

إرشادات مهمة بما يخص فيروس كورونا

إجراءات وقائية :

- غسل اليدين جيدا لعدة مرات في اليوم.
- وضع الفم عند المرفق وقت السعال أو العطس.
- استخدام منديل لمرة واحدة ثم رميه.
- القاء التحيّة دون ملامسة اليدين أو التقبيل.
- إذا كنتم تعيشون في مراكز إيواء أو تنتشرون في الغرفة فيجب تنظيفها بشكل مستمر وعدم دخول الآخرين.
- في حالة الشعور ببعض أعراض الحمى والسعال أو ضيق التنفس، اتصلوا فوراً بالرقم 15.
- في حالة أعراض مشاكل صحية أخرى أو النساء الحوامل فيرجى التواصل بالطبيب (في حالة الطوارئ، في حالة عدم وجود تأمين صحي فذلك سيكون مجانياً).
- تجنب استخدام المهدئات ومضادات الإلتهاب فهي تضاعف من مشاكل المرض وقد توصله لمراحل حرجة مثل (Adfil, nurofen, ketoprofene, profenid, etc)

أرقام الإستعلامات والطوارئ (ما يخص اللاجئين)

- المنع 45 63 05 51 337+
- سيماد 70 49 90 91 334+ الإثنين، الثلاثاء، الخميس من 9 ونصف إلى 12 ومن 14 إلى 17
- في حالة الأجلء من السكن أو التعرض لخطر فقدان السكن 85 15 87 32 336+
- للتسكين الطارئ في الفندق اتصلوا ب 115 الساعة 8
- SOS Femme 13 للعنف ضد النساء من 10 إلى 16:00 الرقم 50 61 24 91 334+ من الإثنين للجمعة
- للنساء ضحايا العنف 3919 من الإثنين للجمعة من 9 إلى 22:00 ويومي السبت والأحد من 9 إلى 18:00

الأوفي/ مركز تقديم اللجوء بلافورم / اوفيرا / البريفكتور/ CNDA

- الأوفي: المكتب مغلق لكن يمكن التواصل عبر التلغراف والبريد.
- البلافورم: المكتب مغلق ولا يوجد مساعدة في تدوين الرواية الشخصية، لكن خدمات أخرى متاحة مثل (وثائق التسكين، إرسال الملفات، والمساعدات القضائية.
- الأوفرا: الإستدعاء والمقابلات والسماع متوقف حتى تاريخ 15/04 لكن يجب تسجيل طلب اللجوء.
- الأشخاص الذين استلموا ملفات طلب اللجوء الخاص بهم قبل 01/03 يمكنهم إرسالها قبل 15/04
- ملفات الطعن بالقرار CNDA بما يتعلق بالطعن بالحكم بالمقابلات والإجراءات متوقفة حتى تاريخ 15/04 لكن يجب إرسال الطعن في المهلة المحددة (15يوم للمحامي و 30 يوم للطعن)
- البريفكتور: المكاتب مغلقة لكن تم تمديد كروت الإقامة والريسبيبيسي (الوثائق المؤقتة) وشهادة طلب اللجوء لمدة ثلاثة أشهر ابتداء من تاريخ 15/03

المحاميون والمحاميات المناوبون/ات

- كليونس ديون لكل الحالات أيام الإثنين، الثلاثاء، الخميس والجمعة 52 65 24 84 336+
- لويز دوماس ، الإثنين بعد الظهر، الثلاثاء والأربعاء بما يتعلق بالطعن في القرار فقط 61 39 32 63 336+
- يوميا المحامية فلورا جيلبرت لكل الحالات 08 53 63 86 337+

توزيع المواد الغذائية

- المساعدة الأهلية في بلانكارد ، سلة غذائية لكل أسرة من الإثنين للخميس من 9:00 إلى 11:00 دون شروط 91 334+
- 40 21 32 61 339+ / 36 56 36 عنوان : 37 traverse de trevresse
- ارميه دو سالو : توزيع وجبات الغداء في الظهر عنوان 190 rue Felix Pyat 13003
- ميسيوناير دو لا شاريتيه : توزيع وجبات الغداء في الظهر على عنوان 11 rue Alphee cartier 13003
- لو سورير دي زاونج: توزيع خبز في موقف مونوبري برادو كل يوم الساعة الثامنة مساء.
- الصليب الأحمر: توزيع مواد غذائية من 13:30 إلى 16:30 بدون أي شروط ، يتم دفع 5 يورو فقط على العنوان التالي
17 rue saint Antoine 13002:
- فيزا 13: كل أربعاء الساعة 12:15 سلة غذائية مجانية أو باسعار رخيصة، يشترط حمل رسالة من المساعدة الإجتماعية
(ميترو مالبايسيه) 93 bd Barry 13013

نقاط توزيع الوجبات في مارسيليا:

- عربة ايمابوس Emmaus : وجبة الإفطار الساعة 7:30 في ساحة ستالين جراد / ريفورميه
- توزيع شربة ساخنة: كل جمعة من 16:30 إلى 20:30 عنوان 29 rue des 3 mages 13001
- المطعم المتنقل: ابتداء من الساعة السابعة مساء في الكورنيش/ برادو/ كاستيلان/ حديقة 26/ لا تيمون
- السيكور كاثوليك: ابتداء من الساعة السابعة مساء في كاستيلان/ برادو/ لا تيمون
- الصليب الأحمر: الساعة 17:00 الجمعة في الشمال/السبت في وسط المدينة/ الثلاثاء والخميس في الجنوب
- جمعة 13: توزيع سلال غذائية و قناني مياه، تمر الدوريات بشكل يومي من 14:00 إلى 17:00
- جمعية صدقة: يوميا الساعة الثامنة مساء في الميناء القديم وبيلزانس
- دوريات كل مساء في ريفورميه/ الكانيبير/ سان شاغل/ بيلزانس/ لا بلين/ كور جوليان/كاستيلان

نقاط المياه:

- ايمابوس في ساحة ستالين جراد
- نافورة مياه في الكانيبير أمام مكتب السياحة
- نافورة مياه في سان فيكتور
- عند ميترو الميناء القديم عند المرخج المؤدي إلى شارع ريبوبليك
- في بيلزانس في جهة السنتر بورس أمام مختبرات البروفانس

الصحة:

- comedo جمعية مختصة بالمرضى الأجانب من ال9 إلى ال12
الرقم 12 63 21 45 331+ بما يختص بالجانب القضائي
الرقم 93 38 21 45 331+ بما يختص بالجانب الطبي
- مركز العناية OSIRIS مختص بالدعم النفسي 00 66 37 78 336+
ايماج سانتته (للأعمار بين 12 و 25) يوميا من الواحدة مساء حتى الخامسة مساء 87 71 13 91 334+
أطباء حول العالم: استقبال مباشر من التاسعة حتى الحادية عشر صباحا على العنوان التالي 4 Avenue Rostand
13003 أو الاتصال بالأرقام التالية : 03 56 04 95 334+ / 93 72 61 98 336+
PASS APHM صعوبة الحصول على العناية أو المتابعة الإجتماعية، الحصول على الأدوية.
- استقبال بدافع طبي طارئ بعد التواصل مع الرقم التالي : 66 99 38 91 334+
بما يتعلق بأمور أخرى: للأشخاص الذين في وضع بيع الهوى أو الدعارة والمتحولين جنسيا يوميا من العاشرة صباحا حتى السادسة مساء على الرقم التالي: 44 03 53 61 336+
مشاكل الإدمان
- JAM (للأعمار بين 13 و 25 سنة) رقم 65 00 91 334+
357 BD National 13003 CASAPA DANIELLE CASANOVA 04 35 25 95 334+
الإثنين 9-12 و 14-17 ، الثلاثاء 9-12 و 14-18، الأربعاء والجمعة 9-12، الخميس 9-12 و 17-19
- PASS APHM عام : لكل الرعاية النفسية
- PASS PSY الصحة النفسية موعد 17 97 96 91 334+، 86 28 45 27 336+
المناسبة على الهاتف لاتيمون وكونسيبيون : 79 78 38 91 334+ طب الأسنان: 23 81 38 91 334+
الأمومة : 23 81 38 91 334+ ، قسم الاطفال : 09 46 38 91 334+
مستشفى الشمال الكبار 97 49 96 91 334+، الأمومة: 58 49 96 91 334+ الأطفال 4 54 96 91 334+
مركز الطب النفسي في بيل دو ماي : مركز ادوارد تولوز على الرقم التالي : 37 20 50 91 334+
مركز اوزيريس (مختص بالمتعرضين للإضطهاد السياسي) من 9 إلى 16 على رقم : 00 66 37 78 336+
COGITOZ: خط ساخن للأمراض النفسية 810 822 33805+م مجانا
التخطيط الأسري : من التاسعة صباحا حتى الثامنة مساء من الإثنين للجمعة على الرقم 11 11 08 00 338+

لمزيد من المعلومات لا تتردوا بالتواصل مع المنبع على الرقم 45 63 05 51 337+ باللغتين الفرنسية والإنجليزية