

یک رهنمود از طرف اداره خدمات رفاه اجتماعی بوتشیرکا

پیوستن شما را از صمیم قلب استقبال می‌نمایم!

botkyrka.se/radgivningochstod

وقتی که شما نیازمند حمایت باشید

دریافت حمایت آسان است

هر کس احتمال دارد گاهی به وضعیتی دچار شود که در آن به کمک و حمایت نیاز داشته باشد.

این ممکن است ناشی از حادثه‌ی بی‌چیزی که دشوار احساس شود و همچنان مشکلات شخصی یا اجتماعی باشد.

در این حوزه می‌توانید راهنمایی در مورد مراجع مختلف برای مطرح کردن سوالات، دریافت مشوره و انواع مختلف حمایت‌ها را مطالعه کنید.

شما می‌توانید بدون ذکر نام تماس بگیرید.

بعضی اوقات مشوره‌دهی یا حمایتی که شخصی بدون کمک پیدا کرده می‌تواند، کفایت نمی‌کند.

اگر در مورد خودتان، فرزندتان یا یکی از اعضای دیگر خانواده بسیار زیاد به تشویش هستید، می‌توانید با ما اداره خدمات رفاه اجتماعی ارتباط بگیرید.

که سپس ما نیازمندی و استحقاق حمایت‌تان را بررسی خواهیم کرد.

اگر تصمیم گرفته‌شود که نیاز به اقدامات کمک وجود دارد، شخصی حق دارد آن را در زمان کوتاه بدست بیاورد.

پرسونل و وظیفه‌رأزنگهداری را مراعات می‌کنند

ما در چوکات اداره خدمات رفاه اجتماعی وظیفه و مکلفیت اسرار نگهداری را مراعات می‌کنیم.

آنچه که شما با ما در میان می‌گذارید، ما اجازه نداریم با کسی دیگر شریک سازیم

اما مواردی، وقتی که بدانیم که کودکی دچار موقعیت سختی است، از این امر مستثنی‌اند.

در چنین موارد قانون دستور می‌دهد که مسئولین مراجع حمایت اجتماعی، کودکستان، مکتب و شورای ولایتی مکلف‌اند از چنین موارد به اداره خدمات رفاه اجتماعی اطلاع دهند.

این حمایت رایگان است

همه انواع حمایت بطور رایگان عرضه می‌گردد بشرطی که چیزی دیگر در لائحه عمل فعالیت مربوطه گنجانیده نشده باشد.

راهنمایی به زبان‌های دیگر

این جزوه در ویب‌سایت botkyrka.se به چندین زبان‌ها تهیه شده است.

در دفاتر خدمات شهروندان این جزوه را بشکل چاپی بدست می‌آورید و به سوالات‌تان پاسخ داده می‌شود.

اگر دچار وضعیت دشوار در مکتب باشید و یا چگونه گی وضعیت خانه، شما را به تشویش و نگرانی وادار ساخته باشد، با فرد بزرگسالی که به او اعتماد داشته باشید صحبت کنید.

همه بزرگسالان که در مکتب و اداره خدمات رفاه اجتماعی ایفای وظیفه می نمایند مکلف اند تا حرف های تان را جدی بگیرند و در راستای دریافت حمایت از شما یاری نمایند.

ما به حرف های تان گوش می دهیم و در راستای گپ زدن با افراد که برای تان مهم اند، از شما یاری می نماییم.

شما می توانید زنگ بزنید و پرسش های تان را با ما مطرح نمایید.

اگر شما نمی خواهید لازم نیست نام خود را ذکر کنید.

ما وظیفه رازنگهداری را مراعات می کنیم.

کودکان و نوجوانان

خدمات صحی در مکتب تان

آیا شما در مورد وضع صحی تان تشویش دارید؟ آیا در راستای بهبود وضعیت مکتب یا خانه تان به کمک و حمایت نیاز دارید؟

در مکتب تان خدمات صحی شاگردان وجود دارد.

با ما ارتباط بگیرید یا با معلم یا سرمعلم تان صحبت کنید!

شماره تلفون: با مکتب تان در تماس شوید و در مورد خدمات صحی شاگردان (elevhälsan) بپرسید

وبسایت: معلومات در مورد مکتب

در مکتب، مرکز تفریحات سالم یا در مرکز شهر با ما ملاقات کنید

ما مسئولین گذر در محل هایی موجود می باشیم که نوجوانان در آنجا گردهم می آیند تا به آسانی قابل دسترسی باشیم و تا شما بتوانید در صورت داشتن میل و علاقه با ما آشنا شوید.

شما می توانید با ما در مورد موضوعات چه کوچک و چه بزرگ صحبت کنید.

این موضوعات ممکن است به مسائل از قبیل سرگرمی های تان در وقت فراغت، در باره الکول، بازی و یا روابط تعلق داشته باشد.

همچنین شما می توانید در وضعیت هایی که فکر می کنید که در خانه یا مکتب دچار مشکلات هستید و احساس می کنید که شما در راستای مهار کردن این گونه وضعیت ها به حمایت نیاز دارید، به ما رجوع کنید.

شماره تلفون 00 610 530-08، در مورد مسئولین گذر (områdessekreterare) بپرسید

فیسبوک: Områdessekreterare i Botkyrka

وبسایت: botkyrka.se/omradessekreterare

پرسش های تان را با نماینده اطفال در بوتشیرکا مطرح کنید

نماینده اطفال در بوتشیرکا سعی و تلاش می نماید تا حقوق اطفال و نوجوانان تأمین و برآورده گردند و آنها از فرصت نفوذ و تاثیر گذاری در شرایط زنده گی خود برخوردار باشند.

نماینده اطفال به حرف های تان گوش می دهد، از شما یاری می نماید و اطمینان حاصل می کند که شما در راستای مطرح ساختن پرسش های تان و موضوع تان با مراجع مربوطه راهنمایی درست را بدست بیاورید.

اگر شما فکر می کنید که چیزی درست نیست و یا اگر کسی نسبت به شما بد رفتاری کرده باشد، شما می توانید با نماینده اطفال توسط تلفون یا ارسال پست الکترونیکی در تماس شوید.

شماره تلفون: 0708-86 11 74

پیام تلفونی: 0708-86 11 74

وبسایت: botkyrka.se/barnombudsmannen

6 کودکان و نوجوانان

7 کودکان و نوجوانان

شما تنها نیستید، با کسی که به او اعتماد دارید، صحبت کنید.

مرکز مراقبت از کودکان و نوجوانان الی سن 20 سال

اگر دچار وضعیت دشوار و خسته کننده در خانه یا مکتب خود هستید، می توانید از بزرگسالی که به او اعتماد دارید، کمک بخواهید.

شخصی ممکن است از عوامل مختلف به وضعیت بد روانی دچار باشد بطور مثال اذیت، خشونت ها و بد رفتاری های خانواده گی، کسی که شما او را دوست دارید خوب نباشد، بیش از حد الکل مصرف می کند یا چیز دیگری می کند.

همه بزرگسالان که بطور مثال در مکتب با کودکان کار می کنند مسئولیت بر عهده دارند تا وقتی که کودکی بگوید که به شیوه بی از وضعیت خوب برخوردار نیست، از او یاری نمایند.

ما مامورین اداره خدمات رفاه اجتماعی باید اطمینان حاصل کنیم که کودکان، اگر ضرورت داشته باشند، به کمک لازم دسترسی داشته باشند.

هر گاه شما با ما در تماس شوید به حرف ها و نیازمندی های تان توجه خواهیم کرد.

گاهی اوقات ممکن است کسی تشویش داشته باشد که اگر پدر و مادرم بدانند که حال خوب نیست، چه اتفاقی رخ خواهد داد.

ما در این مورد با شما صحبت می کنیم و باهم تصمیم می گیریم که طوریکه شما می خواهید چطور و چه وقت با والدین تان صحبت کنیم.

شماره تلفون: 08-530 622 55

وبسایت: botkyrka.se/barnochunga

اگر در هنگام شب و روز های رخصتی به کمک نیاز داشته باشید می توانید با نوکریوال خدمات اجتماعی توسط شماره تلفون 020-70 80 03 یا وبسایت www.botkyrka.se/socialjour در تماس شوید.

8 کودکان و نوجوانان

مرکز خدمات صحتی نوجوانان، برای افراد تا سن 23 سال

به حیث نوجوان گاهی به محلی ضرورت می باشد که به آنجا می توان بخاطر دریافت کمک و حمایت رجوع کرد.

مرکز خدمات صحتی بوتشیرکا چنین محل است.

در اینجا می توان تست حاملگی و معاینه جهت تشخیص امراض مقاربتی را انجام داد، وسایل جلوگیری از حاملگی را بدست آورد و در مورد موضوعات که مهم و دشوار احساس می شوند، صحبت کرد.

اگر شما مطمئن نیستید که آیا این مرکز خدمات صحتی نوجوانان جای مناسب برای مطرح کردن پرسش تان و رفع کردن مشکل تان است، همواره می توانید از ما بپرسید.

اگر کمک بهتر در جای دیگر میسر باشد در تماس به آنجا از شما یاری خواهیم کرد.

شماره تلفون: 08-530 613 57

پست الکترونیکی: ungdomsmottagningen@botkyrka.se

وبسایت: botkyrka.se/ungdomsmottagningen

منی ماریا (miniMaria) ، در باره الکول، مواد مخدر و الکول

آیا الکول، ادویه یا قماربازی برای تان مشکل خلق کرده می تواند؟

صرف نظر از اینکه شما برای اولین بار الکول را در این اواخر امتحان کرده باشید یا از مدتی الکول مصرف می کنید، می توانید با ما در مینی ماریا (miniMaria) در تماس شوید.

شما می توانید با ما پرسش هایی مطرح کنید و به منظور بهبود وضعیت تان حمایت بدست بیاورید.

حتی شما به حیث یک دوست، یکی از والدین یا یکی از سایر اقارب بزرگسال یک فرد جوان که الکول یا مواد مخدر استعمال می کند یا قمار بازی می کند، شما را به نگرانی جدی وادار ساخته باشد، نیز پذیرفته می شوید.

منی ماریا (minMaraia) یک فعالیت مشترک بین کمون بوتشیرکا و شورای ولایتی استوکهم است.

اگر شما بالای سن 21 سال هستید، می توانید به مرکز مشوره دهی معتادین (Beroenderådgivningen) مراجعه کنید.

خدمات صحتی نوجوانان در اینترنت

umo.se – وبسایتی است که در آن شما می توانید پاسخ به بسیاری از سوالاتی که احتمالاً نوجوانان داشته می باشند، پیدا کنید.

در آنجا شما نیز می توانید سوالات خودتان را بدون ذکر نام مطرح کنید و پاسخی دریافت کنید که شخصا با شما ارتباط داشته باشد.

اگر می خواهید با کسی صحبت کنید و یا نیاز به مراجعه به یکی از مراکز خدمات صحتی داشته باشید، با مرکز صحتی نوجوانان بوتشیرکا ارتباط بگیرید.

شماره تلفون: 08-530 622 96

شماره تلفون نرس 08-123 474 91
پست الکترونیکی: minimaria@botkyrka.se
وبسایت: botkyrka.se/minimaria

minimaria@botkyrka.se

9 کودکان و نوجوانان

خانه امن در کمون بوتشیرکا

دختران بین سنین 12 و 30 سال می توانند در صورت میل و علاقه مندی با ما صحبت یا چت نمایند.
ما موظفین خانه امن دختران مشوره و حمایت ارائه می کنیم و در زمینه تماس با مقامات دولتی، اداره رفاه اجتماعی، تأسیسات خدمات صحتی و اگر ضرورتی وجود داشته باشد با پولیس از شما یاری می نماییم.
خانه امن دختران یک بخش مؤسسه خیریه بنام خانه امن زنان و دختران در بوتشیرکا است.

BRIS – حقوق اطفال در جامعه

اگر شما می خواهید با یک فرد بزرگسال که به گپ های تان گوش می دهد، صحبت کنید، می توانید به Bris تماس بگیرید.
تماس رایگان است و این ارتباط در بل تلفون نوشته خواهد بود.

Bris یک سازمان غیرانتفاعی است.

شماره تلفون: 08-530 403 7008

پست الکترونیکی: botkyrka.tjejour@gmail.com

botkyrka.tjejour@gmail.com

botkyrka.tjejour@gmail.com

botkyrka.tjejour@gmail.com

وبسایت: tjejouren.se/botkyrka

شماره تلفون: 111 116

فیسبوک: [bris](https://www.facebook.com/bris)

وبسایت: bris.se

شما که قربانی جرمی شده اید

آیا شما به خشونت، تهدید، تجاوز یا جرم دیگری مواجه شده اید؟

آیا شما شاهد یک جرم شده اید؟

بسیاری از مردم به این نتیجه می رسند که شخصی در این موقعیت به کمک نیاز داشته می باشد تا روی آنچه که مشاهده کرده است کار کند.

این کمک در مرکز حمایت از قربانیان جرایم نوجوان برای افراد زیر سن 21 سال فراهم ساخته شده است.

نزد ما می توانید کمک عملی و راهنمایی در مورد اینکه در مراحل بعد از عریضه به پولیس و در جریان محاکمه چه اتفاقی می افتد.

شماره تلفون: 08-530 610 00، در مورد مرکز حمایت (Stödcentrum) بپرسید

پست الکترونیکی: stodcentrum@botkyrka.se

stodcentrum@botkyrka.se

وبسایت: botkyrka.se، کلمه «Stödcentrum» را جستجو کنید

در صورتی که والدین تان یکجا زندگی نمی کنند

هر گاه والدین تان تصمیم بگیرند که دیگر باهم زندگی نکنند، بیشتر چیزها در زندگی تان تغییر می خورند.

شاید شما خود را خشمگین و افسرده احساس کنید و سوالات زیادی داشته باشید ولی نمی دانید که با چه کسی صحبت کنید.

شعبه امور خانوادگی ما دارای گروه های کاری برای کودکان بین 7 تا 12 ساله است.

نزد ما می توانید با سایر کودکان که به اوضاع همانند مواجه هستند ملاقات نموده در باره زنده گی و احساسات خود صحبت کنید.

اگر می خواهید سهم بگیرید باید با مادر و یا پدر خود صحبت کنید تا شما را ثبت نام کند.

شماره تلفون: 08-530 610 00، در مورد شعبه امور خانوادگی بپرسید

وبسایت: botkyrka.se/skildavarldar

حمایت از پایوانان، برای شما که در نزدیکی با کسانی که دچار وضعیت بد صحتی هستند، زندگی می کنید

وقتی که یکی از خویشاوندان تان مبتلای مریضی یا وضعیت بد روانی و یا مبتلای اعتیاد باشد، زنده گی روزمره شما نیز تحت تاثیر واقع می شود.

چنین فرد می تواند عبارت باشد از مادر یا پدر، خواهر یا برادر یا کسی دیگر که برای تان بسیار مهم و عزیز باشد.

در چنین صورت داشتن کسی برای صحبت شاید بسیار راحت کننده ثابت شود.

بخش حمایت از پایوانان در کمون به پرسش ها پاسخ می دهد و به شما مشوره و حمایت فراهم می نماید.

ما نیز جلسه ها را برای نوجوانان که شاهد چنین تجربات زنده گی بوده اند، ترتیب می دهیم.

مرکز خدمات صحت روانی اطفال و نوجوانان (BUP) در بوتشیرکا

اگر شما زیر سن 18 سال هستید و از وضعیت بد روانی رنج می برید می توانید از مرکز خدمات صحت روانی اطفال و نوجوانان (BUP) کمک بگیرید.

مرکز خدمات صحت روانی اطفال و نوجوانان (BUP) در بوتشیرکا به نمایندگی از شورای ولایتی توسط شرکت پریمما بوتشیرکا «Prima Botkyrka» اداره می شود.

شماره تلفون: 08-580 071 00

وبسایت برای اطلاعات عمومی، bup.se برای نوجوانان prima.se/prima-botkyrka
پست الکترونیکی: botkyrka@prima.seb

botkyrka@prima.se

otkyrka@prima.se

آدرس

Tomtbergavägen 2

شماره تلفون: 08-530 610 00، در مورد حمایت از پایوزان بپرسید

وبسایت: botkyrka.se/anhorig

145 67 Norsborg

10 کودکان و نوجوانان

18 ساله و اقتصاد شخصی

وقتی که شخصی به سن و سال بلوغت می رسد نه تنها آزادی و فرصت تصمیم گیری در زنده گی خود بلکه مسئولیت نیز افزایش می یابد.

اینکه شما پول خود را چگونه استفاده می کنید ممکن است بالای شما طی مدت طولانی تاثیر گذار باشد.

در وبسایت botkyrka.se مشوره های مفید و پیوند ها به افزار های قسماقسم وجود دارند که می توانند در زمینه تصمیم گیری در امور اقتصادی تان به شما کمک کند.

زنگ بزنید و صحبت کنید، اینکه خود را معرفی کنید لازم نیست.

اگر دارای عواید شخصی باشید ولی بفهمید که پول برای پرداخت بل ها کفایت نخواهد کرد باید به زودترین فرصت در صدد چاره جویی آن برآیید.

با ما در بخش مشوره دهی در باره بودجه و قرضداری ارتباط بگیرید.

ما همراه با شما وضع اقتصادی تان را از نظر می گزرانیم تا برنامه یی را برای اینکه شما پول خود را چگونه به کار ببرید، روی دست بگیریم.

شماره تلفون: 08-530 610 00، در مورد بخش مشوره دهی در باره بودجه و قرضداری بپرسید

وبسایت: botkyrka.se ، بخش مشوره دهی بابت بودجه و قرضداری «Budget- och skuldrådgivning» را جستجو کنید.

وقتی که نیاز به درخواست کمک مالی داشته باشید

گاهی شرایطی بوجود می آید که باعث تنگدستی می گردند و در نتیجه پول کفایت نمی کند. شما همه تلاش های خود را به خرج می دهید تا یک راه حل را پیدا کنید، ولی موفق نمی شوید. در چنین شرایطی میتوانید با ما در تماس شده به درخواست کمک اقتصادی اقدام کنید. با ما به تماس شوید تا برای تان توضیح دهیم که برای طی مراحل و تصمیم گیری درخواستی تان چه شرایطی را باید برآورده کنید. اگر شما زیر سن 21 سال هستید و هنوز مصروف تحصیل هستید، والدین تان مکلف اند تا مصارف تان را تأمین نمایند. شماره تلفون: 08-530 618 00، در مورد بخش کمک اقتصادی بپرسید

وبسایت: botkyrka.se/ekonomisktbistand

11 کودکان و نوجوانان

پدر یا مادر بودن ممکن است بزرگترین، جالب ترین و معنی دار ترین مایه زنده گی باشد ولی این می تواند یک چالش نیز باشد. در این کمون چندین جاهای وجود دارند که شما می توانید برای اخذ مشوره و حمایت یا صحبت با سایر والدین به آنجا مراجعه کنید و تجربه های زنده گی خود را در میان بگذارید. وظیفه و ماموریت اداره خدمات رفاه اجتماعی عبارت از تلاش ها در راستای فراهم آوردن شرایط خاطر جمع و سازگار برای پرورش کودکان و نوجوانان است. خانواده و والدین

ما در همکاری با شما پدر یا مادر می کوشیم تا فرزند تان از شرایط مناسب و سازگار زنده گی برخوردار باشد.

جلسات حمایت والدین

در جلسات والدین شما مشوره و توصیه ها در باره اینکه چگونه پیوند با فرزند تان را مستحکم ساخته می توانید، جلوگیری از دعوا های غیر ضروری و اینکه چگونه جریان زنده گی روزمره تان را بی دردسر ساخته می توانید، دریافت خواهید کرد. در گروپ ها شما می توانید تجربه ها به حیث مادر یا پدر را باهم در میان بگذارید و در مورد اینکه چگونه می توان با فرزند خود به شیوه آسان و ساده صحبت نموده تفاهم بوجود آورید و در زمینه ایجاد شیوه های جدید برای حل منازعات و جنجال ها، مشوره ها و توصیه های مفید را دریافت کنید.

ABC همه کودکان در مرکز توجه، 4 عدد نشست برای شما دارای فرزند در سنین 3 تا 12 سال.

KOMET 11 عدد نشست برای شما دارای فرزند در سنین 3 تا 11 سال

اشتراک در جلسات والدین رایگان است.

برای کسب معلومات بیشتر در مورد جلسات والدین به وبسایت botkyrka.se مراجعه کنید.

شماره تلفون: 08-530 610 00، در مورد هماهنگ کننده حمایت والدین بپرسید

وبسایت: botkyrka.se/duforalder

کودکستان آزاد

کودکستان آزاد عبارت از محل گردهمایی برای شما پدر و مادر دارای فرزند در سنین صفر تا 5 سال است.

شما می توانید هر وقت که بخواهید بیایید و بروید.

ما بخاطر آوازخوانی گردهم میاییم و اعم والدین و کودکان می توانند باهم به رسامی، مطالعه و سایر سرگرمی ها بپردازند.

هدف اینست که والدین و پرسونل باهم برای ایجاد شرایط سازگار برای فراهم آوردن یک آغاز خوب در زنده گی طفل بکوشند.

ماساژ نوزاد برای کودکان تقریباً دو ماهه

همکاری با ایس ایف ای SFI آموزش زبان سویدنی.

ما در مناطق ستوروریتن، تونگی، هالوندا، آلی و فیتیا وجود داریم.

ساعات کار، برنامه ها و اطلاعات مربوط به گروه والدین در botkyrka.se ارائه شده است.

شماره تلفون: 08-530 610 00، در مورد کودکستان آزاد در ناحیه تان پیرسید

وبسایت: botkyrka.se/oppnaforskolan

12 خانواده و والدین

پدر یا مادر بودن می تواند بهترین مایه زنده گی ولی مشکلترین قسمت زندگی نیز باشد.

13 خانواده و والدین

حمایت از خانواده و والدین

هر گاه شما نیاز به مشوره، حمایت و کمک در زمینه نقش و وظیفه به حیث مادر یا مادر داشته باشید می توانید با ما که در بخش حمایت از خانواده و والدین ایفای وظیفه می نماییم، در تماس شوید.

نیازمندی های تان ممکن است عبارت از چیزهای مختلف از قبیل پرورش، تربیه، مشکلات در هنگامی که خانواده از مشکلات بعد از وقوع طلاق می گذرد و یا چیزی دیگر که زنده گی را تحت تاثیر قرار می دهد، باشد

و یا شاید عبارت از مشکلات در ارتباط و افهام و تفهیم که جار و جنجال ها با فرزند تان را به بار می آورد یا اینکه فرزند تان در مکتب، مرکز اوقات فراغت یا با دوستان خود دچار مشکلات شده است، باشد.

ما در خدمت والدین دارای فرزند تا سن 20 سال قرار داریم.

شما می توانید نزد ما از مشوره دهی تلفونی، مشوره ها و حمایت انفرادی، گفتگو در مورد امور خانواده گی و ملاقات با اقارب یا سایر افراد که برای خانواده تان مهم اند، مستفید گردید.

ما همراه با شما تعیین می کنیم که چه قسم حمایت از همه بهتر جوابگوی نیازمندی های تان باشد.

شماره تلفون: 08-530 623 60

وبسایت: botkyrka.se ، حمایت از والدین (stöd till föräldrar) را جستجو کنید.

آیا فرزندتان الکل یا مواد مخدر استعمال می کند؟

شما که بسبب شرابخوری و استعمال مواد مخدر فرزندتان دچار تشویش و نگرانی هستید، می توانید بمنظور اخذ مشوره و حمایت به منی ماریا (miniMaria) در تماس شوید.

ما والدین را که فرزندان شان قمار می زنند، نیز مورد حمایت قرار می دهیم.

شما می توانید با و یا بدون فرزندان تشریف بیاورید .

منی ماریا یک فعالیت مشترک بین کمون بوتشیرکا و شورای ولایتی استوکهلم است.

خط تلفون پولیس برای والدین

شماره تلفون: 020-21 70 00

وبسایت: polisen.se/stockholm

مواجهه به خشونت خانواده گی

آیا شما در معرض خشونت، آزار، تهدید یا تجاوز در خانواده خود قرار دارید؟

در مرکز خشونت خانواده گی می توانید به راهنمایی عملی، مصاحبه مشورتی یا تشویقی و مصاحبه درمانی برای افراد بزرگسال که در معرض خشونت خانواده گی قرار داشتند یا دارند، دست یابید.

ما مکلفیت راز نگهداری را رعایت می کنیم.

اگر سوالی دارید می توانید بدون ذکر نام ارتباط بگیرید.

اگر دچار وضعیت اضطراری در هنگام ساعات شب یا آخر هفته شوید می توانید با نوکریوال خدمات اجتماعی توسط شماره -020 03 80 70 و یا پولیس توسط 112 در تماس شوید.

آیا چنین اتفاق می افتد که همسرتان یا فرزندانتان از شما ترس داشته باشند؟

آیا شما آنقدر عصبانی می شوید که کنترل خود را از دست می دهید؟

آیا عکس العمل های پرزورتان شما را وادار به تشویش و نگرانی وادار ساخته است؟

نزد ما می توانید علائم خطر خود را بشناسید و توانایی مهار کردن استرس و خشم خود را افزایش دهید.

مرکز خشونت خانواده گی شماره تلفون: 08-530 631 9

پست الکترونیکی: mottagningvaldinararelation@botkyrka.se

وبسایت: botkyrka.se/vinr

mottagningvaldinararelation@botkyrka.se

شماره تلفون: 08-530 622 96

شماره تلفون نرس 08-123 474 91
پست الکترونیکی: minimaria@botkyrka.se

minimaria@botkyrka.se

وبسایت: botkyrka.se/minimaria

14 خانواده و والدین

پذیرش و بررسی کودکان و نوجوانان بین سنین صف تا 20 سال

اگر طفل یا فرزند در سن و سال نوجوانی تان، شما را به نگرانی وادار ساخته باشد، شما حق دارید نزد ما به درخواست حمایت بپردازید.

تشویش تان ممکن است عبارت از اینکه فرزند تان شاهد خشونت بوده است یا در معرض خشونت یا تجاوز قرار گرفته است، باشد.

فرزند تان شاید مورد آزار قرار می گیرد یا به انحراف و جرایم کشانیده شده است و یا به استعمال مواد مخدر پرداخته است.

شما شاید احساس می کنید که به حیث پدر یا مادر از تمام جریانات خسته شده اید و در وظیفه و نقش به حیث پدر یا مادر نیازمند حمایت هستید.

به خاطر بسپارید که هر چه زودتر شما متوجه می شوید و در صدد چاره جویی یک نگرانی برآید، همانقدر پیدا کردن راه حل آن آسان می باشد.

اگر شما به درخواست حمایت نزد ما اقدام کنید ما کارمندان اداره خدمات رفاه اجتماعی یک بررسی را راه اندازی می نمایم.

اگر بررسی آشکار سازد که فرزند تان به حمایت نیاز دارد، فرزند تان و شما حق خواهید داشت از حمایتی که در چنین اوضاع پیشکش می شود، برخوردار شوید.

ما گزارش و اطلاع در باره تشویش در مورد کودکان که در وضعیت بدی قرار دارند، را نیز می پذیریم.

شما همیشه می توانید با ما در تماس شوید و سوالات را در مورد اینکه مشوره و حمایت برای کودکان و خانواده ها را از کجا دریافت کرده میتوانید، مطرح سازید.

شماره تلفون: 08-530 622 55

وبسایت: botkyrka.se/barnochunga

اگر در هنگام شب و روز های رخصتی به کمک نیاز داشته باشید می توانید با نوکریوال خدمات اجتماعی توسط شماره تلفون -020 70 80 03 یا وبسایت www.botkyrka/socialjour در تماس شوید.

15 خانواده و والدین

ما با کودکان و نوجوانان در مکتب و در مرکز سرگرمی های اوقات فراغت ملاقات می کنیم

ما هر روز با کودکان و نوجوانان در بوتشیرکا ملاقات و صحبت می کنیم.

ما از همه جریانات و موارد نگران کننده بی که رخ می دهند، کاملاً باخبر هستیم.

اگر شما به حیث پدر یا مادر می خواهید از محیط و اطرافیان فرزند خود آگاهی داشته باشید و یا می خواهید که در مورد اینکه پدر و مادر بودن از چه قرار است صحبت کنید، با ما در تماس شوید.

به حیث پدر یا مادر شما مهمترین شخص در زنده گی فرزند خود هستید.

ما می خواهیم در صورت لزوم شما و فرزندتان را در راستای حل مشکلات چه بزرگ و چه کوچک مورد حمایت قرار دهیم.

اگر لازم باشد ما به جلسه مشورتی والدین دعوت می کنیم.

همراه با پدر و مادر دوستان فرزندتان شما می توانید در مورد نظر خود بابت اوضاع و احوال کودکان و اینکه چگونه می خواهید راه حل آنرا پیدا کنید، صحبت کنید.

آیا فرزندتان قربانی جرمی شده است؟

آیا شما دارای فرزند زیر سن 21 سال هستید که در معرض جرم از قبیل خشونت، تهدید، تجاوز قرار داشته باشد و یا جرمی را مشاهده کرده باشد؟

بسیاری از مردم متوجه می شوند که شخصی در این موقعیت به کمک نیاز داشته می باشد تا روی آنچه که مشاهده کرده است کار کند.

این حمایت نزد مرکز حمایت از قربانیان جوان جرایم قابل دسترسی است.

حتی شما که پدر یا مادر هستید می توانید با ما در تماس شوید اگرچه فرزندتان نخواهد که این کار را انجام دهد.

ما کمک عملی و راهنمایی در مورد اینکه در مراحل بعد از عریضه به پولیس و در جریان محاکمه چه اتفاقی می افتد، ارائه می کنیم.

شماره تلفون: 08-530 610 00، اگر فرزندتان 0-12 ساله است در مورد سکرتر امور اجتماعی پیشگیرانه پرسید.

اگر فرزندتان 12-20 ساله است در مورد مسئول گذر (områdessekreterare) پرسید.

فیسبوک: Områdessekreterare i Botkyrka

انستاگرام: @forebyggarna

(سکرتر امور اجتماعی پیشگیرانه)

وبسایت: botkyrka.se/omradessekreterare

BRIS برای بزرگسالان

به خط تلفون Bris برای بزرگسالان زنگ بزنید و در مورد کودکان پرسش های تانرا مطرح کنید.

Bris یک سازمان غیرانتفاعی است.

شماره تلفون: 0771-50 50 50

وبسایت: bris.se

16 خانواده و والدین

خط تلفون سازمان نجات کودکان برای بزرگسالان

شماره تلفون: 020-78 67 86

پست الکترونیکی: foraldrar@rb.se raddabarnen.se

وبسایت: foraldrar@rb.se

شماره تلفون: 08-530 610 00، در مورد مرکز حمایت «Stödcentrum» بپرسید

پست الکترونیکی: stodcentrum@botkyrka.se

stodcentrum@botkyrka.se

وبسایت: botkyrka.se، کلمه «Stödcentrum» را جستجو کنید

مرکز حقوقی خانواده گی (Familjerätten)

وقتی که شخصی با طلاق یا جدایی مواجه می باشد، ممکن است غیرمنتظره با یک تعداد پرسش ها و مشکلات مواجه شود که قبلا به آن روبرو نشده باشد.

وقتی که شما به عنوان پدر یا مدر نمی توانید با همسر تان در مورد پرورش، بودوباش و حق گذراندن وقت با فرزندان مشترک تان به موافقه پی برسید، می توانید توسط تلفون یا نشست مشوره بدست بیاورید.

امکانات تعیین وقت برای مصاحبه همکاری بین شما و همسر تان نیز مساعد می باشد.

مرکز حقوقی خانواده گی (Familjerätten) در بوتشیرکا به پرسش های تان نیز پاسخ می دهد و درخواستی های فرزند خوانده گی را بررسی می نماید.

شما می توانید با طیب خاطر یک وقت برای شرکت در جلسه معلوماتی را تعیین نمایید.

گروه برای کودکان که پدر و مادر شان از هم جدا شده باشند

جدایی بین والدین یک تغییر بسیار بزرگ در زنده گی اطفال است.

وقتی که بزرگسالان نیاز به گفتگو داشته می باشند، به بزرگسالان دیگر رجوع می کنند.

ولی کودکان با کی صحبت می کنند؟

مرکز حقوقی خانواده گی (Familjerätten) برای اطفال 7 و 12 ساله که والدین شان از هم جدا شده باشند، فعالیت های گروهی فراهم می سازد.

کودکان می توانند با سایر کودکان که به اوضاع همانند مواجه باشند، ملاقات نموده در باره زنده گی و احساسات خود صحبت می کنند.

هدف از این جلسات تقویت اعتماد به نفس و اینکه آگاهی کودک در باره نیازمندی های خویش افزایش یابد، است.

شماره تلفون: 08-530 617 00، در مورد مرکز حقوقی خانواده گی (familjerätten) بپرسید
وبسایت: botkyrka.se/familjeratten

شماره تلفون: 08-530 617 00، در مورد مرکز حقوقی خانواده گی (familjerätten) بپرسید
وبسایت: botkyrka.se/skildavarldar

17 خانواده و والدین

مواجهه به خشونت؟

شما که بزرگسال هستید

با ما در تماس شوید.

هر کس احتمال دارد گاهی به وضعیتی دچار شود که در آن به کمک و حمایت نیاز داشته باشد.

اینگونه وضعیت ها ممکن است عبارت باشد از شرایط دشوار زنده گی، مشکلات اجتماعی و یا شخصی که دامنگیر شما یا اقارب نزدیک تان شده باشند. شما همیشه می توانید بخاطر بدست آوردن مشوره یا مطرح کردن پرسش ها با ما در تماس شوید.

مرکز مشوره دهی امور خانواده گی (Familjerådgivning)

چگونگی وضعیت رابطه بین ما و همسر ما بر زنده گی ما، چه از لحاظ روحی و چه از لحاظ جسمی، تاثیر می گذارد.

ما در مراحل مختلف زنده گی خود با بحران ها و تغییراتی روبرو می شویم که ممکن است برای ما مشکلات در گفتگو به شیوه سازنده با همدیگر به بار آورند.

مرکز مشوره دهی امور خانواده گی وظیفه به عهده دارد تا شما را به گفت و شنود مؤثر تشویق و ترغیب نماید و راه های حل مشکلات تان را پیدا کند.

در ملاقات اول شما به توضیح و تشریح شرایط می پردازید و اینکه هر یکی از شما چه خواهش دارید که این گفت و شنود چه نفعی را به بار خواهد آورد.

هر نشست تا یک و نیم ساعت دربر می گیرد و 250 کرون قیمت دارد.

شماره تلفون: 08-530 610 00، در مورد مرکز حقوقی خانواده گی (familjerätten) بپرسید
وبسایت: botkyrka.se/familjeradgivning

مواجهه به خشونت خانواده گی

آیا شما در معرض خشونت، آزار، تهدید یا تجاوز در خانواده خود قرار دارید؟

در مرکز خشونت خانواده گی می توانید به راهنمایی عملی، مصاحبه مشورتی یا تشویقی و مصاحبه درمانی برای افراد بزرگسال که در معرض خشونت خانواده گی قرار داشتند یا دارند، دست یابید.

ما مکلفیت راز نگهداری را رعایت می کنیم.

اگر سوالی دارید می توانید بدون ذکر نام ارتباط بگیرید.

اگر دچار وضعیت اضطراری در هنگام ساعات شب یا آخر هفته شوید می توانید با نوکریوال خدمات اجتماعی توسط شماره 020-370 80 03 و یا پولیس توسط 112 در تماس شوید.

شماره تلفون: 08-530 631 95

پست الکترونیکی: mottagningvaldinararelation@botkyrka.se

وبسایت: botkyrka.se/vinr

mottagningvaldinararelation@botkyrka.se

خانه امن زنان در بوتشیرکا

اگر شما در معرض خطر و خشونت قرار دارید یا به شکل دیگر نیازمند کمک هستید، می توانید با ما ارتباط بگیرید.

ما مشوره و حمایت ارائه می کنیم و در زمینه تماس با مقامات دولتی، اداره رفاه اجتماعی، تأسیسات مامور صحتی و اگر ضرورتی وجود داشته باشد با پولیس از شما یاری می نماییم.

خانه امن زنان یک سازمان غیر انتفاعی است.

شماره تلفون: 020-33 33 88، شبانه روزی

پست الکترونیکی: info@botkyrkakvinnojour.se

وبسایت: botkyrkakvinnojour.se

nfo@botkyrkakvinnojour.se

18 شما که بزرگسال هستید

19 شما که بزرگسال هستید

اگر شما دچار تشویش و نگرانی باشید، همواره می توانید با ما در تماس شوید.

حمایت از پایوان برای شما که در نزدیکی با کسانی که دچار مشکلات اند، زنده گی می کنید

نوکریوال قربانیان جرایم هو دینگی-بوتشیرکا

نوکریوال قربانیان جرایم می تواند شما را که قربانی جرم شده اید، مورد حمایت قرار دهد.

بطور مثال ما می توانیم کمک در راستای تماس با مقامات دولتی و شرکت های بیمه و حمایت در هنگام محاکمه را عرضه نماییم.

شماره تلفون: 08-710 01 02 یا 0707-72 01 02

پست الکترونیکی: info@hb.boj.se

info@h-b.boj.se

وقتی که یکی از والدین، خواهر یا برادر، فرزند یا یکی از سایر خویشاوندان تان مریض باشد، در وضعیت بدی قرار داشته باشد یا به دام اعتیاد گرفتار شده باشد، زنده گی روزمره شما نیز تحت تاثیر قرار می گیرد.

در چنین صورت داشتن کسی برای صحبت شاید بسیار راحت کننده ثابت شود.

بخش حمایت از پایوازان در کمون در وضعیتی کنونی تان به شما مشوره و حمایت تهیه می نماید.

توسط بخش حمایت از پایوازان شما می توانید با دیگر پایوازان ملاقات کنید و تجربیات خود را باهم شریک سازید.

شماره تلفون: 08-530 610 00، در مورد هماهنگ کننده حمایت از پایوان (anhörigsamordnare) بپرسید
وبسایت: hbotkyrka.se/anhorig

20 شما که بزرگسال هستید

معتاد به الکول، مواد مخدر و یا قمار؟

مرکز حمایت از مردان (Manscentrum)

مرکز حمایت از مردان Manscentrum مشوره و حمایت در مسائل که به مشکلات در روابط، بحران ها ناشی از جدایی، تلفات، اختلاف بر سر کودکان یا خشم، پرخاشگری و خشونت ارتباط داشته باشند، ارائه می کند.

مرکز حمایت از مردان Manscentrum یک سازمان غیر انتفاعی است.

شماره تلفون: 08-643 11 83

پست الکترونیکی: manscentrum.se kriscentrum@manscentrum.se

وبسایت: kriscentrum@manscentrum.se

آیا احساس می کنید که الکول، مواد مخدر یا قماربازی شما یا یکی از اقارب تان را وادار به نگرانی ساخته است؟

بخش مشوره دهی معتادین بلافاصله اقدام می نماید تا شما را قبل از اینکه مشکلات تان بسیار بزرگ شود، یاری نماید.

شما نزد ما راهنمایی دریافت می کنید تا زنده گی خود را طوری تغییر دهید که باعث بهبود و بهتری در زنده گی روزمره تان گردد.

اگر اقداماتی که ما ارائه میکنیم جوابگوی نیازمندی های تان نباشند، شاید یک بررسی در مورد نیازمندی ها و وضعیت زنده گی تان راه اندازی شود.

اگر شما بالای سن 21 سال هستید، می توانید به منی ماریا (minMaraia) مراجعه کنید.

شماره تلفون: 08-530 613 00

پیام تلفونی: 0722-16 72 30

پست الکترونیکی: beroenderadgivningen@botkyrka.se

آدرس و اوقات برای مراجعه بدون اخذ نوبت قبلی در وبسایت ارائه شده است: botkyrka.se/beroenderadgivning

beroenderadgivningen@botkyrka.se

فعالیت ها برای شما دارای معلولیت روانی

شما که دارای معلولیت روانی هستید و از شبکه اجتماعی یا مصروفیت طی روز ها بی بهره هستید، می توانید در راستای دوباره فعال شدن کمک بدست بیاورید.

در اینجا از شما استقبال می شود و شما می توانید با دیگر مردم که به اوضاع همانند مواجه هستند ملاقات کنید و در فعالیت ها و حلقه های آموزشی اشتراک ورزید.

شما می توانید نوعی از صنایع دستی را امتحان کنید و یا ظرفیت استفاده از کمپیوتر خود را ارتقا دهید.

ما باهم سیر علمی نیز انجام می دهیم

ممکن است شما امکانات جدیدی را پیدا کنید.

شماره تلفون: 08-530 610 00، در مورد خدمات صحت روانی اجتماعی بپرسید
وبسایت: botkyrka.se «psykisk ohälsa» را جستجو کنید

21 شما که بزرگسال هستید

مشوره دهی بابت بودجه و قرضداری

وقتی که پول تان برای تمام ماه کفایت نمی کند و یا در ادای دیون و قرضداری ها به مشکلات مواجه باشید، اولین واکنش اینست که " ماه بعدی همه مشکلات حتماً حل می شوند."

ما می توانیم راهنمایی، مشوره و حمایت را در راستای مسایل که به وضع اقتصادی تان ارتباط داشته باشد، در اختیار تان قرار دهیم. بطور مثال ما می توانیم مشترکا بودجه بی را ترتیب و روی دست بگیریم و قرضداری های تان را مرور کنیم.

ما می توانیم باهم همه راه های حال دست داشته بطور مثال توافق داوطلبانه در مورد تسویه قرضداری و درخواست تسویه قرضداری را در نظر بگیریم.

برای کسب معلومات بیشتر لطفاً با ما در تماس شوید!

شماره تلفون: 08-530 610 00

در مورد مشوره دهی بابت بودجه و قرضداری بپرسید
پست الکترونیکی: skuldradgivning@botkyrka.se

skuldradgivning@botkyrka.se

وبسایت: botkyrka.se ، بخش مشوره دهی بابت بودجه و قرضداری را جستجو کنید.

وقتی که نیاز به درخواست کمک مالی داشته باشید

گاهی در زنده گی شرایطی بوجود می آیند که تنگدستی را به بار می آورند و در نتیجه پول کفایت نمی کند.

شما همه تلاش های خود را به خرج می دهید تا یک راه حل را پیدا کنید، ولی موفق نمی شوید.

در چنین موقعیت می توانید با ما در تماس شده به درخواست کمک اقتصادی اقدام کنید.

هدف همیشه اینست که شما به زودترین فرصت معیشت خود را خود تان تأمین کرده بتوانید و از زنده گی مستقل و خودمختار برخوردار شوید.

وظیفه ما اینست که شما را در این راستا یاری نماییم.

به بخش کمک اقتصادی مراجعه کنید تا شما را در راستای آنچه که شما باید انجام دهید تا درخواستی تان را مورد رسیده گی قرار بگیرد، بیشتر راهنمایی نماییم.

شماره تلفون: 08-530 618 00 در مورد کمک اقتصادی بپرسید

وبسایت: botkyrka.se/ekonomisktbistand

22 شما که بزرگسال هستید

اگر شما نمی خواهید لازم نیست نام خود را ذکر کنید.

شما می توانید با فعالیت های مختلف کمون از طریق مرکز تماس توسط شماره تلفون 08-530 610 00 ارتباط بگیرید.

شیوه های تماس با ما

اگر شماره مستقیم یا سایر مشخصات تماس از قبیل پست الکترونیکی، پیام تلفونی و صفحه فیسبوک موجود باشد در زیر فعالیت مربوطه در جزوه هذا ذکر گردیده است.

اوقات معین برای تلفون، مراجعه و آدرس ها در botkyrka.se ارائه شده است.

اگر قبل از بازدید می خواهید وقت ملاقات را ریزرف کنید، این معلومات نیز در آنجا ارائه شده است.

ما پرسش های تان را پاسخ می دهیم و با شما و خانواده تان به زودترین فرصت ملاقات می کنیم.

راهنمایی بیشتر در botkyrka.se

شما می توانید اطلاعات بیشتر در مورد مشوره دهی و حمایت در بوتشیرکا را در وبسایت کمون مطالعه کنید.

botkyrka.se.

این جزوه در وبسایت کمون به چندین زبان ها تهیه شده است.

در آنجا پیوند ها به سایر وبسایت ها و فعالیت ها که ممکن است کارآمد ثابت شوند، ارائه شده است.

همچنین شما می توانید سوالات خود را با مرکز تماس کمون توسط شماره تلفون 08-530 610 00 مطرح کنید و یا به دفاتر خدمات شهروندان ما در آلبی، فتیا، هالوندا، تولنگی و تومبا مراجعه کنید.

این جزوه حاوی معلومات و راهنمایی در باره مشوره دهی و حمایت اجتماعی برای شما که در کمون بوتشیرکا بطور دائمی یا موقتی زنده گی می کنید، است.

اگر شما در یکی از سایر کمون ها زنده گی می کنید می توانید مستقیماً به کمون مربوطه تان در تماس شوید.

تدوین کننده: