

به هامبورگ خوش آمدید

پیشنهادات برای خانواده‌های دارای کودک

آیا به تازگی وارد هامبورگ شده‌اید و کودک شما می‌خواهد کاردستی درست کند، بازی نماید و با کودکان دیگر آشنا شود؟ آیا در مورد زندگی خانوادگی سوالی دارید یا می‌خواهید با والدین دیگر به تبادله نظر پردازید؟ در اینجا به اطلاعات لازم در مورد برنامه‌های شهری دسترسی پیدا می‌کنید. این پیشنهادات داوطلبانه و اکثراً رایگان هستند. به همه خانواده‌ها، کودکان و جوانان از صمیم قلب خوش آمد می‌گوییم.

پیشنهادات برای کودکان و جوانان

جا در مهدکودک: آیا به دنبال مراقبت‌های روزانه برای کودکان صفر تا شش سال خود هستید؟ پس لطفاً اطلاعات را از اینجا کسب نمایید:
[یک مهدکودک برای کودک ما \(اطلاعات چند زبانه\) - hamburg.de](http://hamburg.de)

پیشنهادات برای اوقات فراغت: آیا زیر 27 سال سن دارید، آیا می‌خواهید با افراد هم سن و سال خود آشنا شوید و با هم اوقات فراغت تان را سپری کنید؟ مکان‌های زیادی در هامبورگ وجود دارند که کودکان و نوجوانان می‌توانند پس از تعطیلی مدرسه و مهدکودک به آنجا بروند و با دیگران در تماس باشند. شما در آنجا می‌توانید با دیگران بازی کنید، کاردستی درست کنید، ورزش کنید، موسیقی بنوازید، آشپزی کنید، کار با چوب و فلز انجام دهید، باغچه احداث نمایید و خیلی موارد دیگر. شما می‌توانید با هم ملاقات کنید، با هم به موضوعات مورد علاقه تان پردازید و به شکل دادن به پیشنهادات مبتنی بر ایده‌های خود کمک کنید. مریان شما را در این زمینه همراهی می‌کنند و برای پاسخ دادن به سوالات شما در دسترس خواهند بود. پس به یکی از این آدرس‌های بیشمار مراجعه کنید!

[محل‌های ملاقات برای کودکان و جوانان در هامبورگ - پیشنهادهای ارائه شده آزاد توسط سازمان کار با کودکان و جوانان - hamburg.de](http://hamburg.de)

مشاوره و پشتیبانی: آیا به عنوان یک نوجوان یا جوان با چالش‌های روزمره، مانند مشکلات در زمینه‌ی ادغام در مدرسه، یا در حوزه‌ی کاری و یا موضوعات خانوادگی مواجه هستید؟ پس سازمان مددکاران اجتماعی جوانان با مشاوره و حمایت محرمانه از شما پشتیبانی خواهند کرد. [مشاوره و کمک - کودکان و جوانان در هامبورگ - hamburg.de](http://hamburg.de)

وقت ملاقات برای آسیب‌دیدگان روحی: جوانان زیر 21 سال و خویشاوندان آنها که به دلیل تجربه‌ی مهاجرت آسیب روحی دیده‌اند، در مرکز رسیدگی‌های سرپایی مهاجرین در بیمارستان دانشگاهی هامبورگ، حمایت‌های روان‌درمانی و روانی-اجتماعی دریافت می‌نمایند. در آنجا پیشنهاد برای رسیدگی انفرادی و همچنین گروهی وجود دارد. برای اطلاعات بیشتر به این وب‌سایت مراجعه کنید: [بیمارستان دانشگاهی هامبورگ - مرکز رسیدگی‌های سرپایی - مرکز رسیدگی سرپایی برای مهاجرین](http://hamburg.de)

[شماره تلفن اضطراری برای کودکان و جوانان:](http://hamburg.de)

با شماره تلفن «شماره در برابر غم» می‌توانید رایگان و به صورت ناشناس تماس بگیرید. کودکان و جوانان به عنوان مثال در صورت بروز مشکلات با خانواده، مدرسه و یا دوستان می‌توانند از طریق شماره‌های تلفن اضطراری حمایت و مشاوره تلفنی دریافت کنند. شماره تلفن برای کودکان و جوانان: 116 111، دوشنبه‌ها تا شنبه‌ها از ساعت 2 بعد از ظهر تا 8 شب.

به هامبورگ خوش آمدید

کودکان و جوانانی که در بحران‌های حاد اجتماعی و شرایط اضطراری قرار دارند، می‌توانند شب و روز با تماس‌گیری با شماره تلفن 42815 3200 مشاوره و کمک کسب نمایند.

پیشنهادات برای والدین

محل ملاقات برای والدین: شما می‌توانید با والدین دیگر دیدار کنید، به تبادل نظر بپردازند، اطلاعات پیرامون زندگی خانوادگی دریافت نمایید، سوالات خود را مطرح کنید و یا در دوره‌های آموزشی و برنامه‌ها شرکت نمایید. این محل ملاقات‌ها را به عنوان مثال مدارس والدین، نهاد آموزشی خانواده، مراکز والدین-کودک و مراکز کودکان و خانواده می‌نامند.

مشاوره و پشتیبانی برای زنان باردار و مادران دارای نوزاد: آیا باردار هستید یا کودک شیرخواره دارید؟ ماماها (قابله‌ها) به عنوان زنان متخصص توانا برای بارداری، زایمان، دوران نقاهت پس از زایمان و دوران شیردهی در دسترس می‌باشند.

وبسایت برای جستجو: www.ammely.de

آیا به حمایت‌های بیشتری نیاز دارید؟ متخصصان تیم‌های خانوادگی شما را در موارد دشوار همراهی می‌نمایند و به شما مشاوره ارائه می‌دهند. زنانی که در شرایط بد اقتصادی قرار دارند، می‌توانند در جریان بارداری از «نهاد فدرال برای کودک و مادر» کمک مالی، مانند لباس و تجهیزات، درخواست کنند. اطلاعات چند زبانه را از اینجا به دست آورید:

نهاد فدرال برای مادر و کودک (bundesstiftung-mutter-und-kind.de)

مشاوره پیرامون موضوعات پرورش و مشکلات خانوادگی: مشاوره در مراکز مشاوره‌ی پرورشی برای والدین، کودکان و جوانان به صورت محرمانه و رایگان ارائه می‌شود.

← آدرس‌های موارد فوق و بسیاری از پیشنهادات دیگر برای خانواده‌ها را می‌توانید از بروشور چند زبانه بیابید:

مشاوره و پشتیبانی برای خانواده‌ها در هامبورگ-hamburg.de

و همچنین (به زبان آلمانی) از طریق: راهنمای خانواده برای هامبورگ - hamburg.de به دست آورید.

شماره تلفن برای والدین «شماره تلفن در برابر غم»: مشاره‌ی تلفنی به زبان آلمانی برای والدین و خویشاوندان آنها، هر دوشنبه تا جمعه از ساعت 9 صبح تا 5 بعد از ظهر و پنجشنبه‌ها تا ساعت 7 شب در دسترس است. صحبت تلفنی را می‌توان از تمام نقاط آلمان با تماس به شماره‌ی 0800 111 0 550 به صورت ناشناس و رایگان انجام داد.

مرکز خدمات برای کودکان و جوانان در بحران‌های حاد اجتماعی و شرایط اضطراری، شب و روز از طریق شماره‌ی ذیل:

42815 320 آماده‌ی ارائه کمک و پشتیبانی به خانواده‌هاست.