



femina.fortis

Du willst dein Leben selbstbestimmt gestalten?

Du willst Entscheidungen treffen, die gut für dich sind?

femina.fortis - Dein Leben.Deine Zukunft

Empowerment und Unterstützung für Migrantinnen

↪ Du möchtest klarer sehen, was du brauchst und was dir wichtig ist

↪ Du möchtest besser mit Belastungen im Alltag umgehen können

↪ Du möchtest deine Stärken spüren und nutzen

Wir unterstützen dich dabei - respektvoll, vertraulich, mehrsprachig

Du wirst stärker durch...

... Wissen & Orientierung

Wir sprechen über Themen wie Aufenthalt, Geld, Rechte, Familie, Alltag, Unabhängigkeit, Frauenrechte, Mental Load,...

Du bekommst verständliche Informationen, die dir helfen, gute Entscheidungen zu treffen.

...Beratung

In Einzelgesprächen schauen wir gemeinsam, welche Möglichkeiten du hast und welche Schritte für dich passen.

...Austausch & Gemeinschaft

Du kannst andere Frauen treffen, die ähnliche Erfahrungen haben. Ihr stärkt euch gegenseitig, teilt Wege, Lösungen und Mut.

Du kannst entscheiden, wie dein Leben weitergeht – wir helfen dir dabei

Vereinbaren Sie einen Termin:

+43 (0)732 / 66 73 63 - 601
termin@migrare.at

Wir stehen Migrant*innen bei der Gestaltung ihres Lebens mit Rat, Tat und Herz zur Seite.

femina.fortis

Empowerment und Unterstützung für Migrantinnen

TR Göçmen kadınlar için güçlendirme ve destek

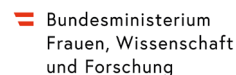
FA توان مند سازی و حمایت از زنان

AR تمكين ودعم النساء المهاجرات

anders sein ist normal.



Gefördert von



mit Unterstützung von

L_nz



femina.fortis

Hayatını kendi istediğin gibi şekillendirmek ister misin?
Senin için iyi olan kararları kendin vermek ister misin?

femina.fortis - Senin Hayatın. Senin Geleceğin

Göçmen kadınlar için güçlendirme ve destek

- Neye ihtiyacın olduğunu ve senin için neyin önemli olduğunu daha net görmek istiyorsun
- Günlük hayattaki yüklerle daha iyi başa çıkmak istiyorsun
- Güçlü yönlerini fark etmek ve kullanmak istiyorsun

Bu yolda seni destekliyoruz – saygılı, gizli ve çok dilli.

Güçlenirsin çünkü...

... Bilgi & Yön Bulma

Oturum durumu, para, haklar, aile, günlük yaşam, bağımsızlık, kadın hakları, zihinsel yük (Mental Load) gibi konular hakkında konuşuyoruz. Doğru kararlar vermene yardımcı olacak anlaşılır bilgiler alırsın.

... Danışmanlık

Bireysel görüşmelerde, hangi seçeneklere sahip olduğunu ve senin için hangi adımların uygun olduğunu birlikte değerlendiriyoruz.

... Paylaşım & Topluluk

Benzer deneyimler yaşamış diğer kadınlarla tanışabilirsin. Birbirinizi güçlendirir, yolları, çözümleri ve cesareti paylaşırsınız.

Hayatının nasıl devam edeceğine sen karar verirsin – biz bu yolda sana yardımcı oluruz!

Lütfen randevu alınız:

+43 (0)732 / 66 73 63-601

termin@migrare.at

femina.fortis

می خواهی زندگیات را خودت تعیین کنی؟
می خواهی تصمیم های بگیری که واقعاً برایت خوب باشند؟

femina.fortis - زندگی تو. آینده تو

توانمند سازی و حمایت برای زنان مهاجر

- می خواهی بهتر بفهمی چه چیز برایت مهم است و به چه نیاز داری؟
 - می خواهی بتوانی با فشارها و سختی های زندگی روزمره بهتر کنار بیایی؟
 - می خواهی توانایی ها و قوت هایت را حس کنی و از آنها استفاده کنی؟
- ما در این مسیر کنارت هستیم – با احترام، محرمانه و به چند زبان

تو قوی تر می شوی از طریق...

... دانش و آگاهی

ما درباره موضوعاتی مثل اقامت، پول، حقوق، خانواده، زندگی روزمره، استقلال، حقوق زنان، فشارهای ذهنی (Mental Load) و ... صحبت می کنیم

... مشاوره

در جلسات فردی، با هم بررسی می کنیم چه گزینه هایی داری و چه قدم هایی برای تو مناسب تر است.

... تبادل تجربه و همراهی

می توانی با زنانی آشنا شوی که تجربیات مشابهی دارند شما به همدیگر قوت قلب می دهید، راحلها و تجربه ها را با هم شریک می شوید و همدیگر را حمایت می کنید.

تو می توانی انتخاب کنی زندگیات چگونه ادامه پیدا کند – ما کمکت می کنیم

لطفاً برای تعیین وقت اقدام کنید.

+43 (0)732 / 66 73 63-601

termin@migrare.at

femina.fortis

هل تريدین أن تصممي حياتك بإرادتك؟
هل تريدین اتخاذ قرارات مفيدة وجيدة لك؟

femina.fortis - حياتك. مستقبلك

التكئين والدعم للمهاجرات

- هل ترغيبين في رؤية أوضح لما تحتاجينه وما هو مهم بالنسبة لك؟
 - هل ترغيبين في التعامل بشكل أفضل مع الضغوط في حياتك اليومية؟
 - هل ترغيبين في الشعور بقوتك واستخدام قدراتك؟
- نحن ندعمك في ذلك - باحترام، وسرية تامة، وباللغات التي تتقنينها

ستصبحين أقوى من خلال...

... المعرفة والتوجيه

نتحدث عن مواضيع مثل الإقامة، المال، الحقوق، الأسرة، الحياة اليومية، الاستقلال، حقوق المرأة، العبء الذهني

ستحصلين على معلومات واضحة تساعدك على اتخاذ قرارات مناسبة لك

... الاستشارة

في جلسات فردية ننظر معاً في الفرص المتاحة لك، وما هي الخطوات التي تناسبك

... التبادل والمجتمع

يمكنك لقاء نساء أخريات لديهن تجارب مشابهة تقومون بدعم بعضكم، وتشاركون الحلول، وتمنحون بعضكم القوة والشجاعة

أنت من يحدد كيف سيستمر مسار حياتك – ونحن هنا لمساعدتك!

للتواصل وتحديد موعد، يُرجى الاتصال على هذا الرقم

+43 (0)732 / 66 73 63-601

termin@migrare.at