

د گرمۍ پر مهال تدابير



اوبه و څښۍ حتی که تری هم نه وئ. هره ورځ 3 یا 4 لیتره اوبه و څښۍ. د امکان په صورت کې خپل ترموز او یا د اوبو بوتل ډک و ساتۍ.



هڅه وکړۍ یخو ودانیو او ځایونو ته ولاړ شۍ لکه کلیسا، د ریل سټیشن، تجارتي مرکزونو، کتابخانو



د یخ لپاره ځانگړي ځایونه او چشمو ته ځان نږدې کړۍ او خپل ځان، مخ او لاسونه لاندې کړۍ



د الکولو څښلو څخه ډډه وکړۍ



ارام اوسۍ او د سخت کار څخه مخنیوی وکړۍ



هڅه وکړۍ چې د امکان تر حده تازه خواړه وخورۍ



د تودوخې د سکتې په صورت کې، که تاسو لاندې نښې نښانې تجربه کړۍ (کمزوری، چټکتیا، خوب، زړه بدوالی، تبه، خوله کول): 10 ته زنگ ووهۍ

د تازه گۍ ټاپو (Îlots de fraiseur) :

د هوا دگرمو څپو د خپرډارۍ په حالت کې، د پاریس ښاروالۍ ټوله شپه پارکونه خلاص پرېږدي او د حمام او د ESI د مرستو کاري ساعتونه غځوي. پاریس کې د تازه گۍ ټاپو د ټولو خلکو لپاره د مرستې، هرکلي او استراحت د ځایونو په توگه پیژندل کېږي. د دغو ځایونو د موندلو لپاره د QR دغه کود سکن کړۍ.



که په پاریس کې اوسېږۍ، کېوال یاستۍ او یا هم بې اسناده یاستۍ، دغه معلوماتي پاڼه ستاسو لپاره ده.

دغه معلومات د یو معلوماتي لارښود څخه اخیستل شوی چې هره میاشت نوي معلومات په کې اضافه کېږي او په پښتو، دري، فرانسوي، انګلیسي او عربي ژبو د لاسرسۍ وړ دی.

په دغه معلوماتي لارښود کې د مرستو لپاره گټور ادرسونه، مشورې او قانوني پروسیجرونو په اړه معلومات شامل دي.

زمونږ معلومات د باور وړ او تایید شوي چې د پناه غوښتنې د متخصصینو او با تجربو کارکوونکو لخوا چمتو کېږي.

تاسو کولای شۍ له دغه ځایه یې ډاونلوډ کړۍ:



لکه درملنه

HÔPITAL HÔTEL DIEU

PASS - Centre diagnostique

🏠 1 place du Parvis Notre-Dame, 75004 Paris

🚇 Saint Michel / Cité

🕒 پرته له ملاقات څخه د سهار په 7:30 بجو

د ملاقات له لارې 11:30 بجې.

د داخلي ډاکټر له تاييد وروسته د سترگو او غاښونو ډاکټر ته وړيا لاسرسی.

د جولای له 18 څخه تر اگست 11 پورې بند وي.

HÔPITAL LARIBOISIÈRE

د پاس د داخلي ډاکټر « Consultation Arc-en-ciel » د غوښتنه وکړئ.

🏠 2 rue Ambroise-Paré, 75010 Paris

🚇 Gare du Nord

🕒 يوازې د ملاقات وخت اخیستلو له لارې:

له دوشنبه نه تر جمعې سهار 8 بجې.

د اگست په 16 بند دی.

HÔPITAL PITIÉ-SALPÊTRIÈRE

د داخلي ډاکټر لپاره د pass امکانات شته.

🏠 47-83 Bd de l'Hôpital, 75013 Paris

🚇 Saint-Marcel

🕒 د ډاکټر مشوره: د ملاقات لپاره له نږدې ورشئ. د دوشنبې

څخه تر جمعې پورې د سهار 7 بجې ورشئ.

✉ accueil-medint1.pass-pitie@aphp.fr

HÔPITAL SAINT-ANTOINE

غوښتنه وکړئ « Polyclinique Baudelaire »

🏠 184 rue du Faubourg Saint-Antoine, 75012 Paris

🚇 Nation

☎ 01 49 28 29 50

🕒 د ملاقات وخت اخیستلو پرته. له دوشنبه نه تر

جمعه: د سهار له 8 بجې.

حمام

BAINS-DOUCHES PYRENEES

🏠 296 rue des Pyrénées, 75020 Paris

🚇 Pyrénées

دوشنبه تر شنبې له 7:30 بجو نه تر 12:30 بجو. یکشنبې له 8

بجو نه تر 12 بجو. چهارشنبه بند وي.

BAINS-DOUCHES NEY

🚇 د معلولينو لپاره د لاسرسی وړ دی.

🏠 134 boulevard Ney, 75018 Paris

🚇 Porte de Clignancourt

🕒 دوشنبه تر یک شنبې له 7:30 څخه تر 11:30 بجو.

یک شنبه 8 نه تر 11 پورې. پنجشنبه تړلی.

BAINS-DOUCHES DES HAIES

🚇 د معلولينو لپاره د لاسرسی وړ دی.

🏠 27 rue des Haies, 75020 Paris

🚇 Buzenval

🕒 سه شنبه تر شنبې د سهار له 7:30 بجو څخه تر 12:30

بجو. یک شنبه 8 نه تر 12 پورې.

BAINS-DOUCHES MEAUX

🚇 د معلولينو لپاره د لاسرسی وړ دی.

🏠 18 rue de Meaux, 75019 Paris

🚇 Colonel Fabien

🕒 دوشنبې نه تر شنبې د سهار له 7:30 بجو څخه تر 12:30

بجو. چهارشنبه بند وي یکشنبه د سهار له 8 بجو څخه تر

11:30 بجو.

BAINS-DOUCHES LES AMIRAUX

🚇 د معلولينو لپاره د لاسرسی وړ دی.

🏠 6 rue Hermann-Lachapelle, 75018 Paris

🚇 Diane Airbus

🕒 سه شنبه تر شنبې د سهار له 12 بجو څخه تر 5 بجو.

فواره های آب آشامیدنی زیادی در همه اماکن قابل.

دسترسی میباشند تا اینکه تر و تازه مابند



ESI RENE COTY

لویان پرته له ماشومانو.

🏠 6-8 Avenue René Coty, 75014 Paris

🚇 Denfert-Rochereau

د ملاقات پرته:

🕒 له دوشنبه څخه تر جمعې د سهار له 8:30 بجو څخه تر 1

بجی پورې او د ماسپینین له 2 بجو نه تر 5 بجو پورې.

ESI HALLE SAINT DIDIER

🏠 23 rue Mesnil, 75016 Paris

🚇 Victor-Hugo

🕒 دوشنبې نه تر جمعې له 8:30 نه تر 12:30 بجو او له 1:30

نه تر 5 بجو.

ESI LA MAISON DU PARTAGE

لویان پرته له ماشومانو.

🏠 32 rue Bouret, 75019 Paris

🚇 Jaurès

د فتر په لاندې وختونو خلاص وي:

🕒 دوشنبه تر پنجشنبې: له 8 بجو څخه تر 12:45 پورې او

پیا له 2 څخه تر 4:30 بجو.

🕒 جمعه د جولای 19 او د اگست 9 او 23: د سهار له 8 بجو

نه تر 12:30.

یکشنبه د جولای 28 او د اگست په 4 او 18 مه. د سهار له 9

بجو څخه تر 12:45 بجو او 2 نه تر 4:30 بجو.

🕒 د ملاقات وخت اخیستلو پرته له دوشنبه نه تر جمعه: د

سهار له 2 بجی نه تر 4.

ESI MAISON DANS LA RUE

لویان پرته له ماشومانو.

🏠 18 rue Picpus, 75012 Paris

🚇 Nation

🕒 له دوشنبه نه تر جمعه د سهار له 8:15 نه تر 4 او

چهارشنبه تر 1 بجو نه تر 4 بجو پورې.

ESI BONNE NOUVELLE

کورنیو لپاره.

🏠 9 rue Thorel, 75002 Paris

🚇 Bonne Nouvelle

🕒 دوشنبه څخه تر جمعې پورې له 9:30 نه تر 1 بجو او د 2

بجو نه تر 5 بجو. پنجشنبه له غرمې وروسته دفتر بند دی.

ESI GEORGETTE AGUTTE

د حامله او ماشوم لرونکو میرمنو لپاره.

🏠 9-11 rue Georgette Agutte 75018 Paris

🚇 Guy Moquet

🕒 سه شنبه تر شنبې د سهار له 9:15 څخه تر 4:30 بجو.

پنجشنبه د ماسپینین له 1 بجو څخه تر 4:30 بجو پورې.

هرکلی، لارښوونه،

همکاري، جنسي روغتيا

ACCUEIL DE JOUR AUSTERLITZ

د جولای له 1 څخه تر 18 پورې او د جولای له 26 څخه تر

اگست 31 پورې:

🏠 24 Quai D'Austerlitz, 75013 Paris

🚇 Gare d'Austerlitz

د جولای له 18 څخه تر 26 پورې:

🏠 13 rue Santeuil, 75005 Paris

🚇 Saint Marcel

🕒 دوشنبه تر جمعې له 9 بجو څخه تر 4 بجو پورې، سه

شنبه له 9 بجو څخه تر 2:30 بجو پورې.

د اگست په 15 او 16 بند دی.

ACCUEIL DE JOUR CITE

د جولای له 1 څخه تر جولای 21 پورې او د اگست تر 8

پورې:

🏠 1 boulevard du Palais, 75004 Paris

د جولای له 15 څخه تر اگست 5 پورې:

🏠 3 bis Cité Aubry, 75020 Paris

🚇 Alexandre Dumas

🕒 له دوشنبه نه تر جمعه د سهار له 9 بجو نه تر 4 بجو.

HALTE HUMANITAIRE

🏠 2 rue Perrault, 75001 Paris

🚇 Louvre Rivoli

🕒 هره ورځ سهار 9 بجو څخه تر 6 بجو پورې.

د جولای په 26 بند دی.

CEDRE

🏠 23 boulevard de la commanderie, 75019 Paris

🚇 Aimé Césaire

🕒 دوشنبه، سه شنبه او پنجشنبه د سهار له 9 بجو څخه تر

11. دفتر به د دوشنبې د جولای 29 نه څخه تر

اگست 16 مې پورې بند وي.



داستقبال (مرستو) ورځيني مرکزونه

ESI AGORA

لویان پرته له ماشومانو.

🏠 32 rue des Bourdonnais, 75001 Paris

🚇 Châtelet les Halles

🕒 د ملاقات له اخیستلو پرته: له دوشنبه نه تر جمعه د

سهار له 9 بجو نه تر 12 بجو.