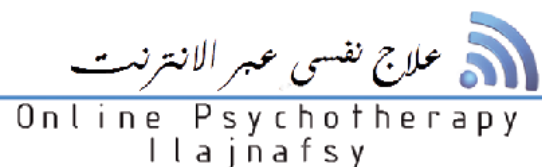


## WER SIND WIR?



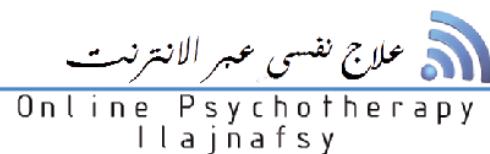
Ilajnafsy ist ein Projekt des Zentrum ÜBERLEBEN. Seit 2008 bietet Ilajnafsy Menschen aus dem arabischen Sprachraum, die an Depressionen und Traumafolgestörungen leiden, web-basierte Psychotherapie an. Die Therapien leisten in verschiedenen Krisen- und Nachkriegsgebieten eine erste Unterstützung.

Alle Therapeut/innen des Projektes sind in web-basierter Psychotherapie geschulte Arabisch-Muttersprachler/innen.

ZUM PROJEKT: [WWW.ILAJNAFSY.BZFO.DE](http://WWW.ILAJNAFSY.BZFO.DE)

Fotocredit für alle Bilder im Flyer: iStockphoto.com

## KONTAKT



### Zentrum ÜBERLEBEN gGmbH

Turmstr.21  
Haus K, Eingang C  
10559 Berlin

Telefon: +49 (0)30 30 39 06 -0  
Telefax: +49 (0)30 30 61 43 71  
E-Mail: [info@ueberleben.org](mailto:info@ueberleben.org)

### SPENDENKONTO

Bank für Sozialwirtschaft  
IBAN: DE82 1002 0500 0001 5048 00  
BIC: BFSWDE33BER



[WWW.UEBERLEBEN.ORG](http://WWW.UEBERLEBEN.ORG)



## ILAJNAFSY

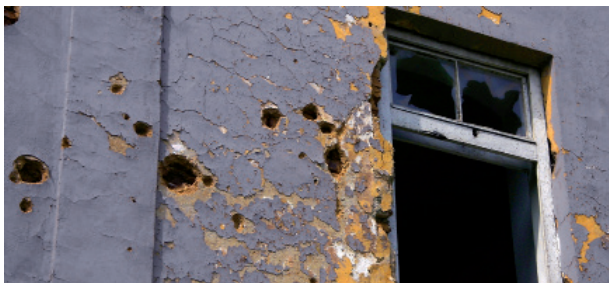
WEB-BASIERTE PSYCHOTHERAPIE  
IN ARABISCHER SPRACHE

[WWW.ILAJNAFSY.BZFO.DE](http://WWW.ILAJNAFSY.BZFO.DE)



## WAS BIETEN WIR AN?

Aktuell bieten wir drei verschiedene Behandlungen an:



Web-basierte Therapie von  
Posttraumatischer Belastungsstörung (PTBS)



Web-basierte Therapie von Depressionen



Behandlung depressiver Symptome mithilfe  
einer Smartphone-App für iPhones  
(Selbsthilfeprogramm)

## SO FUNKTIONIERT'S

### Web-basierte Schreibtherapien

In unseren Angeboten für Depressionen und PTBS findet die Kommunikation ausschließlich über das Internet statt. Die Therapien dauern in der Regel zwischen 5 und 8 Wochen.

Mithilfe eines/r Therapeut/in können unsere Patient/innen in den Therapien ein persönliches Trauma bearbeiten und in ihren Lebenslauf integrieren. Oder sie lernen, was zur Entstehung ihrer depressiven Symptome beigetragen hat und wie sie diese zukünftig besser bewältigen können.

### Unsere Depressions-App

Personen, die an leichten depressiven Verstimmungen leiden, können unsere Depressions-App (S.M.I.L.E.R.S.) aus dem Apple-iStore herunterladen. Die App klärt über Depressionen auf und es werden kleine Übungen angeboten.

Eine gleichzeitige Teilnahme am App- und Therapieprogramm ist nicht möglich.

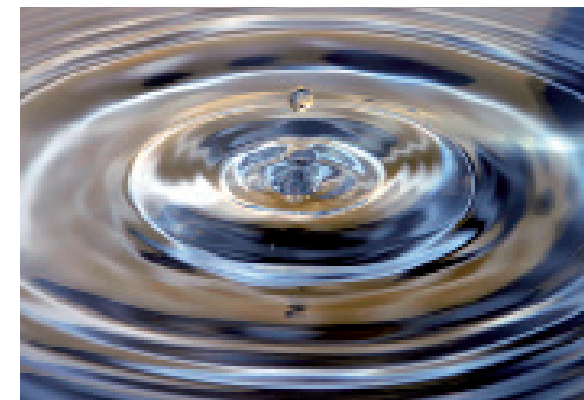
### Teilnahme

Die Teilnahme an unseren Behandlungsangeboten ist kostenfrei. Die Behandlungen werden wissenschaftlich evaluiert. Wir achten auf höchste Datensicherheit. Die Schreibtherapien erfolgen über ein mehrfach gesichertes und verschlüsseltes Internetportal. In wissenschaftlichen Publikationen werden nur anonymisierte Daten verwendet.

### Teilnahmevoraussetzungen

Für die Behandlung ist es notwendig eine Emailadresse und eine Internetverbindung zu haben. Ein Skype-Account ist von Vorteil, da wir vor jeder Behandlung ein persönliches klinisch-diagnostisches Interview durchführen.

Menschen, die schwer depressiv sind, suizidgefährdet, die häufig dissoziieren oder antipsychotische Medikamente nehmen, sind von der Teilnahme ausgeschlossen. Das Gleiche gilt für Personen, die unter 18 Jahre alt sind, in starkem Maße Alkohol und Drogen konsumieren oder sich gleichzeitig in einer anderen psychotherapeutischen Behandlung befinden.



## KOOPERATIONSPARTNER & FÖRDERER

Kooperationspartner des Projektes Ilajnafsy sind die Berlin Medical School, die FU Berlin und das St. Vincents Hospital Sydney, Australien.

Das Projekt wird durch Misereor e.V. gefördert.

## PROJEKTTRÄGER ZENTRUM ÜBERLEBEN

Das Zentrum ÜBERLEBEN bietet kostenfreie medizinische, psychotherapeutische und sozialarbeiterische Unterstützung für Menschen aus Kriegs- und Krisenregionen an. Seit 2016 führt das Zentrum die operativen Geschäfte des 1992 gegründeten Vereins Behandlungszentrum für Folteropfer (bzfo e.V.) fort.



Die Arbeit findet in Abstimmung mit einem multidisziplinären Team aus den Fachrichtungen Medizin, Psychotherapie, Psychologie, Physiotherapie, Sozialarbeit und Kreativtherapien statt. Neben der therapeutischen Arbeit macht das Zentrum durch eine Vielzahl von Veröffentlichungen, eigene Fachpublikationen, Vorträge, Kongressbeiträge sowie internationale Netzwerk- und Gremienarbeit auf die Situation von Folterüberlebenden und Geflüchteten weltweit aufmerksam.

HIER ANMELDEN: [WWW.ILAJNAFSY.BZFO.DE](http://WWW.ILAJNAFSY.BZFO.DE)