

# WATIZAT



*Paris*

د پناه غوښتونکو معلوماتي  
لارښود

د اولمپيک او پارالمپيک لوبې  
(JOP) 2024

# JOP Paris 2024

د « اولمپیک لوبې - پاریس 2024 » سایټ او غوښتنلیک یا اپلیکیشن وکاروئ (په فرانسوي او انګلیسي کې شتون لري)

> App Store (Apple)

<https://apps.apple.com/fr/app/jeux-olympiques-paris-2024/id808794344>

> Play Store (Android)

<https://play.google.com/store/apps/details?id=org.olympic.app.mobile&hl=fr&gl=US>

تمه کېږي چې له 15 ملیونو څخه ډیر خلک به پکې ګډون وکړي (ددې په پرتله په پاریس کې نفوس 2 ملیونه دی).

د لوبو په جریان کې، د تروریستي خطرونو سره د مبارزې لپاره به په ترانسپورټ یا کوڅو کې د پولیسو کنټرول د پام وړ زیات شي.

د اولمپیک ساحو ته نږدې د پولیسو ګزمو به د

امنیت ځایونو د کنټرول لپاره مهمي وي.

تا سو ته مشوره درکول کېږي چې په دغه موده کې له ډیر ګرځیدو څخه ډډه وکړئ او د عامه ترانسپورت له استفادې څخه ډډه وکړئ.

⚠ پاملرنه: پنجشنبه د جولای له 18، څخه به امنیتي محدودیتونه ډیر شي: د ترافیکو تګ راتګ به په ټول زون کې، په سړکونو، پلونو او عامه ترانسپورت کې بدلون ومومي.

## عملي لارښود او مهم تاریخونه



د اولمپیک او پارالمپیک لوبې لوبې به د:

• د 2024 کال د جولای له 26 څخه د

اګست تر 11 مې نیتې پورې د المپیک

لوبو ترسره کیدل،

• د 2024 کال د اګست له 28 څخه د

سپتمبر تر 8 مې نیتې پورې د پارالمپیک

لوبو ترسره کیدل (چې د معلولیت

لرونکي ورزشکاران سره یوځای کوي او برخه پکې اخلي).

## د اولمپیک او پارالمپیک لوبې (JOP): دا څه دي؟



د 2024 کال په دوې کې، فرانسه به د لاندې دورې په جریان کې د المپیک او پارالمپیک لوبو کوربه وي:

د اولمپیک او پارالمپیک لوبې (JOP) یوه نړیواله پېښه ده چې د نړۍ غوره ورزشکاران، نارینه او ښځینه، په بیلابیلو سپورټونو کې سره یوځای کوي.

یادونه: تاسو کولی شئ د ځان خبرولو لپاره

• ځایی پلورنځي او سوداګرۍ (نانوایګاني)، ریستورانټونه، تمباکوپلورنځي او نور) به خلاص وي. تاسو کولی شئ د عامه خدماتو تاسیساتو ته هم لار شئ ( فرانس خدمات ، د بیمې دفتر CPAM ، فرانس تخوی ، او نور).

# دلولو په جریان کې نقل او حرکت یا سفر کول (میترو، RER...)



(OFPPA) آفپرا به د جولای له 15 څخه تر 16 اګست 2024 پورې یوازې هغه پناه غوښتونکي مرکو ته دعوت کړي چې په ایل ډی فرانس کې اوسېږي. اړونده ځانګې عبارت دي له:

Paris (75), Seine-et-Marne (77), Yvelines (78), Essonne (91), Hauts-de-Seine (92), Seine-Saint-Denis (93), Val-de-Marne (94), Val-d'Oise (95)

⚠ اتحادیو او د ورځې د استقبال مرکزونو ته لاسرسی ممکن د JOP سیالو له کبله په ځانګړي توګه د المپیک لوبو ترسره کیدو سیمو کې متاثره شي. ځینې اتحادیې به خپل دفترونه او د استوګنې ساحې وتړي یا په لنډمهاله توګه بله ځای ته نقل کړي. د ډیرو معلوماتو لپاره د وتزات ل د جون او جولای میاشتو لارښود کې په (30-14) صفحو کې وګورئ.

## Tickets

د میترو او RER ټکټونو قیمتونه به د (د المپیک

لوبې) په جریان کې لوړ شي.

د میترو ټکټ به له 2.15€ څخه تر 4€ پورې او د

RER ټکټ له 3.20€ څخه تر 6€ پورې وي.

دا ممکنه ده چې مخکې له مخکې ټکټونه واخلئ ترڅو د بېې زیاتوالي مخنیوی وشي.

هغه کسان چې کلنۍ، میاشتنۍ یا لیرتې (Navigo+) نیویګو+ ګډون لري د میترو ټیکټ زیاتوالی به اغیزمن نشي.

⚠ مهمه یادونه: د لوبو پاس (شخصي ډیجیټل پاس) به ځینې خوندي سیمو ته د ننوتلو لپاره به اړین وي، او په ځانګړې توګه د پرانیستې مراسمو لپاره.

د پاس جو (Pass Jeux) ویبپاڼې ته لارښ:

<https://www.pass-jeux.gouv.fr/demande>

د پاس غوښتنې کولو لپاره. د پاس یا اجازه لیک غوښتنه کول وړیا ده.

تاسو باید د خپل پاس سره د هویت سند وړاندې کړئ.

• د اولمپیکس په وخت کې ځینې میترو سټیشنونه به وتړل شي:

Champs-Élysées - Clémenceau, Concorde, Tuileries, Collette Besson, Porte de Versailles, Porte d'Issy.

• دا مشوره ورکول کېږي چې د لوبو پرمهال د الندې سټیشنونو څخه ډډه وکړئ:

Gare du Nord, Châtelet-les-Halles, Palais royal - Musée du Louvre, Saint-Lazare, Miromesnil, Madeleine, Pigalle, Porte de Clichy, Stalingrad, Jaurès...

پیاده رو های بدون داشتن گذرنامه بازی ، دسترسی با موتر محدود است.

# محدودیت های امنیتی و دسترسی به شهر

شما می توانید از طریق این نقشه زون های امنیتی و مکان های مسابقه را با اطالات روز دریافت کنید: این نقشه شامل پیشبینی های تراکم در جاده ها و حمل و نقل عمومی نیز می شود.



برای یادگیری استفاده از طرز العمل ذیل میتوانید استفاده کنید:



در جریان تابستان ، محدوده های گشت و گذار و پیرامون امنیتی در زون های مختلف قابل اجرا است مخصوصا در نزدیک محل بازی ها.  
3 نوع محدوده امنیتی در جریان بازی ها قابل اجرا است :

- **زون یا نواحی های خاکستری :** حوزه ضد تروریستی (مثال: اطراف دریای پاریس سین برای مراسم افتتاحیه)، دسترسی پیاده رو با گذرنامه بازی ها مجاز است، دسترسی با موتر ممنوع است به جز از موارد استثنایی.
- **زون های سرخ :** اطراف محدوده های خاکستری، دسترسی پیاده رو ها بدون گذرنامه بازی ها ، دسترسی با موتر ممنوع است به جز از استثنا.
- **زون های آبی :** اطراف محدوده سرخ ، دسترسی به

## زون های سرخ

دسترسی پیاده رو ها بدون گذرنامه بازی ها ، دسترسی با موتر ممنوع است به جز از استثنا.

## نواحی های خاکستری

دسترسی پیاده رو با گذرنامه بازی ها مجاز است، دسترسی با موتر

## زون های آبی

دسترسی به پیاده رو های بدون داشتن گذرنامه بازی، دسترسی با موتر محدود است.





# در زمان توقیف چه کارهایی باید انجام داد؟

- مقاومت نکنید، آرام و مودب باشید
- **ساحه توقیف**، نمبر سرک، دکان، کافه، ایستگاه مترو و زمان توقیف را به خاطر داشته باشید.
- **شناختن نوع پولیس** مانند پولیس ملی، ژاندارمری، پولیس امنیت و پولیس نظم عمومی را شناسایی کنید. در صورت امکان 7 شماره پلیس را در صورت وجود روی سینه پولیس به خاطر بسپارید.
- **پولیس از خشونت کار میگیرد**، با صدای بلند فریاد بزنید که شما به من آسیب میرسانید، طوری که اطرافیان صدای شمار را بشنوند
- **شما اجازه فیلمبرداری دارید** و همچنان میتوانید از مشاهدین تقاضا کنید فیلم بگیرند.
- **رمز ماییل خود را** به پولیس ندهید.

## ⚠ افسر پولیس این حق را ندارد:

- مانع فیلمبرداری شود
- توهین کند و از خشونت کار بگیرد
- لت و کوب کند

- اگر یک شخص بالغ نتواند هویتش را ثابت کند، امکان دارد این شخص برای تعیین هویت حداکثر چهار ساعت توقیف شود

در صورتی که پولیس نتواند هویت شخص را تثبیت کند، پولیس میتواند از شخص عکس گرفته یا اثر انگشت اش را بگیرد.

- در زمان توقیف اجاز تماس با یکی از اقارب را دارید
- در زمان ختم توقیف پولیس باید شرح کتبی توقیف را به شما تسلیم کند. امضای این گزارش ضروری نیست.
- اگر شما حکم اخراج (ترک خاک فرانسه) یا ممنوعیت قضایی از کشور را دریافت کرده‌اید:
- برای دریافت کمک به زود ترین فرصت با یک وکیل یا انجمن تماس بگیرید: به صفحات (6)
- لطفاً توجه داشته باشید: شما فقط 84 ساعت از زمان امضای سند برای ثبت اپیل وقت دارید.

# کنترل هویت و کنترل اقامت قانونی

پولیس حق کنترل تمامی افرادی را که در سرک گشت و گذار میکنند ندارد.

## کنترل هویت محدود به شرایط ذیل است

- مشکوک به ارتکاب **جرم**
- کنترل بر اساس امر سارنوال **در یک ساحه و زمان مشخص**
- **کنترل در مناطق مرزی** الی 20 کیلومتر، ایستگاه های قطار، میدان های هوایی، داخل قطارها، دروازه های ورودی شاهراها
- کنترل هویت **خارجی ها** مشروط به موجودیت علایمی شامل: صحبت به زبان خارجی، خواندن اخبار خارجی، داشتن موتر با نمبر پلت خارجی.د

## کدام اسناد نشان داده شود؟

برای خارجی ها : کارت اقامت، ریسپرسی درخواست کارت اقامت، ویزای معتبر، رسی پیسی معتبر برای متقاضیان درخواست پناهندگی. **میتوانید هویت خود را با هر سندی که نام ، تخلص و عکس شما را داشته باشد ثابت کنید.** بطور مثال با کارت ترانسپورت ( پس نویگو).

⚠ در صورت کنترل کارمندان ترانسپورت و نداشتن تکت فرار از ساحه الی رسیدن پولیس ممنوع میباشد، در غیر آن امکان دارد مبلغ 7500 یورو جریمه و یا دوماه زندان شوید.

✔ نشان ندادن کارت اقامت یا اسناد تعیین هویت جرم نیست

✘ نشان دادن اسناد و یا بیان هویت جعلی جرم است.



## LE KIOSQUE

حقوقی مرستی او د پناه غوښتنې او دوپلین پروسو  
چارل ( بیمه، د ترانسپورټ تخفیف، OQTF، د CMA

لپاره اپیل کول، ترک خاک او داسې نور).  
218 rue du Faubourg Saint-Martin 75010 Paris

M 7 Louis Blanc M 4 5 7 Gare de l'Est

☎ 01 76 62 12 47

✉ [lekiosque@emmaus.asso.fr](mailto:lekiosque@emmaus.asso.fr)

🕒 هره دوشنبه او چارشنبه تر 9:30 بجو چخه 12:30  
بجو او 2 بجو نه تر 4 بجو.

🕒 سه شنبه، پنجشنبه او جمعه 9:30 بجو نه تر 12:30

## وړياحقوقی مرستی

ستاسو له وضعیت سره سم په اداري پروسو کې مرسته او  
مشوره:

- PROCÉDURE ASILE د پناه اخیستلو پروسه
- INFORMATION DUBLIN د ډوبلین پروسه
- CARTE DE SÉJOUR د اقامت جواز
- RÉFUGIÉS قبول شوي مهاجرین

زیرسن (له 18 کلونو څخه کم عمر). د زیرسن  
لپاره د حقوقی مرستو معلومات په مخ 8 کې  
وگورئ.

## ESSOR

د اوفپرا د دوسیې سره مرسته، د محکمې او دوپلین  
لپاره اپیل کول، د CMA او ترک خاک لپاره اپیل، د اقامت  
کارت او د فامیل حق. reexamen پروسې لپاره مرسته،  
له پروفکتور څخه د فورمې له اخیستلو نه مخکې  
ورشئ.

🏠 24 quai d'Austerlitz 75013 Paris

M 6 Quai de la gare M 1 14 RER C Gare de Lyon

🕒 پنجشنبه له 3 بجو نه تر 5 بجو.

د نورو کارونو لپاره د ټیلفون او پیام له لارې د ملاقات  
وخت واخلئ:

☎ 07 51 49 52 29

## SOS RACISME

د بهرنيانو د حقونو په برخه کې مرسته: د اوسیدو حق،

د ویزې حق، د ترک خاک یا OQTF کې مرسته

یوازې د ملاقات اخیستلو له لارې

د حقوقی برخې سره اړیکه و نیسئ:

☎ 01 55 36 35 40

✉ [servicejuridique@sos-racisme.org](mailto:servicejuridique@sos-racisme.org)

## PERMANENCE POUR LES EXILÉ·E·S LA CHAPELLE

(ADDE, ATMF, Dom'asile, ELENA, GISTI, MRAP)

د CNDA OQTF (ترک خاک)، دوپلین او CMA لپاره  
اپیل کولو مرسته، همدارنگه د پریفیکچر د ملاقات په  
اړه معلومات ترلاسه کول، د OFII اړوند مشکلات. ژبه:  
یوازې په فرانسوي، انګلیسي، پښتو، عربي، دري.

🏠 10 rue Affre 75018 Paris M 2 La Chapelle

☎ 06 51 35 41 92

🕒 د پناه غوښتونکو لپاره: دوشنبه پر 2 بجو.

## د ټیلفون له لارې مرستی

### CIMADE ILE DE FRANCE

#### له هغو خلکو سره حقوقی مرستی چې د اخراج

#### سره مخامخ دي

- د اخراج پر وړاندې اپیل کول او د هغو خلکو د دوسیې تعقیبول چې اخراج سره مخامخ دي.
- د اخراج پر وړاندې اپیل کول او د هغو خلکو د دوسیې تعقیبول چې اخراج سره مخامخ دي.
- د معلوماتو او د ملاقات وخت اخیستل یوازې د ټیلفون له لارې کېږي.

🕒 دوشنبه د 2:30 نه تر 5:30 بجو او چهارشنبه له 9:30 نه تر

12:30 بجو ☎ 01 40 08 05 34

د اګست له 5 څخه تر 18 پورې بند وي

## LA FABRIQUE DU SOURIRE

🏠 Gare de Lyon, rue Rolland Barthès 75012 Paris

🚇 (M) 1 14 (RER) C Gare de Lyon

🕒 دوشنبه د ماہنام له 7 بجو وروسته

## UNE CHORBA POUR TOUS

🏠 در مقابل میٹرو

🚇 (M) 2 5 7 BIS Jaurès

Porte de la Villette 187

🕒 دوشنبه تر شنبې 4 بجې.

## RESTOS DU COEUR

🏠 1 avenue de Verdun 75010 Paris

🚇 (M) 4 5 7 Gare de l'Est

🕒 دوشنبه، چهارشنبه او جمعه 8 څخه تر 9 بجو. یک شنبه له 7:30 څخه تر 9 بجو

🏠 Place de la république 75003 Paris

🚇 (M) 3 5 8 9 11 République

🕒 سه شنبه، پنجشنبه و شنبه ماہنام 8 بجو څخه تر 9 بجو. د جولای له 28 څخه تر اگست 25 پورې بند دی. نه تر 4:30 بجو

# خواره

په ټولو خوراکونو کې حلال خواره شتون لري. حلال

## سهارنی

### P'TIT DEJ' SOLIDAIRES

🏠 Jardin d'Eole 75019 Paris

A l'angle de la rue d'Aubervilliers et de la rue du Département (M) 2 5 Stalingrad

🕒 هر ورځ د سهار له 8:30 نه شروع کیږي

### SOLIDARITÉ MIGRANTS WILSON

🏠 5 avenue de la Porte de la Villette 75019 Paris

🚇 (M) 7 Porte de la Villette

🕒 شنبه د سهار له 10 بجو څخه تر 12 بجو.

## غرمنی

### L'UN EST L'AUTRE / RESTOS DU COEUR / LA CHORBA

🏠 15 avenue Porte de la Villette 75019 Paris

🚇 (M) 7 Porte de la Villette

🕒 دوشنبې نه تر جمعې له 11 نه تر 1 بجو

🕒 شنبه او یک شنبه له 12 نه تر 2 بجو

## ماہنامی

### L'UN EST L'AUTRE / LA CHORBA

🏠 15 avenue Porte de la Villette 75019 Paris

🚇 (M) 7 Porte de la Villette

🕒 هر ورځ د ماہنام له 6 نه تر 8 بجو.

### LA GAMELLE DE JAURÈS

🏠 29 avenue de la Porte d'Aubervilliers

75018 Paris (T) 39 Porte d'Aubervilliers

🕒 هر دوشنبه د ماسپین په 8 بجو.

🕒 د اگست له 1 څخه تر 15 پورې بند دی.

### SOLIDARITÉ MIGRANTS WILSON

🏠 29 avenue de la porte d'Aubervilliers 75018

Paris (T) 39 Porte d'Aubervilliers

🕒 سه شنبه 8:30 بجې

🏠 Porte d'Aubervilliers 75018 Paris (T) 39 Porte

d'Aubervilliers

🕒 چهارشنبه 8:30 بجې

فواره های آب آشامیدنی زیادی در همه  
اماکن قابل دسترسی میباشد تا اینکه تر و  
تازه ماباند



# فعالیتونه

## ورزش



### FSGT PARIS

وریا ورزشی فعالیتونه د ټولو لپاره.  
پاریس کې په یو کلپ کې د رزشي فعالیتونو او یا ورزشی معلوماتو په اړه له دغه انجمن سره اړیکه و نیسئ:  
فوتبال، والیبال، منډې وهل، غره ته ختل ...  
☎ 01 40 35 18 49  
✉ [accueil@fsgt75.org](mailto:accueil@fsgt75.org)

### VIKING SFA FC

فوتبال.  
🏠 5 rue Neuve Saint Pierre 75004 Paris

📍 1 5 8 Bastille

🕒 چهارشنبه سهار 8:30 نه تر 9:45 بجو  
د راجستر کولو لپاره یو پیغام واستوئ:  
viking\_sfa\_fc@

### TERRAIN D'AVENIR

بیلابل ورزشی فعالیتونه (اسکلاد، باسکیتبال، رگبی، فوتبال، لامبو، یوگا (نڅینه او گډ)، گام وهل، عصري نڅا، زغاسته، سایکل چلول).  
د نوم لیکنې او غیر له نوم لیکنې له لارې ممکن دی:

### NOUR

Hatha Yoga د نوی کسانو لپاره ، نارینه او نڅینه او یا د میرمنو لپاره بیل. د سپتمبر څخه وروسته. **اگست کې بند وي.** نوم لیکنه لاندې سایټ کې جبري ده:

<https://reservation.nour-yoga.com/>

په پاریس کې، د کورسونو مهال ویش او ځایونو پوهیدو لپاره اړیکه و نیسئ:

☎ 06 12 64 83 64

✉ [contact@nour-yoga.com](mailto:contact@nour-yoga.com)

## ټولنیز او کلتوري

### فعالیتونه

ټول فعالیتونه د ټولو لپاره وړیا دي.

### LA MAISON BAKHITA

🏠 5 ter rue Jean Cottin 75018 Paris

📍 12 Marx Dormoy

🕒 دو شنبی نه تر جمعي پوري له 9 بجو نه تر 5:30 بجو.  
په وړیا ډول د فعالیتونو او زده کړو بیلگې او وختونه:

• د کارموندنې مرسته

• رواني او روغتیايي مرستې : هره دوو سه شنبو کې یوه

سه شنبه

• گډ آسپرخانه، د محاورې روزنیر ورکشاپ او د موسیقۍ ورکشاپ.

د نورو معلوماتو لپاره، اړیکه و نیسئ.  
د اگست له 5 څخه تر 25 پوري بند وي.

✉ [bonjour@maisonbakhita.fr](mailto:bonjour@maisonbakhita.fr)

### CEDRE

🏠 23 boulevard de la commanderie 75019 Paris

📍 7 12 39 Porte de la Villette

📍 12 Aimé Césaire  
Café Papote (د آرام کولو ځای، د تختې لوبې، گروپي لوبې، بحثونه): دوشنبه، سه شنبه او پنجشنبه د ماسپینین 2 څخه تر 5 بجو

د فوتبال تمرین: د شنبې په سهار :  
☎ 07 69 92 97 53

نور مالومات :

[clemence.martin@secours-catholique.org](mailto:clemence.martin@secours-catholique.org)

د جولای له 29 څخه بند وي.

### LIMBO

«Centquatre», 5 rue Curial, Paris 75019 🏠

📍 5 7 2 Riquet, Stalingrad هنري ورکشاپونه:

🕒 چهارشنبه 11:30 نه تر 2 بجو

کلتوري سفرونه. په میاشت کې دوه ځله تر سره کیږي، که غواړي په کلتوري پروگرامونه کې برخه واخلي د دی ایمیل ادرس سره اړیکه و نیسئ.

په اگست کې هیڅ ورکشاپ نشته.

✉ [ateliers.limbo@gmail.com](mailto:ateliers.limbo@gmail.com)

### BRIGADE DE LA SOLIDARITÉ POPULAIRE

لوستل، لوبې، ابتکاري فعالیتونه، بحث

🏠 Square Anaïs Nin, Paris 75019

📍 39 Porte d'Aubervilliers

🕒 جمعه ماښام 6:30 نه تر 8 بجو.

🕒 دوشنبه ماښام 7 نه تر 9 بجو

### ETAPE

ولنیز کلتوري فعالیتونه: لوبې، بهرول ، مختلف ورکشاپونه

هر دوو شنبو کې یوه شنبه له 4 بجو څخه تر 6 بجو. د راجستر کولو لپاره پیغام واستوئ.

د راجستریشن پرته، د وخت په اړه نور معلومات دغه وټسپ کې:

☎ 07 64 33 16 78

🕒 او یا دغه ایمیل له لارې:

ټول فعالیتونه وړیا دي، پاریس کې د

سپورت عامه ځایونو دلته و مومئ:

الدخول مجاني لطالبي اللجوء الحاملين بطاقة

الإعانة المالية ADA.





# درملنه



د طبيعي پيښو په بېرته حالت کې له دغې

شميره سره اړيکه و نيسي 15

## د عصايي ناروغانو درملنه

عاجل

● C.P.O.A HÔPITAL SAINT-ANNE

له 16 کلن څخه د ډير عمر کسانو بايد له ورتگ وړاندې تېلفون وکړي.

🏠 1 rue Cabanis 75014 Paris (M) 📍 Glacière

☎ 01 45 65 81 09 - 01 45 65 81 10

🕒 24 ساعته خدمات او يا 112 عاجلي شميرې ته وړيا تېلفون وکړئ. په وړيا ډول د روانشناس مشوره

●● HÔPITAL AVICENNE

🏠 125 route de Stalingrad 93000 Bobigny  
Bâtiment Mantout (M) 📍 La Courneuve-8 mai 1945

عصبي ډاکټر: د رواني ناروغانو متخصص. ترجمان هم شته  
د ملاقات اخيستلو لپاره له نږدې ورشئ، يا تېلفون وکړئ او يا هم ايميل واستوئ  
☎ 01 48 95 54 74

✉ [psychotrauma.avicenne@aphp.fr](mailto:psychotrauma.avicenne@aphp.fr)

🕒 دوشنبه، سه شنبه، پنجشنبه او جمعه د سهار له 9 بجو نه تر 4

● LE CHÊNE ET L'HIBISCUS

بې کسه نارينه و لپاره : د بې سر پناه پناه غوښتونکو او مهاجرو لپاره. روان شناس له ترجمان سره

🏠 Halte humanitaire 2 rue Perrault 75001 Paris

(M) 📍 1 Louvre Rivoli

🕒 دوشنبه د ماسپينين له 2 بجو څخه تر 4 بجو  
🕒 سه شنبه د سهار له 10 بجو څخه تر 12 بجو پورې  
🕒 چهارشنبه د سهار له 10:30 بجو څخه تر 13:30  
🕒 پنجشنبه د ماسپينين 2 بجو څخه تر 6 بجو  
🕒 جمعه له 10 بجو څخه تر 12 بجو

🏠 Accueil de jour Austerlitz

24 quai d'Austerlitz 75013 Paris

(M) 📍 6 Quai de la gare (M) 📍 1 14 (RER) 📍 Gare de Lyon

🕒 ددوشنبه 9:30 څخه تر 1 بجو

● ETAPE

د خبرو اترو او افهام او تفهيم گروپ.

🏠 Maison des Réfugiés, 50 Boulevard Jourdan  
75014 Paris

(RER) 📍 5 Cité Universitaire (M) 📍 4 Porte d'Orléans

له ثبت نام نه بغير. نور معلوماتو لپاره اړيکه و

## ASSOCIATION 4A - L'ÉDITION ORIGINALE

د زيرسن او ځوانانو لپاره.  
د ځينو هنرمندانو په مرسته د رسامۍ له لرې هنري او د ميډيا تېشن فعاليتونه  
🕒 چهارشنبه د 2 بجو نه تر 5 بجو.  
د اگست له 12 څخه تر 18 پورې بند دی.  
د برخه اخيستلو لپاره تېلفون وکړئ:

☎ 06 09 14 00 63

## کتابخانه



رایگان دسترسی کتابهای مختلف، کامپیوتر، اینترنت،  
وای فای و ساکت برق برای چارج کردن تلفون تان.

## BIBLIOTHÈQUE PUBLIQUE D'INFORMATION

🏠 Place Georges Pompidou, 75008 Paris

(M) 📍 11 Rambuteau

🕒 د دو شنبې - جمعي د 12 بجو څخه بيا د شپي تر 10 بجو.  
🕒 د شنبې او يکشنبې په ورځو د 10 بجو څخه د شپي تر 10 بجو. په سه شنبه کتابتون بند دی.  
د فرانسوي ژبې د محاورې ورکشاپ ( خبرې اترې).  
🕒 د فرانسوي محاورې زده کړه:  
جمعه 1 بجه (ابتدایه سطحه)، 2 بجې، 4 بجې او 6 بجې.  
🕒 روغتيايي مرستې: پنجشنبه د جولای د 11 د ماسپينين له 2 بجو څخه تر 6 بجو پورې.



د پاریس په ښار کې ټول کتابتونونه ومومئ:

## دلوبو په جريان کې د جشنونو څخه خوندي و اخای

په پاریس کې به په ټول اوړي کې ډيرې فعاليتونه هم ترسره کېږي.

دلته د جشنونو ټول تنظيم شوي پيښې ومومئ:



د مثال په ډول:

🏠 Parc de la Villette

Porte de la Villette (M) 📍 7 Delphine (M) 📍 3b

• کې د نوي سپورتونو تمرينول او د فرانسوي ورزشکارانو بریايو شريکول

# د ټيلفون له لارې د کارونو ترسره کول

نیسې:

07 64 33 16 78

✉ [associationetape@outlook.fr](mailto:associationetape@outlook.fr)

## LE CENTRE MINKOWSKA ●●

🏠 11 rue des réglises, 75020 Paris

📍 Porte de Montreuil

د ملاقات اخیستل حتمي دي. فورمه باید د یو مسلکي کارکوونکي لخوا ډکه شي: فورمه له دې ځایه ترلاسه کړئ:

## ● COMEDE

د روغتیايي ستونزو له امله د اقامت حق په برخه کې مرسته او تخصص، روغتیايي او اجتماعي آسانتیاوو ته لاسرسی له هغو خلکو سره چې په ایل دو فرانس کې میشت دي. روغتیايي او روانی ستونزو مرسته:

☎ 01 45 21 38 93

🕒 دوشنبه، سه شنبه، چهارشنبه: د سهار 9:30 نه تر 12:30

بجو او د ماسپینین 2:30 نه تر 5:30 بجو

🕒 پنجشنبه د ماسپینین 2:30 نه تر 5:30 بجو

د ټولنیز او حقوقي ستونزو لپاره::

☎ 01 45 21 63 12

🕒 دوشنبه، سه شنبه او پنجشنبه له 9:30 بجو نه تر 12:30

بجو او بیا له 2:30 نه تر 5:30 بجو.

🕒 چهارشنبه او جمعه له 9:30 نه تر 12:30 بجو

د اگست له 1 څخه تر 15 پورې بند دي.

## ● PRIMO LEVI

د په خپل هیواد کې د شکنجې قربانیانو لپاره. د ملاقات وخت اخیستل حتمي دي:

🕒 دوشنبه تر جمعي: له 9:30 نه تر 1 بجو او له 2 بجو

نه تر 5:30 بجو. د جولای په 14 او د جولای له 29 څخه

تر اگست 9 پورې بند دي.

🏠 avenue Parmentier, 75011 Paris 107

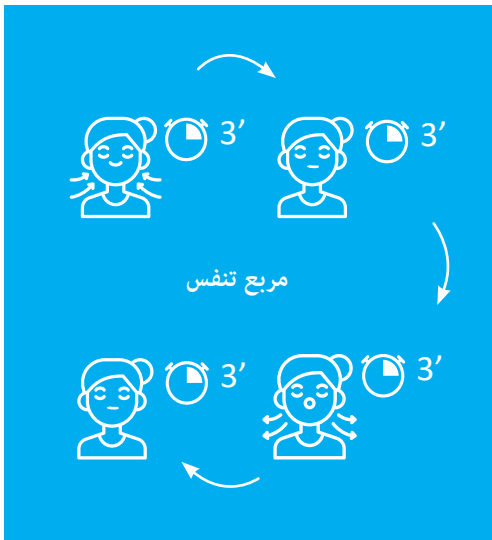
Parmentier 📍 (M)

✉ [dcaetano@primolevi.org](mailto:dcaetano@primolevi.org)

## له تاوتریخوالو سره



## دلوبو په جریان کې د جشنونو څخه خوندي و اخی



## ● FEMMES ENTRAIDE AUTONOMIE

🏠 Pépinière Mathis, 9 rue Mathis 75019 Paris

📍 Crimée (M)

اوریدل، په انفرادي ډول رواني مرستې، د بڼو ترمنځ د بحث گروهونه، د ورزش او هوساینې ورکشاپونه.

🕒 چهارشنبه او جمعه د سهار له 9 بجو څخه تر 1 بجو

پورې او د ماسپینین له 2 څخه تر 5 بجو. وخت اخیستو

ته اړتیا نشته. ☎ 07 45 69 01 37

د جولای له 24 څخه تر اگست 26 پورې بند وي.



## د گرمۍ پر مهال تدابير



اوبه و څښئى حتى كه تېري هم نه وئ. هره ورځ 3 يا 4 ليټره اوبه و څښئ. د امکان په صورت كې خپل ترموز او يا د اوبو بوتل ډك و ساتئ.



هڅه وكړئ يخو ودانيو او ځايونو ته ولاړ شئ لكه كليسا، د ريل سټيشن، تجارتي مركزونو، كتابخانو



د يخ لپاره ځانگړي ځايونه او چشمو ته ځان نږدې كړئ او خپل ځان، مخ او لاسونه لاندې كړئ.



د الكولو څښلو څخه ډډه وكړئ



ارام اوسئ او د سخت كار څخه مخنيوى وكړئ



هڅه وكړئ چې د امکان تر حده تازه خواړه وخورئ

د تودوخې د سكتې په صورت كې، كه تاسو لاندې نښې نښانې تجربه كړئ (كمزورى، چټكتيا، خوب، زړه بدوالى، تبه، خوله كول): ۱۵ ته زنگ ووهئ



## د تازه گۍ ټاپو (Îlots de fraiseur) :

د هوا دگرمو څپو د خپرډارۍ په حالت كې، د پاریس ښاروالۍ ټوله شپه پارکونه خلاص پرېږدي او د حمام او د ESI د مرستو كاري ساعتونه غځوي. پاریس كې د تازه گۍ ټاپو د ټولو خلكو لپاره د مرستې، هرکلي او استراحت د ځايونو په توگه پيژندل كيږي. د دغو ځايونو د موندلو لپاره د QR دغه كود سگن كړئ.





# JOP 2024 PACHTO PARIS

که تاسو په پاریس کې اوسېږئ، د پناه غوښتنې په لټه کې، کډوال یا بې  
سندې یاستی نو دا تاسو لپاره یو ګټور او مناسب لارښود دی.

د دغه لارښود معلوماتو کې حقوقي مشورې، د پناه اخیستلو قانوني  
پروسېچرونه او ګټور آدرسونه شمال دي چې معلومات یې هره میاشت نوي  
کېږي.

د لارښود متن او محتوا د اجتماعي حقونو، پناه غوښتنې او بهرنیو اتباعو د  
متخصصینو لخوا تایید او چمتو کېږي.

دا لارښود په فرانسوي، انګریزي، پښتو، دري او عربي ژبو وړاندې کېږي او  
معلومات یې هره میاشت نوی کېږي.

دغه معلوماتي لارښود په لیون او تولوز ښارونو کې هم د لاسرسۍ وړ دی.

Ce guide est disponible en : français, anglais,  
arabe (littéral), pachto, dari.



زمونږ معلوماتي لارښود له [www.watizat.org](http://www.watizat.org) ویب سایت او ویدیوګانې د  
اجتماعي شبکو څخه ترلاسه کړئ :



Watizat Paris



watizatparis



Watizat, chaîne d'information



watizatasso

پوښتنه لرئ؟ له مور سره اړیکه ونیسئ :

[contact@watizat.org](mailto:contact@watizat.org)

Si vous êtes une organisation, association ou collectif,  
commandez les guides en version papier : [commandes.paris@watizat.org](mailto:commandes.paris@watizat.org)

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