



تقديم المشورة والدعم للفتيات  
والسيدات اللاتي تطاردهن ذكريات  
الهروب من بلدانهم

## ساعات تقديم المشورة المفتوحة

ساعات تقديم المشورة المفتوحة بمركز تقديم المشورة للسيدات أرنسبرج  
تستطيع النساء والفتيات الإبلاغ شخصيًا عبر ساعات المشورة المفتوحة،  
كما يمكنهن تحديد موعد

الاثنين: من الساعة 10:00 صباحًا حتى 12:00 ظهرًا  
ومن الساعة 02:00 مساءً حتى الساعة 04:30 مساءً  
الثلاثاء: من الساعة 11:00 صباحًا حتى الساعة 12:30 ظهرًا  
الخميس: من الساعة 10:00 صباحًا حتى الساعة 12:00 ظهرًا

هاتف: 02932 87 89 703  
إيميل: [beratung@frauen-hsk.de](mailto:beratung@frauen-hsk.de)  
للموقع الإلكتروني: [www.frauen-hsk.de](http://www.frauen-hsk.de)

## حقوق النساء هي حقوق الإنسان

« للمرأة الحق المتساوي في المطالبة بممارسة كل حقوق الإنسان  
والحريات الأساسية وحمايتها كالسياسية، والاقتصادية، والاجتماعية،  
والثقافية والمدنية وغيرها من الحقوق.

ومن ضمن هذه الحقوق على الأخص ما يلي:

- الحق في الحياة
- الحق في المساواة
- الحق في الحرية والأمن الشخصي
- الحق في الحماية المتساوية استنادًا إلى القانون
- الحق في التحرر من جميع أشكال التمييز
- الحق في التمتع بأعلى مستوى ممكن من الصحة البدنية والعقلية
- الحق في ظروف عادلة ومرضية للعمل
- الحق في عدم التعرض للتعذيب أو غيره من أنواع المعاملة القاسية أو اللاإنسانية أو المهينة

(إعلان الأمم المتحدة بشأن القضاء على العنف الممارس ضد المرأة،  
المادة 3، بتاريخ 1993.12.20)

## انضمي إلينا!

- يمكننا مساعدتك أيضًا، عندما:
- تكونين في مرحلة طلاق أو انفصال
  - تتحملين أزمة حادة
  - تتعرضين لاعتداء جنسي
  - تتعرضين لعنف جسدي أو نفسي
  - تعانيين من اضطرابات في التغذية
  - تدخلين في نزاعات شريك حياتك، أو والديك، أو المسؤول عنك
  - أو أي شخص آخر
  - تعانيين من الاكتئاب أو المخاوف
  - يكون لديك مشكلات مع السلطات

انضمي إلينا بمركز تقديم المشورة للسيدات أرنسبرج، حيث يمكننا  
مساعدتك!

gefördert vom:

Ministerium für Gesundheit,  
Emanzipation, Pflege und Alter  
des Landes Nordrhein-Westfalen

