



Soomaali

**Assisting Refugees to Access
Psychological Support**

Helitaanka daryeelka nafsiyeed ee caadiga ah ka dib barakaca



Waxaan bixino

Waxaan ka caawinaynaa **dadka qaxootiga ah**.

Carruurta, dhallinyarada iyo dadka waaweyn.

Waxaad noo iman kartaa marka aadan si fiican isu dareemayn.

Tusaale ahaan marka aad qabto:

- **Cabsi, murugo, walbahaar, xusuuso xunxun**

Wadahadalka ugu horreeya

Marka hore waxaan wada hadalnaa.

Waxaan si taxaddar leh kuu dhageysanaynaa.

Waxaan si wadajir ah u ka fikiraynaa: Waa nooc ee caawimo ayaa kugu habboon?

Wadahadalku wuxuu ka dhacayaa Universität Witten/Herdecke.

Wadahadalku sidoo kale wuu suurtagal yahay onleen.

Haddii aad si yar Jarmal u hadasho:

Waxaan diyaarin doonaa **turjubaan**.

Muhiim

Wadahadalku waa **bilaash**.

Waxaad u baahan doontaa **kaarka caymiska caafimaadka**.

Wie geht es weiter?

Waxaan kaa caawinaynaa inaad hesho taageerada kugu habboon.

Waxaan kaa sii gudbinaynaa meel kuu dhow, tusaale ahaan:

- Daaweyayaasha cilminafsigi
- Xarumaha la-talinta



Xiriir

Fadlan nala soo xiriir:

-  02302 926-7306
-  02302 926-7309
-  arap@uni-wh.de
-  www.uni-wh.de/arap