



خدمة علاج وإعادة تأهيل الناجين من التعذيب  
والصدمة النفسية (STARTTS) التابعة  
لولاية نيو ساوث ويلز



معلومات  
للمراجعين

## نبذة عن STARTTS

STARTTS منظمة متخصصة غير ربحية قدمت على مدى 25 عاماً  
و لا تزال تقدم العلاج النفسي و الدعم المتطور و الملائم ثقافياً لمساعدة  
الناس على التعافي من آثار التعذيب و صدمات اللجوء وإعادة بناء  
حياتهم في أستراليا.

[www.startts.org.au](http://www.startts.org.au)

### للاتصال بنا

#### HEAD OFFICE CARRAMAR

152-168 The Horsley Dr  
Carramar NSW 2163

P: (02) 9646 6700

F: (02) 9646 6710

F: (02) 9646 6801 (Intake)

#### OTHER OFFICE LOCATIONS

Auburn

Blacktown

Fairfield

Liverpool

Armidale

Coffs Harbour

Newcastle

Wagga Wagga

Wollongong

STARTTS also provides counselling and other types of services at outreach locations in Sydney and across NSW such as Bankstown, Parramatta, Dee Why, Lakemba, Penrith, Campbelltown, Rockdale, Tamworth, Griffith and Albury. These locations change according to the needs of our clients. Please contact STARTTS for further information.



### من هم موظفو STARTTS؟

موظفو STARTTS هم محترفون مدربون من خلفيات ثقافية مختلفة  
عديدة، وهم متخصصون في مساعدة الناس الذين عانوا من أمور  
صعبة في الماضي.

### وماذا إذا كان الشخص يفضل التحدث بلغة غير الإنكليزية؟

يتكلم موظفو STARTTS الكثير من اللغات مثل العربية والدارية  
والفارسية والتاميل والهندي، وجميعهم يستخدمون مترجمين  
محترفين عند الحاجة.

### هل تتم المحافظة على سرية معلومات الشخص؟

خدمات STARTTS سرية. ولا تشارك STARTTS بالمعلومات  
التي لديها عن أي شخص إلا إذا أعطى الشخص إذنه بذلك بتوقيعه  
وكان الأمر بهدف مساعدته. إلا أنه إذا أخبرنا الشخص بأنه قد يقدم  
على إيذاء نفسه أو إيذاء غيره فإن على STARTTS اتخاذ إجراء  
لحماية الشخص والآخرين.

## كيفية الحصول على موعد لدى STARTTS

اتصل على الرقم 9646 6700 (02)

(اطلب متلقي الإحالات – intake)

بالبريد الإلكتروني: STTS-IntakeGeneral@health.nsw.gov.au

(يمكن الحصول على استمارة الإحالة من موقع STARTTS

على الإنترنت)

### ما هي المدة التي ينتظرها الشخص؟

هنالك قائمة انتظار لدى STARTTS، لذلك قد يكون على الشخص الانتظار ما بين 2 – 4 أسابيع إلى أن يتصل به أحد المشاورين لتحديد موعد له.

### هل يستطيع الشخص الحضور بدون موعد؟

يستطيع الشخص الحضور لإحالة نفسه إلى STARTTS، لكن عليه أن يحصل على موعد لحضور جلسة للمشاورة.

### كم تكلف خدمة STARTTS؟

كافة خدمات STARTTS للأشخاص الذين نساعدهم مجانية.

### كم يجب أن يكون عمر الشخص؟

تساعد STARTTS الأشخاص من كل الأعمار، من الأطفال الصغار إلى كبار السن. إذا كان عمر الشخص 16 عاماً أو أقل ستحتاج STARTTS لموافقة أحد والديه أو ولي أمره.

### أين ينبغي أن يذهب الشخص؟

تلتقي STARTTS بالناس في سيدني و في أماكن في المناطق الأخرى بولاية نيو ساوث ويلز في:

- مكاتب STARTTS
- خارج STARTTS مثل كليات "تايف TAFE" والمراكز الصحية الاجتماعية
- المدارس (للطلاب في تلك المدارس)



### كيف تستطيع STARTTS المساعدة؟

يستطيع أحد المشاورين لدى STARTTS التحدث مع الشخص عن الأمور التي تقلقه وتسبب له المخاوف. ويستطيع الشخص التحدث عن أية أمور تقلقه أو صعوبات قد تواجهه. ويستطيع المشاور إحالة الشخص إلى أشخاص أو مؤسسات تستطيع مساعدته في مشاكله وتساعده على فهم كيف تسيير الأمور في أستراليا.

### إذا كان الشخص يفضل أن يكون ضمن مجموعة

لدى STARTTS أنواع كثيرة من المجموعات بلغات مختلفة للأشخاص الذين يفضلون تلقي المساعدة ضمن مجموعة بدلاً من تلقي المشاورة بشكل فردي. تدير STARTTS المجموعات فقط إذا كان هنالك عدد كاف من الراغبين في ذلك. تشمل المجموعات العائلات في عملية التحول الثقافي، وجلسات المشاورة الجماعية، ومجموعات الدعم الاجتماعي، ومجموعات رياضية، ومجموعات للفنون، ومخيمات للشبيبة.



### لمن هي خدمة STARTTS؟

تعمل STARTTS مع أشخاص عانوا من الاضطهاد أو الحرب أو العنف أو انتهاكات حقوق الإنسان قبل مجيئهم إلى أستراليا ويواجهون حالياً صعوبات نتيجة لذلك. تستطيع STARTTS مساعدة الناس بصرف النظر عن تاريخ أو كيفية وصولهم إلى أستراليا.

### لماذا قد يحتاج شخص ما للمساعدة من STARTTS؟

أحياناً يمكن أن يكون التعامل مع وجود الشخص في بلد جديد في الوقت الذي يواجه فيه ذكريات مرعبة من الماضي أمراً قاهراً، مما يتسبب في أن يعيش الشخص وسط مشاعر الحزن و الإرباك. و يمكن أن يؤثر ذلك على صحة الشخص و على حياته اليومية.

تشمل بعض ردّات الفعل الشائعة ما يلي:

- صعوبات في تعلّم الإنكليزية
- مشاكل في النوم وأحلام مزعجة
- ذكريات الماضي التي لا تفارق الشخص
- صداع وأوجاع جسدية
- الغضب أو الارتعاب بسهولة
- الشعور بفقدان الأمل أو العجز
- الشعور بأن الشخص لم يعد قادراً على التحكم بحياته
- توترات داخل العائلة
- صعوبة الثقة بالناس أو إقامة صداقات جديدة، والشعور بالوحدة

### هل ستستطيع STARTTS أن تساعدني؟

STARTTS هي خدمة متخصصة في المساعدة على مساندة الأشخاص الذين عانوا من ظروف صعبة في الماضي لكي يتعافوا ويعيشوا حياة منتجة أكثر. عندما يشعر الناس بتخفيف الضغط عليهم و الشعور بقدرة أكبر في التحكم بحياتهم، يصبح من الأسهل عليهم تعلّم اللغة الإنكليزية والحصول على عمل، وتحسن علاقتهم مع العائلة و إقامة صداقات جديدة.