

# دليل استرشادي للآباء المستقبليين



Landkreis Oder-Spree

مكتب رعاية الشباب

# أعزائي الآباء المستقبليين



من المهم بالنسبة لي بصفتي مدير مقاطعة أودر شبريه (Oder-Spree) أن أقدم لكم المساعدة في جميع مناحي الحياة المهمة. تُوظَّف مقاطعة أودر شبريه طاقمًا مؤهلاً خاصة في أمور مشورة الوالدين، حيث يُمكن لهذا الطاقم تقديم المساعدة لكم وللأسر الشابة قولاً وفعلاً من خلال المرافقة في الأمور الصحية والمصالح الحكومية فضلاً عن أمور الحياة اليومية. إذا كنتم ترغبون في الحصول على هذه المساعدة، يُسعدنا بصفتنا إدارة مقاطعة أودر شبريه أن نرافقكم خلال مرحلتكم الجديدة في الحياة وما بعدها. إنكم تملكون بين أيديكم بالفعل مساعدة بسيطة متمثلة في هذا الكتيب.

**استفسارات؟  
اقتراحات؟  
نقد؟**

يُساعدنا تلقي ملاحظاتكم!  
أرسلوا إلينا عبر

[elternwegweiser@l-os.de](mailto:elternwegweiser@l-os.de)

ستتم الإجابة هنا عن الأسئلة الأولى المتعلقة بالولادة والمسائل الإدارية مثل إعانة الوالدين والحضانة وإعانة الأطفال والنفقة وكذلك العروض التي تُقدّم للأسر التي لديها أطفالٌ صغارٌ في مقاطعة أودر شيريه. يُساعدكم هذا الدليل الاسترشادي في إجابة التعامل مع الحياة اليومية مع طفلكم منذ البداية. إن رفاية الأطفال والأسر لها أهمية كبيرة بالنسبة لي. ويُساعدني كذلك تلقي اقتراحاتكم حول الطريقة التي يُمكننا بها – بصفتنا الإدارة المسؤولة – مواصلة تحسين دعمنا لأصغر السكان عمرًا فضلاً عن والديهم. أتمنى لكم ولطفلكم حظًا موفقًا والتمتع بصحة جيدة ووقتًا رائعًا!

المخلص لكم



رولف ليندهمان

# المحتوى

## الصحة

بداية من صفحة رقم 6

الحمل

الولادة

رضيعة

بيانات الاتصال



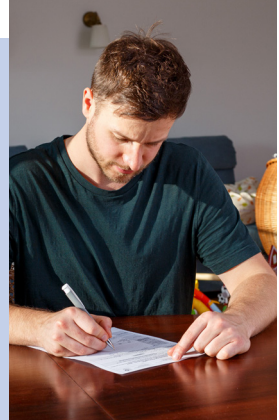
## الشؤون المالية + القانون

بداية من صفحة رقم 38

عمليات التوثيق

الشؤون المالية

الرعاية النهارية للأطفال





## عروض للوالدين والطفل

بداية من صفحة رقم 56

مراكز الوالدين والطفل

عروض المساعدة

المنشورات الإثرائية



الصحة

## الحمل

بداية من صفحة رقم 08

تم التأكد - هناك طفلاً قادم.  
ما العمل الآن؟

عروض المشورة  
خلال فترة الحمل

عروض للحوامل

القبالات -

لبداية طبية في الحياة

## الولادة

بداية من صفحة رقم 17

هل بدأ الأمر الآن؟

مستشفيات الولادة/مركز الولادة

## رضيعة

بداية من صفحة رقم 20

التغذية، البكاء، النوم

جدول التطعيمات

## بيانات الاتصال

بداية من صفحة رقم 24

عيادات أطباء أمراض النساء

عيادات أطباء الأطفال والمراهقين

القبالات

## الحمل

### تم التأكد – هناك طفلاً قادمًا. ما العمل الآن؟

ستبدأ فترة مثيرة في الحياة. يُمكنك القيام بالكثير من الأشياء من أجل صحتك وصحة طفلك للاستعداد على النحو الأمثل للولادة. استمتعي بوقتك قدر الإمكان في هدوء وسعادة وقليل من التوتر.

- تُجهِّز لك شركة التأمين الصحي المسؤولة التي تتبعين لها الكثير من المعلومات والعروض المهمة.
- يُمكن لمراكز استشارات الحمل تقديم المشورة والمساعدة وكذلك نظرة عامة على المساعدات الاجتماعية.
- من المهم مراعاة مواعيد الفحص لدى طبيب النساء الخاص بك.
- ابحثي عن قابلة يُمكنها مرافقتك بداية من الأسابيع الأولى من الحمل حتى نهاية فترة الرضاعة – تجدين بيانات الاتصال بالقابلات العاملات في مقاطعة أودر شبريه بداية من صفحة رقم 32.
- يمكن لطبيب الأسرة أن يساعد في حل المشاكل الصحية العامة.
- وسيقدِّم لك كذلك طبيب الأسنان نصائح وإرشادات حول صحة أسنانك وأسنان طفلك.

❓ يُرجى دائماً استشارة طبيب أمراض نساء في حالة وجود نزيف وآلام.



## عروض المشورة خلال فترة الحمل

### استشارات الحمل/

#### مراكز مشورة للنزاعات المتعلقة بالحمل

تحصلين هنا على معلومات ونصائح تتعلق بموضوعات الحمل، وتنظيم الأسرة والإعانات الاجتماعية (إعانة الأطفال وإعانة الوالدين وإعانة السكن وغيرها) والمسائل القانونية (الحضانة والحق في التسمية وغير ذلك) والفحوصات الوقائية ورعاية القابلة وغير ذلك الكثير، ويُمكنك تقديم طلب للحصول على إعانة لشراء لوازم الطفل الأساسية من المؤسسة الاتحادية "الأم والطفل" (صفحة رقم 49).

#### رابطة بروفاميليا (Pro familia) المسجلة \*

Fellertstraße 85 📍  
15890 Eisenhüttenstadt  
03364 6 10 60 📞

#### الرابطة النسائية الديمقراطية

#### \* المسجلة (Demokratischer Frauenbund)

Liebknechtstraße 20 📍  
15848 Beesow  
03366 2 26 54 📞

#### مركز إيمانويل للمشورة (Immanuel Beratung) في رودرسدورف\*

Seebad 82/83 📍  
15562 Rüdersdorf bei Berlin  
03363 88 31 85 📞

#### مشورة النزاعات المتعلقة بالحمل التي تقدمها جمعية إم أو ها إس التابعة لاتحاد رابطة الصليب الأحمر الألماني (DRK MOHS) المسجلة \*

Seestraße 37 📍  
15537 Erkner  
03362 4 07 13 69 📞  
0162 1 32 10 84 📱

جمعية كاريناس التابعة لأبرشية برلين  
(Caritasverband Erzbistum Berlin)  
المسجلة

Eisenbahnstraße 16 🏠  
15517 Fürstenwalde  
03361 7 70 80 📞

رابطة بروفاميليا (Pro familia) المسجلة \*

Karl-Liebknecht-Straße 20 🏠  
15517 Fürstenwalde  
03361 34 99 17 📞

\* مراكز مشورة معترف بها للنزاعات المتعلقة بالحمل

### قاصرٌ وطفلٌ؟

...هناك الكثير من الأشخاص لتقديم المساعدة .....

لأن النساء الحوامل والأمهات دون السن القانونية يتمتعن بحماية خاصة من المجتمع. من المهم منذ البداية التعامل مع جميع الاستفسارات بصراحة. تقي بوالديك ومعارفك وأصدقائك.

يُمكن تقديم المساعدة دائمًا:

- في مراكز استشارات الحمل
- في عيادات الأطباء
- في مكتب الصحة (Gesundheitsamt)
- في مكتب رعاية الشباب (Jugendamt)
- في المدرسة
- في مراكز التأهيل المهني

## عروض للحوامل

وجبات إفطار للحوامل

تقابلي خلال فترة الحمل مع نساء حوامل أخريات وتبادلن الأفكار معًا في أثناء تناول وجبة إفطار لذيذة. هذا العرض

متاحٌ لك في مراكز الوالدين والطفل والأسرة (طالعي صفحة رقم 58) التابعين لنا في بيزكو (Beeskow) وشتوركو (Storkow) وإركنر (Erkner) وفي آيزنهوتنشتات (Eisenhüttenstadt).

### عروض المعلومات ومعاينة غرفة الولادة

مستشفى آيزنهوتنشتات العام ذات المسؤولية المحدودة (STÄDTISCHES KRANKENHAUS EISENHÜTTENSTADT GMBH) – مركز الوالدين والطفل

- أمسية معلوماتية للآباء المستقبلين مع جولة لمعاينة غرفة الولادة، كل رابع خميس في الشهر في تمام الساعة 19، دون تسجيل للبيانات
- إفطار للحوامل، كل رابع أربعاء في الشهر، من الساعة 9 إلى 11، رقم الهاتف 03364 543007

مستشفى هليوس (HELIOS) في باد سارو (BAD SAAROW)

- أمسية معلوماتية للآباء المستقبلين مع جولة لمعاينة غرفة الولادة، كل ثالث ثلاثاء في الشهر في تمام الساعة 19، دون تسجيل للبيانات
- مدرسة هليوس (HELIOS) لتأهيل الوالدين "القبالة (التوليد)"، في مركز طبي في باد سارو رقم الهاتف 033631 72291

مستشفى فرانكفورت (KLINIKUM FRANKFURT) (في أودر)

- أمسية معلوماتية للآباء المستقبلين مع جولة لمعاينة غرفة الولادة، كل أول خميس في الشهر في تمام الساعة 19، دون تسجيل للبيانات
- جولة فردية لمعاينة غرفة الولادة بعد تسجيل البيانات رقم الهاتف 0335 5482738 أو 0335 5482736

▪ السباحة للحوامل والرضع في مركز العلاج متعدد التخصصات

للتواصل: السيدة هاينتسيه (Heinze)، الهاتف 0178 7 24 89 54

مستشفى إيمانويل في رودرسدورف (IMMANUEL KLINIK RÜDERSDORF)

- أمسية معلوماتية للأباء المستقبليين مع جولة لمعاينة غرفة الولادة، كل أول وثالث أربعماء في الشهر في تمام الساعة 18، دون تسجيل للبيانات

تحصلين على مزيد من المعلومات حول الدورات والفعاليات وأوقات المقابلة الحالية من خلال مستشفيات الولادة أو مركز الولادة أو لدى القابلات أو من خلال أحد مراكز الوالدين والطفل الموجودين في المنطقة (طالعي صفحة رقم: 50/49).

العناية الفائقة بصحة المعدة – ولكن كيف؟

يعزز النظام الغذائي الصحي وكذلك الحركة النشطة من الحالة الصحية لك ولطفلك.

ننصحك بـ...

- تناول الكثير من الفاكهة والخضروات ومنتجات الألبان والحبوب.
- شرب ما يكفي من السوائل والنوم الكافي.
- الامتناع عن التدخين والكحوليات تمامًا.\*
- مراعاة الوقاية من الأمراض من خلال تناول حمض الفوليك.
- الحركة الكافية، وخاصة في الهواء الطلق.
- تجنب بذل المجهود الكبير ورفع الأشياء الثقيلة.
- الامتناع عن استخدام المواد التي لا تحتوي على مواد عطرية وصبغات للتنظافة الشخصية.

\* حتى الكميات الصغيرة من الكحول أو المخدرات أو النيكوتين يمكن أن تشكل مخاطر صحية على الجنين في أي مرحلة من مراحل الحمل. يجب عليك بالتأكيد التخلي عن تلك المواد خلال فترة الحمل والرضاعة! فقد تكون العواقب على طفلك وخيمة ودائمة!



ماذا أضع في حقيبة المستشفى؟  
(تقريباً قبل 8 أسابيع من التاريخ المتوقع للولادة)

الوثائق والمستندات المهمة

- دفتر الأم الحامل
- الوثائق والمستندات المهمة
- بطاقة التأمين الصحي
- بطاقة الإحالة إلى المستشفى من قبل طبيب النساء
- بطاقة التأمين الصحي (الأم والأب)
- دفتر قيد العائلة مع شهادات الميلاد الخاصة

لك

- قمصان نوم مريحة (بأزرار من الأمام للرضاعة) أو قمصان واسعة وطويلة
- حمالات صدر للرضاعة
- ملابس داخلية (يفضّل أن تكون مصنوعة من القطن)
- لوزم الاغتسال، منتجات العناية بالجسم عديمة الرائحة، مناشف تستخدم لمرة واحدة
- جوار سميك وداقنة
- كاميرا تصوير، كاميرا فيديو
- حذاء منزلي
- وجبة إفطار وغداء صغيرة ومشروبات
- ربما الموسيقى المفضلة، الكتاب المفضل،

لك - خلال الطريق إلى البيت

- الملابس التي تناسبك تقريباً في الشهر السادس من الحمل

لطفلك - خلال الطريق إلى البيت

- قميص صغير/ بادي، ثوب فضفاض للأطفال
- حفاضات
- بربتوز، جاكيت صغير، جوارب صغيرة،
- بطانية صوف، بطانية أطفال
- مقعد سيارة للرضيع، لرحلة العودة بالسيارة
- وقلنسوة صغيرة (ملابس تناسب فصل السنة)

ما الذي يجب علينا تحضيره في المنزل؟

لك

- قمصان نوم وقمصان مريحة واسعة
- ملابس داخلية، ضمادات النفاس (دون بطانة بلاستيكية)
- لبن مختر يوضع فوقه لفافة صدر للتخفيف من
- ضمادة لامتناص لبن الرضاعة الزائد
- حمام الورك

للطفل

- ملابس أطفال، أدوات العناية
- حفاضات من الشاش كقماش للتجشؤ
- ترمومتر الحمى
- زجاجة بها حلمة (عند الضرورة)
- فرشاة الزجاجة
- حليب صناعي (عند الضرورة)

معلومات عامة

- غسل الملابس مسبقًا
- ملء الثلاجة بما يكفي (مخزون)
- مهد أو سرير أطفال، مرتبة وواقي المرتبة
- حوض للاستحمام ووعاء صغير للغسيل، ومقياس حرارة الحمام
- إعداد ركن مُريح للطفل في الوقت المناسب
- عربة أطفال أو مقعد للرضيع
- مكان لتغيير الحفاض، مشمع تغيير الحفاض
- صندوق نفايات قابل للغلق للحفاضات

## القابلات – لبداية طبية في الحياة

تُقدّم القابلات المساعدة والمشورة بداية من فترة الحمل في كل ما يتعلّق بالجوانب الجسدية والنفسية. يُمكنهن.....

- تحديد حدوث حمل وإصدار دفتر الأم الحامل
  - إجراء جميع الفحوصات الوقائية المنصوص عليها في دفتر الأم الحامل تقريبًا – وذلك إذا لم يكن الحمل شديد الخطورة وكانت الحامل بصحة جيدة
  - فحص الوزن وضغط الدم
  - تحديد وضع الطفل وحجمه والتأكد من سلامة دقات القلب
  - فحص قيم البول والدم دوريًا
  - يُرجى الاستعلام لدى القابلة الخاصة بك عن دورات الاستشفاء وتدريبات ما بعد الولادة والعروض الأخرى
  - تقديم دورات مختلفة للتخضير للولادة
- إن فحوصات الموجات فوق الصوتية مُخصصة للأطباء فقط. وتُعد القابلة أيضًا هي شريكة الاتصال الأولى في حالات مشاكل الحمل والانقباضات.
- تُقدّم القابلة بصفتها أخصائية ولادة الدعم للأم المستقبلية في أثناء الولادة. يجب أن تكون هناك قابلة حاضرة عند كل ولادة في ألمانيا - وهذا ما يُنص عليه في القانون.
- أما الرعاية "المقصودة" خلال فترة النفاس فتتم في المنزل. وتكون القابلة خلال هذه الفترة هي شريكة الاتصال للإجابة على الاستفسارات المتعلقة برعاية الأم والطفل، وتوفر أيضًا الرعاية الطبية لكليهما.



تدعم القابلات خلال فترة النفاس الرابطة بين الأم والطفل والرضاعة الطبيعية. حيث يُساعدن النساء على تنمية دورها بصفتها أمًا. تجدين القابلات العاملات في مقاطعة أودر شبريه بداية من صفحة رقم 32.

مزيد من المعلومات حول مرافقة القابلات [www.hebammenverband.de](http://www.hebammenverband.de)

## الولادة

### هل بدأ الأمر الآن؟

يُمكن أن يكون ما يلي علامات على بداية المخاض:

- الطلق (تقلص دوري في الظهر والمعدة و/أو منطقة الفخذ كل 5 دقائق ويستمر لمدة 1 دقيقة خلال فترة زمنية تستغرق نص ساعة)
- خروج السائل الأمينوسي
- خروج المخاط

يُمكن أن تكون هذه العلامات مصحوبة بعدم الراحة الجسدية والأرق والشعور بالإعياء. يجب عليكِ الحضور على الفور إلى المستشفى كي يتم فحصك في حالة النزيف أو انخفاض حركة الطفل أو دوخة أو صداع أو غثيان أو قيء أو إسهال.

## مستشفيات الولادة/مركز الولادة

مستشفى آيزنهوتشتات العام ذات المسؤولية  
**Städtisches Krankenhaus**  
**(Eisenhüttenstadt GmbH)**  
 مستشفى أمراض النساء والمساعدة في الولادة/مركز  
 الوالدين والطفل

Friedrich-Engels-Straße 39 🏠  
 15890 Eisenhüttenstadt

03364 54-30 07 غرفة الولادة 📞  
 03364 54-30 16 الجناح  
 03364 54-33 05 غرفة الطوارئ  
 03364 54-50 الاستقبال

[www.khehst.de](http://www.khehst.de) ⓘ

مستشفى هليوس (HELIOS) في باد سارو (Bad)  
**(Saarow)** ذات المسؤولية المحدودة  
 مستشفى أمراض النساء والمساعدة في الولادة، مع  
 رعاية الأطفال المبتسرين (أسرة طب الأطفال حديثي  
 الولادة)

Pieskower Straße 33 🏠  
 15526 Bad Saarow

033631 7-22 91 غرفة الولادة 📞  
 033631 7-22 84 الجناح  
 033631 7-10 00 غرفة الطوارئ  
 033631 7-0 الاستقبال

[www.helios-kliniken.de](http://www.helios-kliniken.de) ⓘ

مستشفى إيمانويل في رودرسدورف (Immanuel)  
**(Klinik Rüdersdorf)**  
 قسم طب النساء والمساعدة في الولادة

Seebad 82/83 🏠  
 15562 Rüdersdorf

033638 83-3 70 غرفة الولادة 📞  
 033638 83-3 55 غرفة الطوارئ  
 033638 83-0 الاستقبال

[www.immanuel.de](http://www.immanuel.de) ⓘ

مستشفى فرانكفورت (Klinikum Frankfurt)  
**(في أودر)** ذات المسؤولية المحدودة  
 قسم طب النساء والمساعدة في الولادة،  
 مع رعاية للأطفال المبتسرين

Müllroser Chaussee 7 🏠  
 15236 Frankfurt (Oder)

0335 548-27 38 غرفة الولادة 📞  
 0335 548-27 36 الجناح  
 0335 548-24 52 غرفة الطوارئ  
 0335 548-0 الاستقبال

[www.klinikumffo.de](http://www.klinikumffo.de) ⓘ

"Hebammenhaus) أم هافن

(am Hafen) في فيندش ريتس

مركز ولادة و عيادة قابلات

Am Hafen 20 A 🏠

15864 Wendisch Rietz

033679 75079 📞

[www.hebammenhausamhafen.de](http://www.hebammenhausamhafen.de) ⓘ



## رضيْكِ

### التغذية، البكاء، النوم

#### الاستفسارات المتعلقة بالرضاعة الطبيعية/ التغذية

هل أنت في حيرة لأن طفلك يرضع بشكل سيء؟ يُمكنك الحصول على المشورة والمساعدة من طبيب النساء و/أو طبيب الأطفال و/أو القابلات و/أو مستشارة الرضاعة:



#### إيفوني لينكيه

ممرضة الأسرة والصحة  
والأطفال

أخصائية تمريض أطفال،

مستشارة رضاعة طبيعية (المجلس الدولي  
لاستشارات الرضاعة (IBCLC))

03364 2 80 05 10 📞

0151 19 53 38 06 📱



#### كورينا إربنجر

قابلة ومستشارة رضاعة طبيعية

مستشفى هليوس في باد سارو،  
القبالة (التوليد)

033631 7-22 90 📞

hebammerei.badsaarow@ 📧

helios-gesundheit.de



## البكاء

ألا يستطيع طفلك النوم ويبكي كثيرًا ويرضع بصورة سيئة؟ هل أنت منهكة لأن طفلك يبكي كثيرًا؟  
استشيرى طبيب الأطفال الخاص بك، حيث يُمكنه إحالتك إلى مركز طب الأطفال الاجتماعي خلال مواعيد استشارة خاصة للأطفال:

مركز طب الأطفال الاجتماعي

فرانكفورت (أودر)

Heilbronner Straße 1 🏠

15230 Frankfurt(Oder)

0335 548-49 85 📞

spz@klinikumffo.de ✉️

⚠️ يُرجى عدم هز الطفل! يُمكنك تعريض حياة طفلك للخطر نتيجة الهز.

## وضع الطفل – الوقاية من متلازمة موت الرضع المفاجئ

- توفير بيئة خالية تمامًا من التدخين للطفل
- درجة حرارة النوم المثالية 18 درجة تقريبًا
- حقيبة النوم للأطفال أفضل من الغطاء
- لا تجعلى الطفل ينام ليلاً على بطنه
- النوم ليلاً في غرفة نوم الوالدين ولكن في سرير
- أرضعي طفلك بنفسك، إن أمكن
- مخصص للطفل

؟ يرجى طلب المشورة والمساعدة من طبيب الأطفال الخاص بك.

الرضع والأطفال الصغار  
(2-23 شهرا)



4 أشهر	U4 3 أشهر	شهران	6 أسابيع
G3		G2	G1 <sup>a</sup>
G3 تطعيم أساسي	G2 تطعيم أساسي	G1 تطعيم أساسي	
G2		G1 <sup>b</sup>	

التطعيمات
< الفيروسات العجالية
< التيتانوس
< الدفتيريا
< السعال الديكي (شاموق)
< التهاب السحايا (المستحبة الزلزلة من النوع بي)
< شلل الأطفال
< الالتهاب الكبدى بي
< المكورات الرئوية
< النيسرية السحائية سي
< الحصبة
< التُّكاف
< الحصبة الألمانية
< جديري الماء
< فيروس الورم الحليمي البشري

G التحسين الأساسي (حتى أربعة تطعيمات جزئية G4-G1)

A تطعيم متبَّط

U موعد التطعيم لدى فحص الكتف المبكر للأطفال

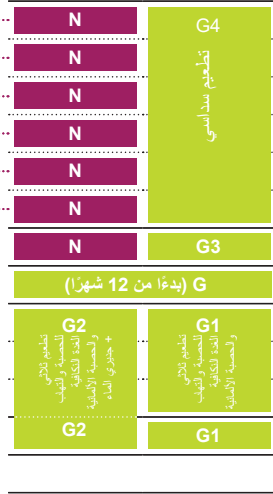
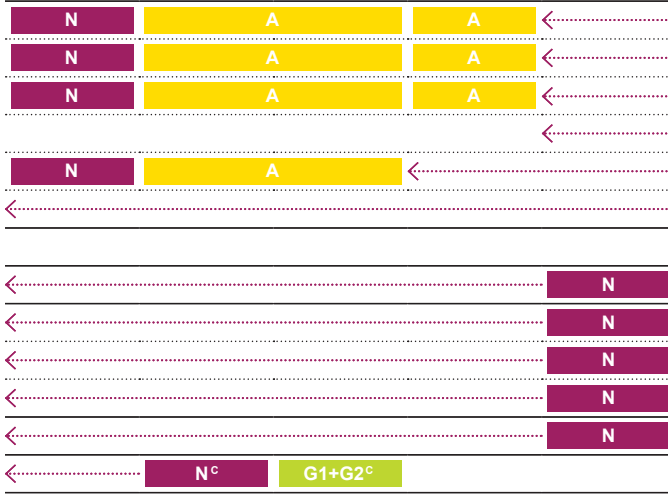
L موعد التطعيم لدى فحص الكتف المبكر للثياب

الأطفال والشباب  
(2 - 17 سنة)



17 سنة	16-15 سنة	14-9 سنة U1	6-5 سنوات U9	4-2 سنوات
--------	-----------	-------------	--------------	-----------

23-15 شهراً U4	14-11 شهراً U6
----------------	----------------



\* التطعيم الأول قدر الإمكان بدءاً من إتمام أسبوع الحيلة السادس، وحسب اللقاح جرعتان أو ثلاث من التطعيمات الفوية (G2/G3) مع مسافة زمنية تليها قدرها 4 أسابيع

ب يلقى المولودون مبكراً تطعيمًا إضافيًا في عمر 3 أشهر (إجمالاً 4 تطعيمات)

ج تطعيمان (في غضون مسافة زمنية قدرها 5 أشهر) للفتيان والفتيات في عمر 14-9 سنة وفي حالة تعويض التطعيم ابتداءً من عمر < 14 سنة يكون ضروريًا أخذ 3 تطعيمات

تطعيم مُتَّبِع N

## بيانات الاتصال

قسّمنا بيانات الاتصال الخاصة بعيادات أطباء أمراض النساء وعيادات أطباء الأطفال والمراهقين والقابات في مقاطعة أودر شبريه (Oder-Spree) إلى 4 مناطق. يُرجى اختيار منطقتك.

منطقة إركنر

(Erkner)

ومحيطها

منطقة بيزكو

(Beeskow)

ومحيطها

منطقة فورستوالده

(Fürstenwalde)

ومحيطها

منطقة آيزنهوتشتات

(Eisenhüttenstadt)

ومحيطها





## عيادات أطباء أمراض النساء

### منطقة بيزكو (BEESKOW) ومحيطها

الدكتورة الطيبية إنجو تايشمان  
Pieskower Straße 33 🏠  
15526 Bad Saarow  
033631 21 47 📞

الدكتورة الطيبية إبنيس إندلر  
Seestraße 23 🏠  
15526 Bad Saarow  
033631 8 94 99 📞

الطيبية الحاصلة على دبلومة  
كلاوس بيتر بريم  
Am Markt 24 🏠  
15859 Storkow  
033678 6 22 83 📞

مركز الرعاية الطبية لطب النساء  
والمساعدة في الولادة  
Liebknechtstraße 15 🏠  
15848 Beeskow  
03366 2 63 82 📞



اجتماعي ومحلي تتوفر أغلفة  
دفتر الأم الحامل المُصنَّعة لدى  
طبيب أمراض النساء الخاص  
بك مجانًا.

## منطقة آيزنهوتشتات (EISENHÜTTENSTADT) ومحيطها

الدكتورة الطبية إلكه تشيزن  
والطبيبة الحاصلة على دبلومة هايدرون فينكيه

Friedrich-Engels-Straße 39 🏠  
15890 Eisenhüttenstadt  
03364 4 45 59 📞

مركز الرعاية الطبية  
جيرالد فوجل

Friedrich-Engels-Straße 39 🏠  
15890 Eisenhüttenstadt  
03364 4 39 91 📞

الطبيبة المتخصصة زابينا نيدرماير

Fürstenberger Straße 1 🏠  
15890 Eisenhüttenstadt  
03364 75 10 07 📞

الطبيبة الحاصلة على دبلومة سيلفيا تيديكه

Neuzeller Straße 24 🏠  
15890 Eisenhüttenstadt  
03364 6 11 92 📞

الطبيبة الحاصلة على دبلومة بيتينا هانس

Fürstenberger Straße 1 🏠  
15890 Eisenhüttenstadt  
03364 75 10 07 📞



## منطقة إركنر (ERKNER) ومحيطها

الطبيبة المتخصصة يانا ميلشر  
الدكتورة الطبية أنيا شبيتمان

Seebad 82/83 🏠  
15562 Rüdersdorf  
033638 8 31 16 📞

مستوصف شتاركه وأبيس  
(Starke & Appis)

Hermannstraße 40 🏠  
15562 Rüdersdorf  
033638 2475 📞

الدكتورة الطبية أناستازيا بروبست

Karl-Tietz-Straße 6 b 🏠  
15537 Erkner  
03362 45 16 📞

الدكتورة الطبية أولريكه شوسلر

Ernst-Thälmann-Straße 12 b 🏠  
15537 Erkner  
03362 35 55 📞

الدكتورة الطبية شتيفاني هينيكه

Hohes Feld 1 a 🏠  
15566 Schöneiche  
030 64 90 30 64 📞

طبيب النساء كريستور راينكه

Altlandsberger Chaussee 126 🏠  
15370 Fredersdorf  
033439 5 92 23 📞

الدكتورة الطبية فرانكا لينز/  
تشخيص ما قبل الولادة

Seebad 82/83 🏠  
15562 Rüdersdorf  
033638 8 36 54 📞

الطبيبة المتخصصة أنيتا هيرتسوج

Berliner Straße 6 a 🏠  
15562 Rüdersdorf  
033638 24 75 📞

الدكتورة الطيبة كارولين هيلبيج

Baltzerstraße 38 A 🏠

15569 Woltersdorf

03362 51 19 📞

### منطقة فورستوالده (FÜRSTENWALDE) ومحيطها

مركز الرعاية الطبية لمستشفى فرانكفورت (أودر)

Bahnhofstraße 20 a 🏠

15517 Fürstenwalde

03361 53 10 📞

الدكتورة الطيبة تيريزيه فريدرسدورف

Gartenstraße 34 🏠

15517 Fürstenwalde

03361 54 58 📞

الدكتور الطيب أندرياس لاجهاينرش

Am Stadtpark 5 🏠

15517 Fürstenwalde

03361 23 61 📞

الدكتور الطيب جورج هاينرش

Domgasse 1 🏠

15517 Fürstenwalde

03361 34 32 07 📞

الدكتور الطيب مارجيت راينكيه

Karl-Liebnecht-Straße 21 🏠

15517 Fürstenwalde

03361 37 40 33 📞

## عيادات أطباء الأطفال والمراهقين

### منطقة بيزكو (BEESKOW) ومحيطها

الطبيبة المتخصصة سيموني فولينبرج

Brandstraße 54 🏠

15848 Beeskow

03366 2 20 44 📞

الطبيبة الحاصلة على دبلومة سيموني فوندرلش

مركز الرعاية الطبية مستشفى هليوس في باد ساو

Pieskower Straße 33

15526 Bad Saarow

033631 7 35 06 📞

الطبيبة الحاصلة على دبلومة باريرا كوفاسلكي/

الطبيبة الحاصلة على دبلومة كورنيليا كلانكيه

Rudolf- Breitscheid-Straße 47 f 🏠

15859 Storkow

033678 7 25 47 📞

### منطقة آيزنهوتشتات (EISENHÜTTENSTADT) ومحيطها

الدكتورة الطبيبة ماجريتا شمينكه \*

Inselblick 14 🏠

15890 Eisenhüttenstadt

03364 6 21 00 📞

الطبيب الحاصل على دبلومة راينر نواك \*

Friedrich-Engels-Straße 40 🏠

15890 Eisenhüttenstadt

03364 4 45 28 📞

\* الطبيب الحاصل على دبلومة ديتمار أوبيرشير \*

Friedrich-Engels-Straße 39 🏠  
15890 Eisenhüttenstadt  
03364 4 45 68 📞

\* الطبيبة الحاصلة على دبلومة ميشانيل شولتز \*

Beeskower Straße 114 🏠  
15890 Eisenhüttenstadt  
03364 41 26 12 📞

الدكتورة الطبية ألينا سيفيلكو أوبرمسكا  
مركز الرعاية الطبية لمستشفى إيهست 🏠  
(Krankenhaus Ehst)  
Friedrich-Engels-Straße 39  
15890 Eisenhüttenstadt  
03364 41 30 95 📞

الطبيبة الحاصلة على دبلومة أنجليكا كوخ  
Bahnhofstraße 92 🏠  
15890 Eisenhüttenstadt  
03364 750298 📞

منطقة إركنر (ERKNER) ومحيطها

الطبيب الحاصل على دبلومة ينس أوفيه كولر

Friedrichstraße 22 A 🏠  
15537 Erkner  
03362 34 50 📞

الطبيب الحاصل على دبلومة يورج بيوتل

Seestraße 37 🏠  
15537 Erkner  
03362 50 10 70 📞

الطبيبة المتخصصة أنيا كرامر

Am Priestersee 1 🏠  
15537 Grünheide  
03362 63 78 📞

الدكتور الطبيب كريستا ولف

Woltersdorfer Landstraße 19 🏠  
15537 Erkner  
03362 48 02 📞

الطبيبة الحاصلة على دبلومة زابينا كوتشان

Bunzelweg 38 🏠  
15566 Schöneiche  
030 6 49 30 42 📞

ريجين كروتز \*

Friesenstraße 7 🏠  
15566 Schöneiche  
030 6 49 62 40 📞

الطبيبة الحاصلة على دبلومة أنتيه ريبى يانغ \*

Eichendamm 20 🏠  
15569 Woltersdorf  
03362 58000 📞

الدكتورة الطبية أنكه شبيث

Seebad 82/83 🏠  
15562 Rüdersdorf  
033638 83157 📞

منطقة فورستوالده (FÜRSTENWALDE) ومحيطها

الطبيب الحاصل على دبلومة هولجر كيشكا

Am Stadtpark 4-5 🏠  
15517 Fürstenwalde  
03361 25 14 📞

الطبيبة الحاصلة على دبلومة مارتينا ألبريشت

Karl-Liebknecht-Straße 21 🏠  
15517 Fürstenwalde  
03361 34 76 80 📞

أطباء الأطفال

والمراهقين المميزين

بالعلامة \* هم أطباء أو

ممارسون عوام.



مركز الرعاية الطبية مستشفى هلبوس



إيرينا ديتمان



Eisenbahnstraße 170 🏠  
15517 Fürstenwalde  
03361 27 08 📞

## القابلات


### منطقة بيزكو (BEESKOW) ومحيطها



جوانا أكبر  
0170 346 96 19   
johanna.acker@hebamme-leissnitz.de 

أنجيلا أوريش  
033674 4 20 52   
aurich.hagen@t-online.de 



هايكه بوشمان  
0152 22 02 49 33   
post@hebamme-heike-buschmann.de 



أمراي بارتيل  
0178 1 67 77 58   
hebamrei@gmx.de 

أندريا فيتشر  
0173 2 34 32 58 

كورينا إرلينجر  
0172 6 53 58 30   
hebamme-corinna@gmx.de 

كارمن ماركر  
033631 21 19 

رامونا كولمان  
033653 4 24   
info@hebamme-ramona-kuhlmann.de 

أنكيه موكو  
0173 4 12 19 55   
gorsky.mochow@t-online.de 

ياتينا ماتيس  
0172 23 40 103   
norisha@web.de 





ساره پريماس

0173 6 12 28 89 📞

sarah\_primas@gmx.de ✉️

ليانا بيترش

0177 2 07 23 34 📞

l.petrich@web.de ✉️

أنكه سكر بيتشاك

0178 6 71 19 32 📞

anke.skrzypczak@gmx.de ✉️

يوليا شميدت

0159 06 35 76 28 📞

kontakt@meine-hebamme-julia.de ✉️

سيموني فاجنر

0162 7 98 82 44 📞

simone.wagner60@gmx.de ✉️

أنيت تيليه

033679 7 50 79 📞

post@hebammenhausamhafen.de ✉️

## منطقة آيزنهوتشتات (EISENHÜTTENSTADT) ومحيطها

كاتارينا فوكس

03364 2 84 79 90 📞

k.fox@live.de ✉️

كاتارينا لبيه

0177 6 68 72 09 📞

katharinaliepe@freenet.de ✉️

رامونا كولمان

033653 4 24 📞

info@hebamme-ramona-kuhlmann.de ✉️

ماندي فونكيه

0162 4 45 48 58 📞

hebamme-mandy-funke@gmx.de ✉️

شتيفي شبرانجر

0173 6 26 30 38 📞

s.spranger@hotmail.de ✉️

إناس مارتن

033652 82 90 01 📞

Landhebamme@googlemail.com ✉️

ليندا كروجر

0174 1 66 59 00 📞

Linda.Werner1987@web.de ✉️

هايكه شتزل

033652 82 90 01 📞

hebamme\_heikestenzel@web.de ✉️

## منطقة إركنر (ERKNER) ومحيطها

أفيينا بينيفيتز  
0173 6 93 74 76 📞  
Hebamme-Avina-Bennewitz@gmx.de ✉️

إيزابيل باومجارت  
01624 10 33 27 📞  
info@haus-der-hebamme.de ✉️

إيرا جورليتس فراونشتاين  
0179 2 24 25 51 📞  
Ira\_frauenstein@yahoo.de ✉️

فيكتوريا بورجهولد  
0176 20 99 89 11 📞  
hebammevictoria@web.de ✉️

إجازة أمومة حتى  
صيف 2021

أليينا هينكه  
0177 8 88 55 30 📞  
Hebamme-aline@gmx.de ✉️

ريبيكا جوسو  
0177 2 75 28 03 📞  
info@hebamme-rebecca.de ✉️

أنيه كنوسيه  
0152 34 77 53 23 📞  
hebanne.knospe@web.de ✉️

إينيس هينز  
03362 50 09 72 📞  
ineshenze@web.de ✉️

أليكسا لوديمان  
03362 2 58 58 📞  
alexa.lu@gmx.de ✉️

يوديت لوبكه  
0170 8 54 16 43 📞  
judithluebke@web.de ✉️

كريستيانه بيرليت

0171 3 80 07 95 📞

Familienhebamme-perlitt@gmx.de ✉

جانا تيجلر

0177 2 50 00 09 📞

jana.tegler@gmail.com ✉

سيلفيا تيدت

0152 0 2 78 75 05 📞

hebammesylviatiedt@gmail.com ✉

كرستين فويجت

0171 7 98 15 96 📞

ki.voigt@web.de ✉

فرانسييس مانتشي

0176 23 33 80 40 📞

frances@hebammenteamkoepenick.de ✉



## منطقة فورستنوالده (FÜRSTENWALDE) ومحيطها

كورينا إربنجر

0172 6 53 58 30 📞

hebamme-corinna@gmx.de ✉

هايكه بوشمان

0152 22 02 49 33 📞

post@hebamme-heike-buschmann.de ✉

بيآته فرانتسكيه

0172 3 20 25 30 📞

beate\_franzke@web.de ✉

أجنس فيلجنراير

0152 06 27 85 60 📞

Hebamme-af@gmx.de ✉

ساره پريماس

0173 6 12 28 89 📞

sarah\_primas@gmx.de ✉

أندريا يانكيه

0173 69 37 76 📞

andrea.janke1@gmx.de ✉

أنيه تايشمان

anne.teichmann@web.de ✉

أنكه سكريبتشاك

0178 6 71 19 32 📞

anke.skrzypczak@gmx.de ✉

# الشؤون المالية + القانون



## الشؤون المالية

بداية من صفحة رقم 43

إعانة الوالدين/ إعانة الوالدين الإضافية

إعانة الأطفال

نفقة المعيشة المدفوعة مقدّمًا

المعونات

منح مؤسسية لدعم الأسر ماليًا

مؤسسة برو أربايت (PRO Arbeit) -  
مركز التوظيف المحلي

## الرعاية النهارية للأطفال

بداية من صفحة رقم 53

أين أجد روضة أطفال أو مركز رعاية نهارية للأطفال؟

متى يجب تقديم طلب لتحديد الاحتياجات لدى مكتب  
رعاية الشباب؟

## عمليات التوثيق

بداية من صفحة رقم 40

شهادة الميلاد/

دائرة الأحوال المدنية

توثيق الأبوة/حضانة/نفقة الوالدين

إثبات الأبوة

## عمليات التوثيق

### شهادة الميلاد/ دائرة الأحوال المدنية

يجب أولاً تقديم طلب لاستخراج شهادة ميلاد للطفل حديث الولادة. ويُمكنك الحصول عليها من دائرة الأحوال المدنية الموجودة في محل الميلاد. وتحصلين هناك فضلاً عن ذلك على:

- شهادة يُمكن من خلالها تقديم طلب للحصول على إعانة الأمومة وإعانة الأطفال وإعانة الوالدين وشهادة للأغراض الدينية.

تعرض العديد من المستشفيات خدمة تسجيل البيانات، وما عليك سوى استلام الشهادة من دائرة الأحوال المدنية (الأولى تُكلف 10 يورو، وكل شهادة أخرى تُكلف 5 يورو). يجب أن تكون المستندات التالية بحوزتك:

- |                                   |                              |
|-----------------------------------|------------------------------|
| الوالدان غير المتزوجين:           | الوالدان المتزوجان:          |
| ▪ شهادة الميلاد من المستشفى       | ▪ شهادة الميلاد من المستشفى  |
| ▪ البطاقة الشخصية                 | ▪ البطاقة الشخصية/جواز السفر |
| ▪ شهادة ميلاد الأم                | ▪ قسيمة الزواج               |
| ▪ شهادة الاعتراف بالأبوة، إن وجدت |                              |

❗ في حالات الولادة المنزلية، ستحصلين على الشهادة من دائرة الأحوال المدنية الموجودة في محل إقامتك.



دائرة الأحوال المدنية في آيزنهوتنشتات

Zentraler Platz 1 📍

15890 Eisenhüttenstadt

03364 566 2 39 📞

Marion.Schulze@eisenhuettenstadt.de 📧

دائرة الأحوال المدنية في باد سارو

Forsthausstraße 4 📍

15526 Bad Saarow

033631 45 1 09 📞

standesamt@amt-scharmuetzelsee.de 📧

دائرة الأحوال المدنية في رودرسدورف

Hans-Striegelski-Straße 5 📍

15562 Rüdersdorf bei Berlin

033638 85 121 📞

www.ruedersdorf.de ⓘ

دائرة الأحوال المدنية في فرانكفورت (في أودر)

Marktplatz 1 📍

15230 Frankfurt (Oder)

0335 552 34 00 📞

standesamt@frankfurt-oder.de 📧

## توثيق الأبوة/ حضانة/نفقة الوالدين

توثق شهادات الاعتراف بالأبوة في دائرة الأحوال المدنية المحلية أو في مكتب رعاية الشباب (هنا مجاناً).

يُمكن إصدار إقرار موافقة الأم على الاعتراف بالأبوة وتوثيق الحضانة الأبوية المشتركة مجاناً من خلال تقديم المستندات الشخصية وشهادات ميلاد الزوجين وشهادة الاعتراف بالأبوة إلى مكتب رعاية الشباب.

تحصلين من هناك أيضاً على شهادة عدم امتلاك الجنسية الألمانية (معلومات من سجل الحضانة) من خلال تقديم شهادة ميلاد الطفل وشهادة الاعتراف بالأبوة. وبذلك يُمكنك إثبات أنك وحدك صاحبة الحضانة.

تُوثَّق هنا أيضًا مجانًا التزامات النفقة من خلال تقديم المستندات الشخصية وإخطار النفقة المراد توثيقه. ويُمكنك هنا أيضًا حساب النفقة. في البداية، يطلبون من الأب أو الأم أنفسهما تقديم معلومات حول دخله/دخلها خلال الاثنتا عشر شهرًا الماضية. ويمنحونه/يمنحونها مهلة 14 يومًا.

حددي موعدًا مع مكتب رعاية الشباب لتلقي المشورة واحضري المستندات معكِ التالية: إثباتات الدخل وشهادة ميلاد الطفل وشهادة الاعتراف بالأبوة وإذا لزم الأمر سند النفقة / حساب النفقة الحالي.

يسعد موظفونا في مكتب رعاية الشباب بتقديم معلومات لك حول جميع الأمور المتعلقة بالأبوة والنفقة شخصيًا أو عبر الهاتف:

#### مقر فورستوالده

Am Bahnhof 1 e 📍  
15517 Fürstenwalde

بياتّه بوسيك

03361 599-1562 📞

رامونا شميدت دريبوش

03361 599-1567 📞

#### مقر بيزكو

Breitscheidstraße 7 📍  
15848 Beeskow

ميشائيل والتر

03366 35-1529 📞

إيرينا بار

03361 35-1569 📞

## إثبات الأبوة

يُقدِّم لك مكتب رعاية الشباب المشورة والمساعدة مجانًا لإثبات أبوه طفلك. وفي هذا الشأن، يُرجى التواصل مع موظف المواقع المذكورة أعلاه.

## الشؤون المالية

### إعانة الوالدين/ إعانة الوالدين الإضافية

تُقدَّر عادة إعانة الوالدين بـ 65% من متوسط صافي الدخل خلال الـ 12 شهرًا الماضية، وتُدفع لمدة 14 شهرًا.

حساب إعانة الوالدين [www.bmfsfj.de](http://www.bmfsfj.de) < خدمات < حاسبة عبر الإنترنت

يجب تقديم طلب الحصول على الإعانة خلال الأشهر الثلاثة الأولى بعد الولادة (تُدفع إعانة الوالدين لمدة ثلاثة أشهر فقط بأثر رجعي).

شركاء الحوار لكِّ للإجابة عن الاستفسارات المتعلقة بإعانة الوالدين وإجازة الأبوة هم:

من الحرف A إلى H	إلكه شولتز	☎ 03366 35-1520
من الحرف I إلى Q	كارولا كلوكنر	☎ 03366 35-1519
من الحرف R إلى Z	كاترين فاينيرت	☎ 03366 35-1521

**إعانة الوالدين الإضافية** تُسهِّل على الأمهات والآباء الجمع بين إعانة الوالدين والعمل بدوام جزئي معًا. يمكن بالإضافة إلى ذلك تشكيل إجازة الأبوة تشكيلاً أكثر مرونة. تُطبَّق القواعد الخاصة بإعانة الوالدين بالإضافة ومنحة الشراكة وكذلك إجازة الأبوة المرنة على الوالدين الذين ولد أطفالهم بداية من 1 يوليو 2015.

وما يزال يُمكن أيضًا الحصول على إعانة الوالدين الحالية. ولكن لا يُسمح خلال ذلك بتجاوز عدد ساعات العمل الجزئية التي تصل إلى 30 ساعة أسبوعيًا. ووفقًا لذلك، يُمكن للوالدين الاختيار بين الحصول على إعانة الوالدين أو إعانة الوالدين الإضافية.

مزيد من المعلومات عبر [www.familienportal.de](http://www.familienportal.de)

احصل على المشورة في هذا الشأن من خلال مكتب رعاية الشباب.



## إعانة الأطفال

لن تُدفع تلقائيًا، وإنما يجب عليك تقديم طلب للحصول عليها. ويحدث ذلك لدى صندوق شؤون الأسرة التابع لوكالة العمل فرانكفورت (أودر). ولتقديم الطلب، تحتاجين إلى رقم التعريف الضريبي الذي يُرسل إليك بعد ثلاثة أشهر من الولادة – نصيحة: [www.identifikationsmerkmal.de](http://www.identifikationsmerkmal.de).

وكالة العمل – صندوق شؤون الأسرة

Heinrich-von-Stephan-Straße 2 📍

15230 Frankfurt (Oder)

العنوان البريدي

Familienkasse Berlin-Brandenburg ✉

14465 Potsdam

0800 4 55 55 30 📞

(الاتصال مجانيًا لك)

يمكن تنزيل نموذج تقديم الطلب عبر الإنترنت من خلال: [www.familienkasse.de](http://www.familienkasse.de) ⓘ

لتقديم طلب الحصول على إعانة الأطفال عبر الإنترنت من خلال: ⓘ

[www.kindergeld.org](http://www.kindergeld.org) أو [www.kindergeld-beantragen.de](http://www.kindergeld-beantragen.de)

تجدين نشرة معلومات إعانة الأطفال أيضًا بلغات أخرى من خلال: [www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de) ⓘ

## نفقة المعيشة المدفوعة مقدماً

لا تُمنح الإعانات إلا بعد تقديم طلب كتابي. تحصلين على نموذج تقديم الطلب لدى إدارة مقاطعة بيزكو أو مكتب رعاية الشباب الكائن في Breitscheidstr. 7 in 15848 Beeskow، أو من خلال طلبها عبر الهاتف من الموظفين المسؤولين المذكورين أدناه أو من خلال [www.landkreis-oder-spree.de/](http://www.landkreis-oder-spree.de/) **unterhaltsvorschuss** (تجدين هنا أيضاً معلومات حول المستندات المطلوب إحضارها معك).

شركاء الحوار المسؤولون عنك فيما يتعلق بنفقات المعيشة المدفوعة مقدماً هم:

03366 35-1539	أنتيا هامبييه	من الحرف Sa إلى Sd
03366 35-1506	تشارلين بولاند	الحروف C و N و Se إلى Sz
03366 35-1525	ساندرا فايس	الحرف F و M
03366 35-1573	ناتسي ليشكه	الحروف D و P و X و Y
03366 35-1535	سيندي ماشنو	الحرف G إلى Gn و R و U
03366 35-1568	ماكس كراتس	الحرف B و O
03366 35-1509	شتيفي بيلدت	الحرف T و W
03366 35-1568	كاتارينا كونجر	الحرف A و I

03366 35-1508	مارياميرسير	الحروف Go إلى Gz وKa إلى KI وZ
03366 35-1508	دانا جليسيه	الحرف H
03366 35-1564	كاتارينا ميكيه	الحروف E وJ وL وQ
03366 35-1527	ليزا دريوس	الحروف Km إلى Kz وV

## المعونات

### علاوة الأطفال

هي إعانة مرتبطة بالدخل، وهي مخصصة للوالدين ذوي الدخل المنخفض، الذين يُمكنهم إعالة أنفسهم من دخلهم ولكن لا يُمكنهم إعالة الطفل.

نشرة معلومات حول علاوة الأطفال عبر [www.kinderzuschlag.de](http://www.kinderzuschlag.de)، يُقدِّم طلب الحصول عليها لدى صندوق شؤون الأسرة التابع للوكالة الاتحادية للعمل.

### إعانة السكن

يُمكن لأصحاب الدخول المنخفضة الحصول على إعانة السكن عند الضرورة. وهذه الإعانة من شأنها أن تُساعد في تغطية تكاليف السكن. ويُعد مكتب إعانة السكن التابع لمصلحة الشؤون الاجتماعية في مقاطعة أودر شبريه هو المسؤول عن ذلك. تجدين الشخص المسؤول عنك هنا: [www.landkreis-oder-spree.de](http://www.landkreis-oder-spree.de) أو من خلال الرقم 03366 35-0 (مكتب إعانة السكن).

## إعانة الأمومة

تدفع شركات التأمين الصحي العام إعانة الأمومة خلال فترات الحماية قبل الولادة وبعدها (6 أسابيع قبل الولادة و8 أسابيع بعد الولادة في الحالات الطبيعية، و12 أسبوعًا بعد الولادة في حالات الولادة المبكرة أو ولادة أكثر من طفل) وكذلك خلال يوم الولادة. وأقرب وقت يُمكن خلاله تقديم طلب الحصول على إعانة الأمومة هو سبعة أسابيع قبل موعد الولادة المتوقع، لأنه لا يُسمح بإصدار الشهادة الطبية ذات الصلة إلا قبل أسبوع واحد من بداية فترة الحماية.

لا تحصل على إعانة الأمومة التي تُقدمها شركات التأمين الصحي العامة سوى النساء المؤمن عليهن طواعية أو إجباريًا ويحق لهن قانونًا الحصول على الإعانة المرضية.

## إعانة الأمومة التي يُقدمها مكتب التأمين الفيدرالي

تحصل النساء اللواتي لسن أعضاء بأنفسهن في شركة تأمين صحي عامة (مثلًا عضوة في شركة تأمين صحي خاصة أو في شركة تأمين صحي عامة للنساء المؤمن عليهم ضمن الأسرة) على إعانة الأمومة بقيمة إجمالية قدرها 210 يورو على أقصى تقدير من:

مكتب التأمين الفيدرالي -  
مكتب إعانة الأمومة

Friedrich-Ebert-Allee 38 

53113 Bonn

0228 6 19 18 88 

mutterschaftsgeldstelle@bva.de 

www.mutterschaftsgeld.de 



### مساهمة صاحب العمل في إعانة الأمومة

إذا تجاوز متوسط الأجر الصافي لليوم التقويمي مبلغ 13 يورو (أجر شهري صافي قدره 390 يورو)، فإن صاحب العمل مُلزم بدفع الفارق باعتباره دعمًا لإعانة الأمومة. ويسري ذلك أيضًا على العُمال الهامشيين، طالما أن صافي أجرهم يتجاوز 390 يورو.

### مَنح مؤسسية لدعم الأسر ماليًا


يُمكن أن يؤدي الحمل وولادة طفل إلى ضائقة مالية. لذلك تمنح المؤسسة الاتحادية "الأم والطفل – حماية الجنين" الأموال للحوامل اللاتي يحتجن إلى مساعدة مالية. ويجب تقديم الطلب إلى إحدى الهيئات الاستشارية لمسائل الحمل التالية قبل الولادة.

مزيد من المعلومات عبر [www.bundesstiftung-mutter-und-kind.de](http://www.bundesstiftung-mutter-und-kind.de) 

رابطة بروفاميليا (Pro familia) المسجلة

Karl-Liebnecht-Straße 21 

15517 Fürstenwalde

03361 34 99 17 

رابطة بروفاميليا (Pro familia) المسجلة

Fellertstraße 85 

15890 Eisenhüttenstadt

03364 6 10 60 

جمعية كاريتاس التابعة لأبرشية برلين  
المسجلة (Caritasverband Erzbistum Berlin)  
Eisenbahnstraße 16 🏠  
15517 Fürstenwalde  
03361 77080 📞

الرابطة النسائية الديمقراطية (Demokratischer)  
المسجلة (Frauenbund)  
Liebknechtstraße 20 🏠  
15848 Beeskow  
03366 2 26 54 📞

مركز إيماتويل للمشورة (Immanuel)  
(Beratung) في رودرسدورف  
Seebad 82/83 🏠  
15562 Rüdersdorf bei Berlin  
033 63 88 31 85 📞

مشورة النزاعات المتعلقة بالحمل التي تقدمها جمعية  
إم أو ها إس التابعة لاتحاد رابطة الصليب الأحمر  
الألماني (DRK MOHS) المسجلة  
Seestraße 37 🏠  
15537 Erkner  
03362 4 07 13 69 📞  
0162 1 32 10 84 📱



## مؤسسة برو أربايت (PRO Arbeit) - مركز التوظيف المحلي

يُمكنك هنا تقديم طلب للحصول على إعانة البطالة || والإعانة الاجتماعية وإعانات التعليم والمشاركة بناءً على احتياجات المستحقين للإعانات.

تشمل إعانة البطالة || والإعانة الاجتماعية تغطية الاحتياجات الأساسية والاحتياجات الإضافية والحاجة إلى المسكن والتدفئة وخاصة إعانات تغطية

اللوازم الأساسية. وفيما يتعلق بالأطفال والمراهقين والشباب، تؤخذ في الاعتبار -إلى جانب الاحتياجات الأساسية- احتياجاتهم الفردية للمشاركة في الحياة الاجتماعية والثقافية داخل المجتمع. يُمكن للحوامل متلقي إعانة البطالة || تقديم طلب للحصول مرة واحدة على الإعانات التالية لدى مركز التوظيف المحلي:

- ملابس الحوامل
- ملابسات الأطفال
- لوازم الطفل الأساسية، مثل
- سرير أطفال
- مقعد عالي للأطفال
- اللوازم الأساسية لغرفة الأطفال

حسب الحالة الفردية. ويُمكن أيضاً تقديم طلب للحصول على **حاجة إضافية للحامل** بقيمة 17% من المبلغ الأساسي.

### مؤسسة برو أربايت (PRO Arbeit) -

مركز التوظيف المحلي

المكتب المحلي في آيزنهوتنتشات

Karl-Marx-Straße 35 c 📍

15890 Eisenhüttenstadt

🕒 الثلاثاء/الخميس 09:00 إلى 12:00 و 13:00

إلى 18:00

📞 03364 505-47 99 (بسرر المكالمة العادية)

### مؤسسة برو أربايت (PRO Arbeit) -

مركز التوظيف المحلي

المكتب المحلي في بيزكو

Breitscheidstraße 7 📍

15848 Beeskow

🕒 الثلاثاء/الخميس 09:00 إلى 12:00 و 13:00

إلى 18:00

📞 03366 35-45 99 (بسرر المكالمة العادية)

– مؤسسة برو أربايت (PRO Arbeit)

مركز التوظيف المحلي

المكتب المحلي في فورستنوالده

Am Bahnhof 1 e 🏠

15517 Fürstenwalde

🕒 الثلاثاء/الخميس 09:00 إلى 12:00 و 13:00

إلى 18:00

📞 03361 599-46 99 (بسرع المكالمة العادية)

– مؤسسة برو أربايت (PRO Arbeit)

مركز التوظيف المحلي

المكتب المحلي في إركنر

Ladestraße 1 🏠

15537 Erkner

🕒 الثلاثاء/الخميس 09:00 إلى 12:00 و 13:00

إلى 18:00

📞 03362 2999-48 99 (بسرع المكالمة العادية)



## الرعاية النهارية للأطفال

تضمن الرعاية النهارية للأطفال التوفيق بين الأسرة والعمل، وتهدف إلى تحقيق رفاهية الأطفال وتطورهم. يحق للأطفال قانونًا بعد إتمامهم العام الأول حتى انتقالهم إلى المرحلة الخامسة من المدرسة الحصول على الخدمات التربوية والتعليم والإشراف والرعاية في مركز رعاية نهارية للأطفال.

### أين أجد روضة أطفال أو مركز رعاية نهارية للأطفال؟

مراكز الرعاية النهارية في مقاطعة أودر شبريه عبر [www.landkreis-oder-spree.de](http://www.landkreis-oder-spree.de)

- من أين أحصل على المعلومات؟
- لدى السلطات المسؤولة عن المؤسسات
- لدى الهيئات والمدن والبلديات
- لدى مكتب رعاية الشباب

### متى يجب تقديم طلب لتحديد الاحتياجات لدى مكتب رعاية الشباب؟

يحق للأطفال قانونًا بعد إتمامهم العام الأول حتى انتقالهم إلى المرحلة الخامسة من المدرسة الحصول على الخدمات التربوية والتعليم والإشراف والرعاية في مركز رعاية نهارية للأطفال. إذا احتاج الوالدان إلى أكثر من ساعات الرعاية المحددة لأنها يعملان أو يُجريان تاهيلاً مهنيًا، يتعين عليهما حينها تقديم طلب لتحديد الاحتياجات لدى مكتب رعاية الشباب.

### الأطفال حتى إتمام السنة الأولى

- تقديم الطلب ضروري دائماً

### الأطفال من العام الأول حتى الالتحاق بالمدرسة

- لا يلزم تقديم طلب حتى 30 ساعة رعاية
- يلزم تقديم طلب عند الرغبة في تخطي 30 ساعة

### الأطفال من الصف الأول حتى الصف الرابع

- لا يلزم تقديم طلب حتى 20 ساعة رعاية
- يلزم تقديم طلب عند الرغبة في تخطي 20 ساعة

### الأطفال من الصف الخامس حتى الصف السادس

- تقديم الطلب ضروري دائماً

يُمكنك من خلال الموقع الإلكتروني لمقاطعة أودر شبريه وجهات الاتصال المعنية في المنطقة الحصول على الطلبات والإثباتات المطلوبة والمزيد من المعلومات.

جميع الطلبات من خلال [www.landkreis-oder-spree.de/Kindertagesbetreuung](http://www.landkreis-oder-spree.de/Kindertagesbetreuung) ⓘ

جهات الاتصال لطلبات تحديد الاستحقاق القانوني للحصول على الرعاية النهارية للأطفال هم:

#### ساندرا راداتس

المسؤولة عن مدينة إركنر وبلدية جرونهايديه، وبلدية شونايشيه، ومكتب شبرينهاجن، ومدينة شتوركو، وبلدية فولترسدورف

Breitscheidstraße 7 🏠

15848 Beeskow

03366 35-25 13 📞

03366 35-15 99 📠

sandra.raddatz@l-os.de 📧

#### أورسولا شولتس

المسؤولة عن مدينة بيزكو، ومكتب بريسكوف-فينكنهيرد، ومدينة آيزنهوتشتات ومدينة فريدلاندر، ومكتب شلوبنال، ومكتب نويتسبيل

Breitscheidstraße 7 🏠

15848 Beeskow

03366 35-25 15 📞

03366 35-15 99 📠

ursula.scholz@l-os.de 📧

#### آنا فاينرت

مسؤولة رعاية الأطفال خارج مقاطعة أودر شبريه

Breitscheidstraße 7 🏠

15848 Beeskow

03366 35-25 18 📞

03366 35-15 99 📠

anne.weinert@l-os.de 📧

#### كرستين هايسش

المسؤولة عن منطقة فورستوالده، ومكتب أودر فورلاندر، وبلدية ريتز نويندورف، ومكتب شارموتز بلسيه، وبلدية شتاينهوفيل وبلدية تاوخيه

Breitscheidstraße 7 🏠

15848 Beeskow

03366 35-15 24 📞

03366 35-15 99 📠

kerstin.heisig@l-os.de 📧



# عروض للوالدين والطفل



## مراكز الوالدين والطفل

بداية من صفحة رقم 58

مراكز الوالدين والطفل

أو مراكز الأسرة في المنطقة المحيطة بك

مجموعة الوالدين والطفل

بداية طيبة في الحياة

منشورات إترن فيسن (ElternWISSEN)  
التوعوية للأباء

مركز علاج الأم-الأب-الطفل

## عروض المساعدة

بداية من صفحة رقم 60

مراكز الإرشاد التربوي

المساعدة التي يُقدمها مكتب رعاية الشباب

استفسارات حول الرضاعة والبيكاء والنوم؟

مركز طب الأطفال الاجتماعي

شبكة "أطفال أصحاء في أودر شبريه"

استشارات الحمل/

مشورة النزاعات المتعلقة بالحمل

## المنشورات الإثرائية

بداية من صفحة رقم 70

رسائل خاصة بالأباء

روابط مفيدة

أرقام هواتف مهمة

عناوين مهمة

## مراكز الوالدين والطفل

هل ترغبين في مقابلة آخرين؟ هل ترغبين في تبادل الأفكار من الآخرين؟ استغلي العروض كمجموعات الرضع وتندليك الأطفال وجماز الأطفال والسباحة للرضع ومشورة التغذية وغير ذلك الكثير.  
... على سبيل المثال في مراكز الوالدين والطفل أو مراكز الأسرة في المنطقة المحيطة بك:

مركز الوالدين والطفل المتنقل في فريدلاندر

Lindenstraße 13 📍

15848 Friedland

033676 6 09 16 📞

ekz@friedland-nl.de ✉

www.friedland-nl.de ⓘ

اتحاد رابطة الصليب الأحمر الألماني – مركز الأسرة

Kiefernweg 67 📍

15848 Beeskow

03366 15 30 19 📞

anja.kess@drk-mohs.de ✉

drk-familienzentrum.blogspot.com ⓘ

مركز الوالدين والطفل في شتوركو

Am Markt 13 📍

15859 Storkow

033678 4 05 27 📞

www.elkize-storkow.de ⓘ

مركز الأسرة روضة الأطفال التكاملية "بوستهبلومه

"(Pustebelume)

Fröbelring 1 📍

15890 Eisenhüttenstadt

03364 77 33 80 📞

familienzentrum.ehst@gmail.com ✉

دار الأجيال المتعددة/

مركز الأسرة إركنر

Fichtenauer Weg 53 📍

15537 Erkner

03362 50 08 12 📞

منزل كورت-كاتتانيك-هاوس التابع لرابطة لصليب

الأحمر الألماني (DRK Kurt-Kattanek-Haus)

Seestrasse 38 📍

15537 Erkner

0159 01 73 63 82 📞

katrin.elsner@drk-mohs.de ✉

## مركز الوالدين والطفل

في مدرسة بورجلشوليه (Bürgelschule)

Prager Straße 31 a 📍

15566 Schöneiche

030 22 17 11 67 📞

elkiz@schoeneiche-bei-berlin.de ✉️

## مركز الوالدين والطفل

An der Löcknitz 8 📍

15537 Grünheide

03362 88 60 480 📞

0152 53 23 81 48 📱

ekz@gemeinde-gruenheide.de ✉️

## مركز الوالدين والطفل

حضانة الرعاية اليومية "كيندرراباتس"  
(Kinderrabat) التابعة لرابطة رعاية العمال

Petershagener Straße 23 📍

15518 Briesen

033607 5 97 13 📞

eltern-kind-zentrum-briesen@ ✉️

awo-fuerstenwalde.de

## مركز الوالدين والطفل

التابع لبلدية شتابنهوفيل

Kirchgasse 1 📍

15518 Steinhöfel

0152 52 63 24 88 📞

## دار الأجيال المتعددة في فورستنوالده

Wladimir-Komarow-Straße 42 e 📍

15517 Fürstenwalde

03361 74 90 28 📞

mehrgenerationenhaus@ ✉️

awo-fuerstenwalde.de

## مركز الوالدين والطفل في فورستنوالده (جمعية

تعليمية لنوعي الاحتياجات الخاصة وغير هادفة للربح  
للمساعدة في أمور الحياة في مقاطعة أودر شبريه)

Wladimir-Komarow-Straße 19 📍

15517 Fürstenwalde

0176 76 86 76 70 📞

ekz@lebenshilfe-oder-spree.de ✉️

## مجموعات الرُّضْع

هل تبحثين عن مجموعة رُضْع لتبادل الأفكار مع الآباء الآخرين وإتاحة الفرصة لطفلك للتواصل مع أطفال آخرين، وللتعرف على مركز رعاية نهارية؟

يُرجى الاستعلام عن ذلك في مركز الرعاية النهارية الموجود في المنطقة المحيطة بك أو ابحثي عن ذلك عبر الإنترنت.

مزيد من المعلومات عبر [www.los-family.de](http://www.los-family.de) 

## عروض المساعدة

### مراكز الإرشاد التربوي

تحصلين هنا مثلاً على مشورة حول:

- الأسئلة المتعلقة بالنمو الطفل وتربيته
- المشاكل التي تحدث عند التعايش داخل الأسرة وبين الشريكين
- أسئلة للآباء الشباب


#### مقاطعة أودر شبريه

مركز استشارات التربية والأسرة

Friedrich-Engels-Straße 1 

15890 Eisenhüttenstadt

03364 77 14 91 


efb@l-os.de 

#### مقاطعة أودر شبريه

مركز استشارات التربية والأسرة

Breitscheidstraße 7 

15848 Beeskow

03366 35-15 26 

anita.wesner@l-os.de 

## رابطة رعاية العمال

مركز استشارات التربية والأسرة

Hessenwinklerstraße 1 📍

15537 Erkner

03362 47 15 📞

efb.erkner@awo-fuewa.de ✉️

## رابطة رعاية العمال

مركز استشارات التربية والأسرة

Eisenbahnstraße 140 📍

15517 Fürstenwalde

03361 7 47 08 06 📞

efb.fw@awo-fuewa.de ✉️

## المساعدة التي يُقدِّمها مكتب رعاية الشباب

إن الحياة اليومية مع الأطفال ممتعة، ولكنها غالبًا تكون مرهقة للغاية. هل تُمثِّل الأسرة والتربية والمدرسة وصحة الأطفال تحديًا لكم بصفقتكم آباء؟ إنكم الخبراء فيما يتعلّق بتقديم الحلول، أما نحن فخبراء في التنفيذ. توجهي إلى مكتب رعاية الشباب المسؤول عنك:

- في حالة المشكلات السلوكية عند الأطفال والمراهقين
- في حالة المعاناة من مشكلات فردية وأسرية وكذلك صعوبات التعليم
- في حالات النزاعات في المدرسة و/أو داخل الأسرة
- فيما يتعلّق بمشاكل الانفصال والطلاق
- فيما يتعلّق بالاستفسارات المتعلقة بالتبني والاحتضان
- في حالة البحث عن حلول جديدة
- في حالات الأزمات

## مقاطعة أودر شبريه/مكتب رعاية الشباب

فرع آيزنهوتنشتات

Karl-Marx-Straße 35 c 📍

15890 Eisenhüttenstadt

03364 505-43 30 📞

03364 505-15 97 📠

## مقاطعة أودر شبريه/مكتب رعاية الشباب

Breitscheidstraße 7 📍

15848 Beeskow

03366 35-25 11 📞

03366 35-15 99 📠

jugendamt@l-os.de 📧

## مقاطعة أودر شبريه/مكتب رعاية الشباب

فرع فورستوالدة

Am Bahnhof 1 e 📍

15517 Fürstenwalde

03361 599-25 40 📞

03361 599-15 98 📠

## مقاطعة أودر شبريه/مكتب رعاية الشباب

فرع إركنر

Ladestraße 1 📍

15537 Erkner

03362 2999-15 36 📞

## مراكز الدعم المبكر

## وتقديم المشورة

هل لديك شكوك حول ما إذا كان طفلك ينمو نموًا صحيحًا؟ لم يحدث بعد أن قال "ماما"؟ بدايةً، حافظي على هدونك، لأن كل طفل ينمو نموًا مختلفًا عن الأطفال الآخرين. إذا كان ما يزال لديك استفسارات، فاحصلي على المشورة من مراكز الدعم المبكر وتقديم المشورة التالية:

الجمعية التعليمية لذوي الاحتياجات الخاصة وغير  
الهادفة للربح للمساعدة في أمور الحياة في مقاطعة  
أودر شبريه

مركز الدعم المبكر وتقديم المشورة

Wladimir-Komarow-StraÙe 19 🏠

15517 Fürstenwalde

03361 7 35 86 19 📞

n.koch@lebenshilfe-oder-spree.de 📧

رابطة ليبينز هيلفييه في مقاطعة أودر شبريه المسجلة  
(Lebenshilfe Landkreis Oder-Spree e.V)

مركز الدعم المبكر وتقديم المشورة

Maxim-Gorki-StraÙe 25 b 🏠

15890 Eisenhüttenstadt

7695-2 21 أو 03364 7695-2 20 📞

ffb@lebenshilfe-los.de 📧

## استفسارات حول الرضاعة والبكاء والنوم؟ - عروض أخصائية تريض الأطفال

تُقدّم ممرضاتنا المعتمدات من الدولة في مجال الصحة وطب الأطفال والحاصلات على مؤهل إضافي في المساعدة المبكرة، المشورة والمرافقة للأسر بداية من مرحلة الأبوة حتى عيد ميلاد الطفل الثالث.

حيث يُقدّمنا المساعدة للآباء الشباب في التغلب على مهام حياتهم الجديدة ويُقدّمنا المساعدة في حالة وجود استفسارات تتعلق بالنمو الصحي للطفل.

يقوم هذا العرض على أساس تطوعي وثقة متبادلة. وهو متاح مجانًا لجميع الأسر في مقاطعة أودر شبريه. يُمكنك الحصول على المشورة فيما يتعلق بأمور نمو الطفل والحمل والرضاعة والتغذية وسلوكيات النوم وأهمية فحوصات الكشف المبكر والتطعيمات والإسعافات الأولية للرضع والأطفال الصغار، وموضوعات أخرى كثيرة.



إيفوني لينكيه  
المنطقة الشرقية

03364 2 80 05 10 📞

0151 19 53 38 06 📱

yvonne.linke@l-os.de 📧



كريستيانه أندريس  
المنطقة الغربية

03361 599-22 88 📞

01520 1 55 87 08 📱

christiane.andres@l-os.de 📧

المنطقة  
الغربية



المنطقة  
الشرقية



## مركز طب الأطفال الاجتماعي (SPZ)

هل قواك خائرة وتشعرين بالحيرة والوحدة وقلقة على طفلك؟ ألا يستطيع طفلك النوم ويبيكي كثيرًا ويرضع بصورة سيئة؟

هناك الكثير من الأسئلة في مثل هذه المواقف. يُقدّم مركز طب الأطفال الاجتماعي (SPZ) المساعدة لك في تحديد أسباب هذا الاضطراب وكيفية علاجه. يعمل هنا فريق من أطباء الأطفال والمربين العلاجيين والمعالجين النفسيين وأخصائيي العلاج الطبيعي وغيرهم.

مركز طب الأطفال الاجتماعي  
إدارة الطبيب الحاصل على دبلومة بيتر برنت

Heilbronner Straße 1 🏠  
15230 Frankfurt (Oder)

0335 548-49 76 📞

0335 548-49 80 📞

spz@klinikumffo.de ✉️

## شبكة "أطفاء أصحاء في أودر شبريه"

يُمكن للأسر أن يطلبوا الحصول على "مرشد أسري" شخصي للغاية لدى شبكة الأطفال الأصحاء. يأتي السيدات والسادة المدربون والمتخصصون ثلاث مرات سنويًا تقريبًا لزيارة الطفل خلال الثلاث سنوات الأولى في حياته.

كيف حالكم؟ ما الذي يُحركك؟ هل تحتاجين إلى المساعدة؟ يُجيب مرشدونا على استفساراتك، ويُساعدون عند الضرورة

ودائمًا يكون لهم موضوعًا مميّزًا ويُحضرون هدية صغيرة مناسبة لعمر الطفل. الزيارات مجانية وتتم في سرية. وكذلك إذا كنتِ ترغبين في التطوع لمساعدة الأسر، فقد أتيتِ إلى المكان المناسب!



لتسجيل البيانات، كل ما عليك فعله هو الاتصال هاتفياً بالشبكة، والتواصل مع المنسقة المحلية الخاصة بنا المسؤولة عن هذا الشأن:



هل أنت مهتمة بالنشرة  
الإخبارية الخاصة بنا؟  
أرسلني إلينا!

### جيني روستانكوفسكي



منسقة الشبكة

منطقة فورستوالده (Fürstenwalde)

جمعية إم أو ها إس التابعة لاتحاد رابطة  
الصليب الأحمر الألماني (DRK MOHS) المسجلة  
(DRK-Kreisverband MOHS e.V.)  
Dr. Wilhelm-Külz Straße 37-38

15517 Fürstenwalde

0152 02 74 53 59

jenny.rostankowski@drk-mohs.de

### جاكلين ترينر



المنسقة المحلية

منطقة إركنر (Erkner) ومحيطها

مركز الرعاية النهارية التابع لرابطة  
الصليب الأحمر الألماني "كنيربسنهاوزن"  
(Knirpsenhausen)

Hohenbinder Weg 5

15537 Erkner

0173 4 93 20 18

jacqueline.trenner@drk-mohs.de

### أنيا كيس



المنسقة المحلية

منطقة بيزكو (Beeskow) ومحيطها

مركز الأسرة التابع لرابطة لصليب  
الأحمر الألماني (DRK-Familienzentrum)

Kiefernweg 67

15848 Beeskow

03366 15 30 19

anja.kess@drk-mohs.de

مزيد من المعلومات من خلال [www.netzwerk-gesunde-kinder.de/oder-spree](http://www.netzwerk-gesunde-kinder.de/oder-spree) أو عبر

صفحة الفيس بوك [fb.com/Netzwerk-Gesunde-Kinder-Oder-Spree](https://fb.com/Netzwerk-Gesunde-Kinder-Oder-Spree)

## استشارات الحمل/ مشورة النزاعات المتعلقة بالحمل

تحصلين هنا على معلومات ونصائح تتعلق بموضوعات الحمل وتنظيم الأسرة والإعانات الاجتماعية (إعانة الأطفال وإعانة السكن، وتقديم طلب للحصول على منح مؤسسية لشراء لوازم الطفل وغير ذلك) مراكز الاستشارات تجدونها في الصفحة رقم 9.

## مجموعة الوالدين والطفل

تُعد مجموعة الوالدين والطفل عرضًا بديلاً يفي بالمتطلبات القانونية للأباء والأطفال منذ الولادة وحتى 3 سنوات، وهي شكلٌ خاص من أشكال الرعاية حيث يتطوع فيها الآباء لتقديم الرعاية ويتلقى المسؤولون الاقتراحات لاستمرار تطوير مهاراتهم التربوية ومهارات الحياة اليومية.



السيدة كارولينا أرندت

السيدة جوزفينه أرندت

Mittelstraße 3 📍

15517 Fürstenwalde

03361-7 35 96 53 📞

kinderparadies@fw.fawz.de ✉

## بداية طيبة في الحياة

هل ستصبحين أمًا قريبًا أو تعتنين بالفعل بطفل منذ الولادة وحتى 3 سنوات؟

هل ترغبين ربما فقط في تبادل الأفكار مع الآباء الآخرين والتواصل معهم؟

أم تفضلين إجراء محادثة شخصية لأنك تودين طرح أسئلة تتعلق بصحة طفلك أو تربيته؟

جمعية العمل الدياكوني في أودرلاند شبريه  
إيلين تشيخا

Rudolf-Breitscheid-Straße 86 🏠  
15859 Storkow

0173 8 74 53 50 📞

jugendhilfe-los@diakonie-ols.de ✉️



## منشورات إترن فيسن "ElternWISSEN" التوعوية للآباء – كل ما يتعلق بالرضيع/الطفل الصغير

ترغب شبكة الأطفال الأصحاء في مساعدتك في التعامل مع رعاية طفلك والإشراف عليه وتربيته بثقة أكبر، وتُقدّم فعاليات شيقّة حول موضوعات مثل: نوم الطفل، والتدريب على استخدام الحمام، والإسعافات الأولية للأطفال الصغار، وتحضير طعام الأطفال ذاتيًا وغير ذلك الكثير! تُسعدنا دعوتك!

مزيد من المعلومات عبر [www.los-family.de/eltern-familienangebote](http://www.los-family.de/eltern-familienangebote) 

## مركز علاج الأم-الأب-الطفل

الحياة الأسرية اليومية في حالة الإصابة بمرض نفسي وعلى الرغم منه.

مستشفى نهائية/قسم العيادات الخارجية النفسية  
الطبيبة الحاصلة على دبلومة كورنيليا فان شتيجت

Heinrich-Heine-Straße 43 

15517 Fürstenwalde

03361 369 70 

cornelia.vanstigt@ 

immanuelalbertinen.de

يُقدّم مركزنا مركز علاج الأم-الأب-الطفل للآباء (المستقبلين) الذين يعانون من أمراض نفسية عروضا واسعة لدعم العلاقة بين الوالدين والطفل، وللتوعية بالاضطرابات الممكنة الناتجة عن التفاعل داخل الأسرة وكذلك للوقاية من الاضطرابات النفسية في سن الطفولة والتعرف عليها.

## المنشورات الإثرائية

### رسائل خاصة بالأباء

تصل الرسائل الخاصة بالأباء التي تُقدمها جمعية إيه إن إي (ANE) (بالعربية: مجموعة عمل التربية الجديدة) المسجلة إلى المنزل مجاناً عند الطلب، وهي عبارة عن 46 "دليلاً تعليمياً" صغيراً. وهي تصل إلى منزل الوالدين منذ ولادة الطفل حتى عيد ميلاده الثامن. يا لها من رسالة! تتوافق كل رسالة تمامًا مع عمر كل طفل. تتطرق الرسائل الخاصة بالأباء إلى الأسئلة التي تقف في طريقهم.



مزيد من المعلومات عبر [www.ane.de](http://www.ane.de) 

LOS-Family.de | Das Netzwerk

https://los-family.de

ANMELDEN KONTAKT IMPRESSUM DATENSCHUTZERKLÄRUNG LOS-FAMILY FACHPEDIPODIAL

GESUNDHEIT FAMILIE BEHÖRDEN & ANTRÄGE ELTERN- & FAMILIENANGEBOTE FÜR FACHLEUTE

**JETZT NEUE UND BEWAHRTE ELTERNANGEBOTE IN DEINER REGION ENTDECKEN!**

FÜRSTENWALDE, BEESKOW, ERKNER, EISENHÜTTENSTADT, STORKOW UND MEHR... BESTIMMT AUCH IN DEINER REGION!

> JETZT ENTDECKEN

Zur Suche Text hier eingeben

21.11.2019



عروض للوالدين والطفل في منطقتك  
www.los-family.de

رمز الاستجابة السريعة

ببساطة امسحي

## روابط مفيدة

تجددين هنا معلومات حول الإعانات التي تُقدم للأسر ومعلومات حول النمو الصحي لطفلك واللوائح والنصائح القانونية لجمعية حماية المستهلك.

[www.bundesstiftung-mutter-und-kind.de](http://www.bundesstiftung-mutter-und-kind.de)

[www.familienwegweiser.de](http://www.familienwegweiser.de)

[www.kindergesundheit-info.de](http://www.kindergesundheit-info.de)

[www.familien-in-not.de](http://www.familien-in-not.de)

[www.impfen-info.de](http://www.impfen-info.de)

[www.gesund-ins-leben.de](http://www.gesund-ins-leben.de)

[www.bmfsj.de](http://www.bmfsj.de)

[www.bzga.de](http://www.bzga.de)

[www.vzb.de](http://www.vzb.de)

[www.kinderumweltgesundheit.de](http://www.kinderumweltgesundheit.de)

## قانون الولادة في السر

لا يجب على أي امرأة حامل أن تضع ولدها في ألمانيا بمفردها وفي سرية، للقراءة حول ذلك: [www.bmfsfj.de](http://www.bmfsfj.de)

## جمعية الآباء والأمهات ممن يربون أطفالهم وحدهم (VAMV)

معلومات حول عروض المساعدة للعائلين بمفردهم مثل العلاجات والمشورة وغير ذلك، للقراءة حول ذلك من خلال:

[www.vamv.de](http://www.vamv.de)

## مركز تعليم الكبار

من "السباحة للرضع" حتى "كم فترة الجلوس أمام الإنترنت تكون مفيدة لطفلي؟" - عروض دورات من مراكز تعليم

الكبار من خلال: [www.vhs-los.de](http://www.vhs-los.de)



## أرقام هواتف مهمة

هاتف طوارئ السموم	030 1 92 40 📞
المطافئ /طبيب الطوارئ	112 📞
الشرطة	110 📞
العنف المنزلي	0331 29 12 73 📞 (جمعية فايسر رينج (Weißer Ring) المسجلة) 01520 3 76 63 61 📞 (المشورة المقصودة في رابطة LOS)
هاتف الرعاية النفسية	0800 1 11 02 22 أو 0800 1 11 01 11 📞
هاتف الرعاية النفسية للأطفال	0800 1 11 03 33 📞
دار السيدات في أيزنهوتنتشات	03364 4 37 86 📞
دار السيدات في فورستوالدة	03361 5 74 81 📞
دار السيدات في فرانكفورت (أودر)	0335 6 84 00 00 📞
العنف ضد النساء	0800 11 60 16 📞
خدمة إغاثة الأطفال والشباب	03364 7 71 80 73 📞
الولادة السرية	0800 4 04 00 20 📞
هاتف الأم	0800 3 33 21 11 📞

## عناوين مهمة

محكمة فورستنوالدة الابتدائية  
(Amtsgericht Fürstenwalde)

Eisenbahnstraße 8 🏠  
15517 Fürstenwalde  
03361 509-6 📞

خدمة إغاثة الأطفال والشباب  
في آيزنهوتشتات

Brunnenring 4 🏠  
15890 Eisenhüttenstadt  
03364 40 52 14 / 7 71 80 73 📞

مستشفى فرانكفورت (Klinikum Frankfurt)  
(في أودر)

Müllroser Chaussee 7 🏠  
15236 Frankfurt (Oder)  
0335 548-0 📞

محكمة آيزنهوتشتات الابتدائية  
(Amtsgericht Eisenhüttenstadt)

Diehloer Straße 62 🏠  
15890 Eisenhüttenstadt  
03364 405-00 📞

مستشفى هليوس (HELIOS) في باد سارو  
(Bad Saarow)

Pieskower Straße 33 🏠  
15526 Bad Saarow  
033631 7-0 📞

مستشفى آيزنهوتشتات  
(Krankenhaus Eisenhüttenstadt)

Friedrich-Engels-Str. 39 🏠  
15890 Eisenhüttenstadt  
03364 54-50 📞

مستشفى إيمانويل (Immanuel Klinik)  
في رودرسدورف

Seebad 82/83 🏠  
15562 Rüdersdorf  
033638 83-0 📞

## هيئة التحرير

الناشر  
مقاطعة أودر شبريه، مدير المقاطعة

العنوان  
Breitscheidstraße 7, 15848 Beeskow  
الهاتف 03366 35-0، الفاكس 03366 35-1111

www.l-os.de ، buero.landrat@l-os.de

التحرير  
جانيت كلايزرت، مكتب رعاية الشباب،  
منسقة المساعدات المبكرة في مقاطعة أودر شبريه

العبارات والتخطيط  
وكالة فورمفريك أيزنهوتشتاد "FORMWERK Eisenhüttenstadt" للتصميم  
دليل الصور  
وكالة فورمفريك أيزنهوتشتاد "FORMWERK Eisenhüttenstadt" للتصميم (صفحات 1 و 4 و 5 و 17 و 20 و 25 و 26 و 44 و 50 و 67 و 68 و 71)، كريستينه فينلر (صفحة 2) / أدريان ليباو (صفحات 19 و 33 و 36)، مستشفى هليويس في باد سارو (صفحة 20)، ستوديو بليتز فوتو "داس شتوديو هاوس" للتصوير (صفحة 66)، ستوديو فوتو فيشباخ للتصوير (صفحة 66)، ستوديو فوتو شاتز للتصوير (صفحة 66)

نسخة  
مارس/أذار 2021

الطبعة التاسعة  
1500 نسخة

إعادة الطبع/النسخ - وحتى الاقتباس- فقط بعد الحصول على موافقة كتابية من الناشر.

بدعم من

في إطار

بالتعاون مع



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

Bundesstiftung  
Frühe Hilfen



Netzwerk  
Gesunde  
Kinder  
Oder-Spree



