

## Anfahrt / approche/ approach



Haltestelle: **Schüsselkorb**  
Straßenbahn-Linien: 4, 5, 6, 8  
Bus-Linien: 24, 25

Parkhäuser:  
Katharinenklosterhof und Mitte (Pelzerstraße)

## Kontakt / contact

Bremer JungenBüro e.V.  
Schüsselkorb 17/18  
28195 Bremen

Fon: 0421. 59 86 51 60  
Mail: [info@bremer-jungenbuero.de](mailto:info@bremer-jungenbuero.de)  
URL: [www.bremer-jungenbuero.de](http://www.bremer-jungenbuero.de)  
[www.jungenberatung-bremen.de](http://www.jungenberatung-bremen.de)

Telefonische Sprechzeiten:

Montags 10.00 bis 12.00 Uhr  
Donnerstags 14.00 bis 16.00 Uhr

Das Bremer JungenBüro befindet sich in der 4. Etage, barrierefreie Räume auf Anfrage möglich.

## Hilfe für geflüchtete Jungen\* und junge Männer\*, die sexuelle Gewalt erlebt haben

Für Jungen von 7 - 21 Jahre.

Das JungenBüro ist eine Beratungsstelle. Wir helfen Bremer Jugendlichen, denen Gewalt angetan wurde.

Viele Jungen und junge Männer erleben auch sexuelle Gewalt: unangenehme Berührungen, sexueller Missbrauch oder Vergewaltigung.

Wer so etwas erlebt hat, ist vielleicht belastet durch:

- Schlimme Träume
- Angst
- Trauer
- Wutausbrüche
- Schlechte Bilder im Kopf
- Schwierigkeiten, sich zu konzentrieren
- andere Dinge

Wir reden mit dir und geben Tipps, wie es dir wieder besser gehen kann. Du musst nicht erzählen, was dir genau passiert ist. Du kannst aber alles erzählen und fragen, was dir wichtig ist. Wir erzählen nichts weiter, ohne deine Erlaubnis.

Die Beratung ist kostenlos. Du entscheidest, wie oft du kommst.

Wir reden auf Deutsch und Englisch oder mit Dolmetscher.

\*) Jungen\* sind sehr verschieden und längst nicht alle Menschen definieren sich als männlich oder weiblich. Wir verwenden das Sternchen\* hinter Jungen\* und Männer\*, um diese Vielfalt abzubilden.

## Angebotsübersicht für Fachkräfte

Info-Besuche in der Beratungsstelle für Gruppen von geflüchteten Jugendlichen zum Thema „Jungen\* als Betroffene von Gewalt“

- Dauer ca. 1,5 Stunden
- Auf Deutsch und Englisch oder mit Dolmetscher für sprachhomogene Gruppen. Der Dolmetscher kann vom JungenBüro gestellt werden.

Beratung für geflüchtete Jungen\* und junge Männer\*, die sexualisierte Gewalt erlebt haben

- Die Beratung ist kostenlos, auf Deutsch und Englisch oder mit Dolmetscher
- Termine nach Vereinbarung.
- Telefonische Sprechzeiten:  
Montags 10.00 bis 12.00  
Donnerstags 14.00 bis 16.00 Uhr

Fachberatung für pädagogische Mitarbeiter\_innen

- Zu allen fachlichen Fragen, die sich in der Begleitung von geflüchteten Jugendlichen stellen, die (sexualisierte) Gewalt erlebt haben.
- Klärungshilfen Im Verdachtsfall bzw. bei der Vermutung, dass ein Junge\* / Jugendlicher aktuell sexualisierte Gewalt erfährt.
- Unterstützung im konzeptionellen und persönlichen Umgang mit Flashbacks, Schlafstörungen, Unruhe, Vermeidungsverhalten, aggressiven Impulsdurchbrüchen, regressiven Gefühlszuständen und Panikattacken.

Das Projekt wird gefördert durch die

**Aktion**  
MENSCH

# Hilfe für geflüchtete Jungen\* und junge Männer\*, die sexuelle Gewalt erlebt haben



**Bremer JungenBüro**  
Beratung für Jungen die Gewalt erleben

## Help for refugee boys\* and young men\* who have experienced sexual violence.

For boys and young men aged from 7 - 21 years.

The JungenBüro is an advice centre. We help boys and young men in Bremen who have suffered violence.

Lots of boys and young men also experience sexual violence: unwanted touching, sexual abuse or rape.

If you have experienced something like this you might suffer from:

- bad dreams
- fear
- misery
- outbursts of rage
- horrible images in your head
- difficulties in concentrating
- other things

We will talk to you and give you tips on how things can get better for you.

You do not have to tell us exactly what happened. But you can tell us everything and ask the questions that are important for you.

We will not tell anyone anything unless you allow us to.

Advice is free of charge. You decide how often you come to see us.

We speak German and English or use interpreters.

\*) Boys\* are very different from one another and not everyone defines themselves as male or female. We use the asterisk '\*' next to boys\* and young men\*, in order to express this diversity.

کمک برای پسر\* بچه ها و نوجوانان پسری که تجربه اذیت و آزار جنسی داشته‌اند.

برای پسر بچه ها و نوجوانان پسر از سن ۷ تا ۲۱ ساله.

دفتر جوانان یک مرکز (Jungen Büro). راهنمایی و مشاوره است

ما به پسرها و مردان جوانی که مورد خشونت قرار گرفته‌اند، در شهر برمن کمک می‌کنیم. بسیاری از پسر بچه ها و مردان جوان نیز تجربه خشونت جنسی دارند: مانند تماس های جسمی ناخواسته یا سوءاستفاده های جنسی و یا تجاوز جنسی. کسانی که یک چنین تجربه هایی را دارند، شاید از این مشکلات رنج ببرند:

کابوس ( خواب بد )

ترس

غم و غصه

طغیان یا عصبانیت ناگهانی

تصاویر وحشتناک در ذهن

عدم تمرکز

موارد دیگر

ما با شما صحبت می‌کنیم و شما را برای بهتر شدن مجدد راهنمایی خواهیم کرد. شما احتیاج به تشریح دقیق آنچه برای شما اتفاق افتاده است، ندارید.

اما شما می‌توانید، تمام مسائل و سوالاتی که برایتان مهم هستند را، مطرح کنید و بپرسید صحبت هایی که با ما می‌کنید، بدون اجازه شما به کسی گفته نمی‌شود. این مشاوره رایگان میباشد.

تصمیم با شما است که چندبار ( چقدر ) پیش ما بی‌آید.

ما به زبانهای آلمانی و انگلیسی صحبت می‌کنیم و یا با مترجم.

پی‌نوشت: \*تعریف پسر می‌توانند برای آدمها بسیار متفاوت از یکدیگر باشند و بعضی از انسانها خود را به‌عنوان مذکر یا مونث معرفی نمی‌کنند.

فارسی

English

## Aide aux garçons\* et adolescents\*, qui ont subi des violences sexuelles

Pour les garçons de 7 à 21 ans.

Le JungenBüro est un centre de consultation. Nous aidons les adolescents de Brême victimes de violence.

De nombreux garçons et adolescents subissent aussi des violences sexuelles : attouchements désagréables, abus sexuel ou viol.

Celui qui a subi des actes similaires souffre peut-être de :

- terribles cauchemars
- peur
- tristesse
- accès de rage
- mauvaises images dans la tête
- difficultés à se concentrer
- autres choses

Nous parlons avec toi et te donnons des conseils pour que tu puisses te sentir mieux de nouveau.

Tu n'es pas obligé de raconter ce qui t'est vraiment arrivé. Mais tu peux tout raconter et demander ce qui est important pour toi.

Nous ne divulguons rien sans ton autorisation.

Les conseils sont gratuits. Tu décides la fréquence de tes visites.

Nous parlons allemand et anglais ou avec un interprète.

\*) Les garçons\* sont très différents et les gens sont loin de se définir tous comme masculin ou féminin. Les garçons\* et hommes\* sont suivis d'un astérisque pour illustrer cette diversité.

مساعدة للأولاد الذكور اللاجئین والشباب الذين تعرضوا لعنف جنسي

للأولاد من سن 7 حتى 21 عاماً.

مكتب JungenBüro هو جهة تقدم الإستشارات.

فنحن نساعد الشباب في بريمن الذي تعرض للعنف .

وكثير من الأولاد الذكور وكذلك الشباب يتعرضون لعنف جنسي أيضاً: عمليات لمس غير مقبولة، التحرش الجنسي، أو حتى الإغتصاب.

ومن تعرض لشيء من هذا القليل فسوف يعاني غالباً من:

- أحلام مزعجة
- الخوف
- الحزن
- إنفعالات غاضبية
- صور سيئة في الراس
- صعوبات في التركيز
- أشياء أخرى

نحن نتحدث معك بهذا الخصوص ونعطي نصائح لكي تتمكن من العودة للحياة الطبيعية.

ولا يجب عليك أن تحكي ما حدث معك بالضبط.

ولكن يمكنك فقط أن تحكي أو تسأل عن كل شيء تراه مفيداً بالنسبة لك.

ولن نحكي كلامك لأحد أبداً بدون سماح منك.

كما أن الإستشارة مجانية. وأنت من يقرر عدد المرات التي يأتي إلينا فيها.

ونحن نتكلم بالألمانية أو الإنجليزية أو بوجود مترجم فوري.

عربي

Français