

# الوحدة النفسية في بلادي

بمناسبة اليوم العالمي للصحة النفسية

## وحدة الصحة النفسية في بلادي

تهدف الوحدة النفسية في بلادي لتقديم الدعم والرعاية النفسية للأشخاص الذين تم اعتقالهم بسبب خلفياتهم السياسية، وبشكل خاص بين النساء والأطفال. ويشمل الدعم النفسي أيضاً المدافعين/ات عن حقوق الإنسان والعاملين/ات في بلادي، بالإضافة إلى أفراد عائلات السجناء/ات، حيث أن السجناء/ات وعائلاتهم يعانون من مشاكل اجتماعية ونفسية بسبب السجن ويحتاجون إلى تعهد نفسي.

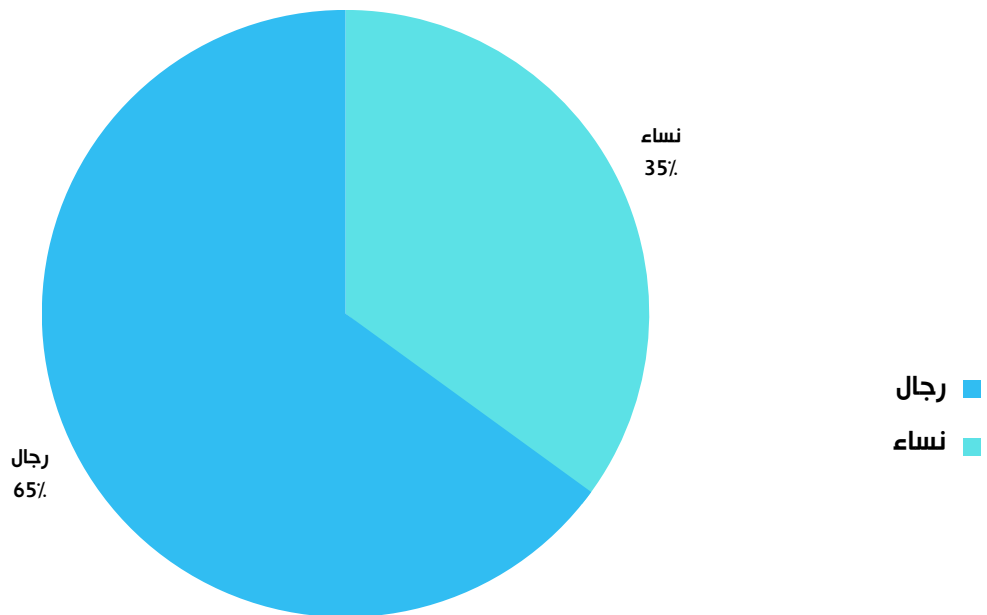
### بعض الأرقام

بين أبريل 2022 وسبتمبر 2023 قدمنا عدداً من الجلسات لـ 39 مستفيدة من بينهم سجناء/ات سابقين/ات وأهالي لسجناء/ات حاليين/ات.

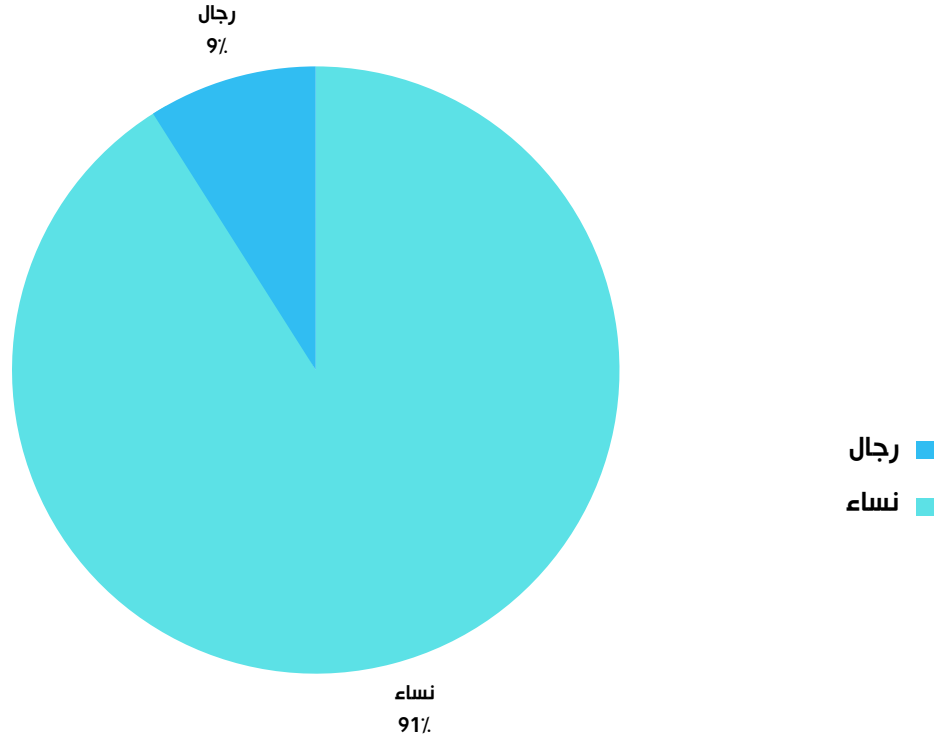
من بين الأشخاص الذين يتلقون خدمة الدعم النفسي، لدينا

- 43.6 % سجناء/ات سابقين/ات
- 30.7 % من أهالي السجناء/ات الحاليين
- 15.3 % من أعضاء فريق بلادي
- 10.25 % من النساء ضحايا العنف

### توزيع المستفيدين/ات من السجناء/ات السابقين/ات



## توزيع المستفيدين من الأهالي حسب الجنس



## الصحة النفسية بعد تجربة السجن

قد تكون الحياة بعد السجن صعبة بالنسبة لمعظم السجناء/ات السابقين/ات. أظهرت الدراسات أن هناك مجموعة من الإضطرابات النفسية، التي عادة ما يتم ملاحظتها بين السجناء/ات السابقين/ات، وتشكل معاً متلازمة ما بعد السجن. على الرغم من أننا لم نلاحظ الأعراض المترامنة والموجودة في متلازمة ما بعد السجن، إلا أننا لاحظنا عدداً من الإضطرابات لدى المستفيدين/ات في بلادي، والتي تختلف من شخص إلى آخر.

ومن أهم الأعراض النفسية التي نلاحظها، فهي تتعلق بالاضطرابات النفسية التالية

- إضطرابات القلق
- إضطراب ما بعد الصدمة
- اضطراب الاكتئاب

## - اضطرابات القلق

يواجه السجناء والسجينات السابقين/ات غالباً تحديات نفسية تجلب معها مجموعة متنوعة من الأعراض التي يصعب التعامل معها بما في ذلك القلق الشديد. سواء كان ذلك بسبب تحديات إعادة الاندماج في المجتمع أو خوفهم من الوصمة الاجتماعية، إذ أن العديد من المستفيدين/ات من خدمة الرعاية النفسية في بلادي كسجناء/ات سياسيين/ات سابقين/ات، فقدوا جميع علاقاتهم وصدقائهم التي كونوها قبل الدخول إلى السجن، ويجدون أن معظم معارفهم يتجنبون التواصل معهم خوفاً من التعرض إلى الإعتقال بدورهم.

يصاحب ذلك التوتر، عدم القدرة على الاسترخاء والهدوء خاصةً في المواقف الصعبة المرتبطة بعودتهم إلى الحياة اليومية. بالإضافة إلى ذلك، يمكن أن يجدوا أنفسهم سريعين الانفعال ومهاجمين في تعاملهم مع الآخرين، مما يتسبب في توتر العلاقات الاجتماعية والعائلية والمهنية.

كما يمكن أن يظهر القلق بشكله الجسدي، إذ نلاحظ توتر العضلات وآلام جسدية مختلفة علاوةً عن سرعة ضربات القلب، التعرق، الارتعاش ومشاكل في الجهاز الهضمي. بالإضافة إلى صعوبة التركيز واتخاذ القرارات بسبب التفكير المفرط وتذكر التجارب الأليمة السابقة مما يؤدي ذلك غالباً إلى الأرق ومشاكل في النوم.

#### - إضطراب ما بعد الصدمة

إن اضطراب ما بعد الصدمة هو من الظواهر النفسية الشائعة بين السجناء/ات السياسيين/ات السابقين/ات. يمكن أن تظهر علامات هذا الاضطراب حتى إن لم تتوفر جميع الأعراض الضرورية للتشخيص. تظهر هذه العلامات نتيجة لأسباب عديدة، بما في ذلك تجربة السجن ذاتها، بالإضافة للتعرض لسوء المعاملة والتعذيب خلال فترة العقوبة. هذه التجربة الصادمة متكررة تحت ضغوط مستمرة، على فترة زمنية غير محددة في أغلب حالات الإعتقال، هي ما تمثل الحدث الصادم أو الصدمة.

تظهر العلامات بشكل ملحوظ وتشمل حالة التأهب والنشاط المفرط، حيث يكون الشخص دائماً على استعداد لمواجهة خطر متوقع، ويظهر ذلك أيضاً في الأسلوب الاندفاعي أثناء الحوار. كما يمكن أن تظهر سلوكيات التجنب لأماكن أو أشخاص ومواقف اجتماعية تذكرهم بالسجن.

يعاني السجناء/ة السابقة/ة من أفكار دخيلة أي مشاهد وذكريات متعلقة ب"الصدمة" تتسبب أحياناً في الخدر أو حالة الانفصال العاطفي والذهني. كما يمكن أن يصاحب هذه الحالة كوابيس متكررة تعكس الأحداث التي حصلت أثناء فترة السجن أو الاعتقال.

بالإضافة إلى ذلك، يوجد الإضطرابات الشعورية والعاطفية مثل تقلبات المزاج والقلق. ويمكن أن تؤثر هذه الحالة أيضاً على الوظائف المعرفية مثل القدرة على التركيز واتخاذ القرارات. إن معالجة هذا الاضطراب يتطلب إحاطة نفسية واجتماعية متخصصة للمساعدة في التعافي والتأقلم مع التحديات النفسية والاجتماعية التي تواجه السجناء/ات السياسيين/ات السابقين/ات.

#### - الاضطرابات الاكتئابية

اضطراب الاكتئاب هو تحد آخر للصحة النفسية يعاني منه السجناء/ات السياسيين/ات السابقين/ات. بالرغم من اختلاف تجربة الاكتئاب من شخص لآخر، إلا أن هناك بعض الأعراض الشائعة لدى الأشخاص المستفيدين/ات من الخدمة النفسية في بلادي. والتي تمثل، في الأغلب حالة اكتئابية تظهر من خلال الأعراض التالية.

الحزن المستمر والإحباط واليأس، وهذا يرتبط بصعوبات التكيف مع الحياة بعد الإفراج. يصاحب ذلك فقدان الاهتمام بالأنشطة التي كانت ممتعة في السابق مع الإحساس بالتعب والإرهاق الشديد حتى دون بذل مجهود متعب .

يمكن أن يؤثر الاكتئاب أيضاً على النوم، حيث يواجه الكثيرون/ات من المتابعين/ات صعوبة في النوم أو حتى الاستيقاظ لإنجاز الأعمال اليومية. قد تحدث أيضاً تغييرات في الشهية والوزن، سواء كان ذلك زيادة في الوزن أو فقدانه.

بالإضافة إلى ذلك، نجد أن السجناء/ات السياسيين/ات أحياناً يشعرون بالذنب و بانعدام القيمة بشكل مفرط. إضافةً للميل إلى العزلة الاجتماعية ورفض البعض لفكرة إنشاء علاقات جديدة أو التواصل مع الأصدقاء والأقارب.

بالإمكان أيضاً ظهور أعراض جسدية مثل الصداع ومشاكل الجهاز الهضمي.

وفي الحالات الشديدة، يمكن أن تنتج أفكار انتحارية، وهذا يتطلب منا التدخل الفوري والتوجيه للطب النفسي. إن التعامل مع الاكتئاب يتطلب دعماً نفسياً مختصاً وإجراءات علاجية مناسبة والأکید أن مراجعة الأطباء النفسيين/ات ضرورية في هذه الحالة حيث أنه بالإضافة إلى تقنيات وأساليب العلاج النفسي المختلفة التي نستخدمها، يستوجب في بعض الأحيان وصف أدوية نفسية إلى أن تستقر الحالة النفسية للمريض.

### الصحة النفسية لدى أهالي السجناء/ات

تشكل تجربة احتجاز أحد أحبائنا أو سجنه، تحدياً عاطفياً ونفسياً. إذ يعاني أيضاً أفراد عائلات السجناء/ات السياسيين/ات من آثار تنعكس على صحتهم النفسية. فيما يلي بعض الأعراض النفسية الشائعة التي يواجهها أهالي السجناء/ات السياسيين/ات الذين/الاتي يتابعون مع بلادي.

يعاني أهالي السجناء/ات من مستويات مرتفعة من القلق نتيجة عدم التيقن من سلامة أحبائهم والمخاوف من التدايعات القانونية والسياسية لاعتقالهم، والتي غالباً ماتكون غامضة ومجهولة. كما يمكن أن يظهر الاكتئاب نتيجة الانفصال عن أفراد الأسرة المحتجزين/ات والقلق الدائم على سلامتهم/ن.

يمكن أيضاً أن تؤدي مشاهدة حدث الاعتقال، أو التعرض للإهانة أو سوء المعاملة أثناء الزيارات، إلى ظهور أعراض اضطراب ما بعد الصدمة، مثل الكوابيس والذكريات المؤلمة، بالإضافة إلى الحساسية المفرطة والعصبية. يمكن أن يشعر أفراد الأسرة بالذنب والعجز لعدم قدرتهم على الحماية والمشاركة في الشؤون القانونية والمالية. العزلة الاجتماعية، الضغوطات المالية والتأثيرات الجسدية هي عوامل أخرى يمكن أن تزيد من تحديات الصحة النفسية.

من أهم الفئات التي تتابع مع بلادي من أفراد أسرة السجناء/ات، هن زوجات السجناء السياسيين، إذ أن الأعباء التي يتحملها قد أدت إلى ظهور أعراض ومتاعب نفسية تشمل القلق والخوف المتزايد بشأن سلامة ورفاهية أزواجهن، وسلامتهن الشخصية وأمن أطفالهن. كما يمكن أن تظهر أعراض الاكتئاب نتيجة للضغط النفسي والعزلة والعبء العاطفي الذي ينجم عن انفصالهم عن أزواجهن، وأحياناً ينجم عن ذلك تلبد في المشاعر نتيجةً للانتظار والإحباط المستمر والمتكرر في أمل الإفراج عن أزواجهن، وكذلك نتيجةً لكتمان وإخفاء مشاعرهن السلبية لفترات طويلة خوفاً على صحة أزواجهن وابنائهن النفسية.

مع مرور السنوات، تجدن هاته السيدات أنفسهن أحياناً دون دعم اجتماعي أو مادي من دائرة معارفهم، مما يزيد من مشاعر الوحدة والغربة. هذا بالإضافة إلى التوتر المالي الذي يمكن أن ينشأ نتيجة المصاريف القانونية ومصاريف الزيارة وفقدان الدخل الخاص.

يجب تقديم الدعم النفسي والاجتماعي لهؤلاء الأفراد وتوفير الموارد اللازمة لمساعدتهم على التعامل مع هذه التحديات وتخفيف العبء النفسي الناتج عن تجربة الاعتقال أو السجن لأحبائهم.

## كيف يتأقلم السجناء/ات السابقون/ات مع الحياة بعد السجن؟

الكثير من الومضعات والمواقف الصعبة التي نعيشها كبشر، تمثل تحديات نفسية تتطلب منا محاولة التأقلم والتكيف من أجل التعافي والمحافظة على سير الحياة بشكل طبيعي نسبياً.

بعد الخروج من السجن، وجدنا أن المتابعين/ات في الجلسات النفسية معنا، ت/يعتمدون عادة على مجموعة متنوعة من آليات التأقلم للتعامل مع التحديات الجسدية والنفسية بعد إطلاق سراحهم/ن. تلك الآليات يمكن أن تنقسم إلى آليات بناءة تساهم في إعادة الاندماج والتعافي، وآليات تكيف مدمرة قد تزيد من الصعوبات. من بين الآليات البناءة، نجد البحث عن الدعم من الأصدقاء والعائلة ومجموعات الدعم، واللجوء إلى العلاج والاستشارة لمعالجة الصدمات والقلق، بالإضافة إلى التثقيف النفسي والبحث الذاتي عن المعلومة بهدف فهم ما يمرون به. هناك أيضاً المشاركة في النشاطات السياسية والاجتماعية، وتعلم مهارات جديدة لتحسين الاندماج في المجتمع، واستخدام التمارين البدنية و التعبيرات الإبداعية (مثل الكتابة، الموسيقى، الرسم...) كوسائل لمعالجة المشاعر. وبالنسبة للآليات المدمرة، فتشمل تعاطي المخدرات والكحول، أو الأدوية النفسية دون مراجعة الأطباء من أجل التخلص بشكل سريع من أعراض الأرق. بالإضافة إلى العزلة الاجتماعية، والهروب من الواقع من خلال وسائل التواصل الاجتماعي وتجنب النشاطات التي تربطهم بالحياة الواقعية. تحتاج هذه الآليات إلى اهتمام ودعم مناسب لمساعدة الأفراد على اختيار الآليات البناءة وتجنب الآليات المدمرة والتأثير الإيجابي على صحتهم النفسية واندماجهم في المجتمع.

## المؤسسات الصحية التي تقدم خدمات الرعاية النفسية داخل مصر

عندما نواجه مشاكل تؤثر على صحتنا النفسية، عادة ما تكون لدينا حواجز نفسية تمنعنا من اللجوء إلى العلاج النفسي. ولكننا نواجه أيضاً عوائق مالية، فنظرًا للوضع الاقتصادي في مصر، لا يملك الكثير من الناس الاختيار بين توفير الغذاء والأساسيات أو الحصول على العلاج النفسي. ولكن ولكن على الرغم من أن جلسات العلاج النفسي قد تكون باهظة الثمن، إلا أنه لا يزال بإمكاننا الحصول على إحاطة نفسية فعالة بأسعار معقولة وأحياناً بالمجان. ولهذا خصصنا لكم هذا الجزء المهم من تقرير بلادي للصحة النفسية، لتوفير المعلومات اللازمة عن المنظمات والمؤسسات والمراكز التي تقدم خدمات الصحة النفسية في مصر، مجاناً أو بأسعار رمزية، إلى جانب الجلسات النفسية التي توفرها بلادي بالمجان.

## -مستشفيات، مراكز ومصحات للإحاطة والعلاج النفسي-

المحافظة	المستشفى	التصنيف	رقم التليفون	العنوان	ملاحظات
	الأمانة العامة للصحة النفسية	حكومي			الأمانة العامة للصحة النفسية مخصصة خط ساخن علشان يستقبل الاستفسارات النفسية على رقم 0220816831 - 08008880700 من 9 صباحاً حتى 3 عصرًا يوميًا، ويرد على الاستفسارات متخصصين نفسيين يرشدون المتصلين سواء تليفونيًا أو بزيارة طبيب
القاهرة	مركز أحمد عكاشة للطب النفسي بمستشفى الدمرداش	حكومي		شارع رمسيس بجوار مسجد النور - العباسية - القاهرة	سعر الكشف 5 جنيهات - مواعيدهم من أحد واثنين وأربعاء ثم تبدأ الجلسات من ٢٠ جنيه وليست أسبوعية
القاهرة	مستشفى العباسية للأمراض النفسية	حكومي	(202)2616255	1 شارع صلاح سالم - بجوار الهيئة العامة للاستثمار والمناطق الحرة - مدينة نصر - القاهرة.	سعر الكشف 1 جنيهه و صرف العلاج مجاني - مواعيدهم من 9 صباحاً حتى 12 ظهراً يومياً عدا الجمعة
القاهرة	مستشفى مصر الجديدة للصحة النفسية "مستشفى المطار"	حكومي		طريق المطار - بجوار المجمع الإداري لمصر الطيران - مصر الجديدة - القاهرة	تحتوي على كشف وعلاج بسعر رمزي وتحتوي على قسم للعلاج الاقتصادي - مواعيدهم يومياً من 9 صباحاً حتى 1:30 ظهراً عدا الجمعة
القاهرة	مركز الإرشاد النفسي بجامعة عين شمس	حكومي		شارع الخليفة المأمون - روكسي - مصر الجديدة - القاهرة	الكشف بسعر اقتصادي ويمكن حجز الجلسات النفسية إلكترونياً من هنا <a href="http://cpc.asu.edu.eg/Users/PsychologicalSessions">http://cpc.asu.edu.eg/Users/PsychologicalSessions</a>

<p>المواعيد من 8 صباحًا حتى 12 ظهرًا ماعدا الأحد من 8 صباحًا حتى 10 صباحًا - تجربة والمواعيد من هنا</p> <p><a href="https://www.instagram.com/p/CiQW/RHfr5Qd">https://www.instagram.com/p/CiQW/RHfr5Qd</a></p>	<p>مستشفى القصر العيني - المنيل - القاهرة</p>	<p>26831231 - 26831417 - 26831474 -</p>	حكومي	<p>مركز الطب النفسي وعلاج الإدمان بالقصر العيني</p>	القاهرة
	<p>مستشفى الصحة النفسية بحلوان - امتداد شارع منصور - بين العزبتين - حلوان - القاهرة</p>	<p>(202)27137387 - (202)25547368</p>	حكومي	<p>مستشفى حلوان للصحة النفسية</p>	القاهرة
	<p>شارع المستشفى المركزي بجوار التأمين الصحي - نهاية شارع المحكمة الجديدة - مدينة الخانكة - القليوبية</p>	<p>(202)44698816</p>	حكومي	<p>مستشفى الخانكة للصحة النفسية</p>	القليوبية
	<p>شارع العلوم خلف مستشفى صدر بناها - بجوار مركز تدريب مديرية الصحة بالقليوبية - بناها - القليوبية</p>	<p>(2013)3232506</p>	حكومي	<p>مستشفى بناها للصحة النفسية</p>	القليوبية
	<p>شارع النبوي المهندس - الملاحة - المنتزه - الإسكندرية</p>	<p>(202)3256823</p>	حكومي	<p>مستشفى المعمورة للصحة النفسية</p>	الإسكندرية



	وحدة صحة قومبانية أبو قير - كفر الدوار - الخط الوسطاني الاربع عزب أمام قسم شرطة عرابي	(204)52290300	حكومي	مركز فرانكو بازاليا للصحة النفسية	الإسكندرية
	18 طريق اسكندرية مطروح - بجوار أبراج العائلة - البيطاش - العجمي - الاسكندرية.	(203)3019340	حكومي	مركز عباس حلمي للصحة النفسية	الإسكندرية
	قرية كفر العزازي - الطريق الرابط بين قرية كفر العزازي ومدينة القرين - مركز أبو حماد - الشرقية	(2055)3443777	حكومي	مستشفى العزازي للصحة النفسية	الشرقية
	مستشفى شيبين الكوم للصحة النفسية - (مجمع المستشفيات) - قرية ميت خلف - مدينة شيبين الكوم - محافظة المنوفية	(2048)2170182	حكومي	مستشفى شيبين الكوم للصحة النفسية	المنوفية
	مستشفى الصحة النفسية بطنطا - ش+C16;D14+E23ارع عبد الحى مشهور - متفرع من شارع الجيش - بجوار مستشفى طنطا الجامعي - طنطا - الغربية		حكومي	مستشفى طنطا للصحة النفسية	الغربية

	قرية شبرا قاص - مركز السنطة - محافظة الغربية	(204)52290300	حكومي	مركز شبرا قاص للصحة النفسية	الغربية
	مستشفى دميرة للصحة النفسية - قرية دميرة (السرايا) - مركز طلاخا - الدقهلية	(050)2422026	حكومي	مستشفى دميرة للصحة النفسية	الدقهلية
	امتداد شارع 23 ديسمبر - متقاطع مع شارع قناة السويس - أمام مساكن المروة من جانب ومساكن السيدة خديجة من جانب آخر - حى الزهور - بورسعيد	(2066)3670454	حكومي	مستشفى بورسعيد للصحة النفسية	بورسعيد
	مستشفى بني سويق للصحة النفسية - كورنيش النيل - خلف مستشفى بنى سويق العام - محافظة بني سويق	0822352323	حكومي	مستشفى بني سويق للصحة النفسية	بني سويق
	مستشفى المنيا للصحة النفسية - خلف جهاز مدينة المنيا الجديدة - مدينة المنيا الجديدة - محافظة المنيا	(2086)2294071	حكومي	مستشفى المنيا للصحة النفسية	المنيا

	4 شارع الملك فيصل بجوار مديرية الشؤون الصحية - أسيوط	(2088)2148164	حكومي	مستشفى أسيوط للصحة النفسية	أسيوط
	أسيوط - منقباد علوان - طريق أسيوط القاهرة الزراعي بجوار المركز الصحي بعلوان		حكومي	مركز علوان للصحة النفسية	أسيوط
	المقر الحالي المؤقت (لحين الانتهاء من تطوير المقر الدائم): طريق ناصر الزراعي، أخميم، مركز أخميم، سوهاج بجوار مستشفى أخميم المركزي. المقر الدائم (وهو تحت التطوير): مستشفى سوهاج للصحة النفسية - شارع التحرير بجوار مستشفى الحميات ومستشفى الأمراض الصدرية - سوهاج.	(2093)2584365	حكومي	مستشفى سوهاج للصحة النفسية	سوهاج
	السد العالي شرق - بجوار الحجر الصحي - أسوان	(2097)3480652	حكومي	مستشفى أسوان للصحة النفسية	أسوان
	مواعيد العمل يوميا من 9 صباحاً حتى 5 مساءً - ويمكن التواصل معهم على الواتس أب على نفس الأرقام	15322 - 01144144446 - 01155509900	دعم نفسي أون لاين - مجاني	وحدة الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي - الهلال الأحمر المصري	

<p>علاج نفسي مجاني عبر الإنترنت مقدم من: مركز (أوبرلين) في برلين - ملحوظة: الموقع والمعالجين الذين ستتعامل معهم عرب و لغة الموقع عربية لذلك تستطيع التعامل بسهولة</p>	<p>علاج نفسي مجاني عبر الإنترنت مقدم من: مركز (أوبرلين) في برلين - ملحوظة: الموقع والمعالجين الذين ستتعامل معهم عرب و لغة الموقع عربية لذلك تستطيع التعامل بسهولة</p>	<p><a href="#">رابط التسجيل</a></p>	<p>دعم نفسي أون لاين - مجاني</p>	<p>علاج نفسي مجاني عبر الانترنت مقدم من: مركز (أوبرلين) في برلين</p>	
---	---	-------------------------------------	----------------------------------	--	--

## - مؤسسات تقدم الإحاطة النفسية للنساء والقاصرات المعنفات-

المحافظة	اسم المركز أو الجمعية	نوع الدعم	رقم التليفون	العنوان	ملاحظات
	الخط الساخن لاستضافة المعنفات	مراكز لاستضافة المعنفات			<p>إجراءات الحصول على الخدمة:</p> <p>1 - تقديم طلب الإلتحاق للمركز.</p> <p>2 - تقديم المستندات المطلوبة.</p> <p>3 - سداد رسوم الإقامة في حالة وجود دخل وهى ربع الدخل الثابت.</p> <p>4 - العرض على لجنة.</p> <p>5 - التعهد بتنفيذ واحترام النظام الداخلي للمركز.</p> <p>المستندات المطلوبة:</p> <p>1 - صورة من بطاقة الرقم القومى.</p> <p>2 - صورة صحيفة الحالة الجنائية (فيش وتشبيه).</p> <p>3 - عدد 2 صورة شخصية.</p> <p>4 - مفردات مرتب في حالة وجود مرتب.</p> <p>5 - شهادة صحية.</p>
القاهرة	مؤسسة بنات الغد (بناتي)	مراكز لاستضافة المعنفات - قاصرات	01200031800	إمبابة - 6 أكتوبر	<p>إيميل: banatelghad@hotmail.com</p>

	4 وحدات	/ 023524563 /023524905 023524670	مراكز لاستضافة المعنفات - قاصرات	جمعية قرية الامل للتأهيل النفسي وحماية أطفال الشوارع	القاهرة
إيميل: adew@adew.org	17 ش أسماء فهمي - أرض الجولف - مدينة نصر - القاهرة	(02)24140400	مراكز لاستضافة المعنفات	جمعية عمر بن عبد العزيز	القاهرة
	10\8 شارع متحف المنيل- الدور الثاني والخامس	/ 023644324 / 025325578 025322949	مراكز لاستضافة المعنفات	جمعية نهوض وتنمية المرأة	القاهرة
	٦ أكتوبر - الحي السادس المجاورة الأولى - محطة دولسي بجوار سنتر الزعيم - الجيزة	(02)38348609 - 01222664100	مراكز لاستضافة المعنفات	جمعية تنظيم الأسرة بالجيزة	الجيزة
	شارع كلية الطب، امام نادي بنها الرياضي - بنها	(013)3220585 - 01012058824	مراكز لاستضافة المعنفات	مجمع خدمات المرأة المتكامل	القليوبية
	25 ش مسجد مصطفى كامل (خيل الخياط سابقاً) - قسم سيدي جابر - الإسكندرية	- (03)5234886 01227197802	مراكز لاستضافة المعنفات	جمعية مصطفى كامل	الإسكندرية
	شارع محمود شاهين أمام مسجد العيصوي، المنصورة، ملحق بدار الامل للمسنين	- (05)2162014 01002635610 - 01025830779	مراكز لاستضافة المعنفات	جمعية المواطنة الإسلامية الخيرية بالممنصورة	الدقهلية
	عمارة ١٠ شارع إسماعيل الدوري - المساكن الإقتصادية بالحادقة - خلف الأمن الغذائي الدور الأول	(084)2070742 - 01007812368 - 01009459883	مراكز لاستضافة المعنفات	جمعية تنمية المجتمع بندر ثالث الفيوم	الفيوم

	شارع 23 يوليو - أعلى مطعم الحسيني - مبنى الإدارة الاجتماعية لمركز بني سويف	(082)2362508 - 01068986855	مراكز لاستضافة المعنفات	مركز الاستضافة المدار بواسطة مديرية التضامن	بني سويف
	مركز المنيا - قرية ماقوسة - ش البوسطة - أمام صيدلية د. محمود	(086)2137105 - 01126266963	مراكز لاستضافة المعنفات	جمعية تنمية المجتمع المحلي بماقوسة	المنيا
	برج الحجاز شارع المهندس عبد الهادي راضي - ترعة المجنونة سابقا - أرض اللواء - بولاق الدكور- ناهيا - الجيزة		دعم نفسي للمرأة المعنفة	مركز قضايا المرأة المصرية	الجيزة
	أ٣ شارع سليمان الطيب، وسط البلد، القاهرة، أمام نقابة المهندسين المصرية بشارع رمسيس	01006662404 - 01000552793 - 01009952374 - (02)37154557	دعم نفسي للمرأة المعنفة	مركز النديم لضحايا العنف الأسري	القاهرة
	٤ شارع حسين صدقي - كورنيش المعادي - القاهرة	- ٠٢٢٣٥٨١٠٥١ ٠١٠٠٠٥١٧٤٢٧	دعم نفسي للمرأة المعنفة	الجمعية المصرية للتوعية والصحة النفسية (وعى)	القاهرة
	٤١ شارع نوبار باب اللوغ - القاهرة	(02) ٠٢٢٧٩٥٨٠٨٠	دعم قانوني للمرأة المعنفة	مؤسسة المرأة المصرية للقانون وثقافة السلام	القاهرة
<a href="https://www.facebook.com/profile.php?id=100088197087371">https://www.facebook.com/profile.php?id=100088197087371</a>		01010396998	دعم قانوني للمرأة المعنفة	دعم قانوني للمرأة المعنفة	القاهرة