https://www.kreis-ploen.de/index.php?object=tx%7c2156.4&amp;ModID=10&amp;FID=2156.970.1">https://www.kreis-ploen.de/index.php?object=tx%7c2156.4&amp;ModID=10&amp;FID=2156.970.1</a>
Ansprechpartner/in	
Telefonnummer	04522-743 646
Email	<a href="mailto:sozialpsychiatrischer.dienst@kreis-ploen.de">sozialpsychiatrischer.dienst@kreis-ploen.de</a>
Zielgruppe	Menschen, die sich in einer Krisensituation befinden, unter einer psychischen Erkrankung oder einer Suchtabhängigkeit leiden und deren Angehörige.
Kurzbeschreibung der Einrichtung	Beratungs- und Kriseninterventionsstelle für Menschen, die sich in einer Krisensituation befinden, unter einer psychischen Erkrankung oder einer Suchtabhängigkeit leiden und deren Angehörige.
Sprachkompetenz (bitte ankreuzen)	<input type="checkbox"/> Arabisch <input type="checkbox"/> Dari <input type="checkbox"/> Englisch <input type="checkbox"/> Französisch <input type="checkbox"/> Farsi <input type="checkbox"/> Tigrinya <input type="checkbox"/> andere Sprache..... Bei Bedarf wird ein Dolmetscher/Sprach- und Kulturmittler*in beteiligt.
Spezialangebot für Flüchtlinge	Die Beratungs- und Kriseninterventionsstelle steht allen Menschen offen.
Sonstiges	Der Sozialpsychiatrische Dienst ist Herausgeber des Psychosozialen Beratungsführers im Kreis Plön <a href="https://www.kreis-ploen.de/media/custom/2158_697_1.PDF?1467190717">https://www.kreis-ploen.de/media/custom/2158_697_1.PDF?1467190717</a>

## AMEOS KLINIKUM PREETZ

Name der Einrichtung	AMEOS Klinikum Preetz
Adresse	Am Krankenhaus 5a
PLZ und Ort	24211 Preetz
Internetadresse	<a href="https://www.ameos.eu/standorte/ameos-nord/preetz/klinikum/">https://www.ameos.eu/standorte/ameos-nord/preetz/klinikum/</a>
Ansprechpartner/in	
Telefonnummer	04342/85800-0
Email	<a href="mailto:Info@preetz.ameos.de">Info@preetz.ameos.de</a>
Zielgruppe	Psychisch erkrankte Menschen ab dem 18. Lebensjahr
Kurzbeschreibung der Einrichtung	<p>Das AMEOS Klinikum Preetz bietet auf regionale teilstationäre und stationäre psychiatrische Versorgung für den Kreis Plön und die Umgebung. Unsere Patienten werden in enger Zusammenarbeit von einem multiprofessionellen Team betreut. Hierzu zählen Ärzte, Pflegepersonal, Psychologen, Sozialarbeiter, Ergo- und Sporttherapeuten sowie Gesundheitspädagogen. In unmittelbarer Nähe befindet sich die Klinik Preetz, mit der eine enge Kooperation besteht.</p> <p>Weitere Informationen erhalten Sie hier:  <a href="https://www.ameos.eu/standorte/ameos-nord/preetz/klinikum/">https://www.ameos.eu/standorte/ameos-nord/preetz/klinikum/</a></p>
Sprachkompetenz (bitte ankreuzen)	<input type="checkbox"/> Arabisch <input type="checkbox"/> Dari <input checked="" type="checkbox"/> Englisch <input type="checkbox"/> Französisch <input type="checkbox"/> Farsi <input type="checkbox"/> Tigrinya <input type="checkbox"/> andere Sprache..... (bei Bedarf werden Dolmetschende hinzugezogen)
Spezialangebot für Flüchtlinge	-/-
Sonstiges	-/-

## Beratungs- und Fachstelle bei Gewalt an Mädchen und Frauen im Kreis Plön

Name der Einrichtung	Beratungs- und Fachstelle bei Gewalt an Mädchen und Frauen im Kreis Plön
Adresse	Mühlenstraße 10
PLZ und Ort	24211 Preetz
Internetadresse	<a href="http://www.frauennotruf-kiel.de">www.frauennotruf-kiel.de</a>
Ansprechpartner/in	Claudia Bull, Jessica Klarewicz, Andrea Langmaack
Telefonnummer	04342/309939
Email	<a href="mailto:frauenberatungkreisploen@t-online.de">frauenberatungkreisploen@t-online.de</a>
Zielgruppe	Mädchen ab 15 Jahren und Frauen
Kurzbeschreibung der Einrichtung	<p>Das Angebot der Beratungs- und Fachstelle richten sich an Mädchen ab 15 Jahren und Frauen, die Gewalt erlebt haben oder sie gegenwärtig erleben, sowie an private und professionelle Unterstützerinnen und Unterstützer.</p> <p>Beratungsschwerpunkte können u.a. Gewalt in Beziehungen, sexualisierte Gewalt, Stalking und Häusliche Gewalt.</p> <p>Wir beraten bei allen Formen von sexualisierter Gewalt, d.h. Vergewaltigung und versuchter Vergewaltigung, sexueller Gewalt nach K.O. Tropfen, bei sexuellem Missbrauch in der Kindheit, sexuellem Missbrauch in Abhängigkeitsverhältnissen, sexueller Belästigung im Alltag oder am Arbeitsplatz.</p> <p>- Begleitung in Strafverfahren/psychosoziale Prozessbegleitung</p>
Sprachkompetenz (bitte ankreuzen)	<input type="checkbox"/> Arabisch <input type="checkbox"/> Dari <input checked="" type="checkbox"/> Englisch <input type="checkbox"/> Französisch <input type="checkbox"/> Farsi <input type="checkbox"/> Tigrinya <input type="checkbox"/> andere Sprache.....
Spezialangebot für Flüchtlinge	Es kann kostenlos eine Dolmetscherin hinzugezogen werden
Sonstiges	Bundesweites Hilfetelefon bei Gewalt an Frauen 08000 116 016 <a href="http://www.hilfetelefon.de">www.hilfetelefon.de</a> kostenlos, 24 Stunden, Zuschaltung einer Dolmetscherin in vielen Sprachen!

## ELELE - Hand in Hand zurück ins Leben

Name der Einrichtung	Elele – Hand in Hand zurück ins Leben
Adresse	Karlstal 16
PLZ und Ort	24143 Kiel
Internetadresse	<a href="http://www.elele-kiel.de">www.elele-kiel.de</a>
Ansprechpartner/in	Birgül Karabulut
Telefonnummer	0431 / 983 79 398 0179 / 433 94 94
Email	<a href="mailto:info@elele-kiel.de">info@elele-kiel.de</a>
Zielgruppe	Erwachsene Menschen mit einer psychischen Erkrankung, insbesondere Migranten und Migrantinnen Ambulant betreutes Wohnen im eigenen Wohnraum, SGB XII
Kurzbeschreibung der Einrichtung	Individuelle, vom Hilfebedarf abhängige Angebote in den Bereichen: -Begleitung und Unterstützung im Alltag -Tagesstrukturierung und Freizeitgestaltung -Begleitung in Konflikt- und Krisensituationen -Begleitung zu Ärzten, Behörden usw. -Aufbau und/oder Erhalt sozialer Kontakte -Förderung von Selbsthilfepotenzial -Heranführung an Arbeit und Beschäftigung -Unterstützung bei der Einleitung einer kulturspezifisch und muttersprachlichen psychiatrisch/therapeutischen Behandlung -Vermittlung von weiterführenden Hilfen
Sprachkompetenz (bitte ankreuzen)	<input checked="" type="checkbox"/> Arabisch <input checked="" type="checkbox"/> Dari <input type="checkbox"/> Englisch <input type="checkbox"/> Französisch <input type="checkbox"/> Farsi <input type="checkbox"/> Tigrinya <input checked="" type="checkbox"/> andere Sprachen: Türkisch, Kurdisch, Aserbaidshanisch
Spezialangebot für Flüchtlinge	/
Sonstiges	/

## Elele – Hand in Hand zurück ins Leben (Sozialpädagogische Familienhilfe, SGB VIII)

Name der Einrichtung	Elele – Hand in Hand zurück ins Leben
Adresse	Karlstal 16
PLZ und Ort	24143 Kiel
Internetadresse	<a href="http://www.elele-kiel.de">www.elele-kiel.de</a>
Ansprechpartner/in	Birgül Karabulut
Telefonnummer	0431 / 983 79 398 0179 / 433 94 94
Email	<a href="mailto:info@elele-kiel.de">info@elele-kiel.de</a>
Zielgruppe	-Jugendliche und Familien, insbesondere Migranten und Migrantinnen Sozialpädagogische Familienhilfe, SGB VIII
Kurzbeschreibung der Einrichtung	Individuelle, vom Hilfebedarf abhängige Angebote in den Bereichen: -Begleitung und Unterstützung im Alltag -Tagesstrukturierung und Freizeitgestaltung -Begleitung in Konflikt- und Krisensituationen -Begleitung zu Ärzten, Behörden usw. -Aufbau und/oder Erhalt sozialer Kontakte -Förderung von Selbsthilfepotenzial -Heranführung an Arbeit und Beschäftigung -Unterstützung bei der Einleitung einer kulturspezifisch und muttersprachlichen psychiatrisch/therapeutischen Behandlung -Vermittlung von weiterführenden Hilfen
Sprachkompetenz (bitte ankreuzen)	<input checked="" type="checkbox"/> Arabisch <input checked="" type="checkbox"/> Dari <input type="checkbox"/> Englisch <input type="checkbox"/> Französisch <input type="checkbox"/> Farsi <input type="checkbox"/> Tigrinya <input checked="" type="checkbox"/> andere Sprachen: Türkisch, Kurdisch
Spezialangebot für Flüchtlinge	/
Sonstiges	/

## Kinderschutz-Zentrum Kiel

Name der Einrichtung	Kinderschutz-Zentrum Kiel „Traumapädagogik in Kindertagesstätten, in der Kindertagespflege und Familienzentren“ (TiK-SH)
Adresse	Sophienblatt 85
PLZ und Ort	24114 Kiel
Internetadresse	<a href="https://www.kinderschutz-zentrum-kiel.de/">https://www.kinderschutz-zentrum-kiel.de/</a> <a href="http://tik-sh.de/">http://tik-sh.de/</a>
Ansprechpartner/in mit Telefonnummer & Email	Lidija Baumann – Leitung Kinderschutz-Zentrum Kiel ☎ 0431-122 18-0 ✉ <a href="mailto:lidija.baumann@kinderschutz-zentrum-kiel.de">lidija.baumann@kinderschutz-zentrum-kiel.de</a>  Anne Wittern – Beraterteam Kinderschutz-Zentrum Kiel, TiK Kreis Plön ☎ 0431-122 18-0 ✉ <a href="mailto:anne.wittern@kinderschutz-zentrum-kiel.de">anne.wittern@kinderschutz-zentrum-kiel.de</a>  Sara Büttner – TiK Stadt Kiel und Kreis Plön ☎ 0431-122 18-15 ✉ <a href="mailto:tik@kinderschutz-zentrum-kiel.de">tik@kinderschutz-zentrum-kiel.de</a>
Zielgruppe	Pädagogische Fachkräfte von Kindertagesstätten, Kindertagespflege und Familienzentren in Kiel und dem Kreis Plön
Kurzbeschreibung der Einrichtung	Das Kinderschutz-Zentrum Kiel ist eine Krisen- und Fachberatungsstelle des Kinderschutzbundes OV Kiel. Wir bieten kostenlos und auf Wunsch auch anonym Hilfen für Kinder, Jugendliche und Eltern (oder andere Bezugspersonen) bei körperlicher, sexualisierter und häuslicher Gewalt sowie Kindesvernachlässigung an. Außerdem bieten wir Informationen, Fachberatungen (§8a, §8b, §4KKG), Fortbildungen und Fachtagungen für Fachkräfte an, die beruflich mit Kindern und Jugendlichen Kontakt haben.  Im Rahmen des TiK-Angebotes unterstützen wir die pädagogischen Fachkräfte in den Einrichtungen, sich im Umgang mit belastenden Kindern sicher zu fühlen und zum Wohl des Kindes sinnvoll zu handeln. Dafür bieten wir vor Ort und/oder in unseren Räumlichkeiten <i>Fachberatung, Fortbildung</i> und <i>Supervision</i> an. Die Angebote sind für die Einrichtungen und Fachkräfte aus Kiel und dem Kreis Plön kostenfrei.
Sprachkompetenz	<input checked="" type="checkbox"/> alle Sprachen unter Einbezug von Dolmetschern
Spezialangebot für Flüchtlinge	---
Sonstiges	---

## Kirchenkreis Plön-Segeberg - Klinik- und Notfallseelsorge in Preetz

Name der Einrichtung	Kirchenkreis Plön-Segeberg Klinik- und Notfallseelsorge
Adresse	Am Krankenhaus 5
PLZ und Ort	24211 Preetz
Internetadresse	<a href="http://www.kirche-ps.de">www.kirche-ps.de</a>
Ansprechpartner/in	Fanny Dethloff
Telefonnummer	04342 801 424
Email	<a href="mailto:f.dethloff@kirchenkreis-ploe-se.de">f.dethloff@kirchenkreis-ploe-se.de</a>
Zielgruppe	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aus- und Fortbildung Ehrenamtliche</li> <li>- Stressabbau/Krisenintervention</li> </ul>
Kurzbeschreibung der Einrichtung	Kirchenkreis Plön Segeberg (siehe o.a. Internetseite)
Sprachkompetenz (bitte ankreuzen)	<input type="checkbox"/> Arabisch <input type="checkbox"/> Dari <input checked="" type="checkbox"/> Englisch <input checked="" type="checkbox"/> Französisch <input type="checkbox"/> Farsi <input type="checkbox"/> Tigrinya <input type="checkbox"/> andere Sprache.....
Spezialangebot für Flüchtlinge	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Einzelberatung</li> <li>- Psychoedukation</li> <li>- Resilienz</li> </ul>
Sonstiges	TRE (Trauma and Stress Releasing Exercises) Traumaseelsorge, Stessbearbeitung und Traumaprävention

## NOKTA Sozialraumprojekt – Offene Anlaufstelle für Menschen mit Migrationshintergrund

Name der Einrichtung	NOKTA Sozialraumprojekt Offene Anlaufstelle für Menschen mit Migrationshintergrund Elele – Hand in Hand zurück ins Leben
Adresse	Karlstal 16
PLZ und Ort	24143 Kiel
Internetadresse	<a href="http://www.elele-kiel.de">www.elele-kiel.de</a>
Ansprechpartner/in	Nuray Demirbas
Telefonnummer	0431 / 983 79 398 0152 / 318 850 17
Email	<a href="mailto:info@elele-kiel.de">info@elele-kiel.de</a>
Zielgruppe	Erwachsene Migranten und Migrantinnen
Kurzbeschreibung der Einrichtung	Niedrigschwelliges Sozialraumprojekt  für <b>Frauen</b> dienstags 12-14 Uhr für <b>Männer</b> donnerstags: 12-4 Uhr -Offenes Gruppenangebot, wie z.B. Kochen/Backen, Gesellschaftsspiele -Flexibel variierbar -Begegnungs- und Beratungsstätte
Sprachkompetenz (bitte ankreuzen)	<input checked="" type="checkbox"/> Arabisch <input type="checkbox"/> Dari <input type="checkbox"/> Englisch <input type="checkbox"/> Französisch <input type="checkbox"/> Farsi <input type="checkbox"/> Tigrinya <input checked="" type="checkbox"/> andere Sprachen: Türkisch, Kurdisch, Aserbaidshanisch
Spezialangebot für Flüchtlinge	/
Sonstiges	/

## Psychosoziales Zentrum Schleswig-Holstein für traumatisierte Flüchtlinge

Name der Einrichtung	Psychosoziales Zentrum Schleswig-Holstein für traumatisierte Flüchtlinge Träger: Brücke Schleswig-Holstein gGmbH
Adresse	Rendsburger Landstraße 7
PLZ und Ort	24113 Kiel
Internetauftritt	<a href="http://www.bruecke-sh.de">www.bruecke-sh.de</a> (Psychosoziales Zentrum)
Ansprechpartner/in	Kirsten Beckmann, Amelie von Eye, Olga Pavlovych
Telefonnummer	0431 705594 – 91/92/93
Email	<a href="mailto:psz@bruecke-sh.de">psz@bruecke-sh.de</a>
Zielgruppe	Traumatisierte und/oder seelisch schwer belastete Geflüchtete in Schleswig-Holstein und deren Angehörige Institutionen, die mit Geflüchteten arbeiten
Kurzbeschreibung der Einrichtung	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Soziale Beratung und Psychosoziale Interventionen und Entlastungsgespräche; Psychoedukation</li> <li>- Kurzzeittherapie und psychosoziale Krisenintervention</li> <li>- Trauma- und kultursensible Gespräche mit Unterstützung durch Dolmetscher*innen bzw. Sprach- und Kulturmittler*innen</li> <li>- Bei Bedarf Vermittlung an weiterführende Dienste, Therapeut*innen oder Ärzte</li> <li>- Beratung und Schulung von Institutionen</li> </ul>
Sprachkompetenz (bitte ankreuzen)	x Arabisch x Dari x Englisch x Französisch x Farsi x Tigrinya x andere Sprache: albanisch, armenisch, russisch und bei Bedarf auch mehr Sprachen durch Dolmetscher*innenübersetzung möglich
Spezialangebot für Flüchtlinge	s.o. - Therapeutisches Gruppenangebot für Afghaninnen
Sonstiges	Aufgrund der Corona-Krise haben wir unsere Angebote auf telefonische Beratung bzw. Online-Formate umstellen müssen. Face-to-face Beratung und leibhaftige Gruppenarbeit finden z.Zt. nicht statt.

## Zentrum für integrative Psychiatrie ZiP gGmbH in Kiel

Name der Einrichtung	Zentrum für integrative Psychiatrie ZIP gGmbH Trauma-Ambulanz Flucht und Migration
Adresse	Niemannsweg 4
PLZ und Ort	24105 Kiel
Internetadresse	<a href="http://www.zip-kiel.de">www.zip-kiel.de</a>
Ansprechpartner/in	Stefanie Thielebein
Telefonnummer	0431 500 98077
Email	<a href="mailto:Stefanie.thielebein@uksh.de">Stefanie.thielebein@uksh.de</a>
Zielgruppe	Psychisch schwer erkrankte Geflüchtete
Kurzbeschreibung der Einrichtung	Siehe Internetseite <a href="http://www.zip-kiel.de">www.zip-kiel.de</a>
Sprachkompetenz (bitte ankreuzen)	<input type="checkbox"/> Arabisch <input type="checkbox"/> Dari <input type="checkbox"/> Englisch <input type="checkbox"/> Französisch <input type="checkbox"/> Farsi <input type="checkbox"/> Tigrinya <input type="checkbox"/> andere Sprache → Wir arbeiten mit Dolmetschern
Spezialangebot für Flüchtlinge	Psychiatrische und psychotherapeutische Versorgung von psychisch schwer erkrankten Geflüchteten
Sonstiges	

## **WEITERE ANGEBOTE IM UMKREIS**

### **Landesverein – Psychiatrisches Zentrum in Rickling Spezialambulanz und stationäre Behandlung von türkisch, arabisch und kurdisch sprechenden Migrant\*innen:**

Abteilung Migrationspsychiatrie und – psychologie  
Dr. Ali Ekber Kaya (Oberarzt)  
Facharzt für Psychiatrie, Neurologie und Allgemeinmedizin  
Telefon 04328 18-725

Dieses Angebot richtet sich an türkischsprachige Menschen, die an einer psychischen Erkrankung leiden und Hilfe bei der Bewältigung benötigen. Diese ist - abhängig von der Erkrankung - im Rahmen einer ambulanten oder stationären Behandlung möglich.

<http://www.landesverein.de/de/265/spezialambulanzen.html>

### **Diakonie Neumünster Psychosoziale Anlaufstelle für Geflüchtete in Neumünster**

Am Alten Kirchhof 12  
24534 Neumünster  
Tel.: +49 (0) 4321 – 24488  
Fax: +49 (0) 4321 – 24219  
E-Mail: [bzm@diakonie-altholstein.de](mailto:bzm@diakonie-altholstein.de)  
Website: <https://www.diakonie-altholstein.de/de/Beratungszentrum-Mittelholstein>

## **Männerberatungsstellen**

### **Männerberatung SH**

<https://www.maennerberatung-sh.de/>

Beratung für Männer, die sexuelle und häusliche Gewalt erlebt haben

### **Männerberatungsnetz**

<https://maennerberatungsnetz.de/>

- hilft bei der Suche nach Beratung und Unterstützung für Jungen, Männer und Väter.
- bündelt Beratungsangebote für Männer bei Fragen von A bis Z: Arbeit, Armut, Bildung, Erziehung, Familie, Gesundheit, Gewalt, Haft & Gefängnis, Homosexualität, Krise, Partnerschaft, Pflege, Obdachlosigkeit, Sexualität, Trennung & Scheidung, Vaterschaft, Vereinbarkeit, Zufriedenheit

## II. INTERNETSEITEN UND ONLINE-ANGEBOTE

### **Refugee Trauma Help für traumatisierte Flüchtlinge sowie Unterstützung für Helfende**

<https://www.refugee-trauma.help/>

Die bereitgestellten Materialien können möglicherweise helfen, seelische Reaktionen auf schwere Belastungen besser zu verstehen. Sie geben praktische Soforthilfe und können helfen, die Wartezeit auf eine vielleicht notwendige professionelle Therapie zu überbrücken.

#### **Text- und Audio-Übungen zum kostenlosen Download**

- [Ushtrime per persona te traumatizuar \(Albanisch\)](#)
- [Übungen für traumatisierte Menschen \(Arabic\)](#)
- [Übungen für traumatisierte Menschen \(Serbokroatisch-Bosnisch\)](#)
- [Übungen für traumatisierte Menschen \(Deutsch\)](#)
- [Übungen für traumatisierte Menschen \(Englisch\)](#)
- [Übungen für traumatisierte Menschen \(Farsi\)](#)
- [Übungen für traumatisierte Menschen \(Französisch\)](#)
- [Übungen für traumatisierte Menschen \(Kurdisch-Kurmanci\)](#)
- [Übungen für traumatisierte Menschen \(Kurdisch-Sorani\)](#)
- [Übungen für traumatisierte Menschen \(Russisch\)](#)
- [Übungen für traumatisierte Menschen \(Tamil\)](#)
- [Übungen für traumatisierte Menschen \(Türkisch\)](#)

### **Bundesweite Arbeitsgemeinschaft der Psychosozialen Zentren für Flüchtlinge und Folteropfer e.V. (Baff)**

Paulsenstr. 55-56  
12163 Berlin  
Telefon: 030 31012463  
info@baff-zentren.org  
<http://www.baff-zentren.org/>

### **Deutsche Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde**

<https://www.dgppn.de/schwerpunkte/flucht-und-migration.html>

### **Zanzu - Informationen zu sexueller und reproduktiver Gesundheit**

[www.zanzu.de](http://www.zanzu.de)

Zanzu stellt in 13 Sprachen einfach und anschaulich **Informationen zu sexueller und reproduktiver Gesundheit** zur Verfügung und erleichtert so die Kommunikation über diese Themen, z. B. im Rahmen einer Beratung. Somit erhalten insbesondere diejenigen, die noch nicht lange in Deutschland leben, einen diskreten und direkten Zugang zu Wissen in den Bereichen [Körperwissen](#), [Familienplanung und Schwangerschaft](#), [Verhütung](#), [Beziehungen und Gefühle](#), [HIV/STI](#), [Sexualität](#) sowie Informationen zu themenverwandten [Rechten und Gesetzen](#) in Deutschland.

## Seelefon (deutsch, englisch, französisch, arabisch)

<https://psychiatrietogo.files.wordpress.com/2016/11/seelefon-flyer-3.pdf>

Bundesweites telefonisches und elektronisches Selbsthilfeangebot zur Unterstützung psychisch erkrankter Menschen sowie deren Angehörigen

Gefördert durch BKK Dachverband Landesverband NORDWEST

Telefonnummer: 0228 / 71002425

Erreichbarkeit : Montags, dienstags, mittwochs: 10 bis 12 Uhr sowie 14 bis 15 Uhr

## Muslimische Telefonseelsorge

<http://www.mutes.de/home.html>

Zitat von der Internetseite:

„+++ 24 Stunden täglich & dienstags auch auf Türkisch +++

### Herzlich Willkommen und As-Salamu'alaikum

◆ Sie haben ein seelisches Problem z.B. aus Angst, Leid, Trauer, Gewalterfahrung oder anderen Sorgen?

◆ Sie haben aber niemanden, der Ihnen zuhört und keinen, dem Sie sich anvertrauen wollen oder können?

Das **Muslimische SeelsorgeTelefon** (MuTeS) hört sich verständnisvoll Ihr Problem an und unterstützt Sie bei der Suche nach einem individuellen Ausweg. Sie bleiben dabei völlig anonym und Ihr Problem bleibt vertraulich.

Bei **MuTeS** arbeiten qualifizierte Muslime ehrenamtlich zu Ihren Diensten.

Wir verstehen Sie und sind rund um die Uhr für Sie da!“

[http://www.deutschlandradiokultur.de/psychologische-angebote-im-web-seelenklempner-internet.976.de.html?dram:article\\_id=317252](http://www.deutschlandradiokultur.de/psychologische-angebote-im-web-seelenklempner-internet.976.de.html?dram:article_id=317252)

## Ilajnafsy:

### Web-basierte Trauma- und Depressionstherapie in arabischer Sprache

„Seit 2008 können über das Programm „Ilajnafsy“ Menschen aus dem arabischen Sprachraum, die an Depressionen und Traumafolgestörungen leiden, über das Internet psychologische Unterstützung in Anspruch nehmen. Der gesamte therapeutische Kontakt findet dabei über ein programmeigenes, datengeschütztes Webportal statt. Auf diese Weise können die web-basierten Therapien in verschiedenen Krisen- und Nachkriegsgebieten eine erste psychologische Unterstützung bieten.“

<http://ilajnafsy.bzfo.de/portal/de/>

Flyer download: [http://ilajnafsy.bzfo.de/portal/wp-content/uploads/Ilajnafsy-Flyer\\_NEU\\_08022017.pdf](http://ilajnafsy.bzfo.de/portal/wp-content/uploads/Ilajnafsy-Flyer_NEU_08022017.pdf)

## Online Programm für arabischsprachige Patienten mit leichten Depressionen:

<http://www.suchthilfe-portal.de/aktuelles/aktuelles-details/datum/2019/02/07/depression-bei-migranten-online-programm-speziell-fuer-arabischsprachige-patienten-in-deutschland-1.html>

Das Online-Selbsthilfe-Programm FightDepression für Patienten mit leichteren Depressionsformen ist nun auch in arabischer Sprache verfügbar. Das Programm hilft den Betroffenen, ihre Erkrankung besser zu verstehen und zeigt Übungen für den Alltag. Die arabische Version richtet sich insbesondere an Migranten in Deutschland und soll helfen, Sprachbarrieren und Versorgungsgpässe zu überbrücken.

## Max-Planck-Institut für Psychiatrie

Filme in 13 Sprachen

### Zitat: „RefPsych - unsere Filme für Flüchtlinge und Helfer

Eine 2015 durchgeführte Studie an syrischen Flüchtlingen in der Türkei zeigt, dass zwei Drittel von ihnen Tod, Folter oder Entführung eines engen Freundes oder Familienmitgliedes beobachtet oder selbst erlebt haben ([Alpak et al., 2015](#)). Die Häufigkeit von Stressfolgeerkrankungen ist deshalb alarmierend hoch ([Heeren, Mueller et al., 2012](#)). 20 bis 30 Prozent der Flüchtlinge leiden unter einer schweren Depression oder einer ausgeprägten Posttraumatischen Belastungsstörung und brauchen eine Behandlung ([Steel, Chey et al., 2009](#)).

Die psychiatrische Versorgung der Flüchtlinge in Deutschland muss optimiert werden. Dazu möchte das Max-Planck-Institut für Psychiatrie seinen Teil beitragen.

**Unser Film "Flucht und Trauma" für Geflüchtete und Helfer klärt über mögliche körperliche und psychische Symptome nach Flucht und Migration auf - zur Entlastung und als Aufforderung, sich Hilfe zu holen: <https://www.psych.mpg.de/refpsych>.**

## Videos zu Corona für Geflüchtete - was hilft gegen Stress, Angst und Langeweile in vier Sprachen

Auf den Seiten von **Refugio München** [www.refugio-muenchen.de](http://www.refugio-muenchen.de) sowie unter:

<https://www.youtube.com/channel/UCYzwRsZxdU11tRbrvGRGcsA> sind mehrsprachige Unterstützungen für Geflüchtete eingestellt.

### Dazu der nachstehende Begleittext von Refugio München:

„Corona, Ausgangsbeschränkungen, Einschränkungen im Alltag - gerade für Geflüchtete und vor allem, wenn sie noch in Sammelunterkünften leben, ist das Stress pur. Die Situation löst Ängste und Hilflosigkeit aus. Wie können gerade Menschen in engen Unterkünften sich selbst helfen? Wie können Eltern mit Fluchthintergrund ihren Kindern helfen?

Wir haben Videos auf Deutsch, Englisch, Französisch, Arabisch und Dari erstellt und erklären darin, wie sich die aktuelle Situation auf geflüchtete Menschen auswirken kann und welche Probleme sich daraus ergeben können. Es werden Ratschläge gegeben, wie man mit diesen Belastungen umgehen kann.

Die Ausgangsbeschränkungen und allgemeinen Einschränkungen im Alltag belasten gerade auch Familien mit Kindern: Langeweile, Frust, die Schule, Kindergarten und Freunde fehlen. Wir erklären was Eltern in der Corona-bedingten schwierigen Situation tun können.“

### **III. SUCHT IM KONTEXT MIGRATION**

#### **90. Gesundheitsministerkonferenz beschließt Suchthilfe und – prävention bei geflüchteten Menschen**

<https://www.gmkonline.de/Beschluesse.html?id=542&jahr=2017>

Zitat:

„TOP: 5.1 Suchthilfe und -prävention bei geflüchteten Menschen

*Die Ministerinnen und Minister, Senatorinnen und Senatoren für Gesundheit der Länder fassen folgenden einstimmigen Beschluss:*

1. Die Ministerinnen und Minister, Senatorinnen und Senatoren für Gesundheit der Länder sprechen sich dafür aus, dass auch bei geflüchteten Menschen Suchtprävention zu leisten ist.

2. In der Suchtprävention und Suchthilfe müssen für die Zielgruppe der geflüchteten Menschen unter Berücksichtigung von kulturellem Hintergrund, Alter und Geschlecht

- geeignete und lebensweltorientierte Maßnahmen der Suchtprävention,
- bedarfsgerechte Beratungsangebote und
- erforderlichenfalls passgenaue Maßnahmen der Suchthilfe

geschaffen bzw. weiterentwickelt werden. Ziel muss es sein, dies im bestehenden System zu leisten, ohne Sonderstrukturen zu schaffen.

Zur Unterstützung dieses Vorhabens

a) bitten die Ministerinnen und Minister, Senatorinnen und Senatoren für Gesundheit der Länder das Bundesministerium für Gesundheit

aa) über die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) unter Nutzung der Möglichkeiten der neuen Medien geeignete Suchtpräventions- und Informationsmaterialien in verschiedenen Sprachen zu entwickeln, diese den in der Sucht- und Migrationsarbeit tätigen Fachkräften zur Verfügung zu stellen und dabei abzuklären, welche konkreten Bedarfe hierbei bestehen,

bb) mittels geeigneter Studien auf eine Verbesserung der Datenlage über Suchterkrankungen geflüchteter Menschen hinzuwirken,

cc) über das Bundesministerium des Innern darauf hinzuwirken, dass geflüchtete Menschen im Rahmen von Integrations- und Orientierungskursen bedarfsgerecht über das Suchthilfesystem informiert und ihnen Informationen zu Suchtrisiken zugänglich gemacht werden (z. B. Informationen der BZgA und der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen).

b) sind alle Ebenen (Bund, Länder und Kommunen) gefordert, im Rahmen einer sektorenübergreifenden Strategie Konzepte zu entwickeln, die Sucht- und Migrationsarbeit miteinander verzahnen. Eine Maßnahme zur Vernetzung kann auf regionaler und kommunaler Ebene beispielsweise die Einrichtung niedrigschwelliger und kultursensibler Lotsendienste sein. Diese können, wenn sie bereits in den Aufnahmeeinrichtungen für Flüchtlinge (u. a. zentrale Unterbringungseinrichtungen des Landes, kommunale Aufnahmeeinrichtungen, spezielle Einrichtungen wie z. B. für unbegleitete minderjährige Flüchtlinge) ansetzen, einen ersten wichtigen Beitrag zur Suchtvorbeugung und Vermittlung in Suchthilfestrukturen leisten.

c) ist es notwendig, den in der Suchthilfe und Suchtprävention tätigen Fachkräften interkulturelle Kompetenzen etwa durch geeignete Schulungsmaßnahmen zu vermitteln und den in den Aufnahmeeinrichtungen beschäftigten Personen Kenntnisse über das System der Suchtprävention und -hilfe zu vermitteln.

d) haben Sprach- und Kulturmittlung eine große Bedeutung.

Die Ministerinnen und Minister, Senatorinnen und Senatoren für Gesundheit der Länder greifen unter besonderer Berücksichtigung der Buchstaben b) – d) das Thema geflüchtete Menschen und Sucht in den jeweiligen Gremien auf Landesebene aktiv auf und wirken darauf hin, dass dies auch in regionalen und kommunalen Vernetzungsstrukturen der Suchthilfe und -prävention erfolgt. Dabei ist insbesondere auch die Zusammenarbeit der Suchthilfe mit dem psychiatrischen Hilfesystem wichtig.“

## 1. Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung:

<https://www.bzga.de/infomaterialien/einzelpublikationen/?idx=2034>



Wenn Sie den Infodienst **Migration, Flucht und Gesundheit** abonnieren (<https://www.infodienst.bzga.de/>), bekommen Sie einmal im Quartal ein gelbes Heft mit vielen Hinweisen (Literatur, Veranstaltungen, Websites) rund um das Thema zugeschickt.

## 2. Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V.

<http://www.dhs.de/> diverse Materialien in mehreren Fremdsprachen

<http://www.dhs.de/start/startmeldung-single/article/informationen-zu-alkohol-und-anderen-drogen-beratung-und-hilfe-zwei-neue-broschueren-fuer-gefluecht.html>

<http://www.dhs.de/informationsmaterial/factsheets.html>

## 3. Mehrsprachige Filme zur Suchtprävention

[https://www.youtube.com/watch?v=8bzXiWCysl8&list=PLoT-ns\\_x5A63ux9QYqolty6y3sd2OujBv](https://www.youtube.com/watch?v=8bzXiWCysl8&list=PLoT-ns_x5A63ux9QYqolty6y3sd2OujBv)

### Almhar <http://almhar.org/> - niedrigschwelliges Selbsthilfeangebot für psychisch belastete Flüchtlinge

Psychisch belastete Flüchtlinge erhalten mit der App Almhar ein niedrigschwelliges Selbsthilfeangebot. Durch Psychoedukation sollen die Geflüchteten in der Bewältigung emotionaler Probleme unterstützt werden.

Hierfür liefert die App Informationen zu insgesamt zwölf Problembereichen wie körperlicher Schmerz, Angst, Depression oder Trauer. Zusätzlich werden leichte Übungen vorgeschlagen, die für eine rasche Entlastung auch ohne Zugang zu einem professionellen Therapeuten sorgen sollen. Die Hinweise werden nicht nur textlich, sondern auch als Audiodateien dargeboten, beispielsweise mit Anleitungen zur Progressiven Muskelrelaxation oder Atemübungen. Ein Fragebogen zu Beginn erfasst zudem das Ausmaß der Belastung – dieser kann alle zwei Wochen neu ausgefüllt werden und ermöglicht den Nutzern so, Veränderungen in ihrem Befinden nachzuverfolgen. Die Ergebnisse des Fragebogens sind innerhalb der App jederzeit einsehbar.



## IV. ARBEITSHILFEN

### Bebilderte Verständigungshilfen

Der Verein „Bild und Sprache e.V.“ hat sich die bildgestützte Sprachförderung und Verbesserung der Kommunikation mit Menschen mit Verständigungsproblemen zum Ziel gesetzt. **Bebilderte Verständigungshilfen** im gesundheitlichen Bereich – vom Anamnesebogen bis zur Zahnpflege – auch für die Bereiche Kita, Schule **stehen zum kostenlosen Download bereit.**

<http://www.medi-bild.de/hauptseiten/Materialien.html>

### Ratgeber der Bundespsychotherapeutenkammer

Ratgeber für Flüchtlingshelfer „**Wie kann ich traumatisierten Flüchtlingen helfen**“ und für Flüchtlingseltern „**Wie helfe ich meinem traumatisierten Kind**“ auf Arabisch, Englisch und Deutsch.



#### BPTK-Ratgeber für Flüchtlingseltern

Der BPTK-Ratgeber „Wie helfe ich meinem traumatisierten Kind?“ wendet sich an Eltern von Flüchtlingskindern, die wissen möchten, wie sie ihrem Kind helfen können, wenn es Schreckliches erlebt hat. Der Ratgeber enthält Informationen darüber, wie sich traumatisierte Kinder je nach Alter verhalten und zeigt an vielen konkreten Situationen, wie Eltern richtig reagieren können.

#### Fremdsprachliche Übersetzung

Die BPTK hat ihren „Ratgeber für Flüchtlingseltern“ auch ins Arabische, Englische, Persische und Kurdische übersetzen lassen.

BPTK-Ratgeber für Flüchtlingseltern hier downloaden

Download „A Guide for Refugee Parents“ here

تنزيل الكتيب الاستشاري باللغة العربية للأمهات والآباء من النازحين «كيف يمكنني مساعدة طفلي المصاب بصدمة؟»

دانلود: توصیه و راهنمایی برای والدین پناهنده

Daxistin: Rêbera ji bo dê û bavên penaberan



#### BPTK-Ratgeber für Flüchtlingshelfer

Der BPTK-Ratgeber „Wie kann ich traumatisierten Flüchtlingen helfen“ richtet sich an haupt- und ehrenamtliche Helfer, die wissen möchten, wie sich traumatische Erkrankungen bemerkbar machen und wie sie mit geflüchteten Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen umgehen können, die Schreckliches erlebt haben.

BPTK-Ratgeber für Flüchtlingshelfer hier downloaden

Die Ratgeber können auf der Homepage der BPTK heruntergeladen sowie bei der BPTK in gedruckter Form bestellt werden: <https://www.bptk.de/publikationen/patientenratgeber/>

## V. WEITERBILDUNG UND FACHINFORMATIONEN

Suchmaschinen zu **Weiterbildungsmöglichkeiten:**

[www.sh.kursportal.info](http://www.sh.kursportal.info) Suche nach: „Trauma“ „Flüchtlingsarbeit“  
<http://kursnet-finden.arbeitsagentur.de/kurs/>

**Beratung zu Weiterbildung und Fördermöglichkeiten:** <https://weiterbilden-sh.de/beratung/standorte-kontakte/>

**TRE** <http://www.tre-deutschland.de/s04.php> /Tension and Trauma Releasing Exercises

**BIFF (Beratung Information für Frauen Lübeck e.V.)**

- Einführung in die traumasensible Gesprächsführung von und mit belasteten Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen
- KiTa Weiterbildungsprogramm in Kooperation mit VHS [www.vhs-kitaforum.de](http://www.vhs-kitaforum.de)

**Fachinfos über Traumatisierung, Dokumentation von Fachtagungen:**  
<https://www.wendepunkt-ev.de/downloads.html>

## VI. LITERATURHINWEISE

### **Beratung nach Flucht und Migration**

Autoren: Serfiraz Demir, Ricarda Mewes / Hanna Reich (Hrsg.)  
Ein Handbuch zur psychologischen Erstbetreuung von Geflüchteten  
WeltTrends, Potsdam 2015  
ISBN 978-3-945878-12-5  
139 Seiten / 15,90 €

### **Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung BZgA**

Infodienst „Migration, Flüchtlinge und Gesundheit“ kann angefordert werden unter  
[www.infodienst.bzga.de](http://www.infodienst.bzga.de) (erscheint vierteljährlich)

### **Von Loeper Literaturverlag**

„**Materialien zur Traumaarbeit mit Flüchtlingen**“ (Ordner mit 7 Heften)  
ISBN 3-86059-420-6

<http://www.ariadne.de/engagiert/folter-und-traumatisierung/7833/materialien-zur-trauma-arbeit-mit-fluechtligen-n/000-420/>

**Ergänzungen und Hinweise richten Sie bitte an: [Jutta.Ziegler@kreis-ploen.de](mailto:Jutta.Ziegler@kreis-ploen.de)**

**Gerne organisieren wir bedarfsorientiert auch im Kreis Plön Fortbildungsveranstaltungen im Rahmen des Netzwerks „Flucht und Trauma“.**