

Watizat, tous droits réservés

العناوين المفيدة للنساء مع أو بدون أطفال

مايو/يونيو 2026

الأيام 1 و8 و14 و25 مايو هي أيام عطلة رسمية. العديد من الأماكن مغلقة.

AR 

MAISONS DE LA MÉTROPOLÉ 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 بـ 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 MA Hôtel de ville
مغلق يومي 1 و 8 مايو ومن 13 إلى 15 مايو.

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

الحصول على 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

MA Hôtel de Ville ☎ 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

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

الإتصال باللغة الفرنسية والإنجليزية والإسبانية (إمكانية باللغتين الروسية والبرتغالية)

المواعيد القادمة:

⌚ الاثنين الساعة 4 مساءً: 11 مايو، 8 يونيو

🏠 AIDES 110 rue Sully MA Masséna

⌚ السبت الساعة 10:00 صباحاً: 30 مايو، 27 يونيو

🏠 Centre LGBTQI+ 19 rue des Capucins

MA Hôtel de Ville

CENTRE LGBTI+

الاستقبال والمساعدة المتبادلة ومكافحة التمييز والحماية والثقافة والرياضة.

للتواصل هاتفياً مع أحد المتطوعين:

☎ 08 05 03 11 81

⌚ من الاثنين إلى الجمعة، من الساعة 9 صباحاً حتى 9 مساءً.

⌚ السبت من الساعة 1 ظهراً حتى الساعة 6 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):

⌚ 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 MA Hôtel de ville

2MSG - COLLECTIF REFUGIE
AFRICAIN LGBTI+

المساعدة المتبادلة بين المثليين والمتحولين جنسياً أفارقة. المساعدة في الإجراءات الإدارية (اللجوء، الكاف، العمل). الدعم في الحياة اليومية. الدفاع من أجل احترام الحقوق

✉ contact@asso2msg.org 📞 asso2msg

☎ 06 05 68 17 26

الإستقبال الخاص بالنساء العازبات والعوائل والأسر التي لديها أطفال.

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

🏠 2 Rue Féliissent 69007 Lyon
 Guillotière,  saint André
 ✉ adj.saintandre@gmail.com

 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 أيضا.

⌚ 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  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

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.

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  Massena

مغلق يوم 25 مايو.

  **LA TOILE**

الإستقبال اليومي للعاثرون جنسياً واللاثنائين، والنساء الذين يعيشون وضع محفوف بالمخاطر.

مستلزمات النظافة الشهرية، والوجبات الخفيفة/الإفطار، وكابينة الاستحمام PRM، والدعم الاجتماعي، والعنوان البريدي، ومكان للاستماع والتواصل الاجتماعي.

⌚ الاثنين من الساعة 1:30 ظهراً إلى 4:30 عصراً

⌚ الأربعاء من 10 - 1 ظهراً

⌚ الخميس من 30 1: ظهراً - 4:30 عصراً

(ونصف ساعة مخصصة للأشخاص الجدد)

⌚ الجمعة من الساعة 10 صباحاً حتى 1 ظهراً

☎ 06 50 92 81 22

🏠 31 rue de Cuire  Hénon

   **POINT ACCUEIL (LAHSO)**

للنساء والعائلات :

⌚ الأربعاء والجمعة من 1:30 ظهراً - 4:30 عصراً.

للنساء مع أطفال او بدون :

⌚ الخميس من 1:30 ظهراً - 5 مساءً

⌚ الاثنين من الساعة 1:30 إلى 4:30 بعد الظهر:

 Part Dieu **21 rue d'Aubigny**

☎ 04 78 53 88 77

🏠 66, rue Etienne Richerand  Part Dieu

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 والتحصين للولادة والابوة وكذلك صحة الأطفال حتى عمر 6 سنوات (النمو والتطعيم الخ...)

كل المعلومات متاحة على Maison de la Métropole
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 المبعديات 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



تقدم رحلات ثقافية وأنشطة وفعاليات على مدار السنة!
هذا البرنامج مفتوح لجميع النساء.
للاضمام إلى مجموعة الواتساب 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

**المراكز الاجتماعية**

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

- تعلم اللغة الفرنسية
 - الرعاية الإيوية 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 أيضًا أماكن يمكنك فيها التطوع والحصول
على دعم في مشاريعكم الجماعية ولحيكم السكني أيضا.

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

مستشفى:

PASS VINATIER

لمن هم فوق 16 سنة.

• المساعدة الاجتماعية دون موعد مسبق:

① من الاثنين إلى الخميس من الساعة 9 صباحاً إلى 12

ظهراً ومن 2 ظهراً إلى 5 مساءً

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

ظهراً حتى 4 عصرًا

• استشارات طبية بدون موعد:

① الاثنين والأربعاء: من الساعة 9 صباحاً حتى 12:30 ظهراً

ومن 1:30 ظهراً حتى 5 مساءً

① الخميس من الساعة 9 صباحاً حتى 12:30 ظهراً

(الوصول من الساعة 8:30 صباحاً)

95, boulevard Pinel 69500 Bron

04 37 91 52 07 T 2 T 5 T 6 Vinatier

مغلق في 1 و 8 و 14 و 15 و 25 مايو

في الصباح فقط يوم 4 يونيو

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 والسيغليس. 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

• قسم «فحص الإيدز والأمراض المنقولة جنسياً»، قم بالتسجيل صباح يوم الجمعة من

الساعة 9 صباحاً لتحديد موعد للأسبوع التالي

إذا كنت معرضاً للخطر لمدة تقل عن 48 ساعة،

يمكنك الحضور بسرعة دون موعد.

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

① 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.

① من الاثنين إلى الخميس، 2 - 5:15 مساءً.

① استقبال الوافدين الجدد: الاثنين من الساعة 2 إلى 3 بعد

الظهر

① الاربعاء 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@forumrefugiés.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.

① من الاثنين إلى الجمعة، من الساعة 13:00 إلى الساعة

19:00

① السبت من الساعة 1 ظهراً حتى الساعة 4 عصرًا

✉ في محطة المترو bellecour، الخط A، باتجاه Perrache،

مخرج 1، Place Bellecour

Bellecour M A / M D

مغلق في 1 و 2 و 8 و 9 و 14 و 25 مايو.

WATIZAT, TOUS DROITS RÉSERVÉS / WWW.WATIZAT.ORG



عن طريق موعد فقط. ① السكرتارية: الاثنين والثلاثاء

والخميس من 9 صباحًا - 4

☎ 04 72 89 86 03

① الخدمة الاجتماعية: الاثنين والخميس من 9 صباحًا -

4 مساءً

☎ 04 72 89 86 03-

🏠 2, Avenue du 11 novembre 1918

④ Hôpital Feyzin Vénissieux

مغلق من 14 إلى 17 مايو ويوم 25 مايو

PASS - HOPITAL SAINT-JOSEPH SAINT-LUC

① الإثنين والثلاثاء من الساعة 8:30 صباحًا بدون موعد مسبق للمرضى الستة الأوائل (تأتي في وقت مبكر من الساعة 7 صباحًا).

احجز موعد في المستشفى أو أترك رسالة صوتية :

☎ 04 78 61 88 70

🏠 38 rue Raulin 69007 ② Centre Berthelot

① Quai Claude Bernard

الجمعيات الطبية

MÉDECINS DU MONDE : LE CASO

الأطباء، الأخصائيون الاجتماعيون، الوقاية

للأشخاص الذين ليس لديهم تغطية طبية

① الاثنين الساعة 8:30 صباحًا

① 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

④ Part-Dieu

MÉDECINS DU MONDE : LE BUS

الاستماع الدائم، الوقاية، الصحة للجميع.

① كل ثاني ثلاثاء من الساعة 7 مساءً إلى 10 مساءً.

① كل يوم خميس من الساعة 7 مساءً إلى 10 مساءً.

① ثلاثاء كل أسبوعين في Camions du Coeur، من

الساعة 7:30 مساءً إلى 9:30 مساءً.

🏠 Place Carnot 69002 ④ 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

التنقل 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

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

مبكرا (قبل الساعة 7:30 صباحًا). نستقبل فقط من 2 - 4

مرضى جدد يوميًا، أيام الاثنين والأربعاء والجمعة.

ساعات الاستقبال عن طريق موعد:

① الاثنين والثلاثاء والأربعاء والجمعة من صباحًا - 8:45

ظهرًا 12:30 / ظهرًا 2 / ظهرًا - 4:30 عصرا

① الخميس من 8:45 صباحًا - 12:30 ظهرًا

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

☎ 04 72 11 03 94 ④ Grange blanche

مغلق في 1 و 8 و 14 و 15 و 25 مايو.

LE VINATIER

لمن هم فوق 16 سنة.

• المساعدة الاجتماعية دون موعد مسبق:

① من الاثنين إلى الخميس من الساعة 9 صباحًا إلى 12

ظهرًا ومن 2 ظهرًا إلى 5 مساءً

① الجمعة من الساعة 9 صباحًا حتى 12 ظهرًا ومن 1:30

ظهرًا حتى 4 عصرًا

• استشارات طبية بدون موعد:

① الاثنين والأربعاء: من الساعة 9 صباحًا حتى 12:30 ظهرًا

ومن 1:30 ظهرًا حتى 5 مساءً

① الخميس من الساعة 9 صباحًا حتى 12:30 ظهرًا

(الوصول من الساعة 8:30 صباحًا)

🏠 95, boulevard Pinel 69500 Bron

☎ 04 37 91 52 07 ④ Vinatier

مغلق في 1 و 8 و 14 و 15 و 25 مايو.

PASS - MÉDIPOLE HOPITAL MUTUALISTE

لمن هم فوق 18 سنة. حدد موعدًا عبر الهاتف أو في

الموقع لرؤية الطبيب. بدون موعد لاستشارة الممرضة

الممرضة: ① من الاثنين إلى الخميس: من الساعة 8:30

صباحًا إلى 12 ظهرًا ومن 1:30 ظهرًا إلى 5 مساءً

① الجمعة من الساعة 8:30 صباحًا حتى 12 ظهرًا

السكرتارية: ① من الاثنين إلى الخميس من الساعة 8:30

صباحًا إلى 4:30 مساءً

① الجمعة من الساعة 8:30 صباحًا حتى 12 ظهرًا

☎ 04 87 65 01 87 🏠 158 rue Léon Blum

④ Laurent Bonnevey / ③ Bel Air

مغلق في 1 و 8 و 14 و 15 و 25 مايو وفي 16 يونيو.

HOPITAL SAINT-JOSEPH SAINT-LUC

متابعة الحمل والمتابعة النسائية.
⓪ 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 موعدًا عبر الهاتف أو في الموقع لرؤية الطبيب. بدون موعد لاستشارة الممرضة
الممرضة: ⓪ من الاثنين إلى الخميس: من الساعة 8:30 صباحًا إلى 12 ظهرًا ومن 1:30 ظهرًا إلى 5 مساءً
⓪ الجمعة من الساعة 8:30 صباحًا حتى 12 ظهرًا
☎ 04 87 65 01 87
🏠 158 rue Léon Blum, 69100 Villeurbanne
M A Laurent Bonnevey / T3 Bel Air
مغلق في 1 و 8 و 14-15 و 25 مايو و 16 يونيو.

PLANNING FAMILIAL 69

الحمل من 0 إلى 6 أشهر

⓪ الاثنين والأربعاء والخميس من 9 - 12 ظهرًا / 1 ظهرًا - 6 مساءً،
⓪ الثلاثاء من 1 ظهرًا - 6 مساءً،
⓪ 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
مغلق في 1 و 8 و 14-15 و 25 مايو و 30 يونيو.

(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 أنجبن 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 - DÉCINES

طبيب، أخصائي نفسي، أخصائي إرشاد أسري، متابعة أمراض النساء. **مفتوحة للجميع.**

يمكنك تحديد موعدًا في الموقع أو عبر الهاتف.

✉ csees.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 الجنسية، 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 (٦١ أسبوعًا بعد أول يوم من آخر دورة شهرية). الإجهاض مجاني ويمكن إجراؤه في مركز التخطيط الأسري أو في مراكز الصحة الجنسية والاجتماعية CSES.

N° vert «Sexualités - Contraception -IVG»

☎ 0800 08 11 11 (gratuit)

النساء الحوامل / الحمل

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

HOPITAL EDOUARD HERRIOT PASS PÉRINATALITÉ

المتابعة خلال فترة الحمل تتم بأخذ موعد.
⓪ الأمانة العامة: من الاثنين إلى الجمعة، من الساعة 9 صباحًا إلى الساعة 4 مساءً. (ماعدًا 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 (PAVILLON K, 1 لـ خدم ل)

M D / T2 Grange blanche

التوعية، والفحص السريع لفيروس الإيدز / التهاب الكبد ب
و ج بدون موعد مسبق.
⓪ الاثنين والثلاثاء والخميس من 9 صباحاً - 4 مساءً
⓪ الأربعاء والجمعة من 9 صباحاً - 12 ظهراً
☎ 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.
⓪ الجمعة من الساعة 1:30 إلى 5:00
🏠 Arche de Noé, 3 rue Féliissent, 69007
T 1 Saint André ☎ 07 56 47 00 54

خدمة معلومات الإيدز (اتصال سري، مجهول ومجاني):
☎ 0 800 840 800

PLANNING FAMILIAL - CSES (مركز الصحة والتثقيف الجنسي)

يمكنكم التوجه إلى مراكز تنظيم الأسرة أو مراكز الصحة الجنسية
والاجتماعية CSES والالتقاء 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

⓪ الاثنين والأربعاء والخميس من 9 - 12 ظهراً / 1 ظهراً - 6 مساءً
⓪ الثلاثاء من 1 ظهراً - 6 مساءً
⓪ الجمعة من 9 - 12 ظهراً / 1 ظهراً - 4 مساءً
🏠 2, rue Lakanal 69100 Villeurbanne
T 1 / T 4 le Tonkin ☎ 04 78 89 50 61
مغلق في 1 و 8 و 14-15 و 25 مايو و 30 يونيو.

🏠 CSES - HÔPITAL EDOUARD HERRIOT

🏠 Hôpital HEH - Pavillon K
5 place d'Arsonval, 69003 Lyon
☎ 04 72 11 03 95
T 2 / M D Grange Blanche

⓪ الاثنين والثلاثاء والخميس، من 8:30 صباحاً - 7 مساءً
⓪ الأربعاء والجمعة من 8:30 صباحاً - 4 مساءً
☎ 04 72 11 62 06
🏠 (Pavillon K) 5 place Arsonval 69003 Lyon
M D Grange Blanche
مغلق في 1 و 8 و 12 و 14 و 25 و 26 مايو.

🏠 CEGIDD HÔPITAL CROIX ROUSSE

⓪ سكرتارية الهاتف من الاثنين إلى الخميس، من 10 - 12:30
ظهراً / 2 - 4:30 مساءً. الجمعة من 11 - 12:30 ظهراً / 2 - 4:30 مساءً.
⓪ 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 مساءً
☎ 04 26 10 94 73
🏠 103, grande rue Croix-Rousse **M C** Hénon
مغلق في 1 و 8 و 14-15 و 25 مايو، و 13-14 يونيو.

تقدم الجمعيات أيضًا خدمات الفحص

AIDES

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

- الحصول على الحقوق والرعاية الصحية :
- ⓪ الثلاثاء، بموعد مسبق
- فحص فيروس نقص المناعة البشرية/فيروس التهاب الكبد B/فيروس التهاب الكبد C/الزهري (مجهول الهوية ومجاني):
- ⓪ الثلاثاء من الساعة 2 بعد الظهر إلى الساعة 7 مساءً.
- لاية أسئلة أو لتحديد موعد:

⓪ 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.

⓪ الاثنين الساعة 8:30 صباحاً
⓪ 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

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 AME، CSS، اللجوء) والتوطين
- المساعدة المالية
- دروس اللغة الفرنسية

الاستقبال بدون موعد: ⓪ الاثنين 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:

⓪ الاثنين إلى الجمعة: من 9:30 صباحاً - 12 ظهراً / 1:15
ظهراً - 5 مساءً.

⓪ يوم الأربعاء، من الساعة 1:30 ظهراً إلى 3:30 عصرًا.
☎ 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
مغلق في 1 و 8 و 14 و 25 مايو و 18 و 19 يونيو.

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: ⓪ من الاثنين إلى الجمعة

🏠 70 rue Rachais 69007 M D Garibaldi
اتبع هذا الرقم على الواتس اب للحصول على معلومات :

☎ 06 33 40 94 98

• دروس ووكورسات اللغة الفرنسية:

⓪ يوم الثلاثاء من الساعة 10:30 صباحاً - حتى 12:00
(للمبتدئين) ومن 14:00-15:30 (للمستوي المتوسط)
للمزيد من المعلومات، يرجى الاتصال على:

☎ 07 62 78 29 24

✉ accompagnement-69@mouvementdunid.org

استمعي بعلاقتك حيث الما تختبر سايمة عندما

حذار قولي كفى !

هناك عنف حينها
اصمى نفسك، اطلب المساعدة حينها

1	يُحترم قراراتك وأذواقك
2	يُتقبل اصدقائك وصدقائك واسرتك
3	يُثق فيكي
4	يُشعر بالسعادة عندما تشعرين بالانشراح
5	يتأكد من موافقتك فيما تقدمون عليه سوياً
6	يتجاهلك في الأيام التي يكون فيها غاضبا
7	يمارس الابتزازحين ترفضين عمل شئ ما
8	يُنزل من مرتبة أرائك و مشروعات
9	يُسخر منك أمام الجميع
10	يُتلاعب بك
11	يُكون غيورا باستمرار
12	يُحكّم بكل ما يخصك من نزوات، ملابس، مكياج
13	ينقّب عن ما يخصك من رسائل هاتفية والكترونية وتطبيقات
14	يُصر على أن ترسلي له صور من خصوصيتك
15	يعزلك عن عائلتك واصدقائك وصدقائك
16	يتهمك بالجنون عندما توجهي انتقادات له
17	يُنزعج عندما يزعجه شيء ما
18	يُدفع بك، يشدك، يصفعك، يهزك، يضربك
19	يهددك بنشر صور فاضحة لكي
20	يُجبرك على مشاهدة أفلام جنسية
21	تُهددك ببث صور حميمة لك
22	تجعلك تشاهد الأفلام الإباحية
23	يجبرك على ممارسة الجنس
24	

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، ولسيت مُجبرة على القيام بإجراءات قانونية إذا لم ترغب بذلك.

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 أيضًا 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."

<

رقم الهاتف في حالة الاعتداء على النساء (مجاناً): 3919 📞

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

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

• POMPIERS 18 رجال الإطفاء

عند وقوع الحرائق والحوادث والحوادث المرضية
كالاختناق

• POLICE 17 الشرطة

اتصل عند وقوع الحوادث والجرائم والإعتداءات

• URGENCE SMS 114 خدمات الطوارئ

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

• 115 مأوى الطوارئ

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 لعنف ضد الطفولة

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 المُعنفات وشهود العنف
ضدهن. انتبه! هذه الخدمة لسيت لخدمة حالات
الطوارئ فهي ليست الشرطة.