



Bundesverband e.V.

پیشنهادهایی برای درمان پدر و کودک و معالجه مراقبان برای مراقبان وجود دارد - لطفا در این مورد سؤال کنید.

خدمات مهاجرت MBE با کمک فدرال در برقراری ارتباط با یک مرکز مشاوره درمانی شما را پشتیبانی می کند.



Gefördert durch:
Bundesministerium des Innern, für Bau und Heimat
aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages

ملاحظات

AWO Bundesverband e.V.
Blücherstraße 62-63
Berlin 10961
Tel.: 030-26309-0
info@awo.org
www.awo.org

● مراکز مشاوره درمانی

- به شما کمک می کند تا برای درمان اقدام کنید
- شما را در انتخاب کلینیک درمانی مناسب پشتیبانی می کند
- و شما را برای درمان آماده می کند.
- در اینجا می توانید مراکز مشاوره درمانی را در نزدیکی خود پیدا کنید:
- www.muettergenesungswerk.de
- در اینجا اطلاعات بیشتری خواهید یافت:
- www.awo-gesundheitservice.de

برای والدین تنها و افراد نیازمند ، پول توجیبی از **AWO Bundesverband** وجود دارد - از مرکز مشاوره درمان سلامت خود تقاضا نمایید !

در آلمان بیش از 1000 مرکز مشاوره درمانی در **AWO ، Caritas ، Diakonie ،** صلیب سرخ آلمان (DRK) و **Paritätischer Wohlfahrtsverband** وجود دارد.



نیروهای خود را قوی کنید -
سلامتی خود را تقویت کنید -
چیزهای جدید یاد بگیرید

استراحت درمانی برای مادران یا استراحت درمانی برای مادر و کودک، انجام دهید

❶ چرا استراحت درمانی مادر و کودک برای من مناسب است؟

تربیت فرزندان ، همیشه در کنار خانواده بودن ، مراقبت از یکی از اقوام ، اداره خانواده:

- این اغلب زندگی روزمره بسیاری از مادران است. غیر معمول نیست که استرس های شغلی به این موارد اضافه می کنند.
- در طولانی مدت ، ذخایر نیروهایتان مصرف می شود.
- تحمل و نیروهایتان به حد نصاب رسیدن.
- مشکلات سلامتی ممکن است بوجود بیاید.

❶ چه چیزی می توانم در استراحت درمانی مادر و کودک انتظار داشته باشم؟

وقت برای خودم ، تسکین استرس ، تبادل با مادران دیگر ، ورزش ، یادگیری چیزهای جدید ، دوره های تغذیه ، مراقبت از کودکان ...

درمان مادر و کودک اقدامی برای پیشگیری و توانبخشی پزشکی است. درمان سه هفته طول می کشد.



❶ گام به گام تا درمان

1. اغلب شما دچار مشکل خستگی، فشارهای روحی و بی خواب هستید. شما دارای مشکلات سلامتی مانند بیماری های قلبی عروقی ، چاقی ، دیابت ، سردرد یا کمردرد یا سایر بیماری ها هستید. از یک مرکز مشاوره درمانی مربوطه، مشاوره رایگان بگیرید.
3. پزشک خانواده برای شما نسخه پزشکی برای درمان صادر می کند.
4. فرزندان شما در معالجه شما را همراهی می کنند. اگر یکی از کودکان مریض باشد ، آنها نیز نیاز به گواهی دکتر دارند.
5. هزینه درمان توسط شرکت بیمه سلامت شما و فرزندان شما پرداخت می شود. شما فقط مبلغ اضافی معمول را پرداخت می کنید. مرکز مشاوره درمانی به شما در زمینه درخواست کمک خواهد کرد.
6. پس از درمان ، پیشنهاداتی در آن مکان به شما ارائه میشود. مرکز مشاوره درمانی به امکانات بعد از آن به شما کمک میکنند!



❶ پیشنهادات برای مادران:

- برنامه درمانی فردی
- روش های درمانی پزشکی
- فیزیوتراپی همراه با پیشنهاداتی برای ورزش و آرامش
- مراقبت های روانی - اجتماعی

❶ پیشنهادات برای کودکان:

- سرگرمی و بازی در طبیعت
- مراقبت آموزشی از کودکان
- کمک در انجام تکالیف

اگر کودک شما بیمار باشد ، او کمک و درمان پزشکی خود را در آنجا دریافت می کند.

شما اوقات فراغت و تعطیلات آخر هفته خود را در کنار فرزندان خود می گذرانید.

