



ابتکاری از سوی مدیریت مهاجرت و مسئول مساوات سازی منطقه  
اوست هول اشتاین



KREIS  
OSTHOLSTEIN



اطلاعات ناشر

ناشر:

منطقه اوست هول اشتاین  
مدیریت مهاجرت / مسئول مساوات سازی

Lübecker Straße 41

23701 Eutin

[www.kreis-oh.de](http://www.kreis-oh.de)

چاپ اول: 2019/05

Farsi



محلّهای مراجعه, کمک و  
شبکه ها

زنان تازه وارد به منطقه  
اوست هول اشتاین

## به منطقه اوست هول اشتاین صمیمانه خوش آمدید

شما بتازگی به منطقه اوست هول اشتاین آمده اید، شاید نیاز به پشتیبانی در امور مختلف زندگی دارید و یا در جستجوی همفکرانی هستید.

این بروشور در یک نظر اجمالی به شما پیشنهادهای مختلفی در منطقه اوست هول اشتاین را نشان میدهد که میتوانید از آنها استفاده کنید. جزو این پیشنهادهای که شما (در بعضی موارد به همراه خانواده) در زندگی روزمره میتوانید استفاده کنید، محلهایی هم هستند که به شما مشاوره و کمک ارائه میکنند. این موارد معمولاً رایگان میباشند. افراد مورد مخاطب در آنجا همیشه بزبان شما صحبت میکنند. اما از این موضوع ترس نداشته باشید، شما با وجود این میتوانید از همه پیشنهادهای استفاده کنید.

ما امیدوار هستیم که آدرسهای لیست شده شروع راحتی برای شما در اوست هول اشتاین ایجاد کرده و به شما در عادت نمودن به محیط زندگی جدیدتان کمک بنماید.

اطلاعات و پیشنهادات دیگری را میتوانید در اینترنت تحت

[www.kreis-oh.de/migration](http://www.kreis-oh.de/migration).

بدست آورید.

شهر باد شوارتاو

تانیا گرودیسکی

Am Markt 15, 23611 Bad Schwartau

☎ 0451-20002150

tanja.gorodiski@bad-schwartau.de

شهر اوتین

Markt 1, 23701 Eutin

☎ 04521-793-0

شهر نوی اشتادت

ناتالیا فون لوتسوف

Rosenstr. 7, 23730 Neustadt i.H.

☎ 04561-619303

nlevetzow@neustadt-holstein.de

بخش اشتوکلزدورف

گودرون دیتریش

Ahrensböcker Str. 7, 23617 Stockelsdorf

☎ 0451-4901117

g.dietrich@stockelsdorf.de



کاترینا اوپلر  
مدیریت مهاجرت



سیلکه ماینتز  
مسئول مساوات سازی

## عرضه امکانات برای زنان

ملاقات صبحانه بین فرهنگی اوبتین

Plöner Str. 44, 23701 Eutin

☎ 04521-78108

اولین و سومین چهارشنبه در ماه ساعت 10:00 – 12:00

کورسهای مادر – فرزند باد شوارتاو

Lübecker Str. 29, 23611 Bad Schwartau

☎ 0451-49056636

info@fluechtlingshilfe-bad-schwartau.de

دوشنبه – پنجشنبه ساعت 09:30 – 11:00

کورسهای مادر – فرزند اشتوکلزدورف

Grenzweg 4, 23617 Stockelsdorf

☎ 0451-49056636

info@fluechtlingshilfe-bad-schwartau.de

دوشنبه – پنجشنبه ساعت 09:00 – 10:30

محل ملاقات بین المللی زنان

Johannisstr. 33, 23758 Oldenburg i.H.

☎ 04361-2975

دوشنبه ساعت 14:30

ورزش برای زنان و کودکان

Göhler Str. 56, 23758 Oldenburg i.H.

☎ 04361-2975

چهارشنبه ساعت 14:30 (هزینه 10:00 یورو در ماه)

تلفن کمک خشونت بر علیه زنان

تلفن کمک همیشه قابل دسترس می باشد و به شما در وضعیتهای اضطراری مشاوره میدهد. خانمهای مترجم به زبانهای مختلف در اختیار میباشند.

☎ 0800-116016

علاوه بر آن شما میتوانید بطور آنلاین هم مشاوره دریافت کنید:

www.hilfetelefon.de

## کمک در زمان بخطر افتادن سلامتی فرزند

خدمات تخصصی خدمات اجتماعی کمکهای نوجوانان

(اداره نوجوانان)

اداره نوجوانان در موارد بخطر افتادن سلامتی فرزند در کنار شما میباشد.

منطقه اوست هول اشتاین

Lübecker Str. 41, 23701 Eutin

☎ 04521-7880

www.kreis-oh.de

## مسئول مساوات سازی

منطقه اوست هول اشتاین

سیلکه ماینتر

Lübecker Str. 41, 23701 Eutin

☎ 04521-788430

gb@kreis-oh.de

مشاوره زنان و تلفن اضطراری اوست هول اشتاین, انجمن  
ثبت شده

اوبتین:

Plöner Str. 39, 23701 Eutin

☎ 04521-73043

frauennotruf-oh@t-online.de

www.frauennotruf-oh.de

دوشنبه ها ساعت 10:00-12:00, سه شنبه ها ساعت 17:00-19:00,

چهارشنبه ها ساعت 14:00-16:00, جمعه ها ساعت 10:00-12:00

مشاوره در راکتاو با قرار قبلی

نوی اشتادت این هول اشتاین

Lienastr. 14, 23730 Neustadt i.H.

☎ 04561-9197

frauenraeume-neustadt@t-online.de

www.frauennotuf-oh.de

دوشنبه-چهارشنبه ساعت 12:00 – 10:00, پنجشنبه ساعت

16:00 – 18:00

مشاوره در برگ آف فرمارن, هایلیگن هافن و اولدنبورگ این هولاشتاین با

قرار قبلی

خانه زنان اوست هول اشتاین, انجمن ثبت شده

در یک خانه زنان میتوانید در وضعیتهای اضطراری مورد حمایت قرار گیرید.

آدرس خانه پنهان میباشد. به خانه میتوان بیست و چهار ساعته دسترسی داشت.

در صورتیکه جای خالی وجود نداشته باشد, در یافتن یک جای دیگر کمک

میشود.

☎ 04363-1721 (24 ساعته)

webmaster@fh-oh.de

www.frauenhaeuser-sh.de

إف او ان – ملل متفاوت

Kleine Schmützstr. 3, 23758 Oldenburg i.H.

☎ 01784184436

oetken@lebenshilfe-ostholstein.de

دوشنبه, پنج شنبه ساعت 09:00 – 14:00

توانا در شغل - مادران با زمینه مهاجرتی وارد بازار کار میشوند

Vor dem Kremper Tor 21, 23730 Neustadt i.H.

☎ 04561-51230 oder 04561-512341

info@kinderschutzbund-oh.de

دوشنبه, چهارشنبه, جمعه ساعت 08:30 – 12:00

مشاوره تک نفری با وقت قبلی

## پیشنهادهایی برای والدین / خانواده ها

مرکز خانواده آهرنزیوک

Lindenstr. 9b, 23623 Ahrensböök

☎ 04525-493084

info@jugendpflege-ahrensboek.de

www.jugendpflege-ahrensboek.de

مرکز خانواده باد شوارتاو

Eutiner Str. 10, 23611 Bad Schwartau

☎ 0451-2929329

familienzentrum@lebenshilfe-ostholstein.de

www.lebenshilfe-ostholstein.de

Vor dem Kremper Tor 16, 23730 Neustadt i.H.

☎ 01711420900

j.kocks@kinderschutzbund-oh.de

پنجشنبه ساعت 10:00 – 12:00

Vor dem Kremper Tor 19, 23730 Neustadt i.H.

☎ 04561-51230

mbe@kinderschutzbund-oh.de,

l.sharapova@kinderschutzbund-oh.de

با قرار قبلی

## کمک در موارد تجربه خشونت و خشونت جنسی

بسیاری از زنان مورد خشونت قرار میگیرند، بطور مستقیم در رابطه ها و یا توسط شخص ثالث. در یک مرکز مشاوره میتوانید بطور محرمانه و گمنام مشاوره دریافت کنید و مشترکاً برنامه ای را تهیه کنید که چگونه با این وضع کنار بیایید و در کجا برای خود و برای فرزندانتان کمک دریافت کنید.

مرکز خانواده اوتین

Albert-Mahlstedt-Str. 28, 23701 Eutin

☎ 04521-7907379, ☎ 0171-1197842

familienzentrum-eutin@kinderschutzbund-eutin.de

www.kinderschutzbund-eutin.de

مرکز خانواده فرمارن

Blieschendorfer Weg 13, 23769 Fehmarn

☎ 04371-8888683, ☎ 0157-89550913

b.kaphengst@kinderschutzbund-oh.de

www.dksb-heiligenhafen.de

مرکز خانواده هایلیگن هافن

Friedrich-Ebert-Str. 31, 23774 Heiligenhafen

☎ 04362-5005709, ☎ 0157-50361115

k.bruhn@dksb-heiligenhafen.de

www.dksb-heiligenhafen.de

مرکز خانواد نوی اشتادت این هول اشتاین

Rosengarten 10, 23730 Neustadt i.H.

☎ 04561-5248183

familienzentrum@kinderschutzbund-oh.de

www.kinderschutzbund-oh.de

مرکز خانواده اولدنلورگ این هول اشتاین

Johannisstr 33, 23758 Oldenburg i.H.

☎ 0160-96736965, ☎ 0157-50361115

familienzentrum-oldenburg@dksb-heiligenhafen.de

www.dksb-heiligenhafen.de

مرکز خانواده راکتاو  
Rosenstraße 3, 23626 Ratekau  
☎ 04504-803710  
imanthe@ratekau.de  
www.ratekau.de

مرکز آموزشی اویتین  
Dunckernbek 1, 23701 Eutin  
☎ 04521-6858  
fbs-eutin@gmx.de  
www.fbs-eutin.de

انجمن مادران و پدران تک سرپرست  
انجمن ایالتی شلزویگ-هول اشاتین  
☎ 0431-5579150  
info@vamv-sh.de  
www.vamv-sh.de

انجمن تک سرپرستان (ورا), انجمن ثبت شده باد شوارتاو  
☎ 0451-23296  
renate.herzfeldt@freenet.de  
www.verein-alleinerziehender.de

## محل‌های عمومی مشاوره

جوب سنتر – مسئول تساوی امکانات در محل کار  
Janusstr. 5, 23701 Eutin  
☎ 04521-7965661  
kathrin.kunkel@jobcenter-ge.de

اولدنبورگ این هولاشتاین:  
Schuhstr. 27, 23758 Oldenburg i.H.  
☎ 04521-8003790  
susanne.voss@drk-oh.de  
سه شنبه, پنج شنبه ساعت 09:00 - 12:00 همچنین سه شنبه ساعت  
13:00 - 16:00

اتحادیه حمایت از کودکان آلمان – مشاوره مهاجرت

گرومیتس:  
Kirchenstr. 11, 23743 Grömitz  
☎ 015115617032  
mbsh@kinderschutzbund-oh.de  
پنج شنبه ساعت 14:00 – 16:00

هایلیگن هافن:  
Markt 4-5, 23774 Heiligenhafen  
☎ 01711420900  
j.kocks@kinderschutzbund-oh.de  
چهارشنبه ساعت 10:00 - 12:00

Breslauer Str. 9, 23774 Heiligenhafen  
☎ 015157940550  
mbe@kinderschutzbund-oh.de  
پنج شنبه ساعت 10:00 – 12:00

نوی اشتادت این هول اشاتین:  
Rosengarten 10, 23730 Neustadt i.H.  
☎ 04561-512343  
mbe@kinderschutzbund-oh.de  
دوشنبه, چهارشنبه ساعت 13:00 – 15:00

اشتوکلز دورف:  
Ahrensböcker Str. 7, 23617 Stockelsdorf  
☎ 04521-788625, ☎ 0451-4901202  
s.bode@kreis-oh.de  
سه شنبه ساعت 10:00 – 12:00

صلیب سرخ آلمان – مشاوره مهاجرتی

آهرنزیوک:  
Poststr. 1, 23623 Ahrensbök  
☎ 01736173472  
tatjana.budnikova@drk-oh.de  
پنج شنبه ساعت 14:00 – 17:00

اوپتین:  
Waldstr. 6, 23701 Eutin  
☎ 04521-8003320  
susanne.voss@drk-oh.de, tatjana.budnikova@drk-oh.de  
سه شنبه ساعت 09:00 – 12:00

فرمارن:  
Klaus-Groth-Str. 3, 23769 Fehmarn, OT Burg  
☎ 04371-8979201  
tatjana.budnikova@drk-oh.de  
دوشنبه, چهارشنبه ساعت 09:00 – 12:00, همچنین چهارشنبه ساعت  
14:00 – 16:00

نوی اشتادت این هول اشتاین:  
Königstr. 2-4, 23730 Neustadt i.H.  
☎ 04561-5285174  
susanne.voss@drk-oh.de  
دوشنبه ساعت 09:00 – 12:00

زن و شغل

FAW gGmbH, Sabine Axt توسط  
Peterstraße 14, 23701 Eutin  
☎ 01758930035  
sabine.doretz-axt@faw.de  
www.frau-und-beruf-sh.de

آ و او مشاوره برای زنان باردار  
AWO Schleswig-Holstein gGmbH  
شرکت خدمات اجتماعی- روانی  
Lübecker Landstr. 3, 23701 Eutin  
☎ 04521-702115  
schwangerenberatung-eutin@awo-sh.de  
www.awo-sh.de  
دوشنبه, جمعه ساعت 09:00-12:00, سه شنبه ساعت 08:30-15:00,  
چهارشنبه ساعت 08:30-12:00, پنج شنبه ساعت 13:00-16:30

مرکز مشاوره برای برنامه ریزی خانواده و درگیریهای بارداری  
منطقه اوست هول اشتاین  
Lübecker Str. 41, 23701 Eutin  
☎ 04521-788314  
t.meyer@kreis-oh.de  
www.kreis-oh.de  
دوشنبه ساعت 10:00 – 14:00, پنج شنبه ساعت 13:00 – 17:00

## منطقه اوست هول اشتاین - مشاوره مهاجرتی

باد شوارتاو:

Geibelstr. 1a, 23611 Bad Schwartau  
☎ 04521-788625, ☎ 04521-788503  
s.bode@kreis-oh.de

سه شنبه ساعت 13:30 – 15:30

اوبتین:

Lübecker Str. 41, 23701 Eutin  
☎ 04521-788625, ☎ 04521-788413  
s.bode@kreis-oh.de, a.wunderlich@kreis-oh.de

سه شنبه ساعت 09:00-12:00, دوشنبه و پنج شنبه ساعت

09:00-12:00 با قرار قبلی

لین سان:

Gemeindehaus, 23738 Lensahn  
☎ 04521-788413  
a.wunderlich@kreis-oh.de

اولدنبورگ این هول اشتاین:

Markt 1, 23758 Oldenburg i.H.  
☎ 04521-788413, ☎ 03461-498103  
a.wunderlich@kreis-oh.de

دوشنبه ساعت 10:00 – 12:00

شاربویتنس:

Am Bürgerhaus 2, 23683 Scharbeutz  
☎ 04521-788625, ☎ 04503-7709903  
s.bode@kreis-oh.de

اولین و سومین پنج شنبه در ماه ساعت 10:00 – 12:00

مرکز مشاوره برای زنان و خانواده - مرکز مشاوره بارداری

خدمات اجتماعی زنان کاتولیک انجمن ثبت شده

Plöner Str. 36, 23701 Eutin

info@skf-eutin.de

☎ 04521-78108

www.skf-eutin.de

دوشنبه - پنجشنبه ساعت 12:00 - 09:00, ساعات کاری در شعبات هایلیگن

هافن, نوی اشتادت این هول اشتاین

مشاوره برای زنان و تلفن اضطراری اوست هول اشتاین انجمن ثبت شده

مشاوره برای زنان باردار

Lienastr. 14, 23730 Neustadt i.H.

☎ 04561-9197

frauenraeume-neustadt@t-online.de

www.frauennotruf-oh.de

دوشنبه - چهارشنبه ساعت 12:00 - 10:00, پنجشنبه ساعت

16:00 - 18:00

## CJD شمال - خدمات مهاجرتی نوجوانان

باد شوارتاو:

Rantzauallee 24, 23611 Bad Schwartau

☎ 0451-2901306

siegmund.schmidt@cjd.nord.de

دوشنبه ساعت 09:00 - 15:00, چهارشنبه ساعت 09:00-13:00

اوبتین:

Weidestr. 8, 23701 Eutin

☎ 04521-7069613

katarina.cernik@cjd-nord.de

دوشنبه ساعت 10:00-13:00, پنجشنبه ساعت 16:00-18:00

سایر ساعات مراجعه با قرار قبلی