



انځور: رنگ بکس

آیا ته د خوب اختلال لري؟

آیا ته ښه تمرکز نشی کولی؟

آیا تا بدې تجربې درلودلې دي؟

ګرانه ځوانه،

موږ غواړو پوهه شو چې ته څنګه یې او څنګه احساس کوي! موږ د ساینس پوهانو او تراپیستانو (درملنه کونکو) یوه ډله یو او اوسمهال یوه نوې پروژه پرمخ وړو: **"BETTER CARE"**.

ډیری ځوانان چې په آلمان کې پناه غواړي خورا ناوړه تجربې یې درلودلې دي. د همدغو بدو تجربو له امله هغوی وروسته ویره لري یا ښه خوب نشي کولی او سم ویده کیدی نشي.

"BETTER CARE" غوره پاملرنه باید دې ټولو ستونزو کې مرسته وکړي. په "BETTER CARE" کې څه شامل دي؟

(1) **یوه سروی** – دلته پدې سروی کې موږ غواړو د هغه تجربو په اړه یوڅه پوهه شو چې تاسې په خپل ژوند کې درلودلې او غواړو واورو چې اوس د دغه تجربو سره څنګه یې.

(2) **"Mein Weg" یا رواني درملنه** – "Mein Weg" ستاسې د ټولنې ډله کې منظم ډله ییز لیدنه او کتنه ده، چې پدې کې هر هغه څوک چې تاسې غواړئ ګډون کولی شي. دلته تاسې کولی شئ په خپلو ستونزو د ښه برلاسي کیدو چارو باندې پوهه شئ. موږ همدارنګه هغه ځوانانو ته رواني درملنه سپارښتنه کوو چې د خپلو تجربو له امله د ډیر لوی کړاو سره مخ دي. دا ستاسې موقعیت ته څیرمه د یوه مسلکي رواني درملنه کونکي سره اونیزه لیدنه ده.

موږ موندلې دي چې دا ډول سپارښتنې کولی شي په ستونزو او شکایتونو برلاسي کیدو او ښه احساس پیدا کیدو کې مرسته وکړي. د ګډون لپاره له تاسې نه د "مننې" په توګه د سروی لپاره تاسې د 30 یورو ووچر هم ترلاسه کوئ.

که تاسې په "BETTER CARE" کې ګډون ته لېواله یې او غواړئ چې نور معلومات لاسته راوړئ نو مهرباني وکړئ خپل سوپروایزر سره اړیکه ونیسئ یا دا د QR کوډ سکین کړئ.

موږ ژر شخصاً ستاسې پیژندو ته سترګې په لار یو!

ستاسې ټیم

