



Watizat, tous droits réservés

العناوين المفيدة للنساء مع أو بدون أطفال

أبريل 2026

ملاحظة! يومي 5 و 6 أبريل هما يومان عطلة رسمية. ستكون العديد من المؤسسات مغلقة.

AR 

مجاناً - للراحة والحصول على وسائل دعم مختلف اعتماداً على الموقع (وجبة خفيفة، شحن هاتفك، شبكة wifi، نصائح، دعم اجتماعي).

تتوفر حمامات بعدد محدود من الأماكن مغسلة ملابس.

استقبال النساء مع الأطفال

منطقة استقبال منفصلة للنساء فقط (لا يُسمح بدخول الرجال)

AU TAMBOUR !

بالنسبة للنساء من غير اطفال. جلسات استماع، الروابط الاجتماعية، اماكن الراحة (استراحة) الحمام، نشاطات خاصة بالمرأة عبر التسجيل.

الإثنين والثلاثاء من 10 صباحاً إلى 3 بعد الظهر
06 77 08 09 15

Au Tambour www.autambour.fr
95 rue Crillon M A Massena

LA TOILE

الاستقبال اليومي للعابرون جنسيا و اللاثنائين، والنساء الذين يعيشون وضع محفوف بالمخاطر. مستلزمات النظافة الشهرية، والوجبات الخفيفة/الإفطار، وكابينة الاستحمام PRM، والدعم الاجتماعي، والعنوان البريدي، ومكان للاستماع والتواصل الاجتماعي.

الإثنين من 4 عصرا - 7 مساء المكان محجوز للفتات العمرية من 18 سنة- 35 سنة.

الأربعاء من 10 - 1 ظهرا

الخميس من 1:30 ظهرا - 4:30 عصرا
(ونصف ساعة مخصصة للأشخاص الجدد)

الجمعة من الساعة 10 صباحاً حتى 1 ظهراً
06 50 92 81 22

31 rue de Cuire M C Hénon

POINT ACCUEIL (LAHSO)

للنساء والعائلات :

الأربعاء والجمعة من 1:30 ظهرا - 4:30 عصرا.

للنساء مع أطفال او بدون :

الخميس من 1:30 ظهرا - 5 مساء

الاثنين من الساعة 1:30 إلى 4:30 بعد الظهر:
21 rue d'Aubigny M B Part Dieu

04 78 53 88 77

66, rue Etienne Richerand M B Part Dieu

ACCUEIL SAINT ANDRÉ

الاستقبال الخاص بالنساء العازبات والعوائل والأسر التي لديها أطفال.

الأربعاء والخميس والجمعة، من 1:30 - 5 عصرا.

2 Rue Féliissent 69007 Lyon

adj.saintandre@gmail.com

Guillotière , T 1 saint André

ACCUEIL DE JOUR DES IRIS

للعوائل: اماكن للراحة (استراحة) الحمام، وجبات خفيفة، دروس لغة فرنسية، مساعدة في الواجبات المدرسية... الخ.

الثلاثاء، الأربعاء: 2 ظهراً - 6 مساءً

• دوام للاطباء يوم الاربعاء.

الجمعة من الساعة 10 صباحاً - 2 ظهراً

السبت من الساعة 12 ظهراً إلى 5 مساءً.

12 rue Jacqueline Auriol

Grange Blanche T 2 Bachut

06 11 62 27 93

ACCUEIL LE P.H.A.R.E.

للعائلات والأسر (ابتداء من شخصين).

الدعم والإرشاد والتوجيه وتوزيع مستلزمات النظافة

والاستحمام وخدمة غسيل الملابس (حسب المواعيد) ووجبات الإفطار أيضاً.

الإثنين والثلاثاء والأربعاء والجمعة 9:30 صباحاً - 6 مساءً

الخميس: 9:30 صباحاً - 1 ظهراً

السبت الاخير من الشهر: من الساعة 9:30 صباحاً حتى الساعة 4:00 مساءً.

04 74 07 92 11

Stade Georges Livet - 35, avenue Marcel
Cerdan Villeurbanne M A Laurent Bonnevey

L'ESPACE - ORSPERE SAMDARRA

مكان للالتقاء والتواصل الاجتماعي والدعم نقدم مجموعة واسعة من الأنشطة كل شهر. مرحباً بك باللغات الإنجليزية والعربية والتغريجة، والأمهرية والإيطالية.

من الاثنين إلى الخميس، 2 - 5:15 مساءً.

• استقبال الوافدين الجدد: الاثنين من الساعة 2 إلى 3 بعد الظهر

الأربعاء 10 - 12 خاص بالنساء فقط (الأطفال مرحب بهم).

07 61 07 89 12

275 rue André Philip 69003 Lyon

Place Guichard M B

جدول الأنشطة :

www.orspere-samdarra.com

حقوقك

يمكنك أن ترافقك أخصائية اجتماعية مهما كانت حالتك. لا تحتاج إلى أي أوراق.

يمكنك أن تطلب أن تكون مصحوباً في: تناول الطعام، والإقامة، والرعاية الصحية، ومرافقة العائلات والأطفال الصغار، وتزويدك بعنوان إداري، وما إلى ذلك.

أنت تعيش في ليون:

MAISONS DE LA MÉTROPOLE POUR LES SOLIDARITÉ (MDMS)

قم بزيارة اقرب مكان لإقامتك أو اذهب إلى هناك مباشرة. لاخذ موعد مع المشرف الاجتماعي.

العناوين على هذا الموقع:

https://www.grandlyon.com/services/trouver-une-maison-de-la-metropole.html

أنت تعيش حول ليون:

اتصل ب MDML أو مركز العمل الاجتماعي البلدي (CCAS) في بلديتك.

PASSERELLES BUISSONNIERES

للنساء في حالة العزلة أو الاخفاق الاجتماعي والمهني بسبب الهجرة /أو المرض.

الدعم الفردي والجماعي، والحصول على الحقوق،

والاندماج الاجتماعي والمهني والصحي، من أجل قدر أكبر من الاستقلالية للجميع.

الدعم الاجتماعي والقانوني والصحي للنساء طالبات اللجوء وضحايا العنف.

الموعد عبر الهاتف فقط (اترك رسالة صوتية):

الإثنين والثلاثاء والخميس: 9 صباحاً - 12 ظهراً و 2 ظهراً - 5 مساءً

الأربعاء والجمعة: 9 صباحاً - 12 ظهراً

04 26 17 47 18

contact@passerellesbuissonnieres.org

26, rue des capucins M A Hôtel de ville

CENTRE D'INFORMATION SUR LES DROITS DES FEMMES ET DES FAMILLES (CIDFF)

الحصول علي الحقوق، ودعم ضحايا العنف، ودعم الأبوة، ودعم العودة إلى العمل، وإنشاء الأعمال التجارية.

من الاثنين إلى الخميس من 9 صباحاً إلى 1 ظهراً ومن

1:45 مساءً إلى 5 مساءً

الجمعة من 9 صباحاً إلى 1 ظهراً.

18, place Tolozan 69001 Lyon

Hôtel de Ville M A 09 78 08 47 48

https://rhonearcalpin-interdepartemental.cidff.info/liste-des-permanences/

FIJI

الدفاع عن الحقوق الشخصية والأسرية للمواطنين الفرنسيين والأجانب، وتوفير معلومات عن الزواج والطلاق والنسب والتبني بموجب القانون الدولي الخاص للحصول على المشورة القانونية، أرسل بريدًا إلكترونيًا إلى:

info@fiji-ra.fr

أو اترك رسالة على

07 88 37 54 71

LGBTQIA+

AIMEL +

دوام المساعدة القانونية للأشخاص لمجتمع الميم (LGBTQIA).

المرافقة في تقديم طلبات اللجوء والاستماع والتوجيه. معلومات عن الصحة (العقلية والجنسية) في ليون والإقليم. تحديد موعد على:

Aimel + aimel.association@gmail.com

الاتصال باللغة الفرنسية والإنجليزية والإسبانية والعربية (إمكانية باللغتين الروسية والبرتغالية)

CENTRE LGBTI+

الاستقبال والمساعدة المتبادلة ومكافحة التمييز والحماية والثقافة والرياضة.

للتواصل هاتفياً مع أحد المتطوعين:

08 05 03 11 81

من الاثنين إلى السبت من 9 صباحاً حتى 9 مساءً.

• الاستقبال:

من الاثنين إلى الخميس من الساعة 5:30 مساءً إلى 7:30 مساءً

الجمعة من الساعة 2:00 ظهراً إلى 7:00 مساءً

• دوام الوحدة الصحية:

الأربعاء من الساعة 5:30 مساءً إلى 7:30 مساءً

• دوام المساعدة القانونية لمجتمع الميم (LGBTQ):

من الثلاثاء من الساعة 7 مساءً حتى 9 مساءً حسب الموعد.

حدد موعداً في الموقع أو أرسل بريدًا إلكترونيًا إلى:

social@centrelgbtilyon.org

Centre LGBTI Lyon / Insta @centrelgbtilyon

contact@centrelgbtilyon.org

19 rue des Capucins M A Hôtel de ville

2MSG - COLLECTIF REFUGIE AFRICAIN LGBTI+

المساعدة المتبادلة بين المثليين والمتحولين جنسياً أفارقة. المساعدة في الإجراءات الإدارية (اللجوء، الكف، العمل). الدعم في الحياة اليومية.

الدفاع من أجل احترام الحقوق

contact@asso2msg.org asso2msg

06 05 68 17 26

Bibliothèque du 3e, Part-Dieu

19:00-10:00: من الثلاثاء إلى الجمع

18:00-10:00: السبت

☎ 04 78 62 18 00

🏠 130 Bd Marius Vivier-Merle - 69003 LYON

M B / T 1 / T 3 / T 4 Part Dieu

في فرنسا، يعتبر الالتحاق بالمدرسة حقاً للأطفال دون سن ٦ سنة. بغض النظر عن وضع الإقامة أو نوع السكن للوالدين. المدرسة مجانية ولا يمكن منع أطفالك من الدخول إليها.

C.L.A.S.S.E.S.

يتم مرافقة العائلات في الإجراءات

الإدارية المتعلقة بالمدرسة

☎ 06 80 71 32 96

✉ contact@classes-asso.org**صحة الأطفال****PROTECTION MATERNELLE ET INFANTILE (PMI)**

متابعة الحمل والتحضير للولادة والابوة وكذلك صحة الأطفال حتى عمر 6 سنوات (النمو والتطعيم الخ...)
كل المعلومات متاحة على Maison de la Métropole على المواقع والأوقات:

✉ <https://www.grandlyon.com/services/trouver-une-maison-de-la-metropole.html>

PASS - HOPITAL FEMME MERE ENFANT

إستشارة طبيب الأطفال أقل من 16 سنة.

أخذ موعد عن طريق التلفون او اليميل

☎ الأمانة العامة: من الاثنين إلى الجمعة، من الساعة 9 صباحاً إلى 12 ظهراً.

☎ 04 72 11 81 65

✉ hfme.passpediatrique@chu-lyon.fr

🏠 59, boulevard Pinel 69500 Bron

T 6 Hôpitaux Est Pinel

C 8 / C 9 Hôpital mère enfant

في حالة الطوارئ الطبية لطفلك أو إصابته بمرض خطير يتطلب علاجاً عاجلاً، يمكنك الاتصال بالرقم 15 أو التوجه إلى قسم الطوارئ في المستشفى.

RÉFUGIÉS ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR

برنامج مصمم للنساء ذوي الاحتياجات الخاصة المبعدرات والمنفيات طالبات لجوء ونازحات الخ...
الراغبات في الالتحاق بالجامعة أو إيجاد عمل: الدعم، وورش العمل، ومساحة للنقاش، ومقهى نسائي...
التسجيل عبر الإيميل:

✉ contact@res-asso.org**العائلة / الأطفال**

تطور طفلك ونموه العقلي مهم لكي تتمكني أيضاً من الاعتناء بنفسك.
إذا كنت تبحث عن مكان استقبال يقدم أنشطة لك ولطفلك، فهذا المكان مناسب لك:

(LAEP) أماكن استقبال الأطفال-الأهل

مساحات مخصصة للطفولة المبكرة (ألعاب، مساحة حركة،...).

مكان للاستماع والمشاركة للآباء.

مفتوحة لجميع الآباء مع أطفالهم. مجهولي الهوية، بدون تسجيل، مجاني.

الأطفال دون سن 4 سنوات وحتى 6 سنوات في بعض الأماكن. إمكانية مقابلة موظفي الطفولة المبكرة.

Arche de Noé

لكل الأطفال دون سن 4 سنوات.

☎ من الاثنين إلى الخميس: 9:30-11:30

🏠 32 rue Montesquieu T 1 Saint-André

☎ 04 78 58 29 66

يوجد أكثر من 10 مراكز استقبال في ليون:

✉ <https://lacausedesparents.org/les-lieux-daccueil-enfants-parents-laep-a-lyon/>**مكتبات البلدية مع فضاء للأطفال**

استعارة الكتب، القصص المصورة، المجلات. القراءة في الموقع. الوصول إلى الحواسيب والإنترنت. مساحة للأطفال.

Bibliothèque du 7e, Guillotière

☎ الثلاثاء، الخميس، الجمعة: 19:00-15:00

☎ الأربعاء: 19:00-14:00/12:00-10:00

☎ السبت: 17:00-14:00/13:00-10:00

🏠 25 rue Béchevelin T 1 Saint-André

☎ 04 78 69 01 15

MONINGA - WOMEN OF SINGA

تقدم رحلات ثقافية وأنشطة وفعاليات على مدار السنة! هذا البرنامج مفتوح لجميع النساء.
للانضمام إلى مجموعة الوانساب ولمعرفة كافة الرحلات والأنشطة، اكتب رسالة إلى
☎ 06 09 53 77 85 ✉ communaute lyon@singa.fr

ESCALES SOLIDAIRES

وجبة خفيفة في السينما، الخياطة، الكورال، اليوغا، الطبخ، تصنيف الشعر والعديد من الأنشطة الأخرى.
الأنشطة مجانية وتكلفة الوجبة 2 يورو. وجبات الإفطار مجانية.

قم بالتسجيل في أحد هذه العناوين أو على الموقع:

✉ <https://www.habitat-humanisme.org/escales-solidaires-rhone/>

أو عبر الهاتف:

☎ 04 81 09 16 93

🏠 252, rue Duguesclin M B Place Guichard

🏠 25, rue Delandine 69002 M A Perrache

عشاء الأربعاء مخصص للأشخاص الذين

تتراوح أعمارهم بين 18 و30 عامًا.

🏠 78, rue Tronchet M A Masséna

🏠 5, rue Hector Berlioz M A / M B Charpenne

🏠 31, rue du professeur Rochaix

M D Grange Blanche

العمل**SISTECH**

نساء لاجئات بمستوى A2 في اللغة الفرنسية. برنامج تدريب عبر الإنترنت للمهن في مجال التكنولوجيا والرقمنة.

التسجيل في هذا النموذج:

✉ <http://sis.tech/apply/>

أو التواصل مع:

✉ france@sis.tech**LE CIDFF**

اقترح مرافقة للعودة إلى العمل (انظر الصفحة 3).

ESCALE SOLIDAIRE HABITAT ET HUMANISME

دوات خاصة: عمل السيرة ذاتية، البحث عن عمل، استشارات، تجهيز لمعاينات العمل.

☎ الخميس: 2 بعد الظهر - 5 مساءً، لا يلزم تحديد موعد

🏠 5 rue Hector Berlioz 69100 Villeurbanne

M A / M B Charpenne ☎ 09 74 13 73 23

الأنشطة**المراكز الاجتماعية**

أماكن تقديم أنشطة مجانية أو منخفضة التكلفة. يقدم كل مركز أنشطة مختلفة، مثل:

- تعلم اللغة الفرنسية
- الرعاية الابوية وأماكن استقبال الوالدين/الأطفال
- إقامة الأنشطة الثقافية والترفيهية للعائلات والأطفال والشباب.
- الدعم الدراسي
- حصص التدريب على الطبخ، والفنون التشكيلية، والرياضة، والبستنة، إلخ
- ابحث عن المركز الاجتماعي الأقرب:
- ✉ <https://fed69.centres-sociaux.fr/les-centres-sociaux/carte-et-annuaire/>
- المراكز الاجتماعية هي أيضاً أماكن يمكنك فيها التطوع والحصول على دعم في مشاريعكم الجماعية ولحيكم السكني أيضاً.

KABUBU

الأنشطة الرياضية مجانية مفتوحة للجميع. التسجيل:

✉ <https://www.kabubu.fr/fr/lyon>

🏠 رياضة المشي (والجري والركض) للنساء:

☎ الثلاثاء من الساعة 4:15 إلى 5:30 مساءً

🏠 Maison de l'Hospitalité, 236 Cours Lafayette

🏠 اليوغا للسيدات فقط:

☎ الأربعاء من الساعة 6:15 مساءً إلى 8:15 مساءً.

🏠 Gymnase de l'école château gaillard,

18 rue montgolfier, Villeurbanne

🏠 مباريات كرة السلة بين الفرق النسائية:

☎ الخميس من الساعة 8:00 إلى 9:00 مساءً.

🏠 Gymnase du Groupe scolaire Frida Kahlo,

1 Pl. Elsa Cayat, 69007

🏠 تمارين رياضية خفيفة للنساء:

☎ الخميس من الساعة 14:30 إلى 15:30 مساءً

🏠 Espace de vie social Rancy, 1 rue Desaix

التسجيل والمعلومات:

✉ <https://www.kabubu.fr/fr/lyon>

☎ 07 82 77 58 64

🏠 Kabubu Lyon ✉ lyon@kabubu.fr

استشارات طبية مجانية للأشخاص الذين ليس لديهم تأمين صحي.

هام: إذا لم تكن لديك تغطية صحية (CSS أو AME)، فلا تغادر المستشفى دون رؤية أخصائي اجتماعي.

HOPITAL EDOUARD HERRIOT

لمن هم فوق 16 سنة.

استشارات طبية بدون موعد في المرة الأولى. الحضور مبكراً (قبل الساعة 7:30 صباحاً). نستقبل فقط من 2 - 4 مرضى جدد يوميًا، أيام الاثنين والأربعاء والجمعة.

ساعات الاستقبال عن طريق موعد:

⊖ الاثنين والثلاثاء والأربعاء والجمعة من صباحاً - 8:45
ظهراً 12:30 / ظهراً 2 / ظهراً 4:30 عصراً
⊖ الخميس من 8:45 صباحاً - 12:30 ظهراً

☎ 04 72 11 03 94

⬆ 5, place d'Arsonval, Lyon (PAVILLON K)
M D / T 2 Grange blanche

LE VINATIER

لمن هم فوق 16 سنة.

• المساعدة الاجتماعية دون موعد مسبق:

⊖ من الاثنين إلى الخميس من الساعة 9 صباحاً إلى 12 ظهراً ومن 2 ظهراً إلى 5 مساءً
⊖ الجمعة من الساعة 9 صباحاً حتى 12 ظهراً ومن 1:30 ظهراً حتى 4 عصراً

• استشارات طبية بدون موعد:

⊖ الاثنين والأربعاء: من الساعة 9 صباحاً حتى 12:30 ظهراً ومن 1:30 ظهراً حتى 5 مساءً
⊖ الخميس من الساعة 9 صباحاً حتى 12:30 ظهراً
(الوصول من الساعة 8:30 صباحاً)

☎ 04 37 91 52 07

⬆ 95, boulevard Pinel 69500 Bron
T 2 T 5 T 6 Vinatier

PASS - MÉDIPOLE HOPITAL MUTUALISTE

لمن هم فوق 18 سنة. حدد موعداً عبر الهاتف أو في الموقع لرؤية الطبيب. بدون موعد لاستشارة الممرضة

الممرضة: ⊖ من الاثنين إلى الخميس: من الساعة 8:30 صباحاً إلى 12 ظهراً ومن 1:30 ظهراً إلى 5 مساءً
⊖ الجمعة من الساعة 8:30 صباحاً حتى 12 ظهراً

السكرتارية: ⊖ من الاثنين إلى الخميس من الساعة 8:30 صباحاً إلى 4:30 مساءً
⊖ الجمعة من الساعة 8:30 صباحاً حتى 12 ظهراً

☎ 04 87 65 01 87

⬆ 158 rue Léon Blum, 69100 Villeurbanne
M A Laurent Bonnevey / T 3 Bel Air

PASS - GH - PORTES DU SUD

عن طريق موعد فقط. Ⓞ السكرتارية: الاثنين والثلاثاء والخميس من 9 صباحاً - 4

☎ 04 72 89 86 03

Ⓞ الخدمة الاجتماعية: الاثنين والخميس من 9 صباحاً -

4 مساءً

☎ 04 72 89 86 03-

⬆ 2, Avenue du 11 novembre 1918

T 4 Hôpital Feyzin Vénissieux

PASS - HOPITAL SAINT-JOSEPH SAINT-LUC

Ⓞ الإثنين والثلاثاء من الساعة 8:30 صباحاً بدون موعد مسبق للمرضى الستة الأوائل (تأتي في وقت مبكر من الساعة 7 صباحاً).

احجز موعد في المستشفى أو أترك رسالة صوتية:

☎ 04 78 61 88 70

⬆ 38 rue Raulin 69007 T 2 Centre Berthelot
T 1 Quai Claude Bernard

الجمعيات الطبية

MÉDECINS DU MONDE : LE CASO

الأطباء والمرشدين الاجتماعيين والفحوصات

للأشخاص الذين ليس لديهم تغطية طبية

Ⓞ الاثنين الساعة 8:30 صباحاً

Ⓞ الساعة 1:30 بعد الظهر يوم الأربعاء

(يرجى الوصول قبل موعد الافتتاح بقليل)

اتصل قبل التحرك، معلومات جهاز الرد الصوتي محدثة.

☎ 04 72 92 49 01

⬆ 305 rue Paul Bert, 69003 Lyon

M B Part-Dieu

MÉDECINS DU MONDE : LE BUS

الاستماع الدائم، الوقاية، الصحة للجميع.

Ⓞ كل ثاني ثلاثاء من الساعة 7 مساءً إلى 10 مساءً.

Ⓞ كل يوم خميس من الساعة 7 مساءً إلى 10 مساءً.

Ⓞ ثلاثاء كل أسبوعين في Camions du Coeur، من

الساعة 7:30 مساءً إلى 9:30 مساءً.

⬆ Place Carnot 69002 M A Perrache

ESSIP - SOINS INFIRMIERS

فريق التمريض المتنقل.

الرعاية التمريضية والمرافقة في المسار الصحي والحصول على الحقوق الصحية

عن طريق وصفة طبية للرعاية التمريضية. شخص له أو بدون تأمين صحي

الانتقل إلى أماكن معيشة الأشخاص (الشقق، المنازل المهجورة أو مراكز الإقامة) أو إمكانية الرعاية في المركز الصحي. إمكانية العلاج في المركز الصحي:

⬆ 305 rue Paul Bert 69003

☎ 04 78 14 14 15 ☎ contact@essip.fr

WATIZAT, TOUS DROITS RÉSERVÉS / WWW.WATIZAT.ORG

الصحة النفسية

ستجد هنا أماكن يمكنك فيها التحدث ضمن مجموعة أو بشكل فردي، للتعبير عن الصعوبات، إدارة المشاعر، والحصول على دعم للشعور بالراحة النفسية.

أماكن للإصغاء (جمعيات):

SECOURS ISLAMIQUE

مجموعة مناقشة للنساء: وقت للحوار حول وجبة إفطار. مجانية. بدون تسجيل

Ⓞ الثلاثاء من الساعة 10:30 صباحاً حتى الساعة 12 ظهراً.

⬆ 371 rue Garibaldi, Lyon 69007

M B Jean Macé / T 2 Garibaldi - Berthelot

L'ESPACE - ORSPERE SAMDARRA

مكان للالتقاء والتواصل الاجتماعي والدعم نقدم مجموعة واسعة من الأنشطة كل شهر. مرحباً بك باللغات الإنجليزية والعربية والتغريبية والأمهرية الإسبانية.

Ⓞ من الاثنين إلى الخميس، 2 - 5:15 مساءً.

Ⓞ استقبال الوافدين الجدد: الاثنين من الساعة 2 إلى 3 بعد

الظهر

Ⓞ الأربعاء 10 - 12 خاص بالنساء فقط. ☎

☎ 07 61 07 89 12

⬆ 275 rue André Philip 69003 Lyon

M B Place Guichard

CENTRE ESSOR - FORUM RÉFUGIÉS

بالنسبة لطالبي اللجوء والوافدين الجدد بما في ذلك

اللاجئين والبالغين والأطفال الذين تزيد أعمارهم عن

6 سنوات والقاصرين غير المصحوبين المدعومين من

MEOMIE.

الاستشارات الطبية والنفسية وجلسات العلاج الطبيعي

والعلاج بالفن التشكيلي. توجد مجموعات علاجية. و

مساعدة بالترجمة. تحديد موعد عن طريق الهاتف أو البريد

الإلكتروني.

☎ centredesante@forumrefugies.org

☎ 04 78 03 07 59

⬆ 158 ter, rue du 4 août 1789

69100 Villeurbanne M A Flachat

ECOUTE LYON BELLECOUR

مكان للتحدث والاستماع يقع في محطة مترو Bellecour.

بلا موعد. المقابلات الفردية.

Ⓞ من الاثنين إلى الجمعة، من الساعة 13:00 إلى الساعة 19:00

في محطة المترو Bellecour، الخط A، باتجاه Perrache،

مخرج 1, Place Bellecour

M A / M D Bellecour

WATIZAT, TOUS DROITS RÉSERVÉS / WWW.WATIZAT.ORG

مستشفى:

PASS VINATIER

لمن هم فوق 16 سنة.

• المساعدة الاجتماعية دون موعد مسبق:

Ⓞ من الاثنين إلى الخميس من الساعة 9 صباحاً إلى 12

ظهراً ومن 2 ظهراً إلى 5 مساءً

Ⓞ الجمعة من الساعة 9 صباحاً حتى 12 ظهراً ومن 1:30

ظهراً حتى 4 عصراً

• استشارات طبية بدون موعد:

Ⓞ الاثنين والأربعاء: من الساعة 9 صباحاً حتى 12:30 ظهراً

ومن 1:30 ظهراً حتى 5 مساءً

Ⓞ الخميس من الساعة 9 صباحاً حتى 12:30 ظهراً

(الوصول من الساعة 8:30 صباحاً)

☎ 04 37 91 52 07

⬆ 95, boulevard Pinel 69500 Bron

T 2 T 5 T 6 Vinatier

الصحة الجنسية

جسمك قد يتعرض للعديد من الأمراض. بعضها يظهر (حبوب، حمى، احمرار...) والبعض الآخر لا يظهر (لا تعرف أنك مريض). من المهم القيام بالفحوصات الطبية (فحص يكشف عن وجود مرض).

توجد عدة طرق للفحص حسب نوع المرض المطلوب الكشف عنه:

• تحليل الدم

• لطاخة للكشف عن سرطان عنق الرحم مثلاً أو مرض جنسي آخر

• نقطة دم من الإصبع للكشف عن فيروس نقص المناعة البشرية (الإيدز)، التهاب الكبد B أو C

• اختبار ذاتي للإيدز للقيام بالفحص في المنزل

• تصوير الثدي الشعاعي (فحص الثدي)

تُعالج الكثير من الأمراض بشكل جيد، خاصة إذا تم اكتشافها مبكراً. سيساعدك الفحص في أن تطمئن إذا كانت النتيجة سلبية.

CEGIDD: CENTRE DE DEPISTAGE ET SOIN

فحص فيروس الإيدز والتهاب الكبد أ، ب، ج، وداء الكلاميديا والسيفيليس. علاج العدوى المنقولة جنسياً، بما في ذلك

العلاج الوقائي قبل التعرض لتحديد موعد:

• عن طريق الهاتف (العديد من المكالمات، حاول عدة مرات)

• أو عبر الإنترنت فقط لتلقي الفحص على

☎ www.chu-lyon.fr - قسم «فحص الإيدز والأمراض

المنقولة جنسياً»، قم بالتسجيل صباح يوم الجمعة من

الساعة 9 صباحاً لتحديد موعد للأسبوع التالي

إذا كنت معرضاً للخطر لمدة نقل عن 48 ساعة،

يمكنك الحضور بسرعة دون موعد.

HOPITAL SAINT-JOSEPH SAINT-LUC

متابعة الحمل والمتابعة النسائية.

Ⓣ المواعيد متوفرة يوم الثلاثاء ويوم الجمعة (اتركي رسالة صوتية ليتم التواصل معك).

☎ 04 78 61 88 70

🏠 38 rue Raulin 69007 Lyon

T1 Quai Claude Bernard T2 Centre Berthelot

MÉDIPOLE HOPITAL MUTUALISTE

حدد موعداً عبر الهاتف أو في الموقع لرؤية الطبيب. بدون موعد لاستشارة الممرضة

الممرضة: Ⓣ من الاثنين إلى الخميس: من الساعة 8:30 صباحاً إلى 12 ظهرًا ومن 1:30 ظهرًا إلى 5 مساءً

Ⓣ الجمعة من الساعة 8:30 صباحاً حتى 12 ظهرًا

☎ 04 87 65 01 87

🏠 158 rue Léon Blum, 69100 Villeurbanne

M A Laurent Bonnevey / T3 Bel Air

PLANNING FAMILIAL 69

الحمل من 0 إلى 6 أشهر

Ⓣ الاثنين والأربعاء والخميس من 9 - 12 ظهرًا / 1 ظهرًا - 6 مساءً

Ⓣ الثلاثاء من 1 ظهرًا - 6 مساءً

Ⓣ الجمعة من 9 - 12 ظهرًا / 1 ظهرًا - 4 مساءً

🏠 2, rue Lakanal 69100 Villeurbanne

T1 / T4 le Tonkin

☎ 04 78 89 50 61

✉ contact@planningfamilial69.fr**(PMI) الحماية الأمومية والطفولية**

يمكن للقبالات في مراكز حماية الأمومة والطفولة (PMI) مرافقتك طوال فترة الحمل: التحضير للولادة والأمومة، متابعة الحمل.

يمكنكم العثور على مراكز الحماية الأمومية والطفولية (PMI) في بيوت متروبول ليون:

✉ <https://www.grandlyon.com/services/protection-maternelle-et-infantile>**CONSULTATION GROSSESSE PÉRINATALITÉ ET ADDICTIONS – CSAPA**

استشارات الإدمان والعلاج النفسي للنساء الحوامل أو اللاتي أنجنبن أو الراغبات في الحمل أو اللاتي يعانين من الإدمان.

عن طريق الاتصال أو البريد الإلكتروني:

☎ 04 26 73 25 90

✉ nathalie.duvernay@chu-lyon.fr

🏠 CSAPA Hôpital de la Croix-Rousse Bâtiment C

1er étage, 103 Grande Rue de la Croix-Rousse

M C Hénon C13 Hôpital Croix-Rousse

CSSES - HÔPITAL ST-JOSEPH ST-LUC

🏠 20 quai Claude Bernard, 69007 Lyon

☎ 04 78 61 81 38

T1 Quai Claude Bernard

CSSES - HÔPITAL CROIX ROUSSE

🏠 103 Grande rue de la Croix-Rousse, 69004

Lyon M C Croix Paquet

☎ 04 72 07 16 47

CSSES - DÉCINESطبيب، أخصائي نفسي، أخصائي إرشاد أسري، متابعة أمراض النساء. **مفتوحة للجميع.**

يمكنك تحديد موعداً في الموقع أو عبر الهاتف.

✉ cses.decines@gmail.com ☎ 04 37 43 26 22

🏠 28 rue de la République, 69150 Décines

T3 Décines Centre

مراكز أخرى تقوم بنفس الشيء وتقدم الدعم للأزواج والصحة الجن سية، انظر القائمة هنا:

📄 <https://www.grandlyon.com/centres-sante-et-education-sexuelles-cses>

الإجهاض الطوعي في فرنسا: يحق للمرأة الحامل، بما في ذلك القاصرات، التي لا ترغب في مواصلة الحمل أن تطلب إيقافه.

يتم إجراء الإجهاض حتى نهاية الأسبوع الرابع عشر من الحمل (11 أسبوعاً بعد أول يوم من آخر دورة شهرية).

الإجهاض مجاني ويمكن إجراؤه في مركز التخطيط الأسري أو في مراكز الصحة الجنسية والاجتماعية CSSES.

N° vert «Sexualités - Contraception - IVG»

☎ 0800 08 11 11 (gratuit)

النساء الحوامل / الحمل

إذا كنتِ حاملاً، يجب عليكِ المتابعة مع متخصص صحي والتسجيل في مركز الأمومة من أجل الولادة!

HOPITAL EDOUARD HERRIOT PASS PÉRINATALITÉ

المتابعة خلال فترة الحمل تتم بأخذ موعد.

Ⓣ الأمانة العامة: من الاثنين إلى الجمعة، من الساعة 9 صباحاً إلى الساعة 4 مساءً. (ماعدا الخميس بعد الظهر)

يجب على الأخصائي الطبي والاجتماعي تحديد الموعد الأول على الرقم التالي

☎ 04 72 11 25 91

✉ heh.passperinat@chu-lyon.fr

🏠 5, place d'Arsonval, Lyon (PAVILLON K)

M D / T2 Grange blanche

WATIZAT, TOUS DROITS RÉSERVÉS / WWW.WATIZAT.ORG

DA TI SENI

التوعية، والفحص السريع لفيروس الإيدز / التهاب الكبد ب و ج بدون موعد مسبق.

Ⓣ الاثنين والثلاثاء والخميس من 9 صباحاً - 4 عصرًا

Ⓣ الأربعاء والجمعة من 9 صباحاً - 12 ظهرًا

☎ 06 95 29 29 97

🏠 Devant la SPADA Forum Réfugiés

336 rue Garibaldi, Lyon M D Garibaldi

ASSOCIATION DE LUTTE CONTRE LE SIDA

التوعية، والفحص السريع لفيروس الإيدز / التهاب الكبد ب و ج بدون موعد مسبق.

Ⓣ الجمعة من الساعة 1:30 إلى 5:00

🏠 Arche de Noé, 3 rue Féliissent, 69007

T1 Saint André ☎ 07 56 47 00 54

خدمة معلومات الإيدز (اتصال سري، مجهول ومجاني):

☎ 0 800 840 800

PLANNING FAMILIAL - CSSES

(مركز الصحة والتثقيف الجنسي)

يمكنكم التوجه إلى مراكز تنظيم الأسرة أو مراكز الصحة الجنسية والاجتماعية CSSES والاتقاء بطبيب، أو قابلة، أو مساعدة اجتماعية من أجل:

- التحدث عن الحمل
- الحصول على وسائل منع الحمل (الواقي الذكري، اللولب، حبوب منع الحمل...)
- التحدث عن الحياة الجنسية والعلاقة الزوجية
- مناقشة رغبتك في عدم الإنجاب، وقف الحمل (الإجهاض)
- التحدث عن العنف

الخدمات مجانية. كما يتوفر مترجمون يتحدثون لغتك.

ASSOCIATION PLANNING FAMILIAL 69

Ⓣ الاثنين والأربعاء والخميس من 9 - 12 ظهرًا / 1 ظهرًا - 6 مساءً

Ⓣ الثلاثاء من 1 ظهرًا - 6 مساءً

Ⓣ الجمعة من 9 - 12 ظهرًا / 1 ظهرًا - 4 مساءً

🏠 2, rue Lakanal 69100 Villeurbanne

T1 / T4 le Tonkin ☎ 04 78 89 50 61

CSSES - HÔPITAL EDOUARD HERRIOT

🏠 Hôpital HEH - Pavillon K

5 place d'Arsonval, 69003 Lyon

☎ 04 72 11 03 95

T2 / M D Grange Blanche

WATIZAT, TOUS DROITS RÉSERVÉS / WWW.WATIZAT.ORG

CEGIDD HÔPITAL EDOUARD HERRIOT

Ⓣ الاثنين والثلاثاء والخميس، من 8:30 صباحاً - 7 مساءً

Ⓣ الأربعاء والجمعة من 8:30 صباحاً - 4 عصرًا

☎ 04 72 11 62 06

🏠 (Pavillon K) 5 place Arsonval 69003 Lyon

M D Grange Blanche

CEGIDD HÔPITAL CROIX ROUSSE

Ⓣ سكرتارية الهاتف من الاثنين إلى الخميس، من 10 - 12:30 ظهرًا / 2 - 4:30 عصرًا. الجمعة من 11 - 12:30 ظهرًا / 2 - 4:30 عصرًا.

Ⓣ الاستقبال في الموقع الاثنين من 8:30 صباحاً - 6 مساءً، الثلاثاء من 9 صباحاً - 6 مساءً، الأربعاء من 9 صباحاً - 5 مساءً، الخميس من 8:30 صباحاً - 6:30 مساءً، الجمعة من 10:30 صباحاً - 4:30 عصرًا

☎ 04 26 10 94 73

🏠 103, grande rue Croix-Rousse M C Hénon

تقدم الجمعيات أيضًا خدمات الفحص**AIDES**

جمعية المجتمع المحلي لمكافحة الإيدز والتهاب الكبد الفيروسي الإرشاد والدعم، والحصول على معدات الوقاية المعقمة. مجموعات المساعدة الذاتية.

• الحصول على الحقوق والرعاية الصحية:

- Ⓣ الثلاثاء بموعد مسبق
- فحص فيروس نقص المناعة البشرية/فيروس التهاب الكبد B/فيروس التهاب الكبد C/الزهري (مجهول الهوية ومجاني):

Ⓣ الثلاثاء من الساعة 2 بعد الظهر إلى الساعة 7 مساءً.

• لأية أسئلة أو لتحديد موعد:

Ⓣ من الاثنين إلى الجمعة، من الساعة 11 صباحاً إلى 6 مساءً

🏠 110 rue Sully M A Masséna

☎ 06 34 45 51 27 / 04 78 68 05 05

MÉDECINS DU MONDE : LE CASO

للأشخاص الذين ليس لديهم تغطية طبية، التوعية، والفحص السريع لفيروس الإيدز / التهاب الكبد ب و ج بدون موعد مسبق.

Ⓣ الاثنين الساعة 8:30 صباحاً

Ⓣ الساعة 1:30 بعد الظهر يوم الأربعاء

(يرجى الوصول قبل موعد الافتتاح بقليل)

🏠 305 rue Paul Bert, 69003 Lyon

M B Part-Dieu Vivier Merle

☎ 04 72 92 49 01

العنف ضد النساء

العديد من المواقف قد تندرج تحت العنف:

• أنت مُسيطر عليك وتحت السيطرة من قبل زوجك / زوجتك، أو الشخص الذي يؤويك، أو أحد أفراد عائلتك.

• أُجبرت على إقامة علاقات جنسية
• تحصلين على سكن مقابل خدمات
• تُمارس عليك ضغوطات نفسية: إهانات، تهديدات، ابتزاز، إلخ

• هناك عنف جسدي في علاقتك العاطفية.

• تعرضت لعنف أثناء مسارك في الهجرة: اعتداء جنسي، اغتصاب، إهانات، شتائم

• إذا وجدت نفسك في هذه الحالات، لا ترددي في التحدث مع شخص مقرب منك أو مع جمعية متخصصة.

• الجمعيات موجودة أولاً للاستماع إليك، لإعطائك المعلومات ولدعمك، ولست مُجبرة على القيام بإجراءات قانونية إذا لم ترغب بذلك.

رقم الهاتف في حالة الاعتداء على النساء (مجاني): **3919**

تُصنفي، تُعلم وتوجه النساء ضحايا العنف، وكذلك الشهود على العنف ضد النساء.

للنساء ضحايا العنف المنزلي: أولاً الاستقبال والاستماع للمعلومات حول حقوقك ودعمك في هذه العملية للاستماع الأول أو المعلومات. يمكنك الإتصال على 04 78 85 76 47

من الاثنين إلى الجمعة: من الساعة 9:30 صباحاً إلى 12:30 ظهراً ومن 1:30 ظهراً إلى 5:00 مساءً (باستثناء بعد ظهر يوم الخميس)

قم بزيارة الموقع:

<https://www.viffil.com/contact-viffil/>
viffil.association@viffil.com

LES ORCHIDÉES ROUGES

وحدة رعاية متعددة التخصصات متخصصة في الدعم المجاني للنساء والفتيات الناجيات من الختان و/أو الزواج القسري.

للحصول على موعد أو معلومات.

من الاثنين إلى الجمعة من 9 صباحاً - 1 ظهراً / 2 ظهراً - 5 مساءً
06 67 36 50 71

accueil@lesorchideesrouges.org
13 rue Henri IV Lyon M A Ampère/Perrache

راجعي أيضاً مركز الإعلام حول حقوق النساء والعائلات (CIDFF) في قسم الوصول إلى الحقوق (ص3).

مقياس العنف "يساعدك على طرح تساؤلات حول علاقتك الزوجية أو العاطفية، ويساعد على التعرف على السلوكيات العنيفة." <

العمالة الجنسية

CABIRIA

المرافقة الشاملة للأشخاص في وضعية الدعارة / العاملات والعاملين في مجال الجنس.

- الوقاية والفحص
- الدعم القانوني (الاعتقالات، العنف، الاستغلال، التمييز، الحق في الأسرة)
- المساعدة الإدارية (ملفات PUMA، اللجوء) والتوطين
- المساعدة المالية
- دروس اللغة الفرنسية

الاستقبال بدون موعد:

من 14:00 إلى 18:00

الاستقبال عبر موعد مسبق: يرجى الاتصال بـ
04 78 30 02 65

5, quai André Lassagne 69001 Lyon
M A Hôtel de ville M C Croix-Paquet

رقم الطوارئ 7/7 و 24/24:

06 07 62 26 59

AMICALE DU NID

تقديم الدعم للأشخاص الذين يمارسون الدعارة، والرعاية النهارية، والحصول على الحقوق، والاندماج، وتسجيل العناوين، والوساطة، والصحة والصحة النفسية، وسبل الخروج من الدعارة.

• الدعم عبر الهاتف / الاستقبال في مقر المنظمة:

من 9:30 صباحاً - 12 ظهراً / 1:15 ظهراً - 5 مساءً (ومغلق بعد ظهر الأربعاء).

04 78 27 28 20

29 rue St Jean de Dieu, Batiment B,
Technopark 2, 69007 Lyon BUS 64 Carteret
T 6 Arrêt Challemeil-Lacour M B Debourg

MOUVEMENT DU NID - RHÔNE

استقبال ودعم الأشخاص الذين يمارسون الدعارة:

الاستماع، المساعدة الإدارية، الحصول على الحقوق، الرعاية، الأنشطة الجماعية، الروابط الاجتماعية، دعم ترك الدعارة
الاستقبال عن طريق التعيين: من الاثنين إلى الجمعة

70 rue Rachais 69007 M D Garibaldi

06 33 40 94 98

اتبع هذا الرقم على الواتس اب للحصول على معلومات (اتبع هذا الرقم على الواتس اب للحصول على معلومات)
accompagnement-69@mouvementdunid.org

استمعي بعلاقاتك حيث أيا تختبر سلامة عندما

حذار، قولي كفى!

هناك عنف حينها انصت لنفسك، انصت للسعادة حينها

1	يحترم قراراتك وأذواقك
2	يُقبل اصداقك وصديقاتك واصرتك
3	يُثق فيكي
4	يُشعر بالسعادة عندما تشعرين بالانشراح
5	يتأكد من موافقتك فيما تقدمون عليه سوياً
6	يتجاهلك في الأيام التي يكون فيها غاضباً
7	يمارس الابتزاز حين ترفضين عمل شيء ما
8	يُنزل من مرتبة أرائك و مشروعات
9	يُسخر منك أمام الجميع
10	يتلاعب بك
11	يكون غيوراً باستمرار
12	يُحكّم بكل ما يهضمك من فزهات، ملابس، مكياج
13	ينقب عن ما يهضمك من رسائل هاتفية والكترونية وتطبيقات
14	يُصر على أن ترسلي له صور من خصوصيتك
15	يعزلك عن عائلتك واصداقك وصديقاتك
16	يتهمك بالجنون عندما توجهي انتقادات له
17	يُزعج عندما يزعجه شيء ما
18	يُدفع بك، يشدك، يصفعك، يهزك، يضربك
19	يهددك بنشر صور فاضحة لكي
20	يُجبرك على مشاهدة أفلام جنسية
21	يُهددك ببث صور حميمة لك
22	تجعلك تشاهد الأفلام الإباحية
23	يجبرك على ممارسة الجنس
24	

Pour plus d'informations et
d'adresses, téléchargez le
guide complet:

www.watizat.org



Vous avez une question ?
Contactez-nous :

lyon@watizat.org



Watizat Lyon



watizatlyon



Watizat, chaine d'information



watizatasso

Si vous êtes une organisation, association
ou collectif, contactez nous pour commande
des guides en version papier

Ce guide est gratuit et interdit
à la vente aux particuliers.
Ne pas jeter sur la voie publique.

أرقام الطوارئ مجانية

• SAMU 15

رقم سيارة الإسعاف.
للحصول على مساعدة طبية في الحالات الطارئة

• رجال الإطفاء 18

عند وقوع الحرائق والحوادث والحوادث المرضية
كالاحتراق

• الشرطة 17

اتصل عند وقوع الحوادث والجرائم والإعتداءات

• URGENCE SMS 114

خدمة تتيح للصم وضعاف السمع وجميع الأشخاص
الذين لا يستطيعون الاتصال هاتفيًا (كالنساء المُعنفتات
مثلًا) التواصل مع خدمات الطوارئ
(samu ورجال الإطفاء والشرطة) عبر خدمة متاحة
٢٤ ساعة وطوال الاسبوع عن طريق رسائل الـ SMS
ومكالمات الفيديو. هذه الخدمات متاحة عبر موقع :
www.urgence114.fr وأيضًا على
(114) التطبيق

• ماوى الطوارئ 115

MISE À L'ABRI D'URGENCE

خدمة سكنية للمشردين وضحايا العنف. كلما زادت
اتصالاتك زادت فرصتك في الحصول على سكن
(اطلب التحدث مع شخص يتكلم لغتك).
يمكنك أيضًا تقديم طلب لخدمة الطوارئ لتحضر
لك (وجبات ساخنة، مستلزمات النظافة، بطانيات،
ملابس وأحذية).

• ENFANCE

EN DANGER 119

خدمة موجهة لضحايا العنف ضد الأطفال والمراهقين
(العنف الجسدي أو النفسي أو الجنسي) ولأي شخص
يجد أن طفلًا مهددًا بالعنف الأسري أو مهدد بالعنف
داخل أي مؤسسة.

• 3919

خدمة معلومات العنف ضد النساء
VIOLENCES FEMMES INFO ÉCOUTE
خدمة لسماع وتوجيه النساء المُعنفتات وشهود العنف
ضدهن. انتبه! هذه الخدمة لسيت لخدمة حالات
الطوارئ فهي ليست الشرطة.