

مجموعة اللعب • طبيب الأطفال • الحضانة • مركز الأسرة

- Arabisch -



المعلومات تسهل حياة الأهل ...

أهلاً وسهلاً



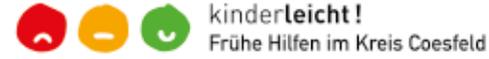
الأهالي الأعزاء.

ولادة طفل جديد هي حدث سعيد لذلك أتمنى لكم أسعد الأوقات مع المولود الحديث، مثل هذا الحدث يتطلب القوة والعزم والصبر الجميل من الأهل.

ان يصبح المرء أباً أو أما هو شيء جميل، ولكن أحياناً تكون الأمور صعبة وشاقة وتحتاج العائلة الى شتى أنواع المساعدة للتغلب على أمور الحياة اليومية لذلك الإستشارات والمعلومات التي يقدمها مركز التنسيق الخاص بالمساعدة الأولية لمنطقة كوسفلد تعطيكم جواباً على كل الأسئلة التي تحتاجها العائلة فالمعلومات تسهل حياة الأهل .

مدير منطقة كوسفلد

د. كريستيان شولسه بلنجر
(Dr. Christian Schulze Pellengahr)



المصدر:

مقاطعة كوسفلد / Kreis Coesfeld

مصلحة الشباب / Jugendamt

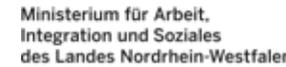
بالتعاون مع

المركز الجماعي للإندماج / Kommunales Integrationszentrum

E-Mail: jugend-und-familie@kreis-coesfeld.de

Telefon: 0049 (0) 25 41 / 18-0

بدعم من :



© مقاطعة كوسفلد، فبراير 2017

الصورة الصفحة 6: Klaus Eppele-fotolia.com

دليل الأسرة الخاص بنا تجدونه على الأنترنت تحت الرابط التالي:

www.kreis-coesfeld.de



يمكنكم أيضاً استعمال السمات فون و قراءة هذه الشفرة عن طريق استعمال التطبيق المناسب الممكن تحميله من الأب ستوري من جوجل أو أبل

هذا الدليل يعطي أجوبة على أسئلة كثيرة

صفحة	
6	من يساعدني إذا كنت حامل أو إذا وضعت الآن ؟
9	من أين أحصل على مساعدة إضافية بعد الولادة ؟
10	هل وضع طفلي الصحي جيد ؟ ماذا أفعل إذا كان طفلي مريض ؟
11	كيف يمكنني تعلم التواصل مع طفلي كيف أستطيع التعرف على أهالي أطفال لتبادل الآراء ؟
12	إذا وصلت إلى نقطة ولا أعرف كيف أتصرف , من أستطيع سؤاله واستشارته ؟ أين أجد المساعدة لأجلي ولأجل طفلي ؟
13	من يساعدني أنا وطفلي إن كانت المشاكل في العائلة كبيرة ؟
14	أين يستطيع طفلي اللعب مع أولاد آخرين تحت إشراف خاص ؟
15	أين أجد عروض عائلية في منطقة سكني ؟
16	من أين أحصل على مساعدة مالية قبل وبعد الولادة ؟
17	أرقام التليفونات وصفحات الأنترنت .



نحن نقدم الاستشارات والمعلومات للسيدات الحوامل وللأهل الذين لديهم أولاد في أعمارهم الأولى .

مركز التنسيق الخاص بالمساعدة الأولية

مقاطعة كوسفيلد , مكتب الشباب . / Jugend-Amt, Kreis Coesfeld

يمكنكم الاتصال بنا أو كتابة رسالة إلكترونية .

fruehehilfen@kreis-coesfeld.de



أندريا منشتر / ماريون غرامز (Andrea Menschner / Marion Grams)

الهاتف: 0049 (0) 2541 / 18 - 0

إذا كان الأهل لا يرغبون أن يعطوا إسمهم أو عنوانهم فذلك لا يهم فنحن نساعد ونقدم إستشارات تليفونية أو عبر البريد الإلكتروني .



عنواننا ممكن أن تجده بالإنترنت و جميع الاستشارات التي نقدمها
www.kreis-coesfeld.de

مجانية ولجميع الجنسيات والأديان دون أي تفريق ,
وتكون خاضعة للسعر المهني



من يساعدني إذا كنت حامل أو إذا وضعت الآن ؟

يوجد أيضاً للسيدات الحوامل أو للعائلة التي لديها أطفال صغار مكتب العائلة الإستشاري لتقديم الإستشارات والنصائح ومرافقة السيدة الحامل من وقت الحمل ليلبغ الطفل عامه الثالث , ويقدم المكتب أيضاً شرحاً وافياً للعائلة عن طرق منع الحمل والحالات الجنسية والمشاكل العائلية .



مبالغ مساعدة الطفل

المشرفين المسؤولون يستطيعون أن يقدموا لكم طلبات مساعدة من أجل تأمين احتياجات الطفل الأولى , كسرير الطفل , ألبسة ..

www.schwanger-und-viele-fragen.de

لا تكاد توجد أشياء أخرى تغير حياتنا مثل الحمل. ايا كانت الأسئلة , الشكوك, المخاوف التي تراودكم , نحن دائماً هنا لمساعدتكم سواء عبر النت, الهاتف أو في عين المكان

الهاتف. 08004040020

تقديم الإرشادات عبر النت: الألمانية, التركية, الروسية, الفرنسية الإنجليزية, الإسبانية, البرتغالية, الإيطالية, البولونية, الصربية, الصينية, البلغارية, الرومانية والعربية, الفارسية و الفيتنامية

أو معلومات من الممكن الحصول عليها على موقع الانترنت .

stefan.kraus@kreis-coesfeld.de
birgit.deese@kreis-coesfeld.de



من يساعدني إذا كنت حامل أو إذا وضعت الآن ؟



الطبيب أو الطبيبة النسائية يقوم بفحص الحالة الصحية للمرأة الحامل و الجنين أثناء فترة الحمل , هذه الفحوصات هي دورية كل أربعة أسابيع يجب خلالها على السيدة الحامل أن تذهب إلى العيادة النسائية وفي الشهرين

الأخيرين يتم الفحص كل أسبوعين من طبيب أو

طبيبة النسائية يقدم بطاقة تدعى "جواز الأم"

يسجل فيها جميع الحالات والفحوصات التي تتم

أثناء الحمل , وعلى السيدة الحامل أن تحمله بشكل

دائم معها وتقدمه بالعيادة عند كل مراجعة. زيارة

الطبيب هي شيء اختياري و يساعد على التعرف

على الأمراض المحتملة التي يمكن أن تصيب

الجنين قبل الولادة .



للذهاب إلى العيادة المريضة بحاجة إلى بطاقة تأمين أو ورقة معالجة تمنحها
مصلحة المساعدة الإجتماعية

عند الذهاب إلى الطبيب أو الطبيبة النسائية تستطيع السيدة الحامل أن تأخذ زوجها أو أي شخص تحب أن يرافقها أثناء الفحص ..

في صفحات الأنترنت يوجد أسماء أطباء وطبيبات نسائية .

البحث عن الطبيب (Arztsuche)

www.kvwl.de



المعلومات الخاصة بالطبيبة النسائية تجدونها لدى مصلحة الصحة العمومية القريبة منكم .

gesundheit@kreis-coesfeld.de





من أين أحصل على مساعدة إضافية بعد الولادة ؟

القابلة المختصة تساعد الأم لحين بلوغ الطفل سنة واحدة ,
وفي بعض الحالات الخاصة لحين الثلاث سنوات .

حين تصبح الأمور صعبة على الأم وخاصة إدارة الحياة المنزلية ,
وخاصة خوف الأم بأن رعايتها للطفل خاطئة حين حصول مشاكل عائلية في المنزل بين
الأهل أو إن كانت الأم مريضة.

القابلة المختصة تحضر الى المنزل وتساعد بالأمر التالية:

- القابلة تعلم الأم كيف عليها إطعام الطفل , وطريقة تحفيضه.
- القابلة تخبر الأم عن المواعيد التي يجب أن تأخذ بها الطفل إلى طبيب الأطفال.
- هي تقدم استشارات بخصوص طعام الطفل , أو ماذا على الأم أن تفعل في حالة بكاء الطفل.
- تقوم بالمساعدة في كتابة الطلبات الخاصة من أجل مبالغ المساعدة المقدمة من الدولة للطفل.
- تقدم المساعدة في اختيار ملابس الطفل والسيدة الحامل قبل الولادة وتعمل على جمع سيدات ولدن حديثاً للتعارف وتقديم المشورة.
- تحاول تقديم استشارات للعائلة في حال حدوث مشاكل عائلية.

القابلة المختصة موجودة من خلال العناوين الألكترونية وهي مجانية يكفي أن يكومعكم
البطاقة الصحية



هنا يمكنكم إيجاد الأطر الصحية

← www.kreis-coesfeld.de

يمكنكم الحصول على معلومات إضافية لدى مكتب التنسيق الخاص
بالمساعدة المتقدمة

fruehehilfen@kreis-coesfeld.de



من يساعدني إذا كنت حامل أو إذا وضعت الآن ؟

القابلة المختصة هي خبيرة في كل أمور الحمل والإعتناء بالطفل بعد الولادة وهي تستطيع
أن ترافق السيدة الحامل طوال وقت الحمل , وهذه المرافقة والإعتناء تدفع
من خزينة الأمراض , ولا تتحمل
العائلة أية مصاريف خاصة , يكفي أن يكون بطاقة التأمين الصحي أو
البطاقة الصحية من مصلحة المساعدة الإجتماعية



تحتاجون لقسيمة استشفاء او بطاقة تأمين إلكترونية, اتصلوا في الوقت
المناسب بمكتب الجماعة الحضرية أو القروية في مكان إقامتكم



المساعدة من القابلة المختصة تسهل للسيدة الحامل والطفل
بداية حياة سعيدة .



هل يوجد لديكم صديقة أو قريبة قد ولدت منذ وقت
قريب وهي بحاجة لقابلة مختصة ؟

هنا يمكنكم إيجاد القابلة

www.hebammennetzwerk-muensterland.de



هذه هي العناوين الالكترونية اللتي أنتم بحاجة لها

stefan.kraus@kreis-coesfeld.de

birgit.deese@kreis-coesfeld.de





كيف أستطيع التعلم طريقة التفاهم مع طفلي ؟ أين أستطيع تبادل الآراء مع بقية الأهل ؟

في المراكز العائلية ومراكز تأهيل العائلة يوجد عروض كثيرة لتأهيل الأهل والأولاد، العروض دائماً تكون بمجموعات صغيرة، وهي تحت إشراف خبير مختص بشؤون الأسرة، الكثير من هذه العروض مجانية.

الأم والأب يستطيعون هناك :

- تعلم لغة الطفل الرضيع بطريقة أفضل.
- تعلم طريقة متابعة نمو الطفل ومراعاته صحياً.
- من الممكن أن تطرحوا الأسئلة لطريقة معاملة الأولاد والآخرين مع الطفل.
- سوف تقدم لكم معومات كاملة عن اليوم العائلي وكيف يتم قضاؤه.
- تعليم كيفية اللعب والتسلية اليومية مع الطفل الرضيع.

بالمجموعة يمكنكم التعرف على أهالي أطفال آخرين ومن الممكن تبادل الآراء معهم.

الحصول على المعلومات الإضافية عن طريق البريد الإلكتروني

fruehehilfen@kreis-coesfeld.de oder ki@kreis-coesfeld.de



هل ينمو طفلي بشكل طبيعي؟

ماذا علي أن أفعل إن كان طفلي مريض ؟

بالنسبة للأطفال هناك أطباء مختصون، يمكنهم فحص طفلكم، في حالة المرض. يمكنكم أيضاً في فترات زمنية منظمة القيام بالفحوصات الوقائية.



مهام طبيب الأطفال:

- يقوم بفحص طفلكم و يحدد إن كان ينمو بشكل طبيعي.
- يمدكم بنصائح مهمة.
- يتكلم معكم عن التلقيح. لأن التلقيح يمكن أن يحمي طفلكم من العديد من الأمراض المعدية
- يقوم بتلقيح طفلكم.
- يجيب على أسئلتكم.

نتائج الفحوصات يدونها الطبيب في الكتاب الأصفر الخاص بالفحوصات.



الكتاب يجب إحضاره الى كل فحص. التلقيح يتم تدوينه في كتاب التلقيحات. الفحوصات عند طبيب الأطفال هي مجانية.

تحتاجون لقسيمة علاج أو بطاقة التأمين الإلكترونية؟ سارعوا لطلبها من المكتب الجماعي التابع لمكان سكنكم.



أحضروا طفلكم للفحوصات لأنه أمر مهم و أساسي لنمو طبيعي و صحي و يمكنكم من العناية بطفلكم.

جميع المعلومات الخاصة بالتطعيم والفحص المبكر موجودة على الموقع الإلكتروني لمديرية الصحة

gesundheit@kreis-coesfeld.de



هنا يمكنكم أن تجدوا طبيب الأطفال

البحث عن الطبيب (Arztsuche) ← www.kvwl.de



من يقدم لي ولطفلي المساعدة ' في حالة المشاكل أصبحت كثيرة بالعائلة ؟

مكتب حماية الشباب يساعد الأهل ' أو الأم أو الأب إذا كانوا لوحدهم مع الأطفال ' خاصة إن لم يكتفي الأمر بالمحادثة .



✓ مساعدو الحياة مع الطفل ..

مكتب حماية الشباب يقدم المساعدة الإضافية في حالة التربية الصعبة ويقدم خبراء وإستشارات في هذا الخصوص .
هذا يسمى: المساعدة على التربية

✓ أموال مخصصة للطفل ..

في حالة الحاجة للمساعدة المالية وعجز الأب او الأم المنفصلين عن دفع إحتياجات الطفل .
هذا يسمى: النفقة المسبقة



✓ الإتفاق على زيارة الطفل ..

مكتب حماية الشباب يساعد الأهل في حالة الإنفصال على تنظيم أوقات الزيارة لكل طرف والإلتقاء مع الأطفال .
هذا يسمى: قانون الزيارة

جميع المعلومات من الممكن الحصول عليها من مكتب حماية الشباب أو عبر البريد الإلكتروني .

jugend-und-familie@kreis-coesfeld.de



من أستطيع أن أسأله إذا لم أعد أعرف ما أفعله ؟ أين أحصل على مساعدة لي ولطفلي ؟



في منطقة كوسفيلد يوجد مشرفين مختصين يستطيعون تقديم المساعدة في الأوقات الصعبة سواء للأم أو الطفل الرضيع، عندما تطلبين موعد يتم إجراء محادثة والبحث عن الحلول المناسبة للعائلة وهذه الاستشارات هي مجانية.



بأي أمر	من يساعدني ؟
في حالة مشكلة مع الزوج، مشاكل وأمور عائلية، مشاكل مع الأطفال.	مجموعة حماية العائلة، للمشاكل والتربية.
في حالة الشكوى من الإدمان	الإستشارة القانونية للإدمان، مشروبات كحولية، مخدرات.
كل حالات الديون	إستشارات في حالة المشاكل المالية (ديون)
الديون المالية	نصائح للأشخاص المدينين
يبحث عن عروض إستشارية أو كورسات للعائلة.	المركز العائلي.

أرقام التليفونات والعناوين ممكن الحصول عليها من مكتب حماية الشباب أو البلدية في مكان السكن.

أو من العنوان الإلكتروني



jugend-und-familie@kreis-coesfeld.de



أين أجد عروض للعائلة في مكان سكني ؟

- في مراكز العائلة يوجد عروض مختلفة للأهالي والأولاد .
- إعادة الصحة بعد الحمل
- ساعة الوزن للطفل والأهل
- إجتماع تعارف للأهل
- لقاء مسائي للأولاد والأهل
- زيارات وتجوال لجميع أعضاء العائلة

في مراكز العائلة يوجد مشورة شخصية تحت إشراف مختصين ويقدمون النصائح من أجل البحث عن طبيب الأطفال أو عن قابلة قانونية .

إبحثوا عن عنوان المركز العائلي في مكان سكنكم من أجل الحصول على المعلومات المجانية .

معلومات حول العروض الخاصة بالأسرة تجدونها أيضاً في المكتب الجماعي التابع لمكان سكنكم.

www.ascheberg.de
www.billerbeck.de
www.coesfeld.de
www.duelmen.de
www.havixbeck.de
www.luedinghausen.de
www.nordkirchen.de
www.nottuln.de
www.olfen.de
www.rosendahl.de
www.gemeinde-senden.de



أين يستطيع طفلي أن يلعب مع أولاد آخرين تحت إشراف خاص ؟

من الممكن أن يوضع الطفل في حضانة مع مراقبة وإشراف كامل يستطيع بها أن يلعب ويتعلم الرسم والغناء وبالطبع يتم تقديم الفطور بالحضانة كل يوم .
الأم تستطيع مرافقة طفلها في البداية وتتعرف على المشرفين .

§ حسب القانون . يحق لكل طفل بلغ السنة مكان في حضانة الأطفال لذا على الأهل العمل على تسجيل أطفالهم في الحضانة ..

تعدد اللغات مرحب به ..

مكتب حماية الشباب والمكاتب العائلية تساعد الأهل على مكان في الحضانة .

jugend-und-familie@kreis-coesfeld.de



العناوين الإلكترونية .

www.kinderbetreuung.kreis-coesfeld.de



أرقام تليفونات مهمة وصفحات البريد الإلكتروني .

110	الشرطة
112	الإطفائية , الإسعاف , طبيب الإسعاف
0049 (0)228/19240	في حالة التسمم مركز بون
116117	رقم الطوارئ الطبية
	في حالات الأمراض ليلاً أو نهاية الأسبوع أو أيام العطل الرسمية



www.zanzu.de

سانو جسدي في الكلمة والصورة

هذا الموقع الإلكتروني يعطي معلومات عن جسد الإنسان والدوافع الجنسية بـ13 لغة مختلفة, المعلومات تتضمن المواضيع المختلفة عن الحمل, الأمراض التناسلية, المشاعر والأحاسيس, أيضاً عن الحقوق الشخصية والقوانين المرعية, أيضاً عن حبوب منع الحمل. وقد تم عمل خط خاص للأشخاص الذين لا يعرفوا القراءة يكفي أن تضغط على الميكروفون وتسمع التعليمات بالكامل.

هاتف الأباء و الأمهات

تحت الرقم التالي تستطيعون الإتصال من أي مكان في المانيا وتحصلوا على معلومات بشكل دائم من بداية الحمل وحتى بلوغ الطفل ثلاث سنوات كل هذه المعلومات تتم بشكل سري .

رقم الهاتف 0800110550



كيف أحصل على مساعدات مالية لي ولولدي قبل و بعد الولادة ؟

الكثير من الناس لا يوجد لديهم عمل. أو مدخولهم قليل وليس لدى العائلة أي مدخرات أخرى تستطيع العائلة تقديم طلب حسب المكان الذي تسكنوا فيه لإضافة المعلومات الإتصال بالرقم التالي أو بالبريد الإلكتروني

www.jobcenter-kreis-coesfeld.de



للتواصل

قائمة مخاطبيكم في جميع المدن و الجماعات التابعة لمقاطعة كوسفيلد



أين؟	لأي غرض؟
في حالة الحصول على المال من مصالحي المساعدة الاجتماعية	
مركز المساعدة على إيجاد العمل أو مصلحة المساعدة الاجتماعية في عين المكان؛ خزينة النفقة المسبقة الموجودة عند مصلحة الشباب = فقط إن كنتم تعيشون مع طفلكم دون شريككم. مصلحة تقديم الإرشادات للحوامل, خزانة الملابس, التجمع الكنسي	ملابس الحمل تغذية صحية ومتوازنة خلال مرحلة الحمل اللوازم الأولية للمولود الجديد: سرير و ملابس التعويض عن العطالة و المساعدة الاجتماعية للطفل (الملابس, الأكل و التجهيزات)
مركز المساعدة على إيجاد العمل في مكان سكنكم	التعليم و التكوين. • وجبة الغداء والخرجات في إطار العناية اليومية بالأطفال • مجموعة اللعب, السباحة للصغار
مصلحة المساعدة المالية للسكن, مركز المساعدة على إيجاد العمل, مصلحة الشؤون الاجتماعية في مكان سكنكم	واجب الكراء و التدفئة
لجميع الأباء بعد الولادة	
مصلحة المساعدة المالية الخاصة بالأباء و الأمهات لدى مصلحة الشباب	المساعدة المالية الخاصة بالأباء و الأمهات (للملابس, الأكل و التجهيزات)
خزينة الأسرة لدى مصلحة الشغل	مصاريف الأطفال (للملابس, الأكل و التجهيزات)

مجموعة عناوين للبريد الإلكتروني لمستشارين يقدمون النصائح من أجل العمل وأمور العائلة .



www.kindergesundheit-info.de/fuer-fachkraefte/
arbeiten-mit-fluechtlingsfamilien

مركز الشباب المركزي لمقاطعة كوسفيلد لديه الإختصاص لكل المدن و الجماعات التابعة لمقاطعة كوسفيلد عدا مدينتي كوسفيلد و دولمن

مكتبل حماية الشباب في كل منطقة كوسفلد .

Stadt Coesfeld - Fachbereich 51 مدينة كوسفلد قسم رقم 51
Bernhard-von-Galen Str. 10 شارع برنهارد فون غالن رقم 10
48653 Coesfeld 48653 كوسفلد
تليفون 0049 (0) 2541/939-0

لمدينة دولمن العنوان الآتي .

Stadt Dülmen - Fachbereich 51 مدينة دولمن قسم رقم 51
Markt 1 ماركت رقم 1
48249 Dülmen 48249 دولمن
تليفون 0049 (0) 2594/12-0

الإختصاص في مسائل صحة الطفل في مقاطعة كوسفيلد يعود ل :

Kreis Coesfeld مقاطعة كوسفيلد, مصلحة الصحة, الخدمات الطبية للأطفال و الشباب
Gesundheitsamt شوتزن فال 16 ص.ب: 48653 كوسفيلد
Schützenwall 16 - 48653 Coesfeld تليفون 0049 (0) 2541/18-5310

مركز الإندماج الثيسي لمدينة كوسفلد يقدم جميع أنواع الإستشارات والنصائح العائلية .

ki@kreis-coesfeld.de
تليفون 0049 (0) 2541/18-9401



تطبيق الوصول هو رفيق الدرب الخاص بكم في الأسابيع الأولى في المانيا من خلال جهاز الهاتف تستطيع عن طريق الآب أن تاخذ معلومات عن قضاء أول أسبوع في المانيا وخاصة عن طريقة الحياة والتعرف كيف تتم تقديم أوراق الجوء , كذلك يحتوي معلومات عن العمل وعن المدارس الحرفية , والأمكانية . للبدء بتعلم اللغة الألمانية .



تطبيق : مرحبا بكم في ولاية شمال الراين فستاليا الآب لولاية شمال الراين فستاليا .

هذا الآب مخصص من حكومة الولاية للاجئين فيه معلومات واسعة وخاصة عن الولاية وطريقة السفر والحياة في الولاية



الرقم الخاص لمجموعة العنف ضد النساء 08000116016

وضع خصيصاً للنصائح والمشورة في حالة حصول عنف للنساء هو رقم مجاني تستطيع النساء الإتصال وطلب المساعدة وهو شغال طوال العام , الإستشارات والمساعدة مجانية ويوجد أشخاص يقدمون النصائح ب 15 لغة مختلفة .



هذه المعلومات المقدمة في هذا المنشور هي مقدمة بلغة سهلة يستطيع كل شخص الإطلاع عليها والإدارة الناشرة هي غير ملتزمة بالحقوق والواجبات المقدمة من مختلف المؤسسات والجمعيات الخيرية , فهذه المساعدات قابلة للتغيير .

