



Fizkes/shutterstock.com

## Telefonprechstunde für vertrauliche psychosoziale Beratung

Zentrum ÜBERLEBEN und XENION bieten eine unabhängige psychosoziale Beratung für Geflüchtete an, die von Quarantäne betroffen sind oder durch die veränderten Lebensbedingungen im Zusammenhang mit Corona (COVID-19) besonders belastet sind. Jede\*r reagiert unterschiedlich auf diese Situation. Mögliche Reaktionen können sein:

- Einsamkeitsgefühle
- Ängste
- Grübeln
- sich hilflos und ausgeliefert fühlen
- Stress und Anspannung
- unkontrollierbares Wiedererleben belastender Erinnerungen
- Unsicherheit bzgl. Asylverfahren und vieles mehr...

**Wir möchten Sie darin unterstützen Lösungen zu finden und besser mit der schwierigen Situation umgehen zu können.**

**Wir unterliegen der Schweigepflicht und behandeln alle Anrufe vertraulich.**

**Rufen Sie unsere Hotline (auf englisch, deutsch oder französisch) an:**

**Montag bis Donnerstag 10:00-12:00 Uhr unter 030 - 880667322 (XENION) oder  
Montags 13:30-15:00 Uhr und Dienstag bis Freitag 11:00-12:30 Uhr unter 0176 -  
214 808 74 (Zentrum ÜBERLEBEN)**

**Wir vereinbaren dann einen Termin per Telefon oder Videoanruf mit Sprachmittlung mit weiteren Sprachen mit Ihnen.**