

## PËR ÇKA ?

- Jeta larg vendlindjes nuk është gjithmonë e lehtë.
- Ndryshimet që i sjell migrimi dhe rrethina e re mund të shkaktojnë stres ( neveritje).
- Ndjenja e mirëqenjes në vendlindje si dhe këtu është e mundur, por kjo nuk ndodh vetvetiu.

*Ballë sfidave të tilla është normale që të hasni në vështirësi. Nga kjo mund të rrjedhin:*

- probleme komunikimi, ndjenja që jeni i pa kuptuar ...
- ankth, pikëllim, një ndjenjë e vetmisë ...
- vështirësi shoqërore , profesionale, shkollore, familiare, bashkëshortore...

**Një shoqërim psikologjik mund të jetë i dobishëm para shëndrimit të vështirësive në dhembje**

*Pluriels* është për këtë

## PËR KEND ?

Të gjithë personat, burra e gra, të rritur ose fëmijë, për të cilët kultura e prejardhjes apo ajo e identifikimit nuk është e njëjtë me kulturën zvicërene dhe ndjenjë nevojën për një ndihmë psikologjike.

**Banorët e huaj**

**Studentët e huaj**

**Refugjatë me status të vendosur**

**Azil kërkues**

**Qiftet me dy kultura**

**Zvicëranët që kthehen në vendlindje**

**Nënpunës ndërkombëtar**

**Punëtorë të huaj**

**Multinacional**

*Pluriels* është këtu për ju

## SI ?

Duke ju propozuar :

**Një vend ndëgjimi  
një vend këshille psikologjike  
një vend të përkrahjes dhe të shoqërimit  
psikologjikë**

*Psikologët  
ju pranonjë me takime*

**për takime të caktuara ose të regullta,  
individuale, në familje, në qifte.**

*Psikologu është këtu që t'ju ndihmoj që të kuptoni më mire dhe t'iu qasni vështirësive të cilat paraqiten aktualisht në jetën tuaj, por me vet burrimet e juaja personale dhe kulturore.*

Ne punojmë në shumë gjuhë e edhe thrasim përkthyes në rast nevojë.

*Pluriels-in e gjeni në: tél. 022 328 68 20*

Disa fjalë prrezentimi

# Pluriels

*Pluriels* është një shoqatë pa qëllime fituese (përfituese) themeluar në korrik 1995. Ai (Pluriels) ka hapur poashtu një antenë në Meyrin në vitin 1999.

*Pluriels* bashkon persona që kanë një qëllim personal apo profesional, për ndryshimet kulturore dhe përkatësitë.

*Pluriels* ka për qëllim që të :

- propozoj një shërbim konsultimesh ethnopsikologike personave të cilët kultura e origjinës apo referimi nuk janë nga Gjeneva (përshkrimi në mbrendi të kësaj fletushke ).
- Favorizojë shkëmbimin e njohurive mes profesionistëve dhe institucioneve të cilat punojnë me popuj të kulturave të ndryshme.
- favorizojnë takimet interkulturore mes shoqërisë zvicërane dhe gjenevase si dhe bashkësive të të huajve të ndryshme të cilat jetojnë në Gjenevë.
- Favorizojnë çdo përpjekje në rforcimin e respektit dhe drejtave të njeriut.

***Pluriels* është i hapur për të gjithë personat që dëshirojnë ta mbështesin veprimet e saj**

Ne propozojmë  
mes tjerash :

- Intervenime në formë të terapive të shkurta në një situatë të krizës si ndarja, ndryshime të poosaqme , depresion, pikllim, sindrome i « mëdyshjes kulturore, për viktimat e diskriminimit apo racizmit, mobbing, etj.
- Intervenime terapeutike pranë viktimave direkte apo indirekte të dhunës së organizuar sipas ligjit të zvicran për ndihmë viktimave (LAVI).
- Interventime psikosociale : inkuadrimi, mbikqyrje dhe formim pranë ekipeve dhe institucioneve të ndryshme të cilat punojnë në lidhje me migrimin.

Nëse dëshironi të keni më tepër informata në lidhje me aktivitetet tona , mos nguroni !

**Telefoni kujdestar :**

prej të hënës deri të premten nga ora 9.30 deri në ora 12.

**konsultimet:** me takime të caktuara në qendër apo Meyrin

**Tarifat :** sipas të ardhurave financiare të vetë personave .

Shpagimi i harxhimeve nga sigurimi plotësues.

Nëse dëshironi ti bashkangjiteni shoqatës sonë si anëtar për përkrahje *Pluriels*, mund të paguani antarsin individuale (Fr. 50.-) apo institucionale (Fr. 80.-) në **CCP 12-15583-5**.

# Pluriels

CENTRE DE CONSULTATIONS ET D'ETUDES ETHNOPSICHOLOGIQUES  
POUR MIGRANTS

**QENDRA PËR KONSULTIME  
DHE STUDIME  
ETHNOPSIKOLOGIKE  
PËR MIGRUES**

Version albanaise



**Në qendër të qytetit :**

15, rue des Voisins (3ème étage)  
Case postale 20 - 1211 Genève 4  
Tél./fax 022 328.68.20

**Në Meyrin :**

Gilbert-Centre  
2bis, av. de la Prulay - 1217 Meyrin  
Tél./fax 022 328.68.20

C.C.P. 12-15583-5  
e-mail: [pluriels@pluriels.ch](mailto:pluriels@pluriels.ch)  
[www.pluriels.ch](http://www.pluriels.ch)