

Зачем?

- всегда непросто быть вдали от своего дома;
- перемены, связанные с переселением, привыканием к новой обстановке могут вызывать стресс;
- обрести себя здесь, не теряя принадлежности к своей культуре, возможно, но это не всегда происходит само по себе.

Находясь в такой ситуации, Вам, скорее всего, придется испытывать сложности психологического характера:

- ощущение, что вас не понимают
- чувство тоски, тревоги, одиночества
- проблемы могут возникнуть в быту, на работе, в учебе, в отношении между супругами и в семье в целом.

Своевременная психологическая помощь может помочь преодолеть эти трудности, не превратить их в страдания

Для этого существует *Pluriels*

Для кого?

Для всех: мужчин и женщин, взрослых и детей, одиноких и семейных, – всех тех, для кого швейцарская культурная среда не является родной или естественной, и кто ощущает необходимость в психологической поддержке.

Проживающие здесь иностранцы

Иностранные студенты

Беженцы, имеющие статус беженца

Беженцы, не имеющие статуса

Би-национальные супружеские пары

Швейцарцы, вернувшиеся на родину

Сотрудники международных организаций

Иностранные рабочие

Представители всех национальностей

Pluriels существует для Вас

Каким образом?

Здесь:

**Вас выслушают
Психолог даст Вам совет
Вы найдете поддержку**

Психологи принимают по записи

**Вы можете прийти на прием
индивидуально,
вдвоем или всей семьей;**

**Это может быть одноразовая
консультация
или психологическая поддержка
в течение длительного периода**

Психолог, имеющий опыт работы с различными этническими группами, зная Ваше происхождение, поможет Вам понять и преодолеть сложности, которые возникли в Вашей жизни.

Наши психологи говорят на многих языках, мы также пользуемся услугами переводчиков, если в этом есть необходимость.

Pluriels Вы можете позвонить по телефону:
022 328 68 20

Несколько слов о нашем центре

Pluriels

Pluriels некоммерческая организация, основанная в июле 1995 года в Женеве, в 1999 году мы открыли филиал в Меране.

Pluriels объединяет специалистов в области медицины, которые имеют опыт работы с различными этническими группами, и интерес к культурному разнообразию различных народов.

Цели *Pluriels* :

- Оказывать психологическую помощь всем нуждающимся, основываясь на их культурном происхождении (смотрите внутри брошюры);
- Способствовать обмену информацией между специалистами, а также между организациями, имеющими дело с представителями различных культур;
- Способствовать культурному обмену между швейцарскими ассоциациями кантона Женевы и различными иностранными группами и объединениями, проживающими в этом кантоне;
- Всячески содействовать росту уважения прав человека.

Центр *Pluriels* открыт для всех, кто готов оказать помощь в его деятельности

Кроме того, мы предлагаем:

- Краткосрочную терапию в случаях: тяжелой утраты, разлуки, депрессии, сложных жизненных ситуаций, потрясений; а также жертвам проявления расизма, домогательств на работе, моббинга;
- Направленную терапию для жертв организованного насилия (в соответствии со швейцарским законом о помощи жертвам насилия LAVI);
- Практические занятия по психо-социологии общения и работы с переселенцами для сотрудников любых ассоциаций и предприятий.

Если Вы желаете получить дополнительную информацию о нашей деятельности и стоимости услуг, пожалуйста, обращайтесь:

Постоянная телефонная служба:

С понедельника по пятницу с 9:30 до 12 часов

Консультации: по записи в центре города или Меране

Стоимость наших услуг зависит от финансовых возможностей клиента.

(она возмещается Швейцарскими медицинскими страховыми агентствами по разделу «дополнительное страхование»).

Если Вы желаете присоединиться к нашей ассоциации и стать членом группы поддержки *Pluriels*, Вы можете внести индивидуальный вклад в размере 50 шв. франков, а если Вы представляете организацию, то 80 шв. франков на счет:
ССР 12-15583-5

Pluriels

CENTRE DE CONSULTATIONS ET D'ETUDES ETHNOPSICHOLOGIQUES
POUR MIGRANTS

Центр психологической помощи для переселенцев различных этнических групп

Version russe



Центр города:

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

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
www.pluriels.ch