Frankfurt mein Zuhause

د کوچني ماشوم/ماشومې سره د اوسیدو په اړه لارښود

دا کتابګوټی په
الماني، هسپانوي، فرانسوي، پولینډي
او ترکي عربي، تیګراني او پښتو ژبو کې
د ((ویلکم پیک)) په عنوان په دې ویب
پاڼه موجود دی
.www.frankfurter-kinderbuero.de

- د ماشومانو شیان
- د ژړا ځانګه
- د والدینو لپاره هاټ لاین
- قابلې
- د والدینو لپاره ګټې

FRANKFURTER KINDER BÜRO

ĩĩ

تاسو ته ستاسو په خوښۍ مبارکي درکوو!

FRANKFURTER KINDER BÜRO

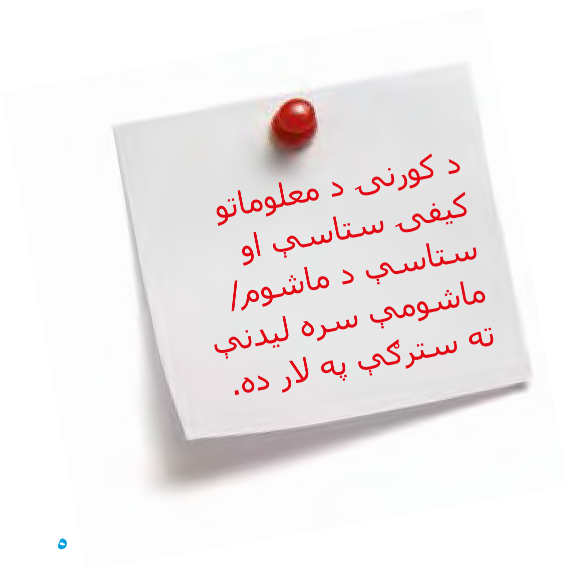
محترم والدينو،

ستاسې د ماشوم/ماشومې په زيږون تاسې ته مبارکي درکوو! په دې کتابګوټي کې موږ ځينې ګټورې مشورې، ادرسونه او تليفون شميرې په دې موخه ورکړي چې ستاسې د نوي کورني ژوند لپاره دا انتقال اسان کړو. موږ به تاسې ته په دې اړه معلومات درکوو چې فرينکفرټ تاسې ته په دې موقعه څه مرسته درکولای شي. په مرسته ورکولو کې موږ دې ته پام نه کوو چې آيا تاسې د ماشوم/ماشومې يوازې مور يئ يا پلار يئ يا يې په ګډه پاملرنه کوئ، دا چې تاسې د ښار په کومه برخه کې اوسيږئ او يا دا چې ستاسې کلتوري ريښې څه دي. فرينکفرټ د کورنۍ ښارګوټی دی. زموږ لومړی مسؤليت دا دی چې والدينو او د هغوی ماشومانو ته د اوسيدو، موسکا، خوښۍ او مينې لپاره يو په زړه پورې چاپيريال وړاندې کړو .

زه هيله لرم چې دا به ستاسې د ژوند يو ښه او د پام وړ وخت وي.

ستاسې مخلصه،

سلويا ويبر
Dezernentin für Integration und Bildung



محتويات

Das Kinderbüro (د ماشومانو دفتر) ۸

Das Familien-Info-Café (د کورنۍ د معلوماتو کيفي) ۱۰

The "Frühe Hilfen" (لومړۍ مرسته) لاربښود ۱۰

The Babylotsen (د کوچني ماشوم/ماشومې لاربښود):
هميشه ستاسې او ستاسې د کورنۍ لپاره موجود ۱۱

د روغتون څخه بيرته کورته په ستنيدو
ورځنۍ او عادي ژوند بيا پيل کول ۱۲

عادي ژوند ته د واپسۍ څخه وروسته ۱٤

اسناد برابرول (چيک لست) ۱٤

هغه شيان چې موږ ورته د ورځني ژوند لپاره اړتيا لرو او دا به کوم ځای ترلاسه کوو ۱٦

هغه شيان چې ستاسې لپاره ښه او خونده ور دي ۱٦

زه به د خپل ماشوم/ماشومې سره څنګه خبرې اترې کوم؟ ۱۸

کله چې ماشومان ژاړي نو زه به څه کوم ۲۰

هيڅکله هم ماشومان لړزوۍ مه ! ۲۱

د ۱۸ کالو څخه کم عمر ميندې ۲۲

بيا اميندواره يۍ؟ ۲۲

هغه کور چې په مور يا پلار کې يې يو تن اداره کوي ۲۳

When your relationship is on the rocks ۲۳

کله چې ستاسې اړيکې له خطر سره مخامخ وي ۲۳

توپير اهميت لري! ۲٤

د معيوبيت سره لوييدل ۲٤

د ۱۷۰ څخه د زيات هيوادونو خلک ۲۵

رينبو کورنۍ ۲۵

زه به د خپل ماشوم/ماشومې غاښونو څنګه برش کوم؟ ۲٦

شیان زموږ لپاره څه لږ شان بدل دي ٢٧

کله چې مې مور او پلار جګړه کوي، نو زه ډارېږم ٢٨

ما په رښتیني توګه د خپل ماشوم/ماشومې د وهلو څه نیت نه لرلو ٢٨

د کورنی قابلې به په ورځني کړه وړه کې مرسته وړاندې کوي ٢٩

ګڼ شمیر درمل او تړاوونه دي ٢٩

د کاري ژوند بیلانس برابرول ٣٠

روزنه ترلاسه کوونکي، ښځینه او نارینه کارکوونکي د پلرني مورني رخصتی لپاره مستحق دي ٣٠

هغه میندې او پلرونه چې د بې کارۍ ګټې ترلاسه کوي (Hartz IV) ٣١

هغه میندې او پلرونه چې د استخدام د فدرالي موسسې سره ثبت وي

(Agentur für Arbeit) یا چې بیا د کار په لټه کې وي ٣١

مسلکي روزنه او د ماشوم/ماشومې سره زده کړه کول ٣٢

د استخدام تحفظ ٣٢

که ستاسې ماشوم/ماشومه ناروغ/ناروغه وي ٣٣

کله چې زه ناروغ یم/یمه، نو زما د ماشوم/ماشومې پاملرنه به څوک کوي؟ ٣٣

هغه معلومات چې تاسې یې باید د ماشوم/ماشومې د پاملرنې په اړه ولرئ ٣٤

((د ماشوم ساتنې چمتووالي)) – چیک لست ٣٥

د ماشوم ساتنې د ځای لپاره به موږ څومره موده انتظار کوو،

په دې به څومره لګښت راځي او موږ مالي مرسته کوم ځای ترلاسه کولی شو؟ ٣٦

بیرنی پیبنې ٣٦

د پاملرنې دولونه – فهرست ٣٧

په پیسو خو نړی اباده ده ٣٨

د ماشوم/ماشومې ګټه (Kindergeld) ٣٨

د والدینو ګټه (Elterngeld) ٣٩

د والدینو لپاره اضافي ګټه یا بینیفټ پلس (Elterngeld Plus) ٣٩

د ماشوم/ماشومې وظیفه (Kinderzuschlag) ٤٠

د کورنی ایډوانس (Unterhaltsvorschuss) ٤٠

کله چې پیسې نه وي ٤١

فرینکفرټ پاس ٤٢

د بې کارۍ د ګټو په اړه پوښتنې (II (Arbeitslosengeld II, Hartz IV ٤٢

د زده کړې او پاملرنې پیکج (Bildungs- und Teilhabepaket) ٤٢

کله چې اپارتمان زیات وروکی شي ٤٣

د ډایپرو او نورو شیانو لپاره مالي مرسته ٤٤

لغت ٤٦

د ادرسونو کتابچه ٤٧

د احتمالي خطر په وضعیت کې ٥١

د تلیفون مهمی شمیرې ٥١

موږ په خپل ښار کې د ماشومانو د ښه والي او مرستې لپاره د هغوی نمایندګي کوو

د ماشومانو دفتر – د والدېنو او ماشومانو لپاره د اړیکې نیولو مرکزي ځای

د ماشومانو دفتر په ماشومانو او د هغوی په والدینو تمرکز کوي. دا هغه ځای دی چېرې چې به تاسو د خپلو
ټولو ا ړتیاو لپاره مناسب ملګري وموموئ. د کال ۱۹۹۱ راهیسې موږ ته دا مسؤلیت راکړل شوی دی چې په فرینکفرټ کې د ماشوم/ ماشومې او د هغه/هغې د کورنۍ لپاره په ښه او دوستانه چاپیریال کې **د ماشومانو د ګټو او علاقو** د عملي کولو په برخه کې د ټولنې د علاقو نمایندګي وکړو. د ملګرو ملتونو د ماشوم/ماشومې د حقونو کنونسیون (CRC) هغه اړین مقررات دي چې د ټولې نړۍ د ماشومانو لپاره په کې د هغوی حقونه ورکړل شوي دي. د مثال په توګه، په دې کې شامل دي، د روغتیا او زده کړې حق، پرته له تشدد څخه د ساتنې حق، او د والدینو او خوندي کور حق.

زموږ مرسته توپیر لرونکي وي، لکه څنګه چې ماشومان پخپله اوسیږي: موږ پرته له سور ټیپ څخه سمدلاسه مرسته وړاندي کوو –
کله چې د ماشومانو ګټو ته زیان رسي. موږ ماشومانو تشویقوو چې د خپل حقونو لپاره غږ پورته کوي.
که تاسو په دې اړه معلوماتو ته اړتیا لرئ، یا د خپل ماشوم/ماشومې سره د ورځني او عادي

ژوند په اړه پوښتني لرئ، د ماشومانو دفتر به ستاسې سره د مرستې لپاره موجود وي. د خپل ماشوم/ماشومې سره تشریف راوړئ او زموږ د نارډینډ، فرینکفرټ په ځای کې د لوبو ځای او د کورنۍ د معلوماتو کیفی معلومه کړئ او له موږ سره کافي وخکځ – تاسې ته به تل تود هرکلی ویل کیږي.

د کورنۍ لپاره د معلوماتو کیفی د سې شنبې په ورځ ماسپښین د ۲،۰۰ څخه نیولې تر مازیګر ۵،۰۰ بجو پورې خلاصه وي. دا وړاندیز وړیا ورکول کیږي
او د دې لپاره نوم لیکنې ته اړتیا نشته. .

Frankfurter Kinderbüro
Schleiermacherstraße 7, 60316 Frankfurt am Main
تلیفون: ۳۹۰۰۱-۲۱۲ ۰۶۹
اي میل: info@frankfurter-kinderbuero.de
www.frankfurter-kinderbuero.de
دفتري ساعتونه: دوشنبه، –جمعه سهار ۹.۰۰ بجې، –مازیګر ۵.۰۰ بجې
U4: انډرګراونډ سټیشن Höhenstraße

زموږ هدف: چې د فرینکفرټ ماشومانو
ته غږ ورکړو. خو غوږ
کېښودل زموږ ستر لومړیتوب دی.

د کورنۍ د معلوماتو کیفی

د ماشوم/ماشومي سره ژوند یو نوی پیل وي، یو نوی تن راغلی وي. د خوښۍ او خوشالۍ سربیره په ځیني پوښتني او په ځیني وختونو کي اندیښني هم موجودې وي. چارواکي اسناد، کاري ژوند او د ملګرتیا د بدلون په برخه کي معلوماتو ته اړتیا لري. تاسي به پوره معلومات ترلاسه کوئ – په دي ځان مه تنګوئ. د فرینکفرټ ماشومانو دفتر ستاسي سره ستاسي د نوي وضعیت په اړه مرسته کولای شي

او تاسي ته به مشورې، ادرسونه درکوي او پخپله به هم ستاسي سره خبرې اترې کوي. په Schleiermacher-straße 7 کي د کورنۍ د معلوماتو کیفۍ ته تشریف راوړئ (دا په هغه ودانۍ کي ده په کومه کي چې د ماشومانو دفتر دی). موږ ستاسي سره لیدني ته سترګي په لار یو! د سي شنبي په ورځو ماسپښین د ۲,۰۰ بجو نیولي تر مازیګر د ۵,۰۰ بجو پورې

The “Frühe Hilfen” (د لومړۍ مرستې)لاربښود

په لومړۍ مرسته کي د کورنیو لپاره وړاندیزونه شامل دي. . په فرینکفرټ کي د کورنیو لپاره ګڼ شمیر وړاندیزونه وړاندي کیږي. زه به پخپله سیمه کي نور والدین څنګه پیژنم؟

زه به د والدینو- ماشوم ګروپ کوم ځای مومم؟ زما د ماشوم/ماشومي د پرمختګ په اړه به زما د پوښتنو په ځواب ورکولو کي څوک مرسته کوي؟ زه د خپل ماشوم/ماشومي د پاملرني په اړه مرسته کوم ځای ترلاسه کولی شم؟

د ((لومړۍ مرستې)) په لاربښود کي د موجود اسانتیاو لنډیز ورکړل شوی دی:
پخپله دقیق اړیکه معلومه کړئ!
www.frankfurt.de/wegweiser-fruehe-hilfen

The Babylotsen
(د ماشوم/ماشومې لاربنودنې):
دا به همیشه ستاسې او ستاسې د کورنۍ لپاره موجود وي.

په نوي پیل کې ګڼ شمیر نوي پوښتنې هم ذهن ته راځي. د ماشوم/ماشومې لاربنود به له تاسې سره مرسته کوي چې ستاسې د ماشوم/ماشومې د زیږون څخه وروسته تاسې ښه معلومات ترلاسه کړئ او ستاسو ښه پاملرنه وکړل شي. د ماشوم/ماشومې لاربنود د فرینکفرټ د میترنټي په هر یو کلینیک کې موجود وي.

په فرینکفرټ کې د ماشوم/ماشومې لاربنود
www.babylotse-frankfurt.de
تلیفون: ٤٥ ٩٠١ ٩٧٠ ٠٦٩
اي میل: babylotse@kinderschutzbund-frankfurt.de

د روغتون څخه د راستنیدو وروسته عادي ژوند ته واپسي

هر شی نوی دی:
ناڅاپه اوس د هر څه واګې
زموږ په لاس کې نه دي،
او ماشوم/ماشومه زموږ د
مهالویش کنترول لري.

حتی په شپه کې هم زموږ ماشوم/ماشومه وږې کیږي او کسترګي بدلولو ته اړتیا لري. موږ ورو ورو د خپل نوي کارونو سره او د مور او پلار په توګه د خپل نوي رولونو سره بلد کیږو. زموږ والدین اوس نیا نیکه شو، خویندې وروڼه مو تروڼه او ترورياني شوې، ماشومان مو اوس خور یا ورور لري. کله کله موږ ته دا هم نه وي چې معلومه چې زموږ ماشوم/ماشومه ولې ژاړي. کیدی شي هغه وږی/وږي وي، ارګی کوي، کونسترګی یې ډک شوی وي یا ارام او هوساینې ته اړتیا لري. موږ پرته له خپل ماشوم/ماشومي سره د خبرواترو د هغوی په اړتیاو پوهیدل پیل کوو. .

د تولو پوښتنو لپاره ترټولو لومړی اړيکه په روغتون کې د ماشوم/ماشومي لاربنود او هغه قابلې دي چې ستاسې د ماشوم/ماشومي د زیږیدنې وروسته پاملرنه وړاندې کوي،

همداډول د ماشومانو ډاکټر/ډاکټره دی/ده. **قابلو** ته د روغتیايي بیمې د شرکت یا د تولنیزې خیربښیګړې د دفتر له خوا پیسي ورکول کیږي. هغه مشورې ورکوي، د مثال په توګه، دا چې ماشوم/ماشومه به څنګه نیسئ او څنګه به ورته کنسترګی بدلولئ، او کله چې ماشوم/ماشومه خوراک نه کوي، وزن یې کم شي، یا د شپې ژاړي، نو مور او پلار څه باید وکړي. هغه د هغه میندو سره هم مرسته کوي چې ناروغه وي یا د ماشوم/ماشومې د زیږدونې وروسته ورته خفګان یا ډپریشن وي.

د قابلو ادرسونه په دې ویب پاڼه موجود دي: www.hebliste.de

Bund freiberuflicher Hebammen Deutschland
(د خپلواکو قابلو اتحادیه)
تلیفون: ٠٦٩ ٧٩٥ ٣٤٩ ٧١
اي میل: geschaeftsstelle@bfhd.de
www.bfhd.de

Landesverband Hessischer Hebammen
(په هیسی کې د قابلو دولتي اتحادیه)
تلیفون: ٠٥٦١ ٣١٦ ٠٦٤ ٤
اي میل: info@hebammen-hessen.de
www.hebammen-hessen.de

د ماشومانو متخصص ډاکټر/ډاکټره به د ماشوم/ ماشومې د پاملرنې د ټولې حفاظتي ازموينو کتنه کوي. (U-Untersuchung). مهرباني وکړئ تل ياد ساتئ چې د دغه کتنو لپاره له ځان سره د کتنې هغه ثبوتونه راوړئ چې تاسي د زيږيدنې پرمهال ترلاسه کړي وي. که تاسي د خپل ماشوم/ماشومې د روغتيا په اړه څه پوښتنې لرئ، يا ستاسي ماشوم/ ماشومه ناروغ/ناروغه وي، تاسو کولای شئ چې په مناسب وخت د خپل ماشوم/ماشومې د ډاکټر/ډاکټرې سره اړيکه ونيسئ. ستاسي د ماشوم/ماشومې د ډاکټر د دفتري وخت نه علاوه د ماشوم/ماشومې د عاجل خدمات په کال کولو وراندې کيږي. د ښار د روغتيا د اداري کارپوهان د ماشوم/ماشومې او کوچني ماشومانو د ردملو په اړه په مرستې کولو خوښ دي.

ټول ماشومان
د طبي پاملرنې
حق لري

د ماشوم/ماشومې د ډاکټرانو ادرس په
www.stadt-frankfurt.de ورکړل شوي دي، مهم ټکي: پيډيټريشنز يا په
دې ادرس، www.arztsuchehessen.de

Gesundheitsamt (روغتيايي چارواکي)
Breite Gasse 28, 60313 Frankfurt am Main
تليفون: ۰٦۹ ۲۱۲ ۳۳۹۷۰
آي ميل: info.gesundheitsamt@stadt-frankfurt.de
www.gesundheitsamt.stadt-frankfurt.de

Gesundheitsamt (روغتيايي چارواکي)
د بشرپالنې د مشاورت ساعت
د ماشومانو د مشاورت ساعت
(يواځې د هغه ماشومانو لپاره چې روغتيايي بيمه نه لري):
چارشنبه، سهار ۸.۰۰ بجې – غرمه ۱۱.۰۰ بجې
Zeil 5, 2.Stock, 60313 Frankfurt am Main
تليفون: ۰٦۹ ۲۱۲-٤٥۲ ٤۱
ايميل: humanitaere.sprechstunden@stadt-frankfurt.de

Kinderärztlicher Notdienst in der Uniklinik
(په يونيورسټي کلينک کې د کوچنيانو عاجل خدمت)
Theodor-Stern-Kai 7, Haus 32 Eingang C
60596 Frankfurt am Main
تليفون: ۰٦۹ ٦۳۰-۱۷۱۷۰
د عاجل خدمت خونه، تليفون: ۰٦۹ ٦۳۰-۱٥۲٤۹

Kindernotfallambulanz in der Kinderklinik
am Klinikum Frankfurt Höchst
(د فرينکفرټ هوکسټ د کوچنيانو په کلينک کې د ماشومانو عاجل خدمت)
Gotenstraße 6–8, 65929 Frankfurt am Main
تليفون: ۰٦۹ ۳۱۰ ٦۳۳ ۲۲

که مور د زيږيدونې وروسته هم مرستې ته اړتيا لري، نو د روغتيا قانوني بيمه د **کورنۍ د مرستې لپاره پيسې ادا کولی شي.** په دې کې به طبي تصديق نامې، د مثال په توګه، د خپل اساسي پاملرنې د ډاکټر، څخه راخيستلو ته اړتيا وي. ستاسي روغتيايي بيمه تاسي ته د مرستې د خدمتونو ادرسونه درکولی شي. روغتيايي بيمه د هغه چا لپاره هم پيسې ادا کولی شي چې تاسي يې پيژنئ. هغه کورنۍ، چې د روغتيا بيمه نه لري، د ټولنيزې ښيګړې د دفتر سره تماس نيولی شي.

Notmütterdienst – Familien- und Seniorenhilfe
(د مور عاجل خدمات – د کورنۍ او مشرانو مرسته)
Sophienstraße 28, 60487 Frankfurt am Main
تليفون: ۰٦۹ ۹٥۱ ۰۳ ۳۰
www.notmuetterdienst.de

په Frankfurter Kinderbüro کې نور ادرسونه
Schleiermacherstraße 7, 60316 Frankfurt am Main
تليفون: ۰٦۹ ۲۱۲-۳۹۰۰۱
اي ميل: info@frankfurter-kinderbuero.de
www.frankfurter-kinderbuero.de
دفتري ساعتونه: دوشنبه، –جمعه سهار ۹.۰۰ بجې، –مازيګر ٥.۰۰ بجې
U4: انډرګراونډ سټېشن Höhenstraße

عادي ژوند ته د ستنیدو وروسته

د اسنادو د برابرولو وخت

مشکل خو ضروري: فورمې بشپړول. دولتي موسسې او ادارې ستاسې د کورنۍ د نوې وضعیت په اړه معلوماتو ته اړتیا لري. په دې کې Standesamt (د مدني رجسترۍ دفتر)، روغتیايي بیمه او Familienkasse (د کورنۍ دولتي پیسې) شامل دي. لاندې چیک لست به له تاسې سره په دې پریکړه کولو کې مرسته وکړي چې کوم شیان باید اوس سمدلاسه وکړئ او کوم باید وروسته وکړئ.

به څه کیږي؟	کله؟
ماشوم/ماشومه ثبت کړئ	د زیږیدنې څخه وروسته په ۷ ورځو کې دننه
که تاسې روغتیايي بیمه لرئ، خپل ماشوم/ ماشومه د روغتیايي بیمې د شرکت سره ثبت کړئ	د زیږون څخه ممکن
که پلار غواړي چې د پلار په توګه معرفي شي	دا حتی د زیږون نه مخکې هم تل ممکن وي
که تاسې واده نه وي کړی، تاسې د ماشوم/ ماشومې په ګډه ساتنه څرګندولی شئ	دا حتی د زیږون نه مخکې هم تل ممکن وي
د دولت له خوا د کورنۍ پیسې، (Familienkasse)، چې د ماشوم/ماشومې د ګټو پیسې (Kindergeld)، ترې ورکول کیږي، هم د زیږون اصلي تصدیق نامې ته اړتیا لري	د زیږون څخه وروسته ممکن
د والدینو لپاره ګټې (Elterngeld)	د زیږون څخه وروسته ممکن (د غوښتنلیک مودې ګورئ)
د والدینو رخصتي (Elternzeit)	تاسې باید خپل اجیر د خپل مورنی پلرني رخصتۍ نه مخکې لږ تر لږه ۷ اونۍ مخکې خبر کړئ.
مالیې	
نورې پوښتنې؟	

کوم ځای؟	معلومات	بشپړ شوي؟
په روغتون یا د مدني رجسترۍ په دفتر (Standesamt) کې، هاټ لاین: ۰۶۹ ۲۱۲-۷۳۵۰۵ (مرکزي ولسوالي) ، ۰۶۹ ۲۱۲-٤٥٥۷۰ (Höchst District)	معلومات د Standesamt (رجسترۍ د دفتر) څخه ترلاسه کیږي. هاټ‌لاین: ۰۶۹ ۲۱۲-۷۳۵۰۵ (Mitte/مرکزي ولسوالي)، ۰۶۹ ۲۱۲-٤٥٥۷۰ (Höchst District)	
د خارجي اتباعو چارې، د عامه نظم دفتر (Ausländerangelegenheiten Ordnungsamt) Kleyerstraße 86, 60326 Frankfurt am Main تلیفون: ۰۶۹ ۲۱۲-٤۲٤۸٥، فاکس: ۰۶۹ ۲۱۲-٤۲۲۱٦ اي میل: auslaenderbehoerde@stadt-frankfurt.de	که والدین د استوګنې وضعیت لري، نو د ماشوم/ماشومې لپاره هم دغه وضعیت ګڼل کیږي. که والدینو د پناه غوښتنې د حق لپاره عریضه کړې وي، نو د پناه دغه غوښتنلیک باید د ماشوم/ماشومې لپاره هم وسپارل شي. که والدین د استوګنې وضعیت لري، نو دا د ماشوم/ ماشومې لپاره هم ګڼل کیږي. له دې کبله، ماشوم/ماشومه باید د مهاجرت د مقاماتو سره ثبت کړی شي. لطفاً ((د استوګنې اجازه، د غوښتنلیک د صادرولو/توسعه کولو)) فورمه (چې په www.frankfurt.de ورکړل شوي ده) استعمال کړئ او دا د پوستې له لارې د خپل زیږون د تصدیق نامې د نقل سره د مهاجرت چارواکو ته ولیږئ.	○
د مهاجرت لپاره د فدرالي مقاماتو محلي دفتر Bearbeitende Außenstelle des Bundesamtes) (für Migration	که د پناه کړنلاره لا تراوسه نه وي بشپړه شوي، نو باید د ماشوم/ماشومې لپاره د پناه د حق غوښتنلیک وسپارل شي.	
د کورنۍ د وړیا بیمې فورمې د روغتیا د قانوني بیمې سره د انټرنیټ نه ډاونلوډ کولی شئ یا په تلیفون د هغې غوښتنه کولی شئ . د ځوانانو او ټولنیزې بښیګړې دفتر، 51.D4 کډوال او خارجیان Jugend- und Sozialamt, 51.D4 Flüchtlinge) und Auswärtige) Mainzer Landstr. 291, 60326 Frankfurt am Main تلیفون: ۰۶۹ ۲۱۲-۷۰۷۷٥، فاکس: ۰۶۹ ۲۱۲-٤۰٥۸۱ اي میل: Info.51.D4@stadt-frankfurt.de	تاسې به اړتیا لرئ چې د زیږون د تصدیق نامې سره روغتیایي بیمه وړاندې کړئ. هغه واده شوي جوړه، چې د تخلص نوموړنه یې بیل وي، به د خپل واده تصدیق نامې وړاندې کولو ته هم اړتیا لري. د لومړني حفاظتي پاملرنې د ازمویني پروخت هم د ماشومانو ځینې ډاکټران د روغتیایي بیمې غوښتنه کوي. هغه کورنۍ چې روغتیایي بیمه نه لري او د پناه د حق لپاره یې عریضه کړې وي، د هغوی د طبي پاملرنې د تادیو مسؤلیت به د ټولنیز خیرښیګړې دفتر اخلي.	○
د مدني رجسترۍ په دفتر کې (Standesamt)، هاټ لاین: ۰۶۹ ۲۱۲-۷۳٥۰۳ (مرکزي ولسوالي)، ۰۶۹ ۲۱۲-٤٥٥۷۰ (Höchst District), یا د ځوانانو د خیرښیګړې دفتر (Jugendamt)، ۰۶۹ ۲۱۲-۳۸۲٦۹، یا د وکیل په ذریعه د ښار په هالونو کې د ټولنیزې ښیګړې په دفترونو کې (p. 27)	یوازې د مور په اجازه	○
د ځوانانو د خیر ښیګړې په دفتر کې یا د وکیل په ذریعه	مشورتي خدمتونه د ځوانانو د خیرښیګړې د دفتر له خوا وړاندې کیږي، هاټ لاین: ۰۶۹ ۲۱۲-۳۸۲٦۹، یا د خیرښیګړې اړوند دفتر.	○
د استخدام موسسه (Agentur für Arbeit Frankfurt) Fischerfeldstraße 10–12, 60311 Frankfurt am Main، تیلیفون: ۰ ۵٥۳ ٤٥٥ ۰۸۰۰ www.familienkasse.de	۱۹٤ یورو د میاشتې د هر هغه ماشوم/ماشومې لپاره ورکول کیږي چې عمر یې له ۱۸ کالو څخه کم وي، چې د ریم ماشوم/ماشومې سره دغه مقدار لږ زیاتیږي. که ماشوم/ماشومه د خپل والدینو سره اوسیږي، نو والدین به په خپلو کې پریکړه کوي چې په دوی کې به څوک د ماشوم/ماشومې ګټې ترلاسه کوي. د ماشوم/ماشومې د ګټو ترلاسه کولو لپاره والدین لږ تر لږه د استوګنې اجازې ته اړتیا لري.	○
د مرستې او ټولنیزو چارو لپاره د والدینو د ګټو دفتر Elterngeldstelle beim Amt für Versorgung) (und Soziales Walter-Möller-Platz 1, 60439 Frankfurt am Main تیلیفون: ۰۶۹ ۱٥٦۷۱، اي میل: post@havs-fra.hessen.de	د والدینو ګټې هغه والدینو ته هم ورکول کیږي چې کار یې نه وي. هغه میندې یا پلرونه چې پخپله د خپل ماشوم/ماشومې پاملرنه کوي او په اونۍ کې د ۳۰ ساعتونو څخه کم کار کوي، هغوی ته به لږ تر لږه ۳۰۰ یورو ورکول کیږي خو ولې د ۱٤ میاشتو لپاره به ورته په یوه میاشت کې د ۱۸۰۰ یورو نه زیاتې نه ورکول کیږي. د والدینو د وظیفې ترلاسه کولو لپاره والدین لږ تر لږه د استوګنې اجازې ته اړتیا لري. هغه کسان چې د پناه د حق لپاره یې عریضه کړې وي (خو کړنلاره یې لا بشپړه شوې نه وي) یا د پاټې کیدو ځانګړې اجازه لري، هغوی به د ماشوم/ماشومې ګټې یا د والدینو وظیفه نه ترلاسه کوي.	○
د اجیر په دفترونو کې	د ثبتونې پر وخت به والدین دا انتخاب کوي چې په ۲ کالو کې دننه به هغوی کله د والدینو رخصتي اخلي. هغه کارکوونکي چې جزوي یا موقتي کار کوي یا روزنه ترلاسه کوي یا هغه خلک چې جزوقتي کار کوي، هغوی د والدینو د رخصتۍ ترلاسه کولو مستحق دي خو په دې شرط چې ماشوم/ماشومه له هغوی سره په کور کې اوسیږي او هغوی یې پاملرنه پخپله کوي. www.bmfsfj.dee	○
	د ښار اداره به ستاسې ډیټا د مالیې دفتر ته ولیږي. که تاسې واده کړی وي او تاسې دواړه کار کوئ، تاسې دواړه به د مالیې کوډ IV د خپل مالیې په کارت ترلاسه کړئ. اکه د ماشوم/ماشومې کریډیټ مختلف حسابیږي، تاسې باید دا فورمه بشپړه کړئ "Elektronische Lohn-steuerabzugsmerkmale (ELStAM)" (د الیکټرونکي پې رول مالي تعلیلونه). دا په دې ویب پاڼه کتلی شئ www.hmdf.hessen.de. کله چې ستاسې ماشوم/ماشومه د ثبتونې د دفتر سره ثبت شي، ستاسې د مالیې د پیژندګلوۍ شمیره به په اتومات ډول ولیږل شي.	○
د کورنۍ، مشرانو، ښځو او ځوانانو لپاره فدرالي وزارت (BMFSJF Bundesministerium für Familie, Senioren Frauen und Jugend)، هاټ لاین: ۰۳۰ ۲۰۱ ۷۹۱ ۳۰ د کورنۍ د ګټو د معلوماتو وسیله – د کورنۍ د ګټو، مرستې، اړتیاو او نورو په اړه معلومات: www.infotool-familie.de		○

هغه شیان چې موږ ورته په ورځني ژوند کې اړتیا لرو او دا به کوم ځای ترلاسه کوو

د نیپی د بدلولو میز، د ماشوم/ ماشومې د ټینګولو لپاره شالونه، زانګو، د ماشوم ګاډی، نیپیانې، کالي او خولی: نوی زیږیدلی ماشوم/ماشومه هر ډول شیانو ته اړتیا لري. په دې کې زیاتره په ښه نرخ اخیستل کیدی شي، د مثال په توګه، د ماشومانو د کالیو په مارکیټونو کې. د دغه مارکیټونو په اړه په انټرنیټ یا نوټسونو کې معلومات ورکول کیږي. والدین دا شیان د ماشومانو د شیانو په دوکانونو او سیکنډ هینډ دوکانونو کې هم ترلاسه کولی شي. هر هغه تن چې د فرینکفرټ پاس، Berechtigungsschein (د ورتیا تصدیق نامه)، د زده کوونکي تذکره یا هارټز IV تصدیق نامه لري، هغه په ټولنیز او د کورنی په مارکیټونو کې هم سودا اخیستلی شي.

د ماشومانو د شیانو د اخیستلو لپاره د سوداګری ادرسونه په زیرو پاڼو کتل (د هرکلي په پیکج کې شامل دي).

World Shop Frankfurt
Mainzer Landstraße 349 (im Hinterhof)
60326 Frankfurt am Main, تلیفون: ۰۶۹ ۹۵۱۰۹۷۲٤۰
اي میل: worldshop@gffb.de

Caritasverband Frankfurt e.V. –
Secondhand-Kaufhaus/Familienmarkt
(د زړو شیانو دوکان/ د کورنی مارکیټ)
www.caritas-frankfurt.de

Röntgenstraße 10، د کورنی مارکيټ
60388 Frankfurt am Main, تلیفون: ۰۶۹ ۲٤۷ ٥١٤ ۹-٦٥٥۰

Kleider am Alleehaus, Königsteinerstraße 130,
65929 Frankfurt am Main, تلیفون: ۰٦۹ ۳۰۰ ٦٤٦ ۹۲

Kleiderläden in Frankfurt – DRK BV Frankfurt e.V.
(په فرینکفرټ کې د کالیو دوکانونه – المانی سور صلیب)
www.drkfrankfurt.de

Kleiderladen Sachsenhausen Elisabethenstr. 15-17
60594 Frankfurt, تلیفون: ۰۱۷۳ ۲٤۸۹۱۸۸

Kleiderladen Griesheim Alte Falterstraße 16, 65933
Frankfurt, تلیفون: ۰٦۹ ۳٥ ۳٥ ۰٦١٦

هغه شیان چې ستاسې لپاره ښه او خونده ور وي

د خپل ځان خیال ساتل هغه هومره ضروري دي څومره چې د خپل ماشوم/ماشومې خیال ساتل کیږي. کله چې والدین مطمین او هوسا وي نو کارونه اسان وي. دا ښه خبره ده چې د نورو میندو او پلرونو سره لیدنه وکړئ، چې د هغوی نظر واخلئ چې هغوی څه کوي او د هغوی او د هغوی د ماشومانو سره وخت تیر کړئ. په فرینکفرټ کې د کورنیو د پروګرامونو کمی نشته. تاسې دا زده کولی شئ چې څنګه به خپل ماشوم په ترمو تیلو مساژ کوئ یا به دا وګورئ چې په لومړي ځل په اوبو کې څه فعالیتونه کوي. د ماشومانو د دفتر د ټولو پروګرامونو په ښه توګه کتنه کوي.

Frankfurter Kinderbüro
Schleiermacherstraße 7, 60316 Frankfurt am Main
تلیفون: ۰٦۹ ۲۱۲-۳۹۰۰۱
اي میل: info@frankfurter-kinderbuero.de
www.frankfurter-kinderbuero.de
دفتري ساعتونه: دوشنبه، –جمعه سهار ۹.۰۰ بجې، –مازیګر ٥.۰۰ بجې
U4: انډرګراونډ سټیشن Höhenstraße

د وراندیزونو عمومي کتنه دلته ورکړل شوي ده:
www.frankfurt.de, مهم ټکی: Frühe Hilfen لاربښود
(د کوچنیانو او ماشومانو د والدینو لپاره مرسته)

د اتحادیو له خوا وړاندیزونه په
www.frankfurt.de, کتلی شئ، مهم ټکی: Vereinssuche

د کورنۍ د زده کړې مرکزونه

Evangelische Familienbildung
(د پروټسټانټ کورنيو زده کړه)
Darmstädter Landstraße 81, 60598 Frankfurt am Main
تليفون: ٠٦٩ ٦٠٥ ٠٠٤-١١ د کورس معلومات/د ثبتونې دفتر
تليفون: ٠٦٩ ٦٠٥ ٠٠٤-٤٠ سکرټریټ
اي ميل: Anmeldung.familienbildung@frankfurt-evangelisch.de
www.familienbildung-ffm.de

Evangelische Familienbildung Höchst
(د پروټسټانټ کورنيو زده کړه، هوکسټ)
Leverkuser Straße 7, 65929 Frankfurt am Main
تليفون: ٠٦٩ ٧٥٩ ٣٦٧ ٢٨٠
اي ميل: Familienzentrum.hoechst@frankfurt-evangelisch.de
www.familienbildung-ffm.de

Evangelisches Familienzentrum REGENBOGEN Am Bügel
((د انجيل د کورنۍ مرکز (REGENBOGEN Am Bügel
Ben-Gurion-Ring 39, 60437 Frankfurt am Main
تليفون: ٠٦٩ ٥٠٧ ٧٠٧ ٨, فاکس: ٠٦٩ ٥٠٧ ٧١٣ ٢
اي ميل: familienzentrum.ambuegel@frankfurt-evangelisch.de

Evangelisches Kinder- und Familienzentrum Goldstein
(د پروټسټانټ ماشومانو او کورنۍ مرکز ګولډسټين)
An der Schwarzbachmühle 18b, 60529 Frankfurt am Main
تليفون: ٠٦٩ ٦٦٠ ٥٥٧ ٧٧١ ٠, فاکس: ٠٦٩ ٦٦٠ ٥٥٧ ٧٧١ ٩
اي ميل: kifaz.goldstein@diakonischeswerk-frankfurt.de

Evangelisches Kinder- und Familienzentrum Innenstadt
)پروټسټانټ ماشومان او د کورنۍ د مرکز ښار)
Bleichstraße 44, 60313 Frankfurt am Main
تليفون: ٠٦٩ ٢٩٢ ٣٨٤
Email: kifaz.innenstadt@diakonischeswerk-frankfurt.de

FamilienGesundheitsZentrum
(د کورنۍ د روغتيا مرکز)
Neuhofstraße 32 H, 60318 Frankfurt am Main
Günthersburgallee 14 H, 60316 Frankfurt am Main
تليفون: ٠٦٩ ٥٩١ ٧٠٠, فاکس: ٠٦٩ ٥٩٣ ١٢٩
اي ميل: info@fgzn.de

Familienzentrum Monikahaus
(د مونيکاس کورنۍ مرکز)
Kriegkstraße 32–36, 60326 Frankfurt am Main
تليفون: ٠٦٩ ٩٧٣ ٨٢ ٣٠, اي ميل: monikahaus@skf-frankfurt.de
www.skf-frankfurt.de

IB Kinder- und Familienzentrum Griesheim
(ګريشيم آيي بي د ماشومانو او کورنيو مرکز)
Platanenstraße 11, 65933 Frankfurt am Main
تليفون: ٠٦٩ ٢١٩ ٣٨٩ ٧-١٣ / ١٧-, فاکس: ٠٦٩ ٢١٩ ٣٨٩ ٧١١
اي ميل: kifaz-griesheim-frankfurt@ib.de
www.ib-kitas.de/angebote/standort/210624

Internationales Familienzentrum e.V. (IFZ)
Interkulturelle Familienbildung Ostendstr. 70, 60314 Frankfurt
تليفون: ٠٦٩ ٩٤٣ ٤٤٤-٠, اي ميل: gusti-gebhardt-haus@ifz-ev.de
www.ifz-ev.de

SOS Kinder- und Familienzentrum Sossenheim
Alt Sossenheim 9
65936 Frankfurt am Main
تليفون: ٠۶٩ / ٣٧٠٠ ۴٣٠ - ٠
فاکس: ٠۶٩ / ٣٧٠٠ ۴٣٠ - ٢٩
اي ميل: kd-frankfurt@sos-kinderdorf.de
www.sos-kinderdorf-frankfurt.de

Katholische Familienbildung Frankfurt
(د کيتوليک کورنۍ موسسه فرينکفرټ)
Tituscorso 2b, 60439 Frankfurt am Main
تليفون: ٠٦٩ ١٣٣ ٠٧٧ ٩٠٠
اي ميل: fbs-frankfurt@bistumlimburg.de
www.fbs-frankfurt.bistumlimburg.de

Kinder und Familienzentrum Eckenheim
Sigmund-Freud-Str.119
60435 Frankfurt
تليفون: ٠٦٩/٩٥٤١٥٠٦٠,
اي ميل: kifaz.eckenheim@stadt-frankfurt.de

Familienbildung im Kinder- und Familienzentrum Fechenheim
Am Hennsee 21, 60386 Frankfurt
تليفون: ٠٦٩-٤٢ ٦٩ ٤٠ ٧٩, فاکس: ٤٢ ٦٩ ٤٥ ٧٠
familienbildung-kifaz@fgzn.de
https://www.fgzn.de/kifaz

Kinder- und Familienzentrum Morgenstern
(د ماشومانو او کورنۍ مرکز مارګينسټرن)
Platenstraße 77, 60431 Frankfurt am Main
تليفون: ٠٦٩ ٥٦٠ ٢٠٢ ٥٨, فاکس: ٠٦٩ ٥٦٠ ٢٠٢ ٦٩
اي ميل: kifaz.morgenstern@caritas-frankfurt.de
www.caritas-frankfurt.de

Kinder- und Familienzentrum Nordwest
(د ماشومانو او کورنۍ مرکز نارډويسټ)
Thomas-Mann-Straße 6b, 60439 Frankfurt am Main
تليفون: ٠٦٩ ٩٥٧ ٧٦١ ٩٦, فاکس: ٠٦٩ ٥٧٦ ٠٨٦ ١٧
اي ميل: kifaz-nordwest@bvz-frankfurt.de
www.kifaz-nordwest.de

Kinder- und Familienzentrum Ostend
Ostendstraße 70 – 72, 60314 Frankfurt
تليفون: ٠٦٩ -٤٠٣٥ ٤٧١١, فاکس: ٠۶٩ — ۴٠٣۵ ۴٧١٢
اي ميل: kifaz-ostend@ifz-ev.de, www.ifz-ev.de

Kinder- und Familienzentrum Riederwald
(د ماشومانو او کورنۍ مرکز Riederwald)
Raiffeisenstraße 70, 60386 Frankfurt am Main
تليفون: ٠٦٩ ٤٢١ ٠٦٦, اي ميل: kifaz-riederwald@gmx.de
www.kifaz-riederwald.de

MUKIVA Kinder- und Familienzentrum e.V.
(د MUKIVA ماشومانو او کورنۍ مرکز)
Rendeler Straße 48, 60385 Frankfurt am Main
تليفون: ٠٦٩ ٤٤٧ ٤٦٠
اي ميل: info@mukiva.de, www.mukiva.de

Nachbarschaftszentrum Ginnheim e.V.
(نيبرهوډ سنټر، ګينيم)
Ginnheimer Hohl 14, HH, 60431 Frankfurt am Main
تليفون..: ٠٦٩ ٥٣٠ ٥٦٦ ٧٩
اي ميل: info@nbz-ginnheim.de, www.nbz-ginnheim.de

Selbsthilfe und Nachbarschaftszentrum Ostend e.V.
(نيبرهوډ سنټر اوسټينډ)
Waldschmidtstraße 39, 60316 Frankfurt am Main
تليفون: ٠٦٩ ٤٣٩ ٦٤٥
اي ميل: info@nbz-ostend.de, www.nbz-ostend.de

Zentrum Familie im Haus der Volksarbeit e.V.
(د هاؤس آف پيپلز ليبر کې د کورنۍ مرکز)
Eschenheimer Anlage 21, 60318 Frankfurt am Main
تليفون: ٠٦٩ ١٥٠ ١١ ٣٨, اي ميل: kontakt@hdv-ffm.de,
www.hdv-ffm.de

زه به د خپل ماشوم/ماشومې سره څنګه خبرې اترې کوم؟

د خپل ماشوم/ماشومې سره چې څومره زيات ممکن وي خبرې اترې کوئ ځکه چې په دې سره ستاسي ماشوم/ماشومه خبرې کول زده کوي. د هغه لومړی د غړ غړ غړ به ژر په هجا بدل شي، بيا داسي دوه هجې او په اخره کې به ساده توري شروع کړي. انديښمن کيږئ مه!

تاسي په دې کې څه غلط نه شئ کولی!

بس د خپل ماشوم/ماشومې سره خبرې کوئ،

دا څه پروا نه لري چې تاسي څه کوئ.

خپل ماشوم/ماشومې ته ځواب ورکوئ،
حتی که هغه خبرې نه شي کولی.

د مينځلو، خوراک ورکولو او
نيپي بدلولو په وخت له يو بل
سره خبرې کول اسان وي.

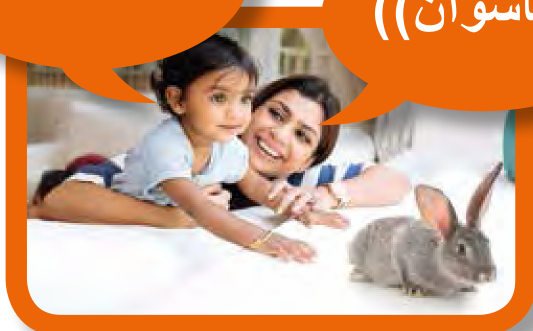
موږ په خپل پلي ګرځيدلو کې څه وينو؟

د انځورونو کتابونه په ګډه ګورئ.

کله چې د خپل ماشوم/ماشومې سره خبرې کوئ، هغه/هغې ته ګورئ.

د خپل ماشوم/ماشومې خبرې ته غوره سره غوږ ږدئ او د هغه/هغې لفظونه تکراروئ.

ستاسي ماشوم/ماشومې ته معلومه وي چې هغه کومه لوبه خوښوي. ورسره په کې شریک شئ.



د خپل ماشوم/ماشومې سره په هغه ژبه خبرې کوئ چې تاسي یې زیاته استعمالوئ او خوښوئ – عموماً ستاسي مورنۍ ژبه.

کله چې ماشوم/ماشومه ژاړي

ماشومان ژړا کوي، دا عادي خبره ده! هغوی څکه ژاړي چې لا خبرې نه شي کولی. ځینې ماشومان ډیر او په لوړ غږ ژاړي. دا مشکل جوړولی شي. کله کله دا اندازه لګول مشکل وي چې ماشوم/ماشومه ولې ژاړي.

که علت یې هر څه وي: خو ماشوم/ماشومه هیڅکله د دې لپاره ژړا نه کوي چې خپل والدین تنګ کړي. خپل ماشوم/ماشومه یواځې مه پرېږدئ، ګنې هغه به وډارېږي.

ماشومان هغه وخت ژاړي کله چې هغوی ...

- وږی وي
- ستړی وي
- غواړي چې په غېږ کې واخیستل شي
- ډاریدلی وي
- ناروغ وي
- ګرمي یا ساړه ورله کیږي
- نیپي بدلولو ته اړتیا لري
- یا تنګ شوی وي

د ماشوم/ماشومې د هوسا کولو لپاره، تاسې کولای شئ چې

- ماشوم/ماشومې ته خواړه ورکړئ
- نیپي یې بدله کړئ
- په غیږ کې یې واخلئ او پلي یې وګرځوئ
- په غیږ کې یې ونیسئ
- په ټیټ غږ ورسره خبرې وکړئ یا وغږیږئ
- خیټه یا ملا ورته مساژ کړئ.
- پیاده یې وګرځوئ
- چوسني ورته ورکړئ

هر ماشوم/ماشومه مختلف وي. په دې معلوملو وخت واخلئ چې کوم شی ستاسې د ماشوم/ماشومې سره مرسته کوي.

Ambulanz Frühkindliche Regulationsstörungen Sozialpädiatrisches Zentrum
(د ابتدایي ماشومتوب د تنظیم د ناروغي کلینیک
د کوچنیانو د تداوي مرکز)
Sonnemannstraße 3, 60314 Frankfurt am Main
تلیفون: ۰۶۹ ۹۴۳ ۴۰۹ ۵-۳۹
اي میل: spz@vae-ev.de
www.spz-frankfurt.de

Das Frauen-Gesundheits-Zentrum
(د ښځو د روغتیا مرکز
د فرینکفرټ مشورتي ساعت د هغه کوچنیانو لپاره چې زیات ژاړي)
Neuhofstraße 32H, 60318 Frankfurt am Main
لومړی مشاورت: وړیا،
د وخت اخیستلو لپاره زنګ ووهئ: ۰۶۹ ۴۸۰ ۰۶۲ ۸۲

Zentrum Familie – Haus der Volksarbeit e.V
(د کورنۍ مرکز – د پیپلز لیبر هاؤس)
د کورنۍ په معلوماتي کیفۍ کې د ماشوم/ماشومې مشورتي ساعت
Eschenheimer Anlage 21, 60318 Frankfurt am Main
وړیا او محرمانه!
د وخت ترلاسه کولو لپاره، زنګ ووهئ: ۰۱۷۱ ۳۰۶ ۲۲۷ ۵
اي میل: zentrum.familie@hdv-ffm.de

هيڅکله هم ماشوم/ماشومه لړزوئ مه!

که تاسي خپل ماشوم ولړزوئ نو دا يې ژوند له خطر سره مخامخ کولی شي.
ماشومانو خپل سره نه شي ټينګولی ځکه چې د هغوی د څټ عضلات کمزوري
وي. ماغزه زيات حساس وي او د لړزولو پرمهال مخي او شا ته کيږي. دا
په اسانی سره د داخلي ويني بهيدو علت جوړيدی شي. داخلي وينه بهيدل د
معيوبيت او حتی د مرګ سبب جوړيدی شي.

که تاسي صبر له لاسه ورکړئ او ستاسي ماشوم/ ماشومه ژړا نه بس کوي:

- دننه او بره ژور ساه واخلئ
- ماشوم/ماشومه په خوندي ځای کي کيږدئ، د مثال په توګه په کټ کی
- کښينئ او د څه شيبي لپاره د خوني څخه ووځئ
- د کورنی يا ملګرو څخه مرسته ترلاسه کړئ
- باوري تن ته زنګ ووهئ، د مثال په توګه قابله
- خپل ماشوم/ماشومه متخصص/روغتون ته ويسئ
- د ماشوم/ماشومي د ساتني هيلپ لاين يا د والدينو هيلپ لاين ته زنګ ووهئ

توجه!

که تاسي فکر کوئ چي ستاسي ماشوم/ماشومه ساه نه اخلي، فوراً امبولاس ته زنګ ووهئ! هيڅکله هم خپل ماشوم/ ماشومه مه لړزوئ!

د بيړني حالت ډاکټر: ١١٢

فرينکفرټ کندر - - und Jugendschutztelefon
(د ماشومانو او ځوانانو د ساتني هاټ لاين)
١١١ ١٠ ٢٠ ٠٨٠٠ (ټول فري)

دو شنبه ـ جمعه، سهار ٨,٠٠ بجي ـ ماسختن ١١,٠٠ بجي
شنبه يکشنبه او رخصتی سهار ١,٠٠ بجي ـ ماسختن ١١,٠٠ بجي

Die Baby-Ambulanz des Instituts für Analytische Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie
اينا فريد انستيتيوټ فرينکفرټ e.V
(د کوچنيانو کلينيک د انالیتيکي ماشوم/ماشومي
او ځوانانو د ذهني روغتيا د موسسي
اينا فريد انستيتيوټ فرينکفرټ) e.V
Myliusstraße 20, 60323 Frankfurt am Main
تليفون: ٠٦٩ ٧٢١ ٤٤٥، فاکس: ٠٦٩ ٩٧٢ ٠٢٥ ٨٨
اي ميل: sekretariat@anna-freud-institut.de

Elterntelefon (د والدينو هيلپ لاين) ٠٨٠٠ ١١١ ٠٥٥٠

د والدينو د مشوري دفترونه Frankfurt am Main:
www.ebffm.de

نور وراندیزونه په دي ويب پاڼه ورکول کيږي: www.frankfurt.de،
مهم ټکی: Wegweiser Frühe Hilfen

له ۱۸ کالو څخه کم عمر ځواني میندې...

... د Sozialrathaus (د ټولنې او ټولنيزې خيرښيگړې دفترونو) څخه ځانگړي مرسته ترلاسه کوي، د مثال په توگه، pro familia. که مور واده شوې نه وي، قانون سرپرست ټاکي.

دا سپارښت کيږي چې سرپرست د الماني انتظاميې د مقاماتو څخه بلد وي. زده کوونکي په غير رسمي توگه د مور د ساتنې لپاره د خپلې ښوونځي د انتظامي دفترو ته عريضه کولی شي. د دې موضوع په اړه معلومات په دې ويب پاڼه کتلی شئ:

www.schwanger-unter-20.de.

pro familia
Palmengartenstraße 14, 60325 Frankfurt am Main
تليفون: ۰٦۹ ۹۰۷ ٤٤۷ ٤٤, فاکس: ۰٦۹ ۹۰۷ ٤٤۷ ۳۰
اي ميل: frankfurt-main@profamilia.de
www.profamilia.de

Frankfurter Kinderbüro
Schleiermacherstraße 7, 60316 Frankfurt am Main
تليفون: ۰٦۹ ۲۱۲-۳۹۰۰۱
اي ميل: info@frankfurter-kinderbuero.de
www.frankfurter-kinderbuero.de
دفتري ساعتونه: دوشنبه – جمعه سهار ۹.۰۰ بجې – مازيگر ۵.۰۰ بجې
U4: انډرگراونډ سټيشن Höhenstraße

فرينکفرټ کنډر - und Jugendschutztelefon
(د ماشومانو او ځوانانو د ساتنې هاټ لاين)
۰۸۰۰ ۲۰ ۱۰ ۱۱۱ (ټول فري)
دو شنبه .– جمعه, سهار ۸,۰۰ بجې – ماسختن ۱۱,۰۰ بجې
شنبه , يکشنبه او رخصتی سهار ۱۰,۰۰ بجې – ۱غرمه ۱۱,۰۰ بجې

د ځوانانو د مهاجرت خدمتونه د هغه کسانو لپاره د اړيکي نيولو ښه ځای دی چې د کډوالی شاليد لري او عمر يې له ۱۲ او ۲۷ کالو ترمنځه وي:
www.jugendmigrationsdienste.de

بيا اميندواره يئ؟

اميندواري تل نه پلان کيږي او ځيني وخت ښايي تاسي اميندواره کيدل نه غواړئ. که تاسي اميندواره يئ او دا معلومات نه لرئ چې څه وکړئ نو د اميندواری د مرستي گڼ شمير دفترونه موجود دي.

Beratung und Begegnung für Frauen
Caritasverband Frankfurt e. V
(د ښځو لپاره مرسته او ملاتړ)
.Caritasverband Frankfurt e.V
Affentorplatz 1, 60594 Frankfurt am Main
تليفون: ۰٦۹ ۲۵٤ ۹۳۱-۲۲, فاکس: ۰٦۹ ۲۵٤ ۹۳۱-۵۰
اي ميل: frauenberatung@caritas-frankfurt.de

Beratungsstelle für Frauen
(د ښځو لپاره د مشورې مرکز)
Diakonisches Werk im Evangelischen Regionalverband
Alfred-Brehm-Platz 17, 60316 Frankfurt am Main
تليفون: ۰٦۹ ۹٤۳ ۵۰۲ ۳۰, فاکس: ۰٦۹ ۹٤۳ ۵۰۲ ۳۵
اي ميل: bff.zefra@diakonischeswerk-frankfurt.de
www.diakonischeswerk-frankfurt.de

pro familia
Palmengartenstraße 14, 60325 Frankfurt am Main
تليفون: ۰٦۹ ۹۰۷ ٤٤۷ ٤٤, فاکس: ۰٦۹ ۹۰۷ ٤٤۷ ۳۰
اي ميل: www.profamilia.de ,frankfurt-main@profamilia.de

Schwangerschaftsberatungsstelle
(د اميندواری د مشورې مرکز)
.Sozialdienst katholischer Frauen e.V
Kriegkstraße 32–36, 60326 Frankfurt am Main
تليفون: ۰٦۹ ۹۷۳ ۸۲ ۳۰, ټيلي فاکس: ۰٦۹ ۹۷۳ ۸۲۳ ۵۵
اي ميل: www.skf-frankfurt.de ,monikahaus@skf-frankfurt.de

طبي معاينې مهمې دي: د دې لگښتونه د روغتيا د بيمې د شرکتونو يا د ټولنيزې خيرښيگړې د دفتر له خوا ورکول کيږي. د روغتيايي چاروکو له خوا چې د د بشرپالنې مشورتي ساعت وړاندې کيږي، هغوی تاسي ته دا ويلی شي چې تاسي اميندواره يئ او کنه، په فرينکفرټ کې اوسيږئ او روغتيايي بيمه نه لرئ.

Gesundheitsamt, Humanitäre Sprechstunden
(روغتيايي چاروکي، د بشرپالنې مشورتي ساعت)
Zeil 5, 60313 Frankfurt am Main, تليفون: ۰٦۹ ۲۱۲-٤۵۲٤۱
اي ميل: humanitaere.sprechstunden@stadt-frankfurt.de
د مشاورت ساعتونه:
دوشنبه او پنجشنبه، سهار د ۸:۰۰ څخه نيولې تر غرمې ۱۲:۰۰ بجو پورې

Jugend- und Sozialamt 51.D4 Flüchtlinge und Auswärtige
(د ځوانانو او ټولنيزې خيرښيگړې دفتر 51.D4 کډوال او غيراتباع)
Mainzer Landstraße 291, 60326 Frankfurt am Main
تليفون: ۰٦۹ ۲۱۲-۷۰۷۷۵, فاکس: ۰٦۹ ۲۱۲-٤۰۵۸۱
اي ميل: Info.51.D4@stadt-frankfurt.de

د یوازیني مور یا پلار په توګه کورنۍ ساتل ...

... دا مانا نه لري چې تاسې یواځې یئ. پرځای د دې، تاسې Frauenreferat (د ښځو د دفتر سره رجوع کولی شئ). هغوی هغه مور یا پلار ته وړیا لارښوونې او ګڼ شمیر ګټه وري مشورې ورکوي چې یوازې وي. معلومات په دې ادرس هم کتلی شئ:

www.frankfurt.de،

اصطلاح ولټوئ: Alleinerziehende

(یوازې مور یا پلار)

که تاسې د پلاروالۍ په ازموینه کې مرستې ته اړتیا لرئ یا د خپل ماشوم/ماشومې د ساتنې د ادعاو په پوښتنې لرئ، تاسې د ټولنیزې خیرښیګړې خپل محلي دفتر سره په ټاون هال کې اړیکه نیولی شئ او هغوی د دې او ګڼ شمیر موضوعاتو په اړه وړیا مشوره ورکوي. په ټاون هالونو کې د ټولنیزې خیرښیګړې د محلي دفترونو ادرسونه په ۲۷ مه پاڼه ورکړل شوې دي.

Verband alleinerziehender Mütter und Väter
(د یوازې مور یا پلا د کورنیو اتحادیه)
Adalbertstraße 15–17, 60486 Frankfurt am Main
تلیفون: ۰۶۹ ۹۷۹ ۸۱۸ ۸٤، اي میل: info@vamv-frankfurt.de
www.www.vamv-frankfurt.de

کله چې ستاسې له یو بل سره تعلق خراب شي ...

... د مرستې هغه دفترې مرسته وړاندې کوي oچې د ناواده یا ورته جنس د جوړې لپاره هم د تماس مرکز وي.

Frankfurter Kinderbüro
Schleiermacherstraße 7, 60316 Frankfurt am Main
تلیفون: ۰۶۹ ۲۱۲-۳۹۰۰۱
اي میل: info@frankfurter-kinderbuero.de
www.frankfurter-kinderbuero.de
دفتري ساعتونه: دوشنبه، –جمعه سهار ۹.۰۰ بجې، –مازیګر ۵.۰۰ بجې
U4: انډرګراونډ سټېشن Höhenstraße

فرینکفرټ کنډر - und Jugendschutztelefon
(د ماشومانو او ځوانانو د ساتنې هاټ لاین)
۱۱۱ ۱۰ ۲۰ ۰۸۰۰ (ټول فري)
دوشنبه .–جمعه سهار ۸,۰۰ بجې –غرمه ۱۱,۰۰ بجې
شنبه , یکشنبه او رخصتۍ سهار ۱۰,۰۰ بجې .–۱غرمه ۱۱,۰۰ بجې .

کله چې والدېن مرستې ته اړتیا لري...

کله چې والدېن د ماشومانو سره اوسیږي، داسې حالات راځي چې د والدېنو لپاره مشکل وي. په ځینې وختونو کې له مور یا نیکه ښخه مشوره ترلاسه کولو کافي وي. او ځینې وختونه موږ د روزل شوي مشاورینو مرستې ته اړتیا لرو. د کورنیو اړوند د پوښتنو لپاره د تماس ځایونه: د فرینکفرټ د ماشومانو دفتر، د ماشوم/ماشومې او ځوانانو د ساتنې ټیم او ۱۵ فرینکفرټ د والدېنو د مشورې دفترونه. هغوی د دې موضوع په اړه پوه لري، وړیا کار کوي او معلومات محرمانه ساتي. هغوی به تاسې ته په ښار کې دننه هغه دفترونو ته هم ولیږي چې ستاسې سره مرسته کولی شي.

Frankfurter Kinderbüro
Schleiermacherstraße 7, 60316 Frankfurt am Main
تلیفون: ۰۶۹ ۲۱۲-۳۹۰۰۱
اي میل: info@frankfurter-kinderbuero.de
www.frankfurter-kinderbuero.de
دفتري ساعتونه: دوشنبه، –جمعه سهار ۹.۰۰ بجې، –مازیګر ۵.۰۰ بجې
U4: انډرګراونډ سټېشن Höhenstraße

فرینکفرټ کنډر - - und Jugendschutztelefon
(د ماشومانو او ځوانانو د ساتنې هاټ لاین)
۱۱۱ ۱۰ ۲۰ ۰۸۰۰ (ټول فري)
دوشنبه –جمعه سهار ۸,۰۰ بجې–غرمه ۱۱,۰۰ بجې
شنبه، یکشنبه او رخصتۍ سهار ۱۰,۰۰ بجې–۱غرمه ۱۱,۰۰ بجې

د والدېنو د مشورې دفترونه Frankfurt am Main
www.ebffm.de

Verband binationaler Familien und Partnerschaften, iaf e.V
د دو اتباغو د کورنۍ او ملګرتیاو اتحادیه، iaf e.V
Geschäfts- und Beratungsstelle
Ludolfusstr. 2–4, 60487 Frankfurt، تیلیفون: ۰۶۹ ۷۱۳ ۷۵۶-۰
فاکس: ۰۶۹ ۷۰۷ ۵۰۹ ۲، اي میل: frankfurt@verband-binationaler.de
www.frankfurt.verband-binationaler.de

Elterntelefon - Nummer gegen Kummer ۰۸۰۰ ۱۱۱ ۰ ۵۵۰
د والدېنو هاټ لاین (د اندیښنو او پوښتنو په حالت کې) ۰۸۰۰ ۱۱۱ ۰۵۵ ۰
نامعلومه او د موبایل او مځکې تلیفونو څخه وړیا.
دوشنبه – جمعه، ۹.۰۰–۱۱.۰۰ بجې، سه شنبه او پنجشنبې، ۱۷.۰۰–۱۹.۰۰ بجې

تاسې به دلته د ټول موجود وړاندیزونو په اړه څرګنده عمومي کتنه ترلاسه کړئ:
www.frankfurt.de،
مهم ټکی: Frühe Hilfen لارښود (د کوچنیانو او ماشومانو د والدېنو لپاره مرسته)

تو پیر
فرق پرېباسي!
د معيوبيت سره لوييدل

هر ماشوم/ماشومه مختلف وي. ځينې په لومړي پړاو کې په خاپوړو تلل او ګرځيدل پيل کړي. ځينې نور زيات وخت ناست پاتې شي. په داسي شيانو سره اکثر والدين انديښمن کيږي. خو دا انکشافي توپيرونه په بشپړه توګه نورمال او عادي وي. خو، ځينې ماشومان په رېښتيني توګه د نورو په نسبت زياتي مرستي ته اړتيا لري. هغه ميندي او پلرونه چې د دي موضوع په اړه شک و شبه لري، بايد د ماشومانو د متخصص Frühförderstellen (د ودې د لومړی مرستي د دفتر) سره تماس ونيسي. The Frühförderstellen د دي موضوع په اړه د نورو اقداماتو مشوره درکولی شي. The Sozialpädiatrische Zentrum (SPZ) (د ماشومانو د تداوي تولنيز مرکز) او Frühförderstellen به هم د وخت نه د مخکی زيږون په اړه د ميندو او پلرونه سره مرسته کوي. د دي موخه دا ده چې هيڅکله هم والدين له انديښنو او ويرې سره يوازې پرېښودل نه شي او له هغوی سره مناسب حلا لاره ولټول شي.

د مالي مرستي په اړه معلومات د ښار د عمومي Sozialdienst (د تولني او تولنيزې خيرښيګړي په دفترونو) کې Sozialrat-häusern او (تولنيز خدمتونو) کې ترلاسه کيدی شي. والدين په ورته وضعيت کې نورې کورنۍ موندلی شي، له نورو سره، د Selbsthilfe Kontaktstelle فرينکفرټ له لارې (د خپلي مرستي د اړيکي دفتر فرينکفرټ).

تول ماشومان د ښه والي او انکشاف وړ دي. !

د ماشومانو د مختصصينو ادرسونو په دي ادرس:
www.stadt-frankfurt.de, مهم ټکی: د ماشومانو متخصص په دي ويب پاڼه کتلی شي: www.arztsuchehessen.de

Gesundheitsamt (روغتيايي چارواکي)
Breite Gasse 28, 60313 Frankfurt am Main
تليفون: ٠٦٩ ٢١٢ ٣٣٩٧٠
آي ميل: info.gesundheitsamt@stadt-frankfurt.de
www.gesundheitsamt.stadt-frankfurt.de

د Frühförderstellen (ابتدايي انکشافي مرستي د دفترونو) او د Sozial-pädiatrische Zentren (د ماشومانو د تداوي د مرکزونو)
ادرسونه) په دي ادرس کتلی شئ: www.asffh.de

Hessisches Amt für Versorgung und Soziales
(د مرستي او تولنيزو موضوعاتو لپاره د هيسي ايالت دفتر)
Walter-Möller-Platz 1, 60439 Frankfurt am Main
تليفون: ٠٦٩ ١٥٦٧١

Selbsthilfekontaktstelle (د فرينکفرټ د خپلي مرستي دفتر)
Sonnemannstraße 3, 60314 Frankfurt am Main
تليفون: ٠٦٩ ٥٥ ٩٤ ٤٤, فاکس: ٠٦٩ ٥٥٩ ٣٨٠
اي ميل: service@selbsthilfe-frankfurt.net
www.selbsthilfe-frankfurt.net

د انترنيټ نورې اړوندې پاڼي:
www.frankfurt-handicap.de
www.familienratgeber.de
Publikation: "Mein Kind ist Behindert" zu finden auf:
www.bvkm.de/recht-ratgeber/

له ۱۸۰ څخه د زیات هیوادونو خلک... رینبو کورنۍ

... په فرینکفرټ کې په ګډه اوسیږي. د تماس د تجربه لرونکي مرکزونه د لاندې موضوعاتو په اړه په پوښتنو کې مرسته وړاندې کولی شي:

(Amt für multikulturelle Angelegenheiten (Amka
AmkA.Info – Information, Orientierung, Vermittlung
Mainzer Landstraße 293, 60326 Frankfurt am Main
تلیفون: ۰۶۹ ۲۱۲-۴۱۵۱۵
اي میل: amka.info@stadt-frankfurt.de
www.vielfalt-bewegt-frankfurt.de

Verband binationaler Familien und
.Partnerschaften, IAF e.V
(د دوو اتباعو د کورنیو او ملګرتیاو اتحادیه)
Ludolfusstraße 2-4, 60487 Frankfurt am Main
تلیفون: ۰۶۹ ۷۱۳ ۷۵ ۶۰
اي میل: frankfurt@verband-binationaler.de
www.frankfurt.verband-binationaler.de

Deutsche Gesellschaft für Transidentität und
Intersexualität e.V. (dgti)
www.dgti.org

Koordinierungsstelle für LSBTIQ Themen
LSBTIQ@stadt-frankfurt.de

هغه کورنۍ په کومو کې چې لږ تر لږه یو تن زنکه بازه، یو جنسه، دوه جنسه یا جنس بدلوونکی وي، هغوی معلومات مشوره او وړاندیزونه دلته موندلی شي:

ILSE – Initiative lesbischer und schwuler Eltern
(ILSE – د زنکه بازي او یو جنسه والدینو نوښت)
www.ilse.lsvd.de

Lesben- und Schwulenverband für Hessen
(د هیسي زنکه بازي او یو جنسه اتحادیه)
www.hessen.lsvd.de

LIBS – Lesben Informations- und Beratungsstelle e. V.
(LIBS – د زنکه بازو لپاره معلومات او مشوره e.V)
www.libs.w4w.net

Schwule Väter Frankfurt am Main
(دوه جنسه پلاران فرینکفرټ am Main)
www.schwule-vaeter-frankfurt.de

TraKiNE – Trans-Kinder-Netz e.V.
https://trans-kinder-netz.de

الماني کورسونه، د ژبې ښوونځي، د مشاورت او د ضم کیدلو کورسونه په دې ویب پاڼه موجود دي
www.integrationskurse-frankfurt.de

زه به د خپل ماشوم/ماشومې غاښونه څنګه برش کوم؟

د پیو د غاښونو خیال ساتل هم لازمي وي. د خپل ماشوم/ماشومې خوله په منظمه توګه ګورئ او اورې ورله مساژ کوئ. لومړی غاښ یې راختلی دی؟ د ټولو اړخونو څخه یې ((صفا کړئ)). هر سهار او ماسختن، د ماشوم/ماشومې د وینځلو/لامبلو پروخت هم اورې مساژ کوئ یا غاښ پاکوئ. دا د سختې صفايې د اقدام څخه زیات خونده ور وي. موسیقي به له ماشومانو سره د خپل غاښونو په صفا کولو کې مرسته کوي! نرم کوچنی د غاښونو برس د ماشومانو د هغه ټوت پیسټ سره د ورځې یو ځل استعمالوئ چې فلوراید په کې وي.

که تاسې د ماشوم/ماشومې د غاښونو د برش کولو په اړه پوښتنې لرئ، ستاسې د روغتیا چارواکي د والدینو او ماشومانو لپاره د غاښونو د صفا کولو د طریقې لپاره یو ساعت وړاندې کوي. همداډول، په بېلابېلو ولسواليو او د ماشومانو د دفتر د کورنۍ
د معلوماتو په کیفې کې د غاښونو د صفا کولو درسونه ورکول کیږي.
په دې ویب پاڼه د دې لپاره وخت اخیستلی شئ:

www.frankfurt.de، key word: صفا غاښونه

Gesundheitsamt, Abteilung Zahnmedizin
(د روغتیا مقامات، ,د غاښونو د درملو اداره)
Breite Gasse 28, 60313 Frankfurt am Main
تليفون: ٠٦٩ ٢١٢-٣٣٦٢١
اي ميل: info.zahnmedizin@stadt-frankfurt.de

Arbeitskreis Jugendzahnpflege für Frankfurt und den Main-Taunus-Kreis
(د کار کمیټی – د فرینکفرټ او مین – تاونس ولسوالۍ لپاره د ځوانانو د غاښونو ساتنه)
Mainluststraße 17, 60329 Frankfurt am Main
تليفون: ٠٦٩ ٢٣٢ ٤١٤
اي ميل: jzd@akj-frankfurt.de

زموږ لپاره شیان څه لږ ډیر مختلف دي

کله کله شیان د هیلو خخه مختلف ترسره کیږي د ګڼ شمیر مختلف شیانو له کبله دا رامنځته کیږي. کیدی شي ماشوم/ماشومه د والدینو له هیلو سره سم هغه شان پرمختګ نه کوي لکه څنګه چې هغوی غواړي. حتی د امیندوارۍ نه مخکې هغه شخړې چې زیاتیدونکي وي. یا والدین د دې وړ نه وي چې د خپل ماشوم/ماشومې سره ښه اړیکې جوړې کړي ځکه چې هغوی پخپله په خپل ژوند کې له مشکلاتو سره مخ وي. فرینکفرټ د ژوند د هر وضعیت لپاره د ملاتړ ښه شبکه لري. د ټولو ستونزو لپاره ستاسې د اړیکي نیولو لومړی ځای Sozialrathaus (د ټولنې او خیرښیګړې دفتر) دی یا **Team Kinder- und Jugendschutz**

(د ماشوم/ماشومې او ځوان د ساتنې خدمات)،

هاټ لاین: ٠٨٠٠ ٢٠ ١٠ ١١١ (ټول فري)

دوشنبه–جمعه سهار ٨,٠٠ بجې– غرمه ١١,٠٠ بجې
شنبه، یکشنبه او رخصتۍ سهار ١٠,٠٠ بجې– ١غرمه ١١,٠٠ بجې .

تاسې به د ټولو وړاندیزونو څرګنده کتنه دلته ومومئ:
www.frankfurt.de،
مهم ټکی: Frühe Hilfen لارښود
(د کوچنیانو او ماشومانو د والدینو لپاره مرسته)

هغه کورنۍ چې د پناه د حق لپاره یې ادعا کړې وي او په فرینکفرټ کې اوسیږي، هغوی د ټولنیزې خیر ښیګړې د دفتر سره تماس نیولی شي.

د ځوانانو او ټولنیزې خیرښیګړې دفتر
51.D4 کډوال او غیراتباع
Jugend- und Sozialamt)
(51.D4 Flüchtlinge und Auswärtige
Mainzer Landstraße 291, 60326 Frankfurt am Main
تلیفون: ٠٦٩ ٢١٢-٧٠٧٧٥، فاکس: ٠٦٩ ٢١٢-٤٠٥٨١
اي میل: Info.51.D4@stadt-frankfurt.de

SOZIALRATHÄUSER
د ټولنې او ټولنیزې خیرښیګړې دفترونه

For Fechenheim, Riederwald, Seckbach and Bergen-Enkheim
Sozialrathaus Ost, Voltenseestraße ٢
60388 Frankfurt am Main، تلیفون: ٠٦٩ ٢١٢-٤١٢١١
اي میل: srh-ost@stadt-frankfurt.de

د Alt- und Innenstadt, Bornheim, Nordend او Ostend لپاره
Sozialrathaus Ost, Dienstort Bornheim
Eulengasse 64, 60385 Frankfurt am Main
تیلیفون: ٠٦٩ ٢١٢-٣٠٥٤٧، اي میل: srh-ost@stadt-frankfurt.de

د Bockenheim, Rödelheim, Hausen, Praunheim او Westend-Süd لپاره
Sozialrathaus Bockenheim, Rödelheimer Straße 45
60487 Frankfurt am Main، تیلیفون: ٠٦٩ ٢١٢-٧٤٣٠٤
اي میل: srh-bockenheim@stadt-frankfurt.de

د Dornbusch, Westend-Nord, Nordend-West, Eschersheim, Eckenheim او Preungesheim لپاره
Sozialrathaus Dornbusch, Am Grünhof 10
60320 Frankfurt am Main، تیلیفون: ٠٦٩ ٢١٢-٧٠٧٣٥
اي میل: srh-dornbusch@stadt-frankfurt.de

د Griesheim, Gallusviertel, Gutleutviertel او Bahnhofsviertel لپاره
Sozialrathaus Gallus, Rebstöcker Straße 8
60326 Frankfurt am Main، تیلیفون: ٠٦٩ ٢١٢-٣٨١٨٩
اي میل: srh-gallus@stadt-frankfurt.de

د Zeilsheim, Unterliederbach, Sossenheim, Nied, Höchst او Sindlingen لپاره
Sozialrathaus Höchst, Palleskestraße 14
65929 Frankfurt am Main، تیلیفون: ٠٦٩ ٢١٢-٤٥٥٢٧
اي میل: srh-hoechst@stadt-frankfurt.de

د Niederursel, Heddernheim, Ginnheim, Kalbach-Riedberg, Bonames, Frankfurter Berg, Berkersheim, Harheim, Nieder-Erlenbach, Nieder-Eschbach او Praunheim لپاره
Sozialrathaus Nord, Jugend- und Sozialamt
Emil-von-Behring-Straße 14, 60439 Frankfurt am Main
تلیفون: ٠٦٩ ٢١٢ ٣٢٢٧٤، اي میل: srh-nord@stadt-frankfurt.de

د Sachsenhausen-Süd, Sachsenhausen-Nord, Oberrad, Niederrad, Goldstein او Schwanheim لپاره
Sozialrathaus Sachsenhausen, Paradiesgasse 8
60594 Frankfurt am Main، تیلیفون: ٠٦٩ ٢١٢-٣٣٨١١
اي میل: srh-sachsenhausen@stadt-frankfurt.de

کله چې زما مور او پلار جګړه کوي نو زه ډارېږم ...

ماشومان هم په کورنۍ تیري کوونکی چاپیریال احساسولی شي. بیا هغوی د پام ترلاسه کولو لپاره ځینې وختونه ژړا پیل کوي. د ځان د ژغورلو لپاره هغوی ښایي زیات خاموش هم پاتې شي.

فرینکفرټ کنډر - und Jugendschutztelefon
(د ماشومانو او ځوانانو د ساتنې هاټ لاین)
۱۱۱ ۱۰ ۲۰ ۰۸۰۰ (ټول فري)

دوشنبه–جمعه سهار ۸,۰۰ بجې–غرمه ۱۱,۰۰ بجې
شنبه، یکشنبه او رخصتۍ سهار ۱۰,۰۰ بجې ۱غرمه ۱۱,۰۰ بجې .

.Informationszentrum für Männerfragen e.V
(د سړو د چارو لپاره معلوماتي مرکز)
Sandweg 49, 60316 Frankfurt am Main
تلیفون: ۰۶۹ ٤۹٥ ۰٤ ٤٦
اي میل: infozentrum@maennerfragen.de
www.maennerfragen.de

Beratungs- und Interventionsstelle
.Frauen helfen Frauen e.V
(د مرستې او ملاتړ دفتر -
ښځې د ښځو سره مرسته کوي)
Berger Straße 40-42, 60316 Frankfurt am Main
تلیفون: ٥١ ٨٦٥ ٤٨٩ ۰٦۹، اي میل: info@frauenhaus-ffm.de
www.frauen-helfen-frauen-ffm.de

Beratungs- und Interventionsstelle für Frauen
د مرستې دفتر "am Frauenhof"
Schwanheimer Straße 7, 60528 Frankfurt am Main
تلیفون: ٦٦-٥٤۷ ٤۳۰ ۰٦۹، فاکس: ٦۷-٥٤۷ ٤۳۰ ۰٦۹
موبایل: ۰۱۷۲ ٦۱۹ ۸۹ ۸٤
اي میل: .beratung@frauenhaus-frankfurt.de
www.frauenhaus-frankfurt.de

Anlaufstelle für Mädchen und Frauen, die von sexualisierter, digitaler und körperlicher Gewalt bedroht oder betroffen sind
(د هغه انجونو او ښځو لپاره د اړیکې نیولو ځای چې وګواښل شي یا د جنسي، ډیجیټالي یا فزیکي ماهیت د تشدد ښکار شي)
Kasseler Straße 1a, 60486 Frankfurt am Main
تلیفون: ٤۹٤ ۷۰۹ ۰٦۹، اي میل: info@frauennotruf-frankfurt.de
www.frauennotruf-frankfurt.de

د جبري زنا وروسته د پاملرنې په اړه د معلوماتو لپاره وګورئ
soforthilfe-nach-vergewaltigung.de

FiM – Frauenrecht ist Menschenrecht e.V.
(FiM – د ښځو حقوق بشري حقوق دي)
Varrentrappstraße 55, 60486 Frankfurt am Main
تلیفون: ۷۰ ۹۷۹ ۹۷۰ ۰٦۹، اي میل: info@fim-beratungszentrum.de
www.fim-frauenrecht.de

Deutscher Kinderschutzbund
Bezirksverband Frankfurt am Main e.V.
(د الماني ماشوم/ماشومې د ساتنې اتحادیه
سمه ییزه اتحادیه Frankfurt am Main)
Comeniusstraße 37, 1. floor, 60389 Frankfurt am Main
تلیفون: ۲۰ ۹۰۱ ۹۷۰ ۰٦۹
اي میل: beratungsstelle@kinderschutzbund-frankfurt.de
www.kinderschutzbund-frankfurt.de

ما اصلاً د خپل ماشوم/ ماشومې د وهلو نیت نه لرلو ...

والدینو ته باید معلومه وي چې هغوی هیڅکله خپل ماشوم/ماشومه نه وهي او نه لړزوي. خو بیا هم، په ځینې حالتونو کې داسې کېدی شي، چې په هغې کې هغوی خپله غوسه، ناهیلي یا زیات احساسات نه شي قابو کولی. دا مهمه ده چې د دې ډول ناهیلي له تشدد څخه ځان وساتئ ځکه چې دا په ماشومانو باندې ډیر تاثیر لري. د مثال په توګه، په کومو ماشومانو چې تشدد کیږي، هغوی اکثر د ځورونې ښکار کیږي او په ګروپونو کې ځان نه شي پرځای کولی.

هغه میندې او پلرونه چې په دې موضوع کې مرستې ته اړتیا لري، هغوی د مرستې د کڼ شمیر دفترونو سره تماس نیولی شي. دغه دفترونه وړیا کار کوي او د محرمیت خیال ساتي.

!
ټول ماشومانو دا حق لري چې پرته له تشدد څخه د هغوی پاملرنه وکړل شي.

فرینکفرټ کنډر - und Jugendschutztelefon
(د ماشومانو او ځوانانو د ساتنې هاټ لاین)
۱۱۱ ۱۰ ۲۰ ۰۸۰۰ (ټول فري)

دوشنبه–جمعه سهار ۸,۰۰ بجې–غرمه ۱۱,۰۰ بجې
شنبه، یکشنبه او رخصتۍ سهار ۱۰,۰۰ بجې–۱غرمه ۱۱,۰۰ بجې .

Deutscher Kinderschutzbund
.Bezirksverband Frankfurt am Main e.V
(د الماني ماشوم/ماشومې د ساتنې اتحادیه
سمه ییزه اتحادیه Frankfurt am Main)
Comeniusstraße 37, 1. floor, 60389 Frankfurt am Main
تلیفون: ۲۰ ۹۰۱ ۹۷۰ ۰٦۹
اي میل: beratungsstelle@kinderschutzbund-frankfurt.de
www.kinderschutzbund-frankfurt.de

د کورنۍ قابلې به په ورځني فعالیتونو کې مرسته وړاندې کوي

که د والدینو لپاره دا مشکل وي چې د خپل ماشوم/ ماشومې سره ښې اړیکې جوړې کړي، یا هغوی پخپله په ژوند کې د څه مشکل سره مخ وي، د فرینکفرټ ښار د ((لومړۍ مرستې)) میکانیزمونه لري چې ستاسې سره مرسته کولی شي. بس په ټول فري شمیره **Kinder und Jugendschutz (د ماشوم او ځوان ساتنې) ټیم ته په ۱۱۱ ۱۰ ۲۰ ۰۸۰۰ زنګ ووهئ.**

Frühe Hilfen (د کوچنیانو او ماشومانو د والدینو لپاره مرسته) چې کومه مرسته وړاندې کوي، په هغې کې د روغتیايي مقاماتو له خوا د کورنۍ د قابلو مرسته شامل وي: قابلې، د ماشومانو نرساني او متخصصین، په رضاکارانه توګه له هغه کورنیو سره د یو کال لپاره کتنه کوي چې په کورونو کې یې نوي ماشومان زیږیدلي وي
او هغوی ته وړیا مرسته او ملاتړ وړاندې کوي!

فرینکفرټ کنډر - und Jugendschutztelefon
(د ماشومانو او ځوانانو د ساتنې هاټ لاین)
۱۱۱ ۱۰ ۲۰ ۰۸۰۰ (ټول فري)

دوشنبه–جمعه سهار ۸,۰۰ بجې–غرمه ۱۱,۰۰ بجې
شنبه، یکشنبه او د رخصتۍ ورځې سهار ۱۰,۰۰ بجې–غرمه ۱۱,۰۰ بجې

ګڼ شمیر درمل او طریقې موجودې دي ...

هر هغه تن چې معلوماتو او مرستې ته اړتیا لري، باید د؟ (درملو د ریاست) سره تماس ونیسي.

Drogenreferat (د درملو ریاست)
Alte Mainzer Gasse 37 (مځکې پوړ)
60311 Frankfurt am Main، تلیفون: ۰۶۹ ۲۱۲-۳۰۱۲٤
اي میل: drogenreferat@stadt-frankfurt.de
www.drogenreferat.stadt-frankfurt.de

په کاري ژوند کې بیلانس راوستل

له کورنۍ سره د کوچني ماشوم اوسیدل په زړه پوري او مسولیت لرونکي وي. میندې او پلرونه به دې په دې غور کوي چې هغوی څومره وخت کار کولی شي او څوک په کورنۍ په ځانګړي وخت کوم مسؤلیت پوره کولی شي. ډیر والدین د یو ټیم په توګه مسلکي او د پاملرنې فعالیتونه سره شریکوي. پخوانی طریقه – چې پلار به کار له لاړ شي او مور به په کور کې پاتې شي – پوره نقصانات لري. میندې په داسې وضعیت کې د کاري ژوند څخه د لیرې کیدو خطر لري. په داسې حال کې چې پلرونه د خپل ماشوم/ماشومې لومړي په زړه پوري کلونه ډیر کم ویني. فدرالي دولت او مخ پرزیاتیدونکي اجیران دې حقیقت ته غبرګون ښايي چې میندې او پلرونه دواړه اړتیا لري چې دغه دواړه ترسره کړي: یعني کورنۍ او کار.

روزنه ترلاسه کوونکي، ښځینه او نارینه کارکوونکي د مورنۍ پلرنۍ رخصتۍ اخیستلو مستحق دي ...

... او دا د دې پورې تړاو نه لري چې آیا هغوی پوره وخت کار کوي، یا په موقتي توګه کار کوي، یا په موقتي توګه د کار تړون لري. **د والدینو رخصتی تر دریو کالو پورې دوام کولی شي.** د دې وخت د پیل کیدو څخه مخکې باید اجیر ته ۷ اونۍ مخکې خبر ورکړل شي. Elternzeit (د والدینو د رخصتۍ) ادعا پلار، مور یا دواړه په شریکه کولی شي. د والدینو د رخصتۍ **څخه وروسته**، هغوی خپل اصلي کار یا ورته کار ته د واپس کیدو مستحق دي.

د **موقتي کار قرارداد په امیدوارۍ** یا د والدینو په رخصتۍ سره نه پراخیږي. بلکې، دا په ټاکل شوي وخت ختمیږي. په دې کې استثنا د روزنه ترلاسه کوونکي قرارداد دی، چې عموماً درې کاله وروسته ختمیږي. روزنه کوونکي د والدینو د رخصتۍ څخه وروسته خپله روزنه ترسره کولی شي،

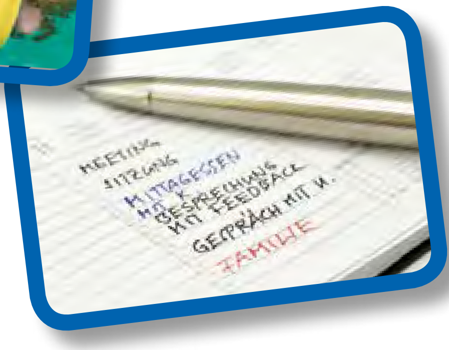
ځکه چي قرارداد پخپله پراخيږي. په دې اړه
نور معلومات په دې ادرس ترلاسه کېدی شي:
.www.bmfsfj.de

هغه میندې او پلرونه چي Arbeitslosengeld II (Hartz IV) (د بې کارۍ ګټې) ترلاسه کوي ...

... د وړتیاو، جزوختي کار د مارکیټ یا د ماشوم ساتنې د انتخابونو په اړه مهم معلومات د Beauftragter für Chancen-gleichheit am Arbeitsmarkt/ BCA (د استخدام د مساوي فرصت د افسر) څخه په هغه معلوماتي ناستو کې ترلاسه کولی شي چي په منظمه توګه د کار د مرکزونو له خوا ترسره کیږي.

هغه میندې او پلرونه چي د Agentur für Arbeit سره راجستر شوې وي یا د بیا کار کولو په لټه کې وي

سړي او ښځې د هغه خدمتونو په اړه معلومات ترلاسه کولی شي چي Arbeitsagentur (د استخدا د فدرالي موسسې) له خوا وړاندې شوې وي او د کار د فرصت په اړه معلومات په هغه میاشتني پروګرامونو کې ترلاسه کولی شي چي د Bundesagentur für Arbeit له خوا ترسره کیږي. Fischerfeldstrasse د دې نیټې په



www.arbeitsagentur.de، موندل کیدی شي، اصطلاح ولټوئ: Veranstaltungen (پیښې).

د انټرنیټ نورې اړوندې پاڼې:
www.perspektive-wiedereinstieg.de
www.new-hessen.de

د میندو لپاره د نیم وخت روزونه:
www.vbff-ffm.de

که تاسي ښوونځی یا مسلکي روزنه نه وي بشپړه کړې، یا په فرینکفرټ کې نه وي یئ یا د روزنې او مخکې روزنې په اړه پوښتنې لرئ ...

تاسي د والټر کوب موسسې سره تماس نیولی شئ چي د زده کړو، مسلکونو، مطالعو او تولنیز خیربنیګرې د موضوعاتو په اړه مشوره وړاندې کوي.

Walter-Kolb-Stiftung e.V.
Braubachstraße 30-32, 60311 Frankfurt am Main
تلیفون: ۰۶۹ ۲۱۲-۴۰۹۰۰، فاکس: ۰۶۹/۲۱۲-۴۰۹۰۱
اي میل: info@walter-kolb-stiftung.de

مسلکي روزنه او د ماشوم/ ماشومې سره مطالعه کول

د ثانوي ښوونځی **زده کوونکي** په غیر رسمي توګه د مورني پلرني رخصتي لپاره د خپل ښوونځي په اجراییوي دفترونو کې عریضه کولی شي. روزنه ترلاسه کوونکي خپلې پوښتنې د IHK (د سوداګرۍ او صنعت د خونې) یا یا د Handwerkskammer (سوداګرۍ د خونې) څخه کولی شي. د **Jugendjobcentre (ځوانانو د کار مرکز) د هغه** والدینو لپاره معلومات وړاندې کوي چې عمر يې له ۲۵ کالو څخه کم وي او د کار روزنه نه لري او Arbeits-losengeld II (د بې کارۍ ګټې) ترلاسه کوي. د Frankfurter Verein zur beruflichen Förderung von Frauen (ښځو د مسلکي مرستې لپاره د فرینکفرټ اتحادیه) د هغه میندو سره مرسته کوي چې د جزوختي روزنې د موقع په لټون کې یي.

Handwerkskammer Frankfurt-Rhein-Main
(Trade Chamber Frankfurt/Rhein-Main)
Bockenheimer Landstraße 21, 60325 Frankfurt am Main
تلیفون: ۸۱۸-۷۲ ۹۷۱
اي میل: service@hwk-rhein-main.de
www.hwk-rhein-main.de

IHK Frankfurt am Main
(د سوداګرۍ او تجارت د خدمت د مرکز خونه)
Börsenplatz 4, 60313 Frankfurt am Main
تلیفون: ۱۲۸۰-۲۱۹۷ ۰۶۹ -۱۵۰۸
اي میل: info@frankfurt-main.ihk.de
www.frankfurt-main.ihk.de

Jugendjobcentre (د ځوانانو د کار مرکز)
Hainer Weg 44, 60599 Frankfurt am Main
تلیفون: ۱۳۴۹۳-۲۱۷ ۰۶۹
اي میل: jobcenter-frankfurt-am-main.jugendjobcenter@jobcenter-ge.de

VbFF – Verein zur beruflichen Förderung von Frauen e.V.
(د ښځو د مسلکي مرستې لپاره د فرینکفرټ اتحادیه)
Walter-Kolb-Straße 1–7, 60594 Frankfurt am Main
تلیفون: ۰ ۰۹۹ ۷۹۵ ۰۶۹، اي میل: info@vbff-ffm.de
www.vbff-ffm.de

نور معلومات په دې ویب پاڼه ترلاسه کیدی شي
www.schwanger-unter-20.de

هغه ځوان خلک چې د کډوال شالید لري او عمر يې له ۱۲ او ۲۷ کالو ترمنځه وي، د ځوانانو د کډوالۍ د خدمتونو څخه مشوره او مرسته ترلاسه کولی شي.
www.jugendmigrationsdienste.de

د پوهنتون **هغه زده کوونکي** چې ماشوم/ماشومه لري، د خپل پوهنتون څخه د رخصتۍ غوښتنه کولی شي، یا په جزوختي اساس خپلې زده کړې ترلاسه کولی شي. پوهنتونونه د زده کوونکي والدینو، ماشوم ساتنې، د رخصتۍ د لوبو، نرسنګ خونو او د والدینو د مرستې لپاره شبکې وړاندې کوي.

د اپیلایډ ساینسز لپاره فرینکفرټ پوهنتون
د کورنۍ دفتر
Nibelungenplatz 1, building 6 / 2nd floor
60318 Frankfurt am Main
تلیفون: ۶۶ ۳۲۸ ۱۵۳ ۰۶۹
اي میل: familienbuero@abt-sb.fra-uas.de

Goethe-Universität (Goethe-پوهنتون)
www.uni-frankfurt.de/39392181/familie

Studentenwerk Frankfurt
(د زده کوونکو د چارو دفتر فرینکفرټ)
تلیفون: ٦ ۸۳۳ ۱۷۸ ۰۱۸۰، www.studentenwerkfrankfurt.de

د استخدام ساتنه

د قانون له مخې، د کار فسخ کولو اجازه د امیندوارۍ له پیل څخه تر زیږیدنې نه وروسته څلورو میاشتو پورې نشته. د Elternzeit (والدینو د رخصتۍ) په دوران کې هم میندې او پلرونه د فسخ کیدو څخه ساتل شوې وي. د Eltern-zeit (والدینو د رخصتۍ) دا ساتنه، چې تر دریو کالو پورې پراخه کیدی شي، تطبیق کیږي.

که ستاسې ماشوم/ماشومه ناروغ/ناروغه وي ...

او تاسې وظيفه لرئ، تاسې په يو کال کې د يو تن په سر تر ۱۰ ورځو پورې د کار څخه رخصتې کولی شئ او که په کورنی کې يوازې مور يا پلار يئ نو تر ۲۰ ورځو پورې دغه رخصتې کولی شئ. د جوړې لپاره، د ناروغی ورځې ملګرې ته د اجير سره په مشاورت انتقاليدی شي. که تاسې د روغتيا قانوني بيمه لرئ، تاسې د Krankengeld (ناروغی د تاديې) ترلاسه کولو مستحق يئ. د دې د ترلاسه کولو لپاره تاسې بايد د ډاکټر تصديق نامه وړاندې کړئ. د کار څخه استثنا د دې سره تړاو نه لري چې ايا تاسې د پوره وخت يا نيم وخت کارکوونکي يئ.

کله چې زه ناروغ/ناروغه يم نو زما د ماشوم/ماشومې پاملرنه به څوک کوي ...

که زه ناروغ/نارغه يم او زما د ماشوم/ماشومې د پاملرنې لپاره څوک نه وي نو څه به کيږي؟ د روغتيا قانوني بيمه د کورنی د مرستې لپاره پيسې ادا کوي. د دې لپاره د ډاکټر تصديق نامې ته اړتيا وي، د مثال په توګه، د ابتدايي پاملرنې د ډاکټر څخه. تاسې د خپلې بيمې د ادارې څخه د مرستې د خدماتو لپاره ادرسونه ترلاسه کولی شئ. د روغتيا په بيمه کې دا انتخاب هم شته چې هغه چا ته پيسې ورکړل شي چې تاسې يې پيژنئ.

Notmütterdienst – Familien- und Seniorenhilfe
(د مور عاجل خدمت – کورنی او مشر اتباع)
Sophienstraße 28, 60487 Frankfurt am Main
تليفون: ۰۶۹ ۹۵۱ ۰۳ ۳۰
www.notmuetterdienst.de

Frankfurter Kinderbüro
Schleiermacherstraße 7, 60316 Frankfurt am Main
تليفون: ۰۶۹ ۲۱۲-۳۹۰۰۱
اي ميل: info@frankfurter-kinderbuero.de
www.frankfurter-kinderbuero.de
دفترې ساعتونه: دوشنبه–جمعه سهار ۹.۰۰ بجې–مازيګر ۵.۰۰ بجې
U4: اندرګراوند سټېشن Höhenstraße

هر هغه څه چې تاسې ترې باید د ماشوم ساتنې په اړه خبر یئ

ستاسې ماشوم/ماشومه باید د خپلې ورځې څه برخه د نورو ماشومانو سره په محرک چاپیریال کې تېره کړي ترڅو هغه/هغې ته په عادي ډول د وده کولو فرصت په لاس ورشي. د میندو او پلرونو لپاره دا مهمه ده چې د هغوی ماشوم/ماشومې پاملرنه په پام او مینې سره کیږي. میندې او پلرونه په ښه توګه کار یوازې هغه وخت کولای شي کله چې هغوی ته معلومه وي چې د هغوی د ماشوم/ماشومې پاملرنه په پام او مینې سره کیږي. د فرینکفرټ ښار د دې خبرې لپاره د پاملرنې یو ښه چاپیریال وړاندې کوي. د مثال په توګه، موږ د دې لپاره په یو وخت په یو اقدام کې سرچینې برابروو او د پاملرنې په معیار جوړ جاړې نه کوو. د ډې کیر یا ورځنۍ پاملرنې وړ کارکوونکې، د شرکت کنډرګارډینز، د ماشومانو ګروپونه، د والدینو په نوبت د لوبو ګروپونه، د ورځنۍ پاملرنې عامه او دولتي اسانتیاوې، یا کوچنې کنډرګارټنز. والدین د خپل مهال ویش سره سم د پاملرنې د بېلابېلو اسانتیاو څخه انتخاب کولی شي. د زیږیدنې نه مخکې مناسب ځای کتل د پام وړ وي. په دې غور وکړئ چې آیا تاسې د پاملرنې ورځنې اسانتیا ته اړتیا لرئ یا د ورځنۍ پاملرنې مور یا پلار ته او دا چې ستاسې د مهالویش اړتیاوې څه دي. زموږ چیک لست به په دې اړه لارښود وړاندې کړي.

!
ټول ماشومان
د پرمختګ کول مستحق دي

((د ماشوم ساتنې چمتووالي)) – چیک لست

	څه باید وکړل شي؟	معلومات ترلاسه کړئ	بشپړ شوي؟
لومړی پاملرنې	هغه موضوع چې باید پام ورته وکړل شي: • مور به کله کار کوو، څومره کار، څومره زده کړه یا کورسونه به کوو؟ څومره ساعته او په کومو ورځو؟ • مور څنګه کار او د ماشوم/ماشومې د پاملرنې وخت تقسیمولی شو؟ • په پایله کې مور څومره پاملرنې ته اړتیا لرو؟ • د دې لږ تر لږه او اعظمي حد څه دی؟ • مور د کوم ډول پاملرنې څخه خوښ یو؟ • آیا زمور اجیر د شرکت په مرسته د ماشوم ساتنې پروګرام لري؟ • مور د بسار کومې برخې ته تللی شو؟	د Familienbildungsstätten (کورنۍ د زده کړې اسانتیاوې) د دې موضوعاتو په اړه معلومات وړاندې کوي.	○
د ماشوم د ورځې د پاملرنې (KITA) چمتو والی	هغه نکتې چې باید پام ورته وکړل شي: • مور کوم کیتاس ته تللی شو؟ • کوم کیتاس امکان لري؟	کوم کیتاز چې ستاسې کور ته نږدې وي یا ستاسې د کار په لاره کې راځي، د استعمالولو امکان لرلی شي. تاسې د کیتاز ادرسونه په دې ویب پاڼه کتلی شئ: www.kindernetfrankfurt.de	○
	د کیتاس سره په تلیفون تماس ونیسئ. په خلاصه ورځ څومره وړاندیز کیدی شي؟ نیتې معلومې کړئ او د کیتا په اړه معلومات ترلاسه کړئ.	www.kindernetfrankfurt.de	○
	په kindernetfrankfurt.de کې خپل جزیات ورکړئ او د مخکې نه خپل ماشوم راجستر کړئ.	د خپل جزیاتو د داخلولو او د ځای لپاره د مخکې نه د ځای نیولو دوه انتخابونه موجود دي: • په انټرنیټ www.kindernetfrankfurt.de • په خپله په Infobörse Kinderbetreuung/Infobörse Kindertagesbetreuung (دی کیر د معلوماتو په دفتر) کې. Seehofstraße 41, 60594 Frankfurt am Main تلیفون: ۳٦٥٦٤-۲۱۲ ٤۹+، ای میل: kindernetfrankfurt.amt40@stadt-frankfurt.de www.kindernetfrankfurt.de د تلیفون وختونه: دوشنبه. سهار د ۹.۰۰ نه تر ماسپښین ۱.۰۰ بجې پورې او د چارشنبې په ورځ. ماسپښین د ۲.۰۰ نه تر مازیګر ۲.۰۰ بجو پورې خلاص ساعتونه، شخصي مشاورت: د سې شنبې او پنجشنې په ورځو ماسپښین د ۲.۰۰ نه تر مازیګر ۵.۰۰ بجو پورې، جمعه. سهار د ۹.۰۰ نه تر ماسپښین ۱.۰۰ بجې پورې	○
د ورځې د پاملرنې د ساتونکو/پاملرنه کوونکو لپاره چمتووالي	د اړوند ډی کیر خدمت سره تماس ونیسئ چې د دغه ځای څخه به تاسې د ساتونکو/پاملرنه کوونکو په اړه بشپړ	د ډی کیر خدماتو لپاره د تماس جزیات: Infobörse Kindertagesbetreuung Seehofstraße 41, 60594 Frankfurt am Main تلیفون: ۳٦٥٦٤-۲۱۲ ٤۹+، ای میل: kindernetfrankfurt.amt40@stadt-frankfurt.de www.kindernetfrankfurt.de د تلیفون وختونه: دوشنبه. سهار د ۹.۰۰ نه تر ماسپښین ۱.۰۰ بجې پورې او د چارشنبې په ورځ. ماسپښین د ۲.۰۰ نه تر مازیګر ۲.۰۰ بجو پورې خلاص ساعتونه، شخصي مشاورت: د سې شنبې او پنجشنې په ورځو ماسپښین د ۲.۰۰ نه تر مازیګر ۵.۰۰ بجو پورې، جمعه. سهار د ۹.۰۰ نه تر ماسپښین ۱.۰۰ بجې پورې	○

تاسې د خپل ماشوم/ماشومې لپاره د ساتنې ځای یوازې آنلاین
په دې ادرس موندلی شئ **www.kindernetfrankfurt.de**

موږ به د ځای ترلاسه کولو لپاره څومره انتظار کوو، په دې به څومره لګښت راځي او موږ مالي مرسته کوم ځای ترلاسه کولی شو؟

د ډې کير اسانتياوې

د ځانګړي معيار سره سم نبغ په نيغه د ډې کير لپاره ځايونه ټاکي. د مثال په توګه، ړونديکورنی ته زيات پام کيږي، په داسې حال کې چې د انتظار د لست کورنيو ته کم لومړيتوب ورکول کيږي. ځينې کورنی په چټکی سره قبليږي ځکه چې ماشوم/ ماشومه د ګروپ لپاره زيات مناسب وي. ځينې نور بايد څه وخت انتظار وکړي. د پوره وخت د ځای لپاره مياشتنی فيس ١٩٨ يورو دی، د نيم وخت لپاره فيس ١٥٨ يورو دی او د نيمي ورځې لپاره فيس ١٣٨ يورو دی. Tهغه کورنۍ چې پخپله دغه فيسونه نه شي ادا کولی، هغوی په ټاون هال کې د خيرښيګړې اړوند دفتر ته د ډې لګښتونو لپاره عريضه کولی شي – د ماشوم/ماشومي او ځوان د مرستي مالي خدمت. په ټاون هال کې د خيرښيګړې د دفترونو ادرسونه په ٢٧ مه پاڼه ورکړل شوې دي.

نور معلومات:

،www.kindernetfrankfurt.de

مهم ټکی: معلوماتي پورټل

بيړنی پيښې

په بيړني حالتونو کې Notmütterdienst (د بيړني حالت د ميندو خدمت) د والدينو سره مرسته کولی شي. په فرينکفرټ کې دا خدمت د ساعت په حساب هم موجود دی. د روغتيا قانوني بيمه د کورنی د مرستي لپاره پيسي ادا کولی شي يا که تاسي د روغتيا بيمه نه لرئ، د ټولنيزې خيرښيګړې دفتر دغه لګښت ورکولی شي. د روغتيا قانوني بيمه د کورنی د مرستي لپاره پيسي ادا کولی شي. په دې کې د ډاکټر تصديق نامی ته اړتيا وي، د مثال په توګه، ستاسي د ابتدايي ډاکټر څخه. ستاسي د روغتيا د بيمي مامورين د مرستي د خدمتونو ادرسونه لري. د روغتيا په بيمه کې دا انتخاب هم شته چې هغه چا ته پيسي ورکړل شي چې تاسي يې پيژنئ.

Notmütterdienst – Familien- und Seniorenhilfe
(د مور عاجل خدمات – کورنی او مشر اتباع)
Sophienstraße 28, 60487 Frankfurt am Main
تليفون: ٠٦٩ ٩٥١ ٠٣ ٣٠، www.notmuetterdienst.de

Frankfurter Kinderbüro
Schleiermacherstraße 7, 60316 Frankfurt am Main
تليفون: ٠٦٩ ٢١٢-٣٩٠٠١
اي ميل: info@frankfurter-kinderbuero.de
www.frankfurter-kinderbuero.de
دفتري ساعتونه: دوشنبه،–جمعه سهار ٩.٠٠ بجې،–مازيګر ٥.٠٠ بجې
U4: انډرګراونډ سټېشن Höhenstraße

په Frankfurt am Main کې د هغه ماشومانو پاملرنه کیږي چې عمر یې له ۳ کالو څخه کم وي

د وړاندیز بڼه	د ماشومانو عمر	خلاص ساعتونه	فیس (د والدینو فیس)	د ګروپ کچه	د پاملرنې ډول	ملاتړی	ځانګړتیاوې
د ماشوم/ماشومې ډې کیر	د ۸ اونیو څخه پیل کیږي	د ځانګړي پاملرنې مهالویشونه	نه ۲۷۵,۰۰ € پورې (که په عامه توګه ورکړل شوي وي) د پاملرنې د مودې پورې تړاو لري	عموماً ۱-۵ ماشومان	زیات نه زیات ۵ ماشومان	انفرادي کسان	په شخصي کورونو کې، د پاملرنې اسان مهالویشونه یو په یو پاملرنه، د کورنۍ چاپېریال، د ډې کیر د پلاوي له خوا د ډې کیر ورې میندې او پلرونه – چې Frankfurt am Main یې ځارنه کوي
وروکتون (د ماشومانو مرکز)	د ۸ اونیو څخه تر ۳ کالو پورې	دوشنبه - جمعه ~سهار ۷,۰۰ بجې . —~مازیګر ۵,۰۰ بجې د نیمې ورځې او لږ وخت ځایونه امکان لري	د تولې ورځې ځای ۱۹۸,۰۰ € په میاشت کې	د ۹ نه تر ۱۱ پورې ماشومان	د ۱ ماشوم د پاملرنې کارکوونکي ۵ ماشومان	کیتا فرینکفرټ	• د ماشوم/ماشومې د پاملرنې روزل شوي تدریسي کارکوونکي • د کور دننه د پخلنځي څخه سپارنې • د ټاکل شوي والدینو پلاوی
	د عمر پراخه شوي ګروپ د ۱ کال نه تر ۷ کالو پورې	دوشنبه - جمعه ~سهار ۷,۰۰ بجې . —~مازیګر ۵,۰۰ بجې د نیمې ورځې او لږ وخت ځایونه امکان لري	د تولې ورځې ځای ۱۹۸,۰۰ € په میاشت کې*	۱۵ ماشومان	د ۱ ماشوم د پاملرنې کارکوونکي ۵ ماشومان	کیتا فرینکفرټ	
په ځایورو د تلونکو ماشومانو لپاره ګروپ	د ۸ اونیو څخه تر ۳ کالو پورې	دوشنبه - جمعه ~سهار ۷,۰۰ بجې . —~مازیګر ۵,۰۰ بجې د نیمې ورځې او لږ وخت ځایونه امکان لري	د تولې ورځې ځای ۱۹۸,۰۰ € په میاشت کې*	د ۹ نه تر ۱۲ پورې ماشومان	د ۱ ماشوم د پاملرنې کارکوونکي ۵ ماشومان	شخصي ملاتړي	• د ماشوم/ماشومې د پاملرنې روزل شوي تدریسي کارکوونکي • پوره سپارنې، (بورډ، نیپیانې) • د ټاکل شوي والدینو پلاوی
د ماشومانو مرکز	د ۱ نه تر ۷ کالو پورې	دوشنبه - جمعه ~سهار ۷,۰۰ بجې . —~مازیګر ۵,۰۰ بجې د نیمې ورځې او لږ وخت ځایونه امکان لري	د تولې ورځې ځای ۱۹۸,۰۰€ په میاشت کې*	د ۱۵ نه تر ۱۸ پورې ماشومان	د ۱ ماشوم د پاملرنې کارکوونکي د ۵ نه تر ۹ پورې ماشومان	کیتا فرینکفرټ	• د ماشوم/ماشومې د پاملرنې روزل شوي تدریسي کارکوونکي • سپارنې • د ټاکل شوي والدینو پلاوی
د بیلابیل عمر اسانتیا	د ۱ نه تر ۷ کالو پورې او د ۱ نه تر ۱۲ کالو پورې	دوشنبه - جمعه ~سهار ۷,۰۰ بجې . —~مازیګر ۵,۰۰ بجې د نیمې ورځې او لږ وخت ځایونه امکان لري	د تولې ورځې ځای ۱۹۸,۰۰€ په میاشت کې*	د ۹ نه تر ۱۲ پورې ماشومان	د ۱ ماشوم د پاملرنې کارکوونکي د ۵ نه تر ۹ پورې ماشومان	شخصي ملاتړي	• د ماشوم/ماشومې د پاملرنې روزل شوي تدریسي کارکوونکي • پوره سپارنې، (بورډ، ډایپرې) • د ټاکل شوي والدینو پلاوی
د ماشومانو نرسرۍ	د ۳ نه تر ۷ کالو پورې	دوشنبه - جمعه ~سهار ۷,۰۰ بجې . —~مازیګر ۵,۰۰ بجې د نیمې ورځې او لږ وخت ځایونه امکان لري	د تولې ورځې ځای ۱۹۸,۰۰ € په میاشت کې*	د ۱۵ نه تر ۱۸ پورې ماشومان	د ۱ ماشوم د پاملرنې کارکوونکي د ۵ نه تر ٦ پورې ماشومان	شخصي ملاتړي	• د ماشوم/ماشومې د پاملرنې روزل شوي تدریسي کارکوونکي • سپارنې • د ټاکل شوي والدینو پلاوی
کوچنۍ کنډرګارټن	شاوخوا د ۱,۵ نه تر ۳ کالو پورې	۳ ساعته په ۲-۳ ورځو کې په اونۍ کې	شاوخوا ۹۰,۰۰ € پورې ۱۳۰,۰۰ € په میاشت کې	د ٦ نه تر ۱۲ پورې ماشومان	د ۱ ماشوم د پاملرنې کارکوونکي د ۳ نه تر ٦ پورې ماشومان	شخصي ملاتړي	• سهار یا پس له ماسپښینه په اونۍ کې زیات نه زیات تر ۳ ورځو پورې پاملرنه
د والدینو ماشوم/ماشومې ګروپونه	د ۰ نه تر ٤ کالو پورې	۱,۵ - ۲ ساعته په اونۍ کې یو ځل	شاوخوا ٤,۰۰ € په یوه لیدنه کې	د ۱۰ نه تر ۱۲ پورې ماشومان د والدینو سره	د ۱ نه تر ۲ غونډو د لیډران	کلیسا او شخصي خیراتي مرستې	د غونډې د ور لیډرانو له خوا د لومړۍ کورنۍ په پړاو کې مرسته، د مورنۍ پلرنۍ مهارتونو تقویه کول، د ماشوم/ماشومې لپاره د لومړي ګروپ تجربه چې د والدینو په موجودګۍ کې لوبې او تمرین کوي، د ګروپ وړاندیزونو او د ۱,۵ نه تر ۳ کالو د مودې پورې د خلاص مرکې موقعیتونه
د کورنۍ د معلوماتو کیفۍ	د ۰ نه تر ۳ کالو پورې	لطفاً زنګ ووهئ	وړیا	د ۳۰ پورې کورنۍ، په اسانتیا کې د ځای پر اساس		د فرینکفرټ ښار، شخصي ملاتړي	د مفکورې پر اساس: مسلکي روزل شوي کارکوونکي، رضاکاران، تادیه شوي کارکوونکي، مسلکي روزل شوي کارکوونکي

* د عوایدو پر اساس مرسته د Jugend und Sozialamt – Wirtschaftsdienst Jugend und Familie (ځوانانو او ټولنیزې خیر بنیګړې د دفترونو - د ځوانانو او کورنۍ د مالي خدماتو) له لارې ممکن ده.

په پیسو خو
نړۍ اباده ده

په ماشوم/ماشومې سره ستاسي مالي وضعیت ګډوډ کیدی شي. په داسي حال کې چې تاسي نوي لګښتونه سمبال کړئ، تاسي د نوي عایداتو د سرچینې څخه استفاده کولی شئ. کله چې مو پوښتنې ذهن ته راځي نو څلور دولتي اداري ستاسي لپاره مهمې دي: ؟ د Familienkasse (کورنۍ بسپنه)، Sozialrathaus (د ټولنیزي خیر ښیګړې دفتر)، Jobcentre (د کار مرکز) او Amt für Wohnungswesen (د کورني چارو اداره).

د ماشوم/ماشومې ګټه (Kindergeld) ...

... په میاشت کې تر ۱۹٤ یورو پورې وروسته له هغې ورکول کیږي کله چې د Familienkasse (د کورنۍ بسپنه) ته غوښتنلیک ورکړئ.

Kindergeld bei der Familienkasse
in der Agentur für Arbeit Frankfurt
(د فرینکفرټ د استخدام په اژانس کې
د کورنۍ د بسپنې څخه د ماشوم/ماشومې ګټه)
Fischerfeldstraße 10–12, 60311 Frankfurt am Main
تلیفون: ۰ ۵۵۳ ٤۵۵ ۰۸۰۰، فاکس: ۰٦۹ ۲۱۷-۱۲٤۳۰
اي میل: familienkasse-hessen@arbeitsagentur.de
www.familienkasse.de

د والدېنو ګټه
... (Elterngeld)

ـــ ستاسي په عوایدو پورې تړاو لري. دا د ماشوم د زیږیدنې څخه مخکې عموماً له ٦٥-٦٧ سلنه د اوسطاً عوایدو پورې وي، د زیاتو ماشومانو لپاره لږ زیات وي خو ولې د ٣٠٠ یورو نه کم نه وي. دا پیسې هغه tوالدېنو ته ورکول کیږي چې د بې کارۍ تلافي II ترلاسه کوي.

Amt für Versorgung und Soziales
(د مرستې او ټولنیزې خیربښیګړې دفتر)
Walter-Möller-Platz 1, 60439 Frankfurt am Main
تلیفون: ٠٦٩ ١٥٦٧١
اي میل: post@havs-fra.hessen.de

پیرنټل بینیفټس پلس
(د والدینو اضافي ګټې) ...
... (Elterngeld Plus)

... په ځانګړي توګه هغه وخت په زړه پوري که چیرې تاسي په لومړي کال کې د نیمي ورځې کار کول غواړئ. په دغه وضعیت کې، د والدېنو د عادي ګټې میاشت د دوو ګټو اضافي میاشتې ګڼل کیږي. تر ٢٤ پورې د والدېنو د اضافي ګټې میاشتې ممکن وي. د والدېنو د اضافي ګټې مقدار زیاتره د والدېنو د هغه ګټو ترنیمې پورې وي د کومو چې تاسې د نیم کار د وخت د عوایدو پرته مستحق یئ.

که چیرې مور او پلار دواړه څلور میاشتې په پرله پسې توګه د ٢٥ څخه تر ٣٠ ساعتو پورې په اونۍ کې کار کوي، نو هغوی دواړه به د څلورو میاشتو لپاره د پارټنرشپ د اضافي ګټې بونس هم ترلاسه کوي. په دې اړه نور معلومات په دې ویب پاڼه ورکړل شوې دي: www.elterngeld-plus.de.

Amt für Versorgung und Soziales
(د ټولنیز امنیت او پرووېژن دفتر)
Walter-Möller-Platz 1, 60439 Frankfurt am Main
تلیفون: ٠٦٩ ١٥٦٧١
اي میل: post@havs-fra.hessen.de

د ماشوم/ماشومي وظیفه (Kinderzuschlag) ...

... په یوه میاشت کې تر ۱۴۰ یورو پورې Familienkasse (د کورنۍ بسپنې) له خوا ادا کیږي. دا د کورنۍ د عوایدو پورې تړاو لري. هغه جوړه چې په میاشت کې د ۹۰۰ یورو څخه کمې ترلاسه کوي، هغوی د Kinderzuschlag (ماشوم/ماشومي د وظیفي) لپاره عریضه کولی شي. د دوو ماشومانو سره د مور او پلار دواړو لپاره د عوایدو د اعظمي حد درجه ۱۳۸۰ یورو ده. د مور یا پلار لپاره یواځې دغه درجه په میاشت کې تر ۶۰۰ یورو پورې ده. د Kinderzuschlag (کورنۍ بسپنه) کې هم د Familienkasse (ماشوم/ماشومي د وظیفي لپاره) عریضه کولی شئ. په دې اړه د نورو معلوماتو لپاره لطفاً دا ویب پاڼه وګورئ .www.kinderzuschlag.de

هاؤس هولد ایډوانس (د کورنۍ ایډوانس) (Unterhaltsvorschuss)

که ستاسې کورنۍ داسې یې چې په والدینو کې یو تن یئ او د خپل میړه/میرمن څخه مناسب مرسته نه ترلاسه کوئ، نو تاسې د Unterhaltsvorschuss (کورنۍ د ایډوانس قانون) له مخې د Unterhaltsvorschussgesetz (کورنۍ ایډوانس) مستحق یئ. لطفاً د خپل So-zialrathaus (د ټولنیزې خیر ښیګڼې دفتر) سره رجوع وکړئ،.

کله چې پیسې کمې وي ...

Sozialrathaus (د ټولنيزې خير ښيګړې دفتر) به ستاسي د ښارګوټي په سيمه کې تاسي ته مرسته وراندې کوي، د مثال په توګه، مالي مرسته، يا د Asylbewerbergesetz (دپناه د غوښتنليک د قانون) د موضوع په اړه مرسته.

Sozialrathäuser په frankfurt.de موندلی شئ، www.frankfurt.de, يا د اړوند Jugend und Sozialamt (ټولنيزې خير ښيګړې دفتر) لپاره بس په ۰۶۹ ۲۱۲-۴۴۹۰۰ (ځوانانو او ټولنيز خدمتونه) هاټ لاين په Sozialrathaus کليک . کړئ.

SOZIALRATHÄUSER
د ټولني او ټولنيزې خيرښيګړې دفترونه

For Fechenheim, Riederwald, Seckbach and Bergen-Enkheim
Sozialrathaus Ost, Voltenseestraße 2
60388 Frankfurt am Main، تليفون: ۰۶۹ ۲۱۲-۴۱۲۱۱
اي ميل: srh-ost@stadt-frankfurt.de

د Alt- und Innenstadt, Bornheim, Nordend او Ostend لپاره
Sozialrathaus Ost, Dienstort Bornheim
Eulengasse 64, 60385 Frankfurt am Main
تيليفون: ۰۶۹ ۲۱۲-۳۰۵۴۷، اي ميل: srh-ost@stadt-frankfurt.de

د Bockenheim, Rödelheim, Hausen, Praunheim او Westend-Süd لپاره
Sozialrathaus Bockenheim, Rödelheimer Straße 45
60487 Frankfurt am Main، تيليفون: ۰۶۹ ۲۱۲-۷۴۳۰۴
اي ميل: srh-bockenheim@stadt-frankfurt.de

د Dornbusch, Westend-Nord, Nordend-West, Eschersheim, Eckenheim او Preungesheim لپاره
Sozialrathaus Dornbusch, Am Grünhof 10
60320 Frankfurt am Main، تيليفون: ۰۶۹ ۲۱۲-۷۰۷۳۵
اي ميل: srh-dornbusch@stadt-frankfurt.de

د Griesheim, Gallusviertel, Gutleutviertel او Bahnhofsviertel لپاره
Sozialrathaus Gallus, Rebstöcker Straße 8
60326 Frankfurt am Main، تيليفون: ۰۶۹ ۲۱۲-۳۸۱۸۹
اي ميل: srh-gallus@stadt-frankfurt.de

د Zeilsheim, Unterliederbach, Sossenheim, Nied, Höchst او Sindlingen لپاره
Sozialrathaus Höchst, Palleskestraße 14
65929 Frankfurt am Main، تيليفون: ۰۶۹ ۲۱۲-۴۵۵۲۷
اي ميل: srh-hoechst@stadt-frankfurt.de

د Niederursel, Heddernheim, Ginnheim, Kalbach-Riedberg, Bonames, Frankfurter Berg, Berkersheim, Harheim, Nieder-Erlenbach, Nieder-Eschbach او Praunheim لپاره
Sozialrathaus Nord, Jugend- und Sozialamt
Emil-von-Behring-Straße 14, 60439 Frankfurt am Main
تليفون: ۰۶۹ ۲۱۲ ۳۲۲۷۴، اي ميل: srh-nord@stadt-frankfurt.de

د Sachsenhausen-Süd, Sachsenhausen-Nord, Oberrad, Niederrad, Goldstein او Schwanheim لپاره
Sozialrathaus Sachsenhausen, Paradiesgasse 8
60594 Frankfurt am Main، تيليفون: ۰۶۹ ۲۱۲-۳۳۸۱۱
اي ميل: srh-sachsenhausen@stadt-frankfurt.de

د فرینکفرټ پاس ...

... په محدود عوایدو کې، د مثال په توګه، ۱۱۸۱ یورو د ۲ کسانو د کورنۍ لپاره، یا ۱۴۴۹ یورو د ۳ کسانو د کورنۍ لپاره، تاسې د دې لپاره د ؟ (په ټاؤن هال کې د ټولنیزې خیرښیګړې دفتر) کې عریضه کولی شئ. ستاسې په کورنۍ کې د هر اضافي تن په سر دغه حد تر ۲۶۹ یورو پورې زیاتیږي. د فرینکفرټ پاس، موزیم، ژوبڼ، د کجورو باغ، تیاترو او د لامبووهنې حوضونو ته محدود لاس رسی ورکوي. دا په فرینکفرټ کې سیمه ییز دولتي ټرانسپورټ ته هم محدود لاس رسی ورکوي. دا سپارښت کیږي چې ماشومان هم د فرینکفرټ پاس ولري.

د بې کارۍ د ګټې په اړه پوښتنې، (Arbeitslosengeld II, Hartz IV) ...

... په ښه توګه د Jobcentre (کار مرکز) سمبالوي. هغه ښځې او سړي چې عمر یې د ۱۵ او ۶۵ کالو ترمنځه وي، او د کار کولو وړ وي او په اړین معیار پوره وي، هغوی مستحق دي. که تاسې نوي اپارتمان ته انتقال شئ، نو تاسې د لومړي اړین شیانو ګټې هم ترلاسه کولی شئ، چې په دې کې د کالیو وینځلو ماشین، اووین او نور شیان شامل دي. امیندوارې او یوازې پلار یا مور د اضافي ګټو ادعا هم کولی شي.

Jobcenter Frankfurt (د کار مرکز فرینکفرټ)
تلیفون: ۰۶۹ ۲۱۷-۱۳۴۹۳
www.arbeitsagentur.de

د زده کړې او پاملرنې پیکج (Bildungs- und Teilhabepaket) ...

... دا د هغه کسانو لپاره وي چې د بې کارۍ ګټه II، ټولنیزې ګټې، د ماشوم/ماشومې اضافي وظیفه یا د کور ګټه ترلاسه کوي یا هغه کسان چې کم عواید لري. د زده کړې او پاملرنې په پیکج کې وظیفې وړاندې کیږي، د مثال په توګه، د ماشوم/ماشومې د لامبو وهنې کورسونه، د لوبو اتحادیه، په نرسرۍ کې د غرمې ډوډۍ او د ماشوم/ماشومې په خاپوړو د تللو ګروپونه او داسې نور. ستاسې د کار مرکز یا د ټولنیزې خیر ښیګړې دفتر تاسې ته په دې اړه نور معلومات درکولی شي. تاسې خپل غوښتنلیک د اړین اسنادو سره پخپله د (Job Centre) (کار په مرکز) (د SGB-II ترلاسه کوونکي او د استخدام

وړ کسانو) یا په خپل محلي Sozialrathaus (د ټولنیزې خیر ښیګړې دفتر) کې (د SBG XII ترلاسه کوونکي او د استخدام وړ کسانو) سپارلی شئ، یا اړوند دفتر ته یې د پوستي له لارې هم لیږلی شئ. د Wohngeld(کور د مرستې) او Kinderzuschlag (ماشوم/ماشومي د وظیفې) ترلاسه کوونکي به خپل غوښتنلیک په دې ادرس لیږي:

Zentrales Team, 51.A66,
Mainzer Landstraße 315–321,
60326 Frankfurt am Main

Team Bildung und Teilhabe
(د زده کړې او پاملرنې ټیم)
تلیفون: ٠٦٩ ٢١٢-٣٣١٣٣
اي میل: Bildung-Teilhabe@stadt-frankfurt.de
غوښتنلیکونه او معلومات په انټرنیټ په دې ویب پاڼه کتلی شئ www.frankfurt.de او www.jobcenter-ge.de.

کله چې ستاسې اپارتمان په تاسې وړوکی شي ...

Amt für Wohnungswesen (د کورنۍ چارو دفتر) د کور د ځای خدمات وړاندې کوي. دا اداره د کور په اړه د مشاورت او خدمت د دفتر سره په همکارۍ د هغه والدینو لپاره د کور پروژې وړاندې کوي چې د نورو کورنیو سره په شریکه د کور د پروژو برابرتیا جوړول غواړي. دا دفتر په هغه حالت کې هم د ټولو پوښتنو ځواب ورکولی شي په کومو کې چې میندې او پلرونه کم عواید لري او هغوی کولی شي چې د Wohngeld (کور د مرستې) عریضه وکړي.

Amt für Wohnungswesen
(د کور د چارو دفتر)
Adickesallee 67–69, 60322 Frankfurt am Main
تلیفون: ٠٦٩ ٢١٢-٣٤٧٤٢
د کور د مرستې لپاره د خدمت شبکه: ٠٦٩ ٢١٢-٤٧١٠٠
www.wohnungsamt.frankfurt.de

د ډایپرو او نورو شیانو لپاره مالي مرسته

په انفرادي بیړني حالتونو کې، pro familia او د کلیسا د مرستې دفترونه به د ”Bundesstiftung Mutter und Kind – Schutz des ungeborenen Lebens“ څخه (فدرل مدر اینډ چایلډ فاونډیشن ٠ پروتیکشن آف ارین لایف) د ارین شیانو د اخیستلو لپاره سرچیني ورانډي کوي، چې په امیندواری، زیږیدني او غوښتنلیک کې مرسته وکړي (غوره دا وي چې دغه غوښتنلیک د امیندواری په ۲۸ مه اونی کې وسپارل شي). د هغه امیندوارو میندو لپاره چې الماني پاسپورټ نه لري، اړتیا دا ده چې د استوګنې اجازه/ د اوسیدلو اجازه ولري، چې د زیږیدني پر وخت باوري وي یا د خارجي زده کوونکو لپاره د موقتي استوګنې اجازه اړینه ده. Caritas, Sozialdienst katholischer Frauen (سوشل سروسز بایې کیتولیک ویمن) او Diakonie (د ټولنیزې خیر ښیګړې خدمات) هم د کلیسا د موسسې سرچینو ته لاس رسی ورکوي. د ښځو لپاره د مرستې هغه دفترې چې د Diakonisches Werk (ټولنیزې خیر ښیګړې د خدماتو) له خوا ورانډي کیږي، په هیسې او ناسو کې د پروټستانټ کلیسا ”Stiftung für das Leben“ د (د فاونډیشن فار لایف) څخه سرچیني هغه ښځو ته ورانډي کوي چې د the Bundesstiftung (فدرالي فاونډیشن) له خوا نه حمایه کیږي. مرسته په اسانی سره ورکول کیږي او د هر کیس پر اساس ورانډې کیږي او د Bundestiftung له هغه شرایطو پوري تړاو نه لري چې د خارجې اتباعو لپاره تطبیق کیږي، د مثال په توګه، د پناه عارضین هم دغه مرسته ترلاسه کولی شي. غوښتنلیک یوازې د زیږیدنې وروسته بشپړیدی شي.

د کاریتاس او Sozialdienst katholischer Frauen دفتر (د کیتولیک ویمن سوشل سروسز)

د بشپ مرستي د بودجي څخه د Limburg Diocese لپاره هغه ښځو ته مرسته ورانديږ کوي چې په ځانګړي توګه په سختو حالاتو کې او د مهاجرت د قانون په مشکل کيسونو کې وي. غوښتنليک د Bundesstiftung (فدرالي فاونډيشن) د غوښتنليک څخه په خپلواکه توګه سپارلی کيدی شي.

د اميندوارۍ د ۱۳ اونۍ څخه پيل کيدونکي، د بې کارۍ د تلافي II يا Sozialhilfe (ټولنيز امنيت ګټي) ترلاسه کوونکي د اضافي سرچينې ترلاسه کولو مستحق دي چې د اساسي شرحي څخه د ۱۷ سلنه پورې د اميندارۍ ښځو اړتياوې پوره کړي. هغوی يو ځل د اړين اساسي شيانو ترلاسه کولو لپاره د تاديې هم مستحق دي (د کوچنيانو کالي، بستره، د کابينټ پوښاک، د ماشومانو استعمال شوې ګاډی، بدليدونکی ميز). په فرينکفرټ کې د مرستې د پيسو اعظمي حد ۵۵۰ يورو دی. که تاسي د مخکې نه د دوو کالو نه کم ماشوم/ماشومه لرئ، دغه مقدار بيا ۲۷۵ يورو ته کميږي. د "Bundesstiftung Mutter und Kind" (فدرالي مور او ماشوم فاونډيشن) څخه هر ډول مرسته په دې کې نه حسابيږي.

د دې لپاره غوښتنليکونه د زيږيدنې څخه دری مياشتې مخکې بشپړيدی شي.

د بې کارۍ ګټه II ترلاسه کوونکي بايد د کار مرکزونه ته رجوع وکړي، د Sozialhilfe (ټولنيز امنيت ګټي) ترلاسه کوونکي بايد Sozialrathäuser (د ټولنې او ټولنيزې خير ښيګړې دفترونه ته رجوع وکړي).

Beratungsstelle für Frauen
(د ښځو لپاره د مرستې دفتر)
Alfred-Brehm-Platz 17, 60316 Frankfurt am Main
تليفون: ٣٠ ٥٠٢ ٩٤٣ ٠٦٩، فاکس: ٣٥ ٥٠٢ ٩٤٣ ٠٦٩
اي ميل: bff.zefra@diakonischeswerk-frankfurt.de
www.diakonischeswerk-frankfurt.de/zefra

Caritasverband Frankfurt e.V. Frauenberatung
(کاريتاس اسوسيون فرينکفرټ ويمن کنسلټنګ سنټر)
Affentorplatz 1, 60594 Frankfurt am Main
تليفون: ٢٢ ٩٣١ ٢٥٤ ٠٦٩، فاکس: ٥٠ ٩٣١ ٢٥٤ ٠٦٩
اي ميل: frauenberatung@caritas-frankfurt.de
www.caritas-frankfurt.de

pro familia
Palmengartenstraße 14, 60325 Frankfurt am Main
تليفون: ٤٤ ٤٤٧ ٩٠٧ ٠٦٩، فاکس: ٣٠ ٤٤٧ ٩٠٧ ٠٦٩
اي ميل: frankfurt-main@profamilia.de، www.profamilia.de

Sozialdienst katholischer Frauen e.V.
(د کيتوليک ښځو له خوا ټولنيز خدمات)
Kriegkstraße 36, 60326 Frankfurt am Main
تليفون: ٣٠ ٨٢ ٩٧٣ ٠٦٩، اي ميل: monikahaus@skf-frankfurt.de
www.skf-frankfurt.de

کومې پوښتنې لرئ؟

د کورنۍ د معلوماتو مرکزونه تاسې ته دا ویلی شي چې کوم چارواکي د کومو مسلو مسؤل دي، د ایډاپشن څخه تر د کورنۍ د مرستې پورې. تاسې د هیسې ایالت په ټولو برخو کې د کورنۍ د معلومانو مرکزونو ته په سیمه ییز نرخ ۰۱۸۰ ۲۳۵ ۸۳ ۷٦ ته په زنګ وهلو لاس رسی لرلی شئ. که کومې نورې پوښتنې راپورته شي، د فرینکفرټ د ماشومانو دفتر به ستاسې لپاره موجود وي.

Frankfurter Kinderbüro
Schleiermacherstraße 7, 60316 Frankfurt am Main
تلیفون: ۰٦۹ ۲۱۲-۳۹۰۰۱، اي میل: info@frankfurter-kinderbuero.de
www.frankfurter-kinderbuero.de، دفتري ساعتونه: دوشنبه–جمعه، سهار ۹.۰۰ بجې–مازیګر ۵.۰۰ بجې
U4: انډرګراونډ سټېشن Höhenstraße

Agentur für Arbeit Frankfurt
Fischerfeldstraße 10–12, 60311 Frankfurt am Main
Telefon: 0800 455 553 0

Aktion Moses: 069 973 8230

Amt für Wohnungswesen
Adickesallee 67–69, 60322 Frankfurt am Main
Telefon: 069 212-34742
Servicetelefon für Wohngeld: 069 212-47100
www.wohnungsamt.frankfurt.de

Amt für multikulturelle Angelegenheiten (Amka)
AmkA.Info – Information, Orientierung, Vermittlung
Mainzer Landstraße 293, 60326 Frankfurt am Main
Telefon: 069 212-41515, E-Mail: amka.info@stadt-frankfurt.de
www.amka.de, www.vielfalt-bewegt-frankfurt.de

Anlaufstelle für Mädchen und Frauen, die von sexualisierter, digitaler und körperlicher Gewalt bedroht oder betroffen sind
Kasseler Straße 1a, 60486 Frankfurt am Main
Telefon: 069 709 494
E-Mail: info@frauennotruf-frankfurt.de
www.frauennotruf-frankfurt.de
Informationen für die Versorgung nach einer Vergewaltigung finden Sie unter: soforthilfe-nach-vergewaltigung.de

Arbeitskreis Jugendzahnpflege für Frankfurt und den Main-Taunus-Kreis
Mainluststraße 17, 60329 Frankfurt am Main
Telefon: 069 232 414, E-Mail: info@akj-frankfurt.de

Babylotsen in Frankfurt: www.babylotse-frankfurt.de

Beratungsstelle für Frauen
Alfred-Brehm-Platz 17, 60316 Frankfurt am Main
Telefon: 069 943 502 30, Fax: 069 943 502 35
E-mail: bff.zefra@diakonischeswerk-frankfurt.de
www.diakonischeswerk-frankfurt.de/zefra

Beratung und Begegnung für Frauen
Caritasverband Frankfurt e.V.
Affentorplatz 1, 60594 Frankfurt am Main
Telefon: 069 254 931-22, Fax: 069 254 931-50
E-Mail: frauenberatung@caritas-frankfurt.de

Beratungs- und Interventionsstelle Frauen helfen Frauen e.V.
Berger Straße 40–42, 60316 Frankfurt am Main
Telefon: 069 489 865 51, E-Mail: info@frauenhaus-ffm.de
www.frauen-helfen-frauen-ffm.de

Beratungs- und Interventionsstelle für Frauen
Beratungszentrum am Frauenhof
Schwanheimer Straße 7, 60528 Frankfurt am Main
Telefon: 069 430 547-66, Fax: 069 430 547-67
Mobil: 0172 619 89 84
E-Mail: beratung@frauenhaus-frankfurt.de.
www.frauenhaus-frankfurt.de

BMFSJF Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend
Telefon: 030 201 791 30

Bund freiberuflicher Hebammen Deutschland
Telefon: 069 795 349 71, E-Mail: geschaeftsstelle@bfhd.de
www.bfhd.de

Caritasverband Frankfurt e.V.
Frauenberatung
Affentorplatz 1, 60594 Frankfurt am Main
Telefon: 069 254 931 22, Fax: 069 254 931 50
E-Mail: frauenberatung@caritas-frankfurt.de
www.caritas-frankfurt.de

Deutscher Kinderschutzbund
Bezirksverband Frankfurt am Main e.V.
Comeniusstraße 37, 1. Stock, 60389 Frankfurt am Main
Telefon: 069 970 901 10
E-Mail: dksb@kinderschutzbund-frankfurt.de
www.kinderschutzbund-frankfurt.de

Drogenreferat
Alte Mainzer Gasse 37, 60311 Frankfurt am Main
Telefon: 069 212-30124
E-Mail: drogenreferat@stadt-frankfurt.de
www.drogenreferat.stadt-frankfurt.de

Elterngeldstelle beim Amt für Versorgung und Soziales
Walter-Möller-Platz 1, 60439 Frankfurt am Main
Telefon 069 15671, E-Mail: post@havs-fra.hessen.de

Evangelische Familienbildung
Darmstädter Landstraße 81, 60598 Frankfurt am Main
Telefon: 069 605 004-11 Kursinformationen/Anmeldebüro
Telefon: 069 605 004-40 Sekretariat
E-Mail: Anmeldung.familienbildung@frankfurt-evangelisch.de
E-Mail: info.familienbildung@frankfurt-evangelisch.de
www.familienbildung-ffm.de

Elterntelefon: 0800 111 0 550

Evangelische Familienbildung Höchst
Leverkuser Straße 7, 65929 Frankfurt am Main
Telefon: 069 759 367 280
E-Mail: Familienzentrum.hoechst@frankfurt-evangelisch.de
www.familienbildung-ffm.de

Evangelisches Kinder- und Familienzentrum Goldstein
An der Schwarzbachmühle 18b, 60529 Frankfurt am Main
Telefon: 069 660 557 771 0, Fax: 069 660 557 771 9
E-Mail: kifaz.goldstein@diakonischeswerk-frankfurt.de

Evangelisches Kinder- und Familienzentrum Innenstadt
Bleichstraße 44, 60313 Frankfurt am Main
Telefon: 069 292 384
E-Mail: kifaz.innenstadt@diakonischeswerk-frankfurt.de

F

FamilienGesundheitsZentrum
Neuhofstraße 32 H, 60318 Frankfurt am Main
Günthersburgallee 14 H, 60316 Frankfurt am Main
Telefon: 069 591 700, Fax: 069 593 129
E-Mail: info@fgzn.de

Familien-Markt
Röntgenstraße 10, 60388 Frankfurt am Main
Telefon: 069 247 514 9-6550

Familienzentrum Monikahaus
Kriegkstraße 36, 60326 Frankfurt am Main
Telefon: 069 973 82 30
E-Mail: monikahaus@skf-frankfurt.de
www.skf-frankfurt.de

FiM – Frauenrecht ist Menschenrecht e.V.
Varrentrappstraße 55, 60486 Frankfurt am Main
Telefon: 069 970 979 70
E-Mail: info@fim-beratungszentrum.de
www.fim-frauenrecht.de

Frankfurter Kinderbüro
Schleiermacherstraße 7, 60316 Frankfurt am Main
Telefon: 069 212-39001
E-Mail: info@frankfurter-kinderbuero.de
www.frankfurter-kinderbuero.de
Öffnungszeiten: Mo.– Fr., 9.00 –17.00 Uhr
U4: Haltestelle Höhenstraße

Frankfurter Kinder- und Jugendschutztelefon
0800 20 10 111 (gebührenfrei)
Mo.– Fr., 8.00 –23.00 Uhr
Sa., So. und Feiertage 10.00–23.00 Uhr

Frankfurt University of Applied Sciences
Familienbüro
Nibelungenplatz 1, Gebäude 6 / 2.OG
60318 Frankfurt am Main
Telefon: 069 153 328 66
E-Mail: familienbuero@abt-sb.fra-uas.de

Frauennotruf: 069 709 494

Frühförderstellen und die sozialpädiatrischen Zentren finden Sie unter www.asffh.de

G

Gesundheitsamt
Breite Gasse 28, 60313 Frankfurt am Main
Telefon: 069 212-33970
E-Mail: info.gesundheitsamt@stadt-frankfurt.de
www.gesundheitsamt.stadt-frankfurt.de

Giftnotruf: 06131 19240

Goethe-Universität
www.uni-frankfurt.de/39392181/familie

H

Handwerkskammer Frankfurt-Rhein-Main
Bockenheimer Landstraße 21, 60325 Frankfurt am Main
Telefon: 069 971 72-818, E-Mail: service@hwk-rhein-main.de
www.hwk-rhein-main.de

Hessisches Amt für Versorgung und Soziales
Walter-Möller-Platz 1, 60439 Frankfurt am Main
Telefon: 069 15671

I

IB Kinder- und Familienzentrum Griesheim
Platanenstraße 11, 65933 Frankfurt am Main
Telefon: 069 219 389 7-13/-17, Fax: 069 219 389 711
E-Mail: kifaz-griesheim-frankfurt@ib.de
www.ib-kitas.de/angebote/standort/210624

IHK Frankfurt am Main
Börsenplatz 4, 60313 Frankfurt am Main
Telefon: 069 2197 1207 oder 1508
E-Mail: info@frankfurt-main.ihk.de, www.frankfurt-main.ihk.de

Infobörse Kindertagesbetreuung
Seehofstraße 41, 60594 Frankfurt am Main
Telefon: 069 212-36564
E-Mail: infoboerse.kitas@stadt-frankfurt.de
www.frankfurt.de/kinderbetreuung

Informationszentrum für Männerfragen e.V.
Sandweg 49, 60316 Frankfurt am Main
Telefon: 069 495 04 46
E-Mail: infozentrum@maennerfragen.de
www.maennerfragen.de

Internationales Familienzentrum e.V. (IFZ)
Interkulturelle Familienbildung
Ostendstraße 70, 60314 Frankfurt am Main
Telefon: 069 943 444-0
E-Mail: gusti-gebhardt-haus@ifz-ev.de
www.ifz-e.de

Jobcenter Frankfurt
Telefon: 069 217-13493, www.arbeitsagentur.de

Jugendjobcenter
Hainer Weg 44, 60599 Frankfurt am Main
Telefon: 069 217-13493, E-Mail: jobcenter-frankfurt-am-main.jugendjobcenter@jobcenter-ge.de

Katholische Familienbildung Frankfurt
Tituscorso 2b, 60439 Frankfurt am Main
Telefon: 069 133 077 900
E-Mail: fbs-frankfurt@bistumlimburg.de
www.fbs-frankfurt.de

Kinderärztlicher Notdienst in der Uniklinik
Theodor-Stern-Kai 7, Haus 32 Eingang C
60596 Frankfurt am Main, Telefon: 069 630-17170
Notaufnahme Telefon: 069 630-15249

Kindergeld bei der Familienkasse in der Agentur für Arbeit Frankfurt
Fischerfeldstraße 10–12, 60311 Frankfurt am Main
Telefon: 0800 455 553 0, Fax: 069 217-12430
E-Mail: familienkasse-hessen@arbeitsagentur.de
www.familienkasse.de

Kindernotfallambulanz in der Kinderklinik am Klinikum Frankfurt Höchst
Gotenstraße 6–8, 65929 Frankfurt am Main
Telefon: 069 310 633 22

Kinder- und Familienzentrum Eckenheim
Sigmund-Freud-Straße 119, 60435 Frankfurt am Main
Telefon: 069 954 150 60
E-Mail: kifaz.eckenheim@stadt-frankfurt.de

Kinder- und Familienzentrum Fechenheim
Familienbildung im Kinder- und Familienzentrum Fechenheim
Am Hennsee 21, 60386 Frankfurt am Main
Telefon: 069 426 940 79, Fax: 42 69 45 70
E-Mail: familienbildung-kifaz@fgzn.de, www.fgzn.de/kifaz

Kinder- und Familienzentrum Monikahaus
Kriegkstraße 32–36, 60326 Frankfurt am Main
Telefon: 069 973 823 0, Fax: 069 973 823 55
E-Mail: monikahaus@skf-frankfurt.de

Kinder- und Familienzentrum Morgenstern
Platenstraße 77, 60431 Frankfurt am Main
Telefon: 069 560 202 58, Fax: 069 560 202 69
E-Mail: kifaz.morgenstern@caritas-frankfurt.de
www.caritas-frankfurt.de

Kinder- und Familienzentrum Nordwest
Thomas-Mann-Straße 6b, 60439 Frankfurt am Main
Telefon: 069 957 761 96, Fax: 069 576 086 17
E-Mail: kifaz-nordwest@bvz-frankfurt.de
www.kifaz-nordwest.de

Kinder- und Familienzentrum Ostend
Ostendstraße 70–72, 60314 Frankfurt am Main
Telefon: 069 403 547 11, Fax: 069 403 547 12
E-Mail: kifaz-ostend@ifz-ev.de, www.ifz-ev.de

Kinder- und Familienzentrum Riederwald
Raiffeisenstraße 70, 60386 Frankfurt am Main
Telefon: 069 421 066, E-Mail: kifaz-riederwald@gmx.de
www.kifaz-riederwald.de

Kleider am Alleehaus, Königsteinerstraße 130
65929 Frankfurt am Main, Telefon: 069 300 646 92

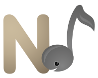
Kleiderladen Griesheim
Alte Falterstraße 16, 65933 Frankfurt am Main
Telefon: 069 353 506 16

Kleiderladen Sachsenhausen
Elisabethenstraße 15–17, 60594 Frankfurt am Main
Telefon: 0173 248 918 8

Landesverband Hessischer Hebammen
www.hebammen-hessen.de
Telefon: 0561 316 064 4, E-Mail: info@hebammen-hessen.de

Mainova Notruf: 213 881 10

MUKIVA Kinder- und Familienzentrum e.V.
Rendeler Straße 48, 60385 Frankfurt am Main
Telefon: 069 447 460, E-Mail: info@mukiva.de
www.mukiva.de



Nachbarschaftszentrum Ginnheim e.V.
Ginnheimer Hohl 14, HH, 60431 Frankfurt am Main
Telefon: 069 530 566 79, E-Mail: info@nbz-ginnheim.de
www.nbz-ginnheim.de

Selbsthilfe und Nachbarschaftszentrum Ostend e.V.
Waldschmidtstraße 39, 60316 Frankfurt am Main
Telefon: 069 439 645, Fax: 069 436 972
E-Mail: info@nbz-ostend.de, www.nbz-ostend.de

Notmütterdienst – Familien- und Seniorenhilfe
Sophienstraße 28, 60487 Frankfurt am Main
Telefon: 069 951 03 30, www.notmuetterdienst.de

pro familia
Palmengartenstraße 14, 60325 Frankfurt am Main
Telefon: 069 907 447 44, Fax: 069 907 447 30
E-Mail: frankfurt-main@profamilia.de, www.profamilia.de

Schreiambulanz des SPZ/Clementine Kinderhospital
Theobald-Christ-Straße 10, 60316 Frankfurt am Main
Telefon: 069 943 409 539, E-Mail: spz@vae-ev.de
www.spz-frankfurt.de

Selbsthilfekontaktstelle
Sonnemannstraße 3, 60314 Frankfurt am Main
Telefon: 069 559 444, Fax: 069 559 380
E-Mail: service@selbsthilfe-frankfurt.net
www.selbsthilfe-frankfurt.net

Sorgentelefon für Kinder und Jugendliche
0800 111 03 33

SOS Kinder- und Familienzentrum Sossenheim
Alt Sossenheim 9, 65936 Frankfurt am Main
Telefon: 069 370 043 0-0, Fax: 069 3700 430-29
E-Mail: kd-frankfurt@sos-kinderdorf.de
www.sos-kinderdorf-frankfurt.de

Sozialdienst katholischer Frauen e.V.
Kriegkstraße 32–36, 60326 Frankfurt am Main
Telefon: 069 973 82 30
E-Mail: monikahaus@skf-frankfurt.de, www.skf-frankfurt.de

SOZIALRATHÄUSER

Für Fechenheim, Riederwald, Seckbach und Bergen-Enkheim
Sozialrathaus Ost, Voltenseestraße 2
60388 Frankfurt am Main, Telefon: 069 212-41211
E-Mail: srh-ost@stadt-frankfurt.de

Für Alt- und Innenstadt, Bornheim, Nordend, Ostend
Sozialrathaus Ost, Dienstort Bornheim
Eulengasse 64, 60385 Frankfurt am Main
Telefon: 069 212-30547, E-Mail: srh-ost@stadt-frankfurt.de

Für Bockenheim, Rödelheim, Hausen, Praunheim und Westend-Süd
Sozialrathaus Bockenheim, Rödelheimer Straße 45
60487 Frankfurt am Main, Telefon: 069 212-74304
E-Mail: srh-bockenheim@stadt-frankfurt.de

Für Dornbusch, Westend-Nord, Nordend-West, Eschersheim, Eckenheim und Preungesheim
Sozialrathaus Dornbusch, Am Grünhof 10
60320 Frankfurt am Main, Telefon: 069 212-70735
E-Mail: srh-dornbusch@stadt-frankfurt.de

Für Griesheim, Gallusviertel, Gutleutviertel und Bahnhofsviertel
Sozialrathaus Gallus, Rebstöcker Straße 8
60326 Frankfurt am Main, Telefon: 069 212-38189
E-Mail: srh-gallus@stadt-frankfurt.de

Für Zeilsheim, Unterliederbach, Sossenheim, Nied, Höchst und Sindlingen
Sozialrathaus Höchst, Palleskestraße 14
65929 Frankfurt am Main, Telefon: 069 212-45527
E-Mail: srh-hoechst@stadt-frankfurt.de

Für Niederursel, Heddernheim, Ginnheim, Kalbach-Riedberg, Bonames, Frankfurter Berg, Berkersheim, Harheim, Nieder-Erlenbach, Nieder-Eschbach und Praunheim
Sozialrathaus Nord, Jugend- und Sozialamt
Emil-von-Behring-Straße 14, 60439 Frankfurt am Main
Telefon: 069 212 32274, E-Mail: srh-nord@stadt-frankfurt.de

Für Sachsenhausen-Süd, Sachsenhausen-Nord, Oberrad, Niederrad, Goldstein und Schwanheim
Sozialrathaus Sachsenhausen, Paradiesgasse 8
60594 Frankfurt am Main, Telefon: 069 212-33811
E-Mail: srh-sachsenhausen@stadt-frankfurt.de

Studentenwerk Frankfurt
Telefon: 0180 178 83 36

Team Bildung und Teilhabe
Telefon: 069 212-33133
E-Mail: Bildung-Teilhabe@stadt-frankfurt.de
Anträge und Informationen im Internet unter
www.frankfurt.de und www.jobcenter-ge.de

VbFF – Verein zur beruflichen Förderung von Frauen e.V.
Walter-Kolb-Straße 1–7, 60594 Frankfurt am Main
Telefon: 069 795 09 90, E-Mail: info@vbff-ffm.de
www.vbff-ffm.de

Verband alleinerziehender Mütter und Väter e.V.
Adalbertstraße 15–17, 60486 Frankfurt am Main
Telefon: 069 979 818 84, E-Mail: info@vamv-frankfurt.de
www.vamv-frankfurt.de

Verband binationaler Familien und Partnerschaften, iaf e.V.
Ludolfusstraße 2–4, 60487 Frankfurt am Main
Telefon: 069 713 75 60
E-Mail: frankfurt@verband-binationaler.de
www.frankfurt.verband-binationaler.de

Walter-Kolb-Stiftung e.V.
Braubachstraße 30-32, 60311 Frankfurt am Main
Telefon: 069 212-40900, Fax: 069 212-40901
E-Mail: info@walter-kolb-stiftung.de

World Shop Frankfurt
Mainzer Landstraße 349 (im Hinterhof), 60326 Frankfurt
Telefon: 069 951097240, E-Mail: worldshop@gffb.de

Zentrum Familie – Haus der Volksarbeit e.V.
Eschenheimer Anlage 21, 60318 Frankfurt am Main
Telefon: 069 15010
E-Mail: kontakt@hdv-ffm.de, www.hdv-ffm.de

د احتمالي خطر په وضعیت کې

که تاسي چیرې د جدي مشکل سره مخ شئ ، نو دلته ځینې مهمي تلیفوني شمیرې ورکړل شوي دي. د مثال په توګه، که ستاسي د ۱۰ میاشتو ماشوم/ماشومې د ډیټرجنټ بوتل ځکلی دی، یا یې اسپرین ګولی خوړلي دي، ستاسي ملګری تاسي ته ګواښ درکوي، تاسي په غیر ارادي توګه امیندواره شوي یئ یا ستاسي ماشوم/ ماشومې ډیره زیاته ژړا کوي. دلته هغه شمیرې ورکړل شوي دي چې تاسي پرې وړ کسانو ته لاس رسی لرلی شئ او هغوی به ستاسي په اړونده ستونزه کې له تاسي سره مرسته وکړي.

پولیس: ۱۱۰

اطفائیه: ۱۱۲

د زهرو عاجل هاټ لاین: ۰۶۱۳۱ ۱۹۲۴۰

عاجل طبي مرسته: ۱۱۲

د پوهنتون په روغتون کې د ماشومانو عاجل خدمات : ۰۶۹ ۶۳۰-۱۷۱۷۰

د پوهنتون په درملنه کې عاجل استقبالیه عاجل خدمات: ۰۶۹ ۶۳۰-۱۵۲۴۹

په پیدیاترک کې د ماشومانو عاجل خدمات کلینیک: ۰۶۹ ۳۱۰ ۶۳۳ ۲۲

په SPZ کې د ژړا ځانګه: ۰۶۹ ۹۴۳ ۴۰۹ ۵۳۹

د فرینکفرټ ماشومانو او ځوانانو د خوندیتوب هاټ لاین: ۰۸۰۰ ۲۰ ۱۰ ۱۱۱

د ښځو عاجل هاټ لاین: ۰۶۹ ۷۰۹ ۴۹۴

Aktion Moses*: ۰۶۹ ۹۷۳ ۸۲۳ ۰

د مشکل ماشومانو او ځوانان هاټ لاین: ۰۸۰۰ ۱۱۱ ۰۳ ۳۳

د والدینو هاټ لاین: ۰۸۰۰ ۱۱۱ ۰ ۵۵۰

د ماشومانو دفتر: ۰۶۹-۲۱۲ ۳۹۰۰۱

مینووا عاجل هاټ لاین: ۰۶۹ ۲۱۳-۸۸۱۱۰

*"Aktion Moses (Moses Initiative" (موسس نوښت) د هغه امیندوارو ښځو لپاره د مرستې خدمت وړاندې کوي چې د ژوند د سخت عاجل حالت سره مخ يي، هغوی ته د خبرو او مرستې لپاره کس وړاندې کوي.

FRANKFURTER KINDERBÜRO
Schleiermacherstraße 7
60316 Frankfurt am Main

تلیفون: ۰٦۹ ۲۱۲-۳۹۰۰۱
فاکس: ۰٦۹ ٤۳۰ ۲٤۷
اي میل: kinderbuero@stadt-frankfurt.de
www.frankfurter-kinderbuero.de

دفتري ساعتونه: دوشنبهجمعه سهار ۹.۰۰ بجې–مازیګر ٥.۰۰ بجې

U4: انډرګراونډ سټېشن Höhenstraße

STADT FRANKFURT AM MAIN

قانوني خبرتیا

خپروونکی:
FRANKFURTER KINDERBÜRO
Schleiermacherstraße 7
60316 Frankfurt am Main
تلیفون: ۰٦۹ ۲۱۲-۳۹۰۰۱

تیکسټ: Susanne Schmidt-Lüer

مفکوره + نخشه:
SchneiderWagner Kommunikation
www.schneiderwagner.de

,Image source: fotolia
istock (27, 45), shutterstock (19)

په ټولو معلوماتو کې
پرته له مخکې یادونې بدلون کیدی شي.
یوازې د نشر کوونکي په لیکلي اجازه به بیا چاپ کیږي.
© Frankfurter Kinderbüro 2018

Stand 11/2018
سټینډ ۲۰۱۸/۰٤