

## حوادث و مراکز مشاوره

شماره تلفن های اضطراری/ فوری  
مرکز های مشاوره

## شماره تلفن های اضطراری/ فوری

شماره های اضطراری / فوری شبانه روز ۲۴ ساعت در دسترس می باشند. تماس با شماره های کوتاه (سه رقمی) همیشه رایگان می باشد. برای شماره های دیگر همان قیمت متعارف تلفن پرداخت می شود.

### تلفن اضطراری/ فوریت کلی: 112

با تماس به این شماره به تلفن اضطراری مرکزی پلیس وصل می‌توان شد. بنا به نوع فوریت پلیس به دیگر مراکز مربوطه خبر می دهد (برای نمونه به آتش نشانی).

### پلیس: 117

با تماس به این شماره با تلفن فوری مرکزی پلیس می توان وصل شد.

### آتش نشانی: 118

با تماس به این شماره می توان به مرکز آماده باش آتش نشانی وصل شد.

### کمک های اولیه خدمات نجات دهنده: 144

به وسیله این شماره تلفن می توان با مرکز فوریت‌های پزشکی و نجات تماس برقرار کرد. تلفن ۱۴۴ تنها زمانی می تواند شماره گیری شود که کسی نیاز به کمک یا آمبولانس داشته باشد و یا نتواند موقعیت را پیش بینی نماید (برای نمونه پس از یک حادثه تصادف). برای سایر موارد پزشکی باید ابتدا با پزشک خانواده تماس برقرار نمود. در هنگام تعطیلی مطب، همواره پزشکانی هستند که برای موارد اضطراری درحال کشیک می باشند. پزشکان کشیک را می توانید بوسیله دستگاه پاسخگوی تلفنی که در مطب پزشکان نصب می باشد و همچنین در روزنامه ها پیدا نمایید. همینطور می توان با شماره تلفن اضطراری/ فوری سراسر ایالت ۰۹۰۰۴۰۱۵۰۱ تماس گرفت (توجه: این شماره تلفن برای شما هزینه ای برابر با ۳۰۲۳ فرانک در هر دقیقه دربرخواهد داشت). در آنجا به شما راهنماییهای پزشکی را ارایه داده و نشانی مکانهای درست را به شما می دهند (بیمارستان، شفاخانه، مطب های اورژانس، فوری و کشیک).

### تلفن داروخانه اضطراری/ فوری: 0800300001

با این شماره تلفن می توانید باخبر شوید کدامیک از داروخانه های ایالت آرگاو در حال کشیک و شبانه روزی هستند (داروخانه های اضطراری). در این داروخانه ها می توانید داروهای خود را خارج از وقت اداری تهیه نمایید.

### دندانپزشک اضطراری / فوری: 0848261261

به وسیله این شماره تلفن باخبر خواهید شد که کدام دندانپزشک خانم یا آقا در ایالت آرگاو بطور اورژانس در حال کشیک می باشد. توجه: این شماره تلفن تنها در روزهای تعطیل و آخر هفته ها فعال است.

### شماره تلفن اضطراری/ فوری – سم و مسموم شدن: 145

چنانچه کسی مواد سمی خورده باشد و یا گمان می کند چیزی که خورده یا قورت داده، دارای مواد سمی بوده است با این شماره تلفن تماس بگیرد تا پزشکان و متخصصان به او کمک کنند. آنها به شما خواهند گفت که در هنگام مسمومیت چه کارهایی را باید انجام دهید. اگر شرایط پیش آمده اضطراری و حیاتی باشد باید حتماً با شماره تلفن ۱۴۴ تماس بگیرید. در سایتهای اینترنتی هم آگاهی های زیادی در رابطه با مسمومیت و انواع سموم قرار داده شده است.

### راهنمایی و مشاوره بزرگسالان: 143

شماره تلفن 143 دست کمک گر (Dargebotene Hand) برای افرادی در نظر گرفته شده که می خواهند در مورد مشکلات خودشان، از هر نوع که باشد، حرف بزنند (به زبانهای آلمانی، فرانسوی و ایتالیایی). همچنین می توان در تمام موارد حساس و اضطراری و نگران کننده با این شماره تماس گرفت. این گفتگوها کاملن سری و محرمانه نگه داشته می شوند. در صورت تمایل می توانید آگاهی بیشتری در این باره دریافت نمایید. همچنین می توانید بوسیله ایمیل و یا چت کردن با این مرکز تماس برقرار نمایید.

### مشاوره و راهنمایی برای بچه ها و نوجوانان: 147

شماره تلفن ۱۴۷ برای بچه ها، نوجوانان و جوانانی در نظر گرفته شده که می خواهند در مورد مشکلات خودشان، از هر نوع که باشد، حرف بزنند (به زبانهای آلمانی، فرانسوی و ایتالیایی). همچنین می توان در تمام موارد حساس و اضطراری و نگران کننده با این شماره تماس گرفت. این گفتگوها کاملن سری و محرمانه نگه داشته می شوند. در صورت تمایل می توانید آگاهی بیشتری در این باره دریافت نمایید. همچنین می توانید بوسیله ایمیل و پیام کوتاه و یا چت کردن با این مرکز تماس برقرار نمایید.

### شماره اضطراری والدین: 0848354555

والدین می توانند با شماره تلفن اضطراری والدین (Elternnotruf) از راهنمایی های متخصصین در رابطه با پرسشهای تربیتی سود ببرند. این متخصصین هنگامی که پدر و مادر زیر فشار بوده و نسبت به رفتار فرزندشان دچار مشکل می شوند، یا نگران فرزندان خود و دیگران هستند به آنها یاری می رسانند. با این شماره تلفن می توان در زمانی که والدین نگران وارد آمدن آسیبهای روحی و روانی به فرزندانشان و یا فرزندان دیگران در اثر بد رفتاری هستند نیز تماس گرفت. این گفتگوها محرمانه تلقی شده و در صورت تمایل والدین کاملن سری نگه داشته می شوند. بوسیله ایمیل نیز می توان با این مرکز تماس برقرار نمود. اما اگر پرسشهای پزشکی داشته باشید، این شماره هیچگونه پاسخی به شما نخواهد داد.

### زورگویی در خانه (مخصوص خانمها): 0628238600

خانه بانوان (Frauenhaus) ایالت آرگاو/سولوتورن در تمام طول شبانه روز به بانوانی که زیر فشار و زورگویی های خانگی قرار گرفته اند مشاوره داده و آنان را مورد حمایت خود قرار می دهد. بستگان آنها و متخصصین نیز می توانند با این مرکز تماس بگیرند. گفتگوهای انجام شده محرمانه تلقی شده و در صورت تمایل، سری نگه داشته می شوند. بوسیله ایمیل هم می توان با این مرکز تماس برقرار نمود. آگاهیهای بیشتر در مورد زورگویی خانگی، حتا برای مردان، و همینطور مشخصات ارتباطی و پیگیریهای آتی و نیز نشانی مراکز مشاوره را در بخش زندگی مشترک، فرزندان، و دعواها، به نشانی [hallo-aargau.ch](http://hallo-aargau.ch) پیدا خواهید نمود.

### اطلاعات بیشتر (لینک ها، نشانی های مهم، مدارک کمکی)

[www.zdravo-aargau.ch/fa/emergencies-and-counselling-services/emergency-numbers](http://www.zdravo-aargau.ch/fa/emergencies-and-counselling-services/emergency-numbers)

## مرکز های مشاوره

برخی از مرکزهای مشاوره پرسشهای همگانی و کلی را پاسخ می دهند و برخی دیگر درباره ی موارد مشخص و یا درباره مسایل زندگی تخصص دارند. این پیشنهادات و مشاوره ها بستگی به هر منطقه دارند و متفاوت هستند. معمولن جلسه نخست مشاوره رایگان هست، بیشتر آنها جلسه های بعدیشان نیز رایگان می باشد. برخی از این مراکز مشاوره به زبانهای بیگانه نیز ارائه می دهند.

### مرکزهای مشاوره کلی و همگانی

مرکز همگانی یکپارچه سازی فرهنگی آرگاو (AIA) در شهر آرا، یکی از مراکز مشاوره پناهجویان و مهاجران می باشد. کارمندان این مراکز به پرسشهای کلی و روزمره شما در سوییس پاسخ گفته و به شما کمک می کنند تا مراکز مشاوره تخصصی را پیدا نمایید. از این گذشته این مراکز برای پیدا کردن کلاسهای مناسب زبان آلمانی و پیشنهادهای پذیرش پناهجویان نیز کمک می کنند. پس از هماهنگی با این مراکز (بصورت تلفنی یا حضوری)، مشاوره به زبانهای دیگر هم میسر خواهد بود. همچنین میتوان بدون وقت قبلی و بطور سرزده به این مراکز مراجعه کرده، آگاهی ابتدایی را بدست آورده و در صورت لزوم برای جلسه مشاوره وقت تعیین نمود. کسب آگاهی و انجام مشاوره در این مراکز رایگان است. در کنار این امکانات، مراکز مشاوره عمومی و همگانی هم وجود دارند که به زبانهای بیگانه خاص نیز مشاوره می دهند و برای محل های مسکونی مخصوصی در نظر گرفته شده اند. بوسیله شوراهای محلی و یا مرکز همگانی یکپارچه سازی فرهنگی آرگاو (AIA) می توان در مورد این مراکز مشاوره ای آگاهی مورد نیاز را بدست آورد. از این گذشته کلوب های مخصوص مهاجرین و پناهجویان مکان مناسبی برای بدست آوردن اطلاعات مورد نیاز اولیه به زبان مادری هر شخص می باشد.

### سیستم اداری شوراهای محلی / سیستم اداری شهری (شهرداری)

در بسیاری از موارد، شوراهای اداری محل سکونت شورای محلی – شهرداری (Gemeindeverwaltung / Stadtverwaltung) مکانهای خوبی برای مراجعه می باشند. کارکنان این ادارات در بیشتر موارد پرسشهای شما را بلافاصله پاسخ داده و یا شما را به مراکز مشاوره مناسب راهنمایی می نمایند. تمامی شوراهای محلی منطقه آرگاو برای خودشان یک سایت اینترنتی نیز دارند. در این سایتها میتوان آگاهیهای در باره ارتباطات، ساعت های کاری و سایر آگاهیهای مورد نیاز از جمله در مورد لیست مراکز مشاوره و پیشنهادات پذیرفته شدن پناهجویان در منطقه را بدست آورد.

## مراکز مشاوره تخصصی

در ایالت آرگاو هم اکنون مراکز مشاوره ای زیادی وجود دارند که هرکدام براساس نوع خاصی از موضوعات و روش زندگی تخصص پیدا نموده اند. از جمله موارد تخصصی این مراکز می توان به موضوعات زیر اشاره نمود : سن، کار، اقامت، تحصیل، ازدواج/ طلاق، تربیت، خانواده، امور مالی (بدهی / سرمایه)، سلامتی، زورگویی خانگی، پذیرفته شدن در جامعه، مشکلات روانی، نگهداری نوزاد، حاملگی، روابط جنسی، اعتیاد، پرسشهای سوسیال. خدماتی که ارائه می گردد، برحسب محل سکونت افراد متفاوت می باشند. اگر در محلی یکی از این خدمات در دسترس نباشد، در بیشتر موارد یک مرکز مشاوره کلی در منطقه آراو یا بدن وجود دارد. مشاوره های ابتدایی رایگان هستند. مشخصات مربوط به ارتباط با این مراکز مشاوره برای هر مورد خاص را در نشانی -hallo.aargau.ch خواهید یافت. همچنین میتوان به مرکز همگانی یکپارچه سازی فرهنگی آرگاو (AIA) و یا شوراهای محلی مراجعه کرده و نشانی مراکز مشاوره را دریافت نمود. اگر کسی نمیتواند به خوبی آلمانی حرف بزند، لازم است پیش از رفتن به مراکز مشاوره، درباره امکانات ترجمه آگاهی بدست بیاورد. ممکن هست که مرکز مربوطه مشاوره به زبان های گوناگون داشته باشد یا اینکه خود مرکز مترجم (اقا یا خانم) برنامه ریزی و رزرو کندو یا از فرد بخواهد که خود مترجمی به همراه بیاورد.

## مشاوره حقوقی رایگان

به درخواست ایالت آرگاو، اتحادیه حقوقدانان ایالت آرگاو یک مرکز مشاوره حقوقی دایر نموده است. این مرکز پرسشهای حقوقی تمام ساکنین منطقه را به صورت رایگان پاسخ می دهد(مشاوره کوتاه مدت). در فواصل زمانی منظم، ساعتی گفتگوی مشاوره ای در تمام ۱۱ شهرستان یا ولسوالی انجام می گیرند. آگاهی بیشتر در این زمینه را می توان از شورای محلی و یا از سایتهای اینترنتی بدست آورد. به هیچیک از پرسشهایی که به صورت تلفنی و یا کتبی انجام بگیرد پاسخی داده نمیشود و افراد باید بطور حضوری به این مرکز مراجعه نمایند. در آنجا بخشهای دیگری نیز هستند که در رابطه با سایر موارد نیز مشاوره حقوقی ارائه می نمایند(کار، مسکن، ازدواج، خانواده)، برای مثال اتحادیه ها. در صورتیکه ارائه مشاوره حقوقی، پیچیده و زمان بر باشد، برای آن هزینه دریافت می شود. مرکز همگانی یکپارچه سازی فرهنگی آرگاو (AIA)، آگاهیهای مورد نیاز شما را در رابطه با مراکز گوناگون مشاوره حقوقی به وسیله نشانی اینترنتی -hallo.aargau.ch در اختیارتان قرار می دهد که البته برخی از آنها در خصوص تک تک موارد دسته بندی شده اند.

## بزهکاری و هراس افگنی نژادپرستانه

به درخواست منطقه آرگاو، مرکز همگانی یکپارچه سازی فرهنگی یک مرکز مشاوره غیروابسته در رابطه با بزهکاریهای و هراس افگنی نژادپرستانه و کسانی که قربانی اینگونه رفتارهای اجتماعی شده اند دایر نموده است. مشاوره در این مرکز رایگان و محرمانه می باشد. در این مرکز هم مشاوره تلفنی و هم مشاوره حضوری انجام میشود.

## اطلاعات بیشتر (لینک ها، نشانی های مهم، مدارک کمکی)

[www.zdravo-aargau.ch/fa/emergencies-and-counselling-services/counselling-services](http://www.zdravo-aargau.ch/fa/emergencies-and-counselling-services/counselling-services)