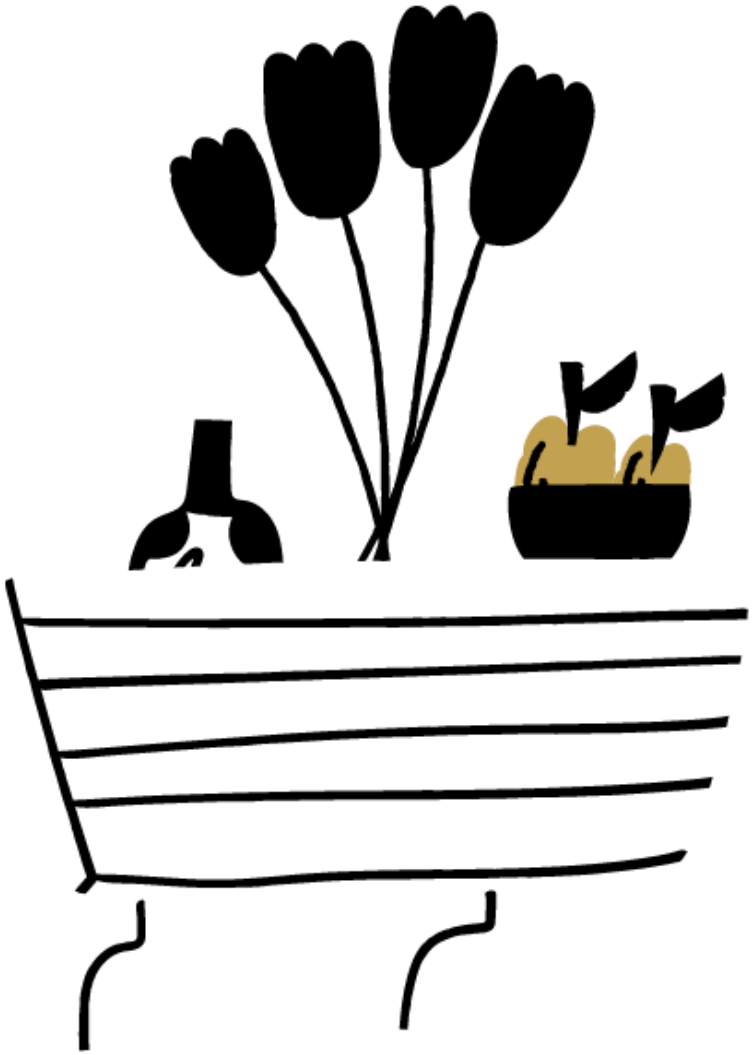
اطلاعاتی درباره خدمات برای مهاجران در هلسینکی

خدمات اجتماعی، بهداشتی و امدادی



Kuvitukset: Lille Santanen

مطالب:



- خدمات ویژه برای مهاجران
- خدمات سلامت روان در خدمات ویژه برای مهاجران
- اداره ثبت احوال و اطلاعات دیجیتال
- سازمان تامین اجتماعی فنلاند(Kela)
- کارت شناسایی و اجازه اقامت
- حساب بانکی و اطلاعات اعتباری
- سیستم اطلاعات مشتری و پورتال Maisa
- حمل و نقل عمومی HSL
- خدمات بهداشت دهان و دندان
- خدمات بهداشتی
- مهدکودک‌ها و مدارس
- پیوندهای مفید

Helsinki

خدمات ویژه برای مهاجران



خدمات اجتماعی برای حمایت از فرایند سازگاری با جامعه



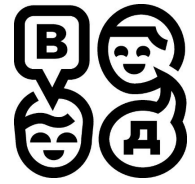
- کار با ارزیابی نیاز به خدمات و برنامه‌ای که به صورت مشترک تهیه می‌شود، آغاز می‌شود: چه نوع حمایتی در زندگی روزمره نیاز دارید؟ وضعیت زندگی‌تان چگونه است؟ برنامه شما می‌تواند شامل جلسات فردی یا گروهی، فعالیت‌های دیگر و اطلاعاتی برای حمایت از سازگاری با جامعه باشد.



- اصل فعالیت بر حمایت از خوداتکایی شما و تقویت مشارکت اجتماعی شما است. به عنوان مثال، شما موظف هستید فرم‌ها را با توجه به توانایی‌ها و مهارت‌های خودتان پر کنید. ما از شما حمایت می‌کنیم، اما کارها را به جای شما انجام نمی‌دهیم.



- راهنمایی و مشاوره در امور روزمره مانند مسکن، مسائل مالی، ورود به کشور و اقامت.



- همه خدمات ما رایگان هستند.
- در خدمات ما از مترجم استفاده می‌شود. همه کارکنان و مترجمان موظف به رازداری هستند.

چه نوع کمک و حمایتی می‌توانم دریافت کنم؟

- حمایت روانی-اجتماعی بخشی از کار همه کارکنان است. ما در تقویت دانش و مهارت‌های مؤثر بر رفاه شما حمایت می‌کنیم.
- حمایت برای خانواده‌ها: ما به‌طور مشترک به بررسی چالش‌هایی که خانواده‌ها با آن مواجه هستند کمک می‌کنیم و شما را به خدمات مورد نیاز راهنمایی می‌کنیم.
- نیازهای ویژه: ما به نیازهای خاص توجه داریم و شما را به خدمات مناسب، مثلاً خدمات برای سالمندان یا افراد دارای معلولیت، هدایت می‌کنیم.
- خدمات اضطراری اجتماعی از طرف مددکار اجتماعی و راهنمای اجتماعی در صورت نیاز فوری و ضروری به خدمات اجتماعی.
- حمایت مالی: در درجه اول Kela مسئول حمایت مالی است. از خدمات ویژه برای مهاجران می‌توانید برای دریافت کمک معیشتی تکمیلی یا پیشگیرانه درخواست دهید. علاوه بر این، در برنامه‌ریزی وضعیت مالی خود حمایت دریافت می‌کنید.



Helsinki

گروه‌های شغلی مختلف در خدمات ما:

روان‌شناس

راهنمای اجتماعی

مددکار اجتماعی

تیم سلامت

پزشک،
پرستار

گروه روانپزشکی
مهاجران

روانپزشک،
پرستار روانپزشکی

فیزیوتراپیست و
کاردرمانگر

Helsinki



تلفن مشاوره

۰۹ ۳۱۰۳ ۷۵۷۷

دوشنبه تا جمعه
ساعت ۸:۱۵ تا ۱۶:۰۰

ما به همه افرادی که نیاز دارند مشاوره می‌دهیم.

Helsinki

مرکز مشاوره

- Työpajankatu 14A ،Kalasataman THK
- دوشنبه تا جمعه
- ساعت ۸:۱۵ – ۱۵:۴۵
- طبقه ← اتاق 1001



نوبت‌دهی با شماره نوبت



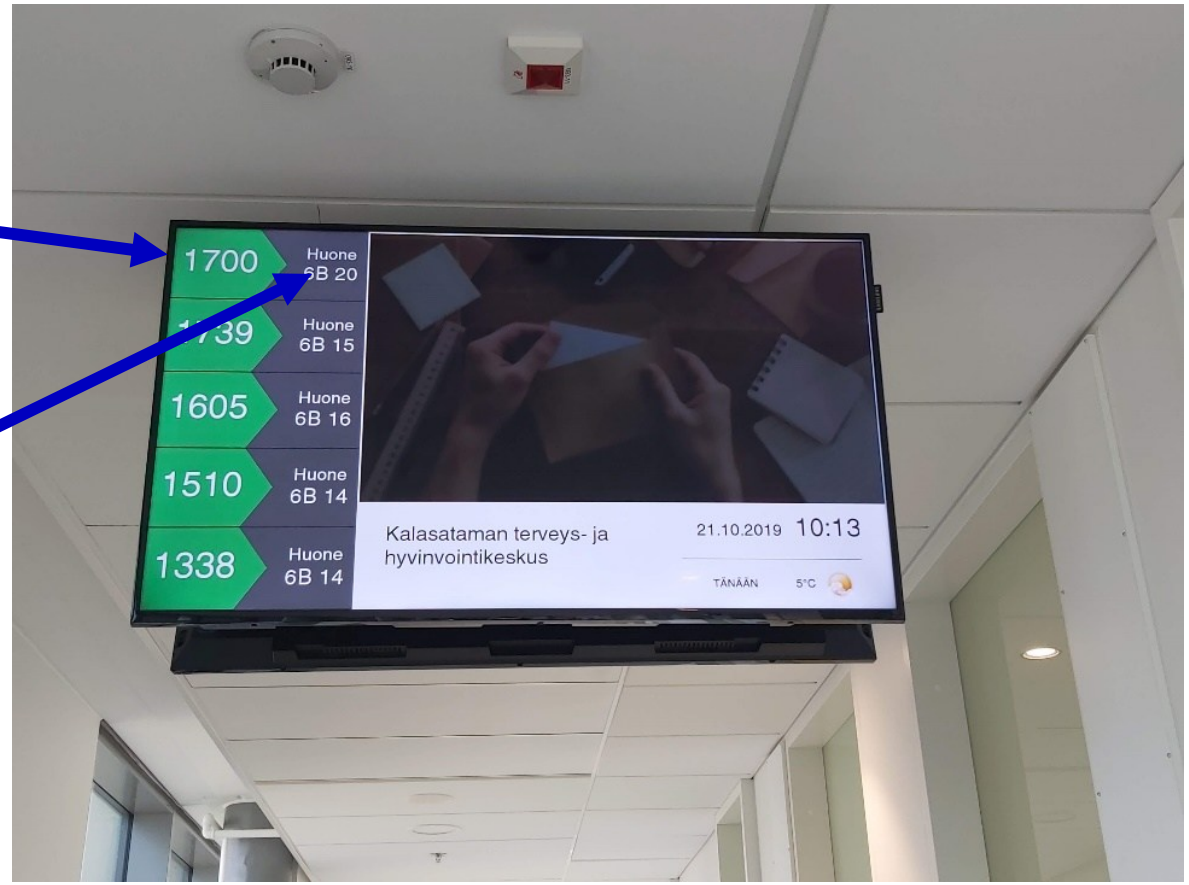
در صورت نیاز از
مترجم استفاده می‌شود

Helsinki

صفحه نمایش را دنبال کنید تا نوبت خود را ببینید:

شماره نوبت

شماره اتاق



Helsinki



خدمات مرکز مشاوره

- **در مرکز مشاوره می‌توانید:**
- برای دریافت خدمات و شروع همکاری مراجعه کنید
- اطلاعات کلی دریافت کنید
- درخواست کمک معیشتی پیشگیرانه یا تکمیلی ارائه دهید
- درخواست تماس از سوی کارمند خود ثبت کنید
- به کارمند نوبت‌دار مراجعه کنید

- **در مرکز مشاوره نمی‌توانید:**
- درخواست‌های دیگر، مانند درخواست‌های Kelaیا اداره مهاجرت را پر کنید
- هیچ تصمیمی در مرکز مشاوره گرفته نمی‌شود

Helsinki

© MAEP

رازداری و محرمانگی

- کارکنان بخش‌های بهداشت و خدمات اجتماعی موظف به رعایت قانون رازداری هستند.
- رازداری به این معناست که کارمند نمی‌تواند محتوای محرمانه‌ی اسناد مشتری یا اطلاعاتی را که در شرایط محرمانه به‌دست آمده، افشا کند.
- رازداری حتی پس از پایان وظیفه نیز ادامه دارد.

Laki terveydenhuollon ammattihenkilöistä (559/1994)

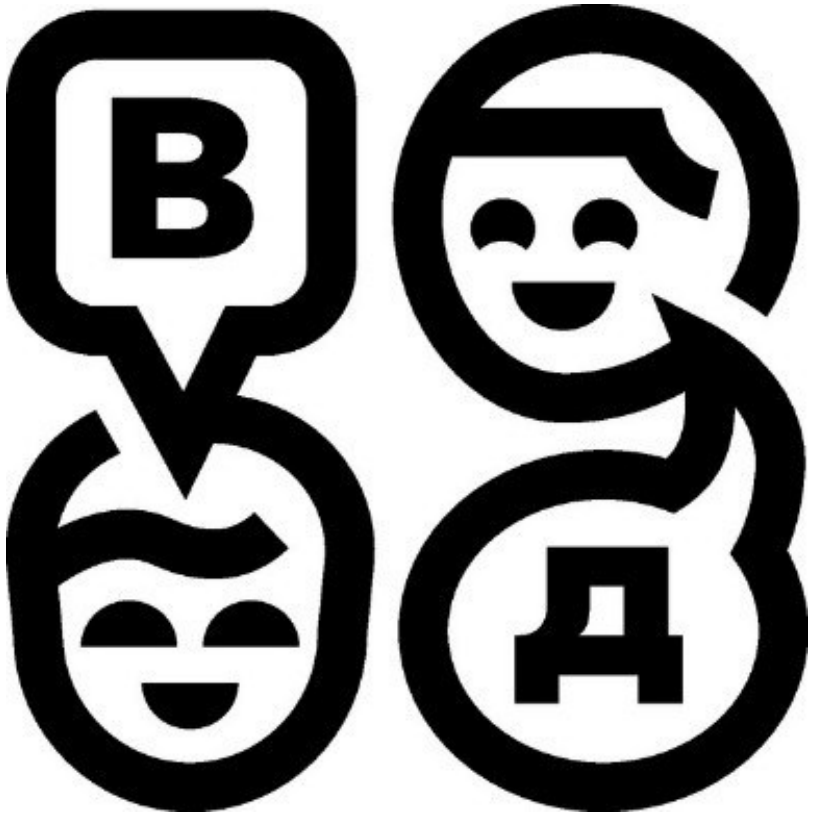
Laki sosiaalihuollon ammattihenkilöistä (817/2015)

Laki potilaan asemasta ja oikeuksista (785/1992)

Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista (812/2000)

Helsinki

نقش مترجم



- در صورت نیاز، ما مترجم برای جلسه تعیین می‌کنیم.
- مترجم می‌تواند حضوری یا تلفنی باشد.
- مشتری می‌تواند درباره لهجه، جنسیت یا نوع ترجمه (مثلاً تلفنی) نظر بدهد.
- مترجم موظف به رازداری است، بی‌طرف است و همه چیز را بدون تغییر ترجمه می‌کند.
- کودکان یا خویشاوندان به عنوان مترجم استفاده نمی‌شوند.

Helsinki

نمایندگی در انجام امور (کار کردن به جای دیگری)

- نمایندگی یعنی یک فرد به جای فرد دیگر امور را انجام دهد.
- نمایندگان می‌توانند شامل موارد زیر باشند:
- والدین کودکان خردسال
- فرزندان بزرگسال یا خویشاوندان دیگر که مجاز به انجام امور هستند
- قیم قانونی
- در نمایندگی دیجیتال، فرد نماینده اجازه دارد به صورت رسمی و مدت‌دار امور را انجام دهد. این نمایندگی در سامانه Suomi.fi ثبت می‌شود.
  - نمایندگی دیجیتال

همکاری در انجام امور

- فردی مشتری را در انجام کارهایش یاری می‌دهد، اما مشتری خودش تصمیم‌گیرنده است.

- این نوع همکاری برای کسانی است که زبان فنلاندی را نمی‌دانند یا با مسائل پیچیده سر و کار دارند.

- این فرد در پر کردن فرم‌ها یا توضیح نامه‌های رسمی کمک می‌کند، اما تصمیم‌گیری و امضا با خود مشتری است.



Helsinki Partners / N2 Albiino

Helsinki

سلامت روان

سلامت روان یعنی اینکه فرد احساس خوبی نسبت به خودش داشته باشد، بتواند از پس چالش‌های زندگی برآید، کار کند و در جامعه مشارکت داشته باشد. (WHO 2013)



Helsinki

حمایت برای رفاه در خدمات ویژه مهاجران 1/2

- مشکلات سلامت روان شرم‌آور نیستند. صحبت کردن در مورد نگرانی‌ها بسیار مهم است.
- در خدمات ویژه مهاجران می‌توانید از متخصصان مختلف کمک بگیرید، مانند:
  - روان‌شناس
  - فیزیوتراپیست
  - کاردرمانگر

- با کارمند مسئول خود در مورد نیاز به حمایت صحبت کنید. نیازی نیست نگران باشید.

Helsinki

حمایت برای رفاه در خدمات ویژه مهاجران 2/2



می‌توانید در گروه‌های *والدین* در *فنلاند* شرکت کنید.



روان‌شناس و مددکار اجتماعی با هر خانواده یک بررسی خانوادگی انجام می‌دهند.



جلسات می‌توانند فردی یا گروهی باشند.

Helsinki

گروه‌های والدین در فنلاند

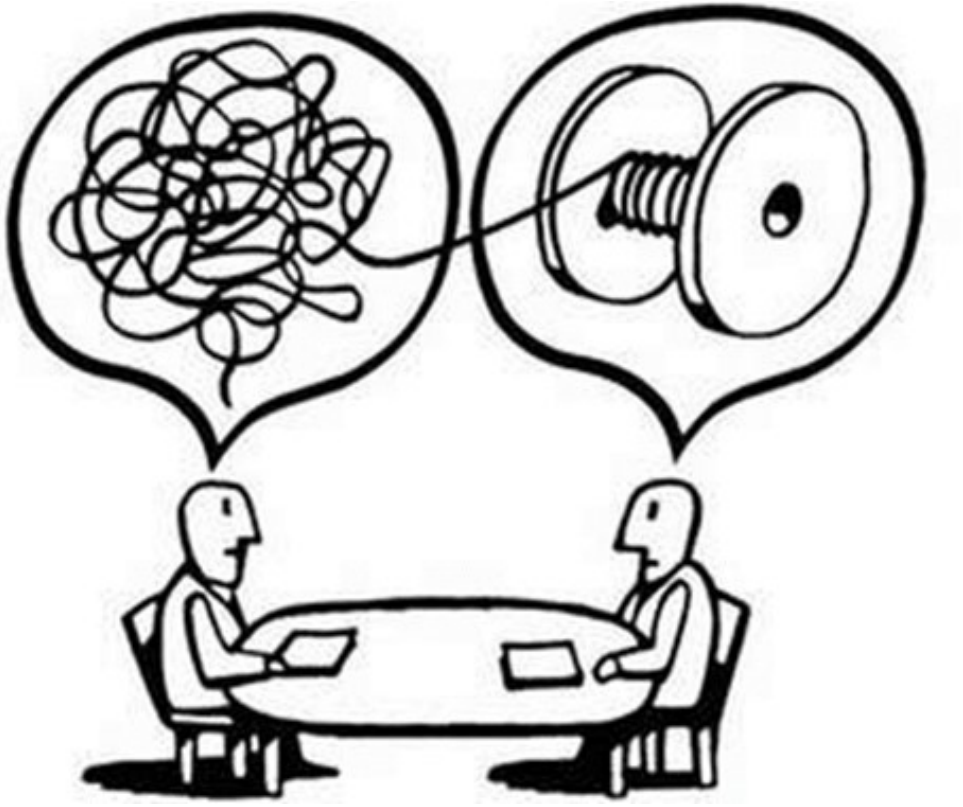


- گروه در چهار جلسه برگزار می‌شود.
- موضوعات جلسات شامل:
  - خدمات شهر هلسینکی برای خانواده‌ها
  - حقوق کودک و والدین
  - رشد کودک، رفاه کودک، و روش‌های تربیتی سالم
  - بزرگ شدن در دو فرهنگ
  - رفاه خانواده

- مترجم حرفه‌ای در جلسات حضور دارد.
- نوشیدنی گرم و خوراکی‌های کوچک ارائه می‌شود.
- شرکت در گروه رایگان است.

Helsinki

چالش‌های سلامت روان



- تجربیات سخت زندگی
- تغییرات بزرگ زندگی
- مشکلات در انطباق
- بی‌خوابی، خستگی
- مشکلات حافظه و تمرکز
- مشکلات یادگیری
- افسردگی
- اضطراب، استرس
- مشکلات در روابط
- نگرانی درباره عزیزان
- مشکلات اعتیاد یا قمار
- احساس طرد شدن

Helsinki

خط بحران انجمن Mieli



MIELI Kriisipuhelin
09 2525 0111



Helsinki



Instagram:
Maahan muuttaneiden erityispalvelut Helsinki

Helsinki

Facebook:
Maahan muuttaneiden erityispalvelut Helsinki

Helsinki



Kuva:
DVV

اداره ثبت احوال و اطلاعات دیجیتال

(Digi- ja väestötietovirasto)

Helsinki

DIGI- JA VÄESTÖTIETO-VIRASTO

ثبت محل اقامت دائم (Kotikuntamerkintä)

- هر فردی که به طور دائم در فنلاند زندگی می‌کند، باید محل اقامت دائمی داشته باشد.
- محل اقامت بر اساس محل سکونت شما تعیین می‌شود.
- افرادی که از خارج از کشور به فنلاند مهاجرت می‌کنند، باید جداگانه برای ثبت محل اقامت اقدام کنند.
- ثبت محل اقامت از طریق اداره ثبت احوال و اطلاعات دیجیتال انجام می‌شود. ممکن است چند هفته زمان ببرد.

- فرم درخواست شماره شناسایی شخصی
- فرم درخواست برای ثبت محل اقامت
- رزرو وقت برای احراز هویت حضوری

Helsinki

DIGI- JA VÄESTÖTIETO-VIRASTO

تأثیرات ثبت محل اقامت

- می‌توانید کارت شناسایی دریافت کنید
- می‌توانید حساب بانکی باز کنید
  - بانک ممکن است درخواست مترجم رسمی در محل داشته باشد

- می‌توانید کدهای بانکی آنلاین دریافت کنید تا بتوانید وارد خدمات دیجیتال شوید
  - نیاز به کارت شناسایی معتبر دارد

- می‌توانید از تمام خدمات عمومی بهداشتی و اجتماعی استفاده کنید
- تحصیل اجباری برای کودکان بین ۶ تا ۱۸ سال
- حق استفاده از مهد کودک

Helsinki



Kuva: Kela, mediapankki

اداره تأمین اجتماعی فنلاند

(Kela)

Helsinki

Kela مسئول حمایت اجتماعی در فنلاند است

- Kelaدر فنلاند مسئول ارائه حمایت اجتماعی است و مزایایی برای موقعیت‌های مختلف زندگی فراهم می‌کند.
- حمایت اجتماعی به افراد کمک می‌کند زمانی که درآمدشان به دلیل بیکاری، بیماری، ناتوانی کاری، پیری، تولد کودک یا از دست دادن سرپرست خانوار در خطر است.
- مزایا طبق قانون تعریف شده‌اند.

- نمونه‌هایی از مزایا:
  - کمک هزینه کودک
  - جعبه زایمان
  - کمک‌های مربوط به مسکن
  - مزایای بیکاری
  - کمک‌هزینه معیشت

کارت Kela

- با نشان دادن کارتKela ، در داروخانه‌ها و بسیاری از کلینیک‌های خصوصی، بخشی از هزینه‌هایتان مستقیماً کسر می‌شود و فقط سهم شخصی خود را پرداخت می‌کنید.
- حق استفاده از خدمات عمومی بهداشتی بر اساس ثبت محل سکونت در سیستم Digi- ja väestötietovirastoاست.
- در خدمات درمانی عمومی، معمولاً از شما خواسته می‌شود که کارت Kela را نشان دهید، اما حتی بدون آن هم می‌توانید از خدمات استفاده کنید.



Helsinki

تماس بگیرید Kela چگونه با

حضوری:

به یکی از دفاتر Kela مراجعه کنید

از طریق خدمات آنلاین:

Asiointipalvelu OmaKela

تلفنی:

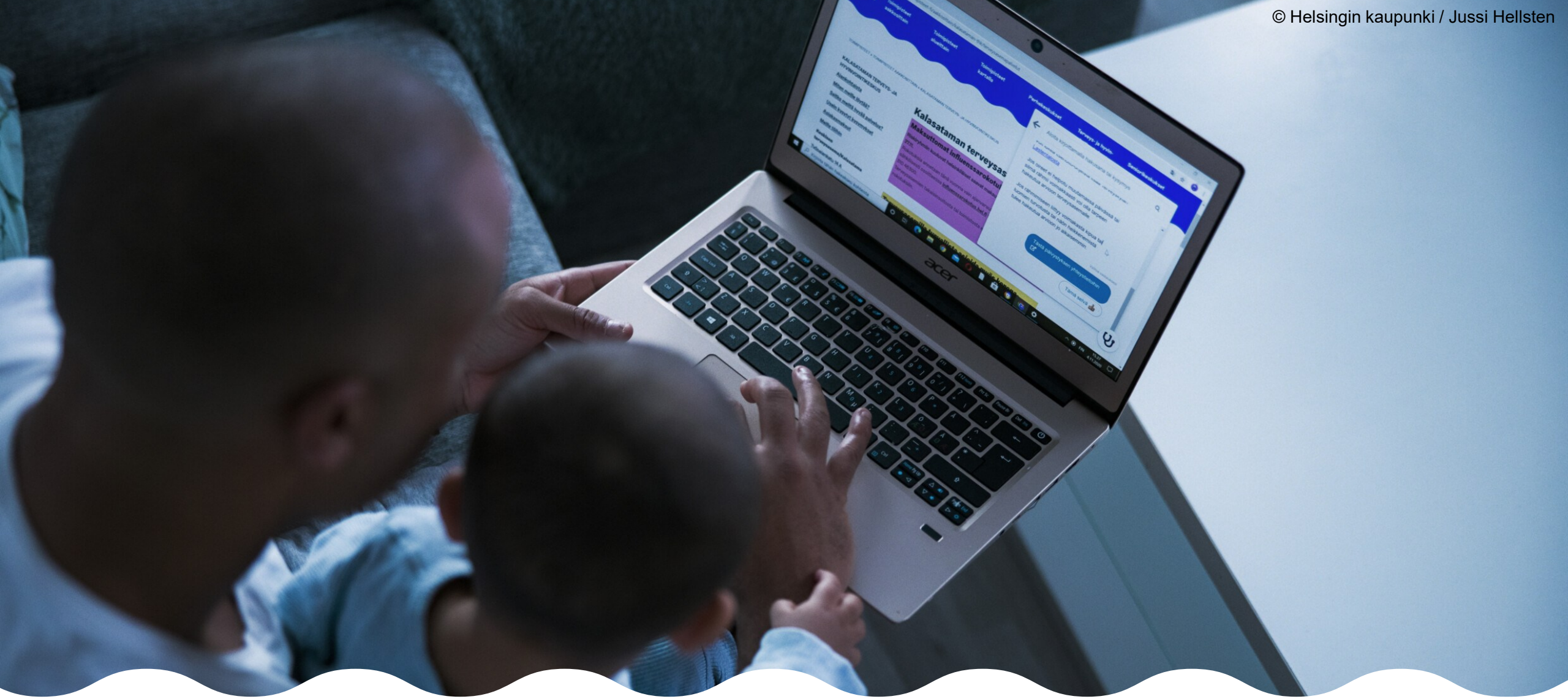
با Kelaتماس بگیرید

Helsinki

خدمات به زبان‌های دیگر در Kela

- Muut kielet | Henkilöasiakkaat | Kela

- Kelaبه زبان‌های فنلاندی، سوئدی، انگلیسی و سامی خدمات ارائه می‌دهد.
- شما می‌توانید با کمک مترجم نیز کارهای Kela خود را انجام دهید.
- در اکثر مراکز Kela، ترجمه فوری در دسترس است و نیازی به رزرو قبلی ندارد. کارمند Kelaفوراً با مترجم از طریق تلفن یا تبلت تماس می‌گیرد.
- اگر نیاز باشد، کارمند Kelaمی‌تواند زمانی را برای تماس تلفنی با مترجم برایتان رزرو کند. این تصمیم بسته به وضعیت شما گرفته می‌شود.
- خودتان نمی‌توانید مستقیماً مترجم رزرو کنید. ترجمه برای شما رایگان است.



© Helsingin kaupunki / Jussi Hellsten

کارت شناسایی و اجازه اقامت

Helsinki

کارت شناسایی برای افراد خارجی



- برای دریافت کارت شناسایی، باید محل سکونت ثبت شده و اجازه اقامت داشته باشید.
- پلیس کارت شناسایی را صادر می‌کند.
- کودکان نیازی به کارت شناسایی ندارند.
- اگر کارت شناسایی گم شود یا دزدیده شود، باید گزارش به پلیس داده شود.
- کارت شناسایی تا پایان اعتبار اجازه اقامت صادر می‌شود.
- این کارت برای سفر به خارج از کشور قابل استفاده نیست.
- در سفر به خارج، همراه داشتن کارت شناسایی، کارت اجازه اقامت و گذرنامه توصیه می‌شود.

- Näin haet henkilökorttia
- Tee rikosilmoitus

Helsinki

Maahanmuuttovirasto
Migrationsverket
Finnish Immigration Service

اجازه اقامت

- Oleskelulupatyypit | Maahanmuuttovirasto

- باید بدانید اجازه اقامت شما تا چه تاریخی معتبر است.
- باید بدانید که بر چه اساسی اجازه اقامت دریافت کرده‌اید.
- حدود سه ماه پیش از پایان اعتبار، باید درخواست جدید بدهید.

Helsinki

Maahanmuuttovirasto
Migrationsverket
Finnish Immigration Service

کارت اجازه اقامت شامل

1. نوع اجازه اقامت

3. شماره مشتری

4. حق کار



2. تاریخ اعتبار

5. شماره شناسایی

Helsinki

Maahanmuuttovirasto
Migrationsverket
Finnish Immigration Service

درخواست اجازه اقامت

- درخواست را می‌توان به صورت کاغذی یا از طریق Enter Finland انجام داد.
- باید وقت بگیرید و برای شناسایی به مرکز خدمات اداره مهاجرت بروید.
- اجازه اقامت تمدیدی را باید حدود سه ماه قبل از پایان اجازه قبلی درخواست دهید.



- Oleskeluluvan hakeminen
- Ensimmäinen oleskelulupa
- Varaa aika
- Jatkolupa

Helsinki

Kuva: Migri

Maahanmuuttovirasto
Migrationsverket
Finnish Immigration Service

مدارک سفر

- Matkustusasiakirjat | Maahanmuuttovirasto
- معمولاً هنگام ورود و اقامت در فنلاند باید گذرنامه معتبر داشته باشید.
- انواع مدارک سفر:
  - گذرنامه ملی
  - سند سفر پناهندگان
  - گذرنامه برای افراد بدون تابعیت





Helsinki

Kuvat: Migri

می‌توانید برای تمدید اجازه اقامت و مدارک سفر کمک مالی از Kela دریافت کنید.



Kela

برای تمدید گذرنامه ملی کمک مالی داده نمی‌شود.

Helsinki

Maahanmuuttovirasto
Migrationsverket
Finnish Immigration Service

پیوستن خانواده

- در فنلاند اعضای خانواده شامل پدر، مادر و کودکان زیر 18 سال هستند.
- درخواست دهنده کسی است که از خارج از کشور به فنلاند نقل مکان می‌کند.
- کسی که در فنلاند منتظر خانواده است، عضو اصلی خانواده محسوب می‌شود.
- اگر تحت حمایت بین‌المللی هستید، می‌توانید در 3 ماه اول پس از دریافت اجازه اقامت، بدون نیاز به اثبات درآمد، برای پیوستن خانواده اقدام کنید.
- اطلاعات به‌روز در وب‌سایت اداره مهاجرت موجود است.

- پیوستن خانواده | اداره مهاجرت – راهنمایی به زبان‌های مختلف
- وبینار: چگونه بر اساس رابطه خانوادگی برای اجازه اقامت درخواست بدهید
- شرط تأمین معاش

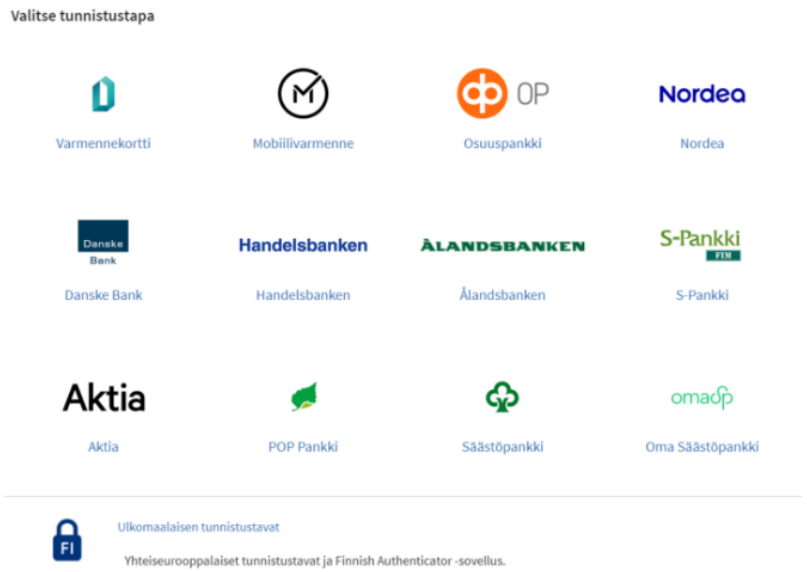
Helsinki



Helsinki

حساب بانکی و اطلاعات اعتباری

حساب بانکی و کدهای بانکی آنلاین



- برای باز کردن حساب بانکی ممکن است حضور مترجم رسمی الزامی باشد.
- می‌توانید شماره حساب جدید خود را به Kelaو مددکار اجتماعی خود اطلاع دهید.
- وقتی در ثبت جمعیت، کارت شناسایی و شماره شناسایی ملی دارید، حق شناسایی قوی (شناسایی الکترونیکی) را به دست می‌آورید.
- شناسایی قوی الکترونیکی یعنی شناسایی هویت به صورت دیجیتالی.
- با شناسایی قوی می‌توانید وارد خدماتی مانند OmaKela، OmaVeroو OmaKantaشوید.
- همچنین می‌توانید قراردادهایی مانند قرارداد برق یا بیمه منزل را به صورت دیجیتالی انجام دهید.
- Vahva sähköinen tunnistaminen

Helsinki

اطلاعات اعتباری

- اطلاعات اعتباری اطلاعاتی است که در پایگاه داده اعتباری ثبت می‌شود و وضعیت مالی و رفتار پرداخت فرد را نشان می‌دهد.
- شرکت‌ها با استفاده از اطلاعات اعتباری، توانایی پرداخت و قابل اعتماد بودن مالی افراد را ارزیابی می‌کنند.
- اگر کسی به شما پیشنهاد کند که اطلاعات اعتباری شما را بخرد یا خرید اقساطی به نام شما انجام دهد، قبول نکنید.
- در فنلاند، داشتن سابقه بد اعتباری بسیار جدی است و می‌تواند مانع اجاره کردن آپارتمان شود.

- رمز عبور و شناسه کاربری بانکداری آنلاین خود را به هیچ کس ندهید.
- اطلاعات کاربری بانکداری آنلاین خود را فقط در سایت‌های رسمی وارد کنید.

Helsinki

Kuva: HUS



Helsinki

سیستم اطلاعات مشتری و Maisa

Apotti ja Maisa

سیستم اطلاعات مشتری

- در خدمات اجتماعی شهر هلسینکی از سیستم اطلاعات مشتری Apotti استفاده می‌شود.
- طبق قانون خدمات اجتماعی و قوانین مرتبط دیگر، مشخص شده است که چه اطلاعاتی باید ثبت شود.

پرتال مشتری Maisa

- پرتال مشتری Maisa خدمات اجتماعی و درمانی را در یک کانال الکترونیکی واحد ترکیب می‌کند.
- از طریق Maisa می‌توانید امور اجتماعی و درمانی خود را در هر زمان و مکانی انجام دهید.
- در Maisa می‌توانید یادداشت‌های پرونده مشتری، برنامه‌ها و تصمیمات خدمات اجتماعی را مشاهده کنید.

Helsinki

موارد استفاده از Maisa



1
- رزرو وقت ملاقات

2
- از منو می‌توانید انتخاب کنید
  - درخواست کمک تکمیلی معیشتی

3
- مشاهده اطلاعات داروها

4
- ارسال پیام:
  - به مددکار اجتماعی
  - به مرکز سلامت

Helsinki

اپلیکیشن Maisa را دانلود کنید

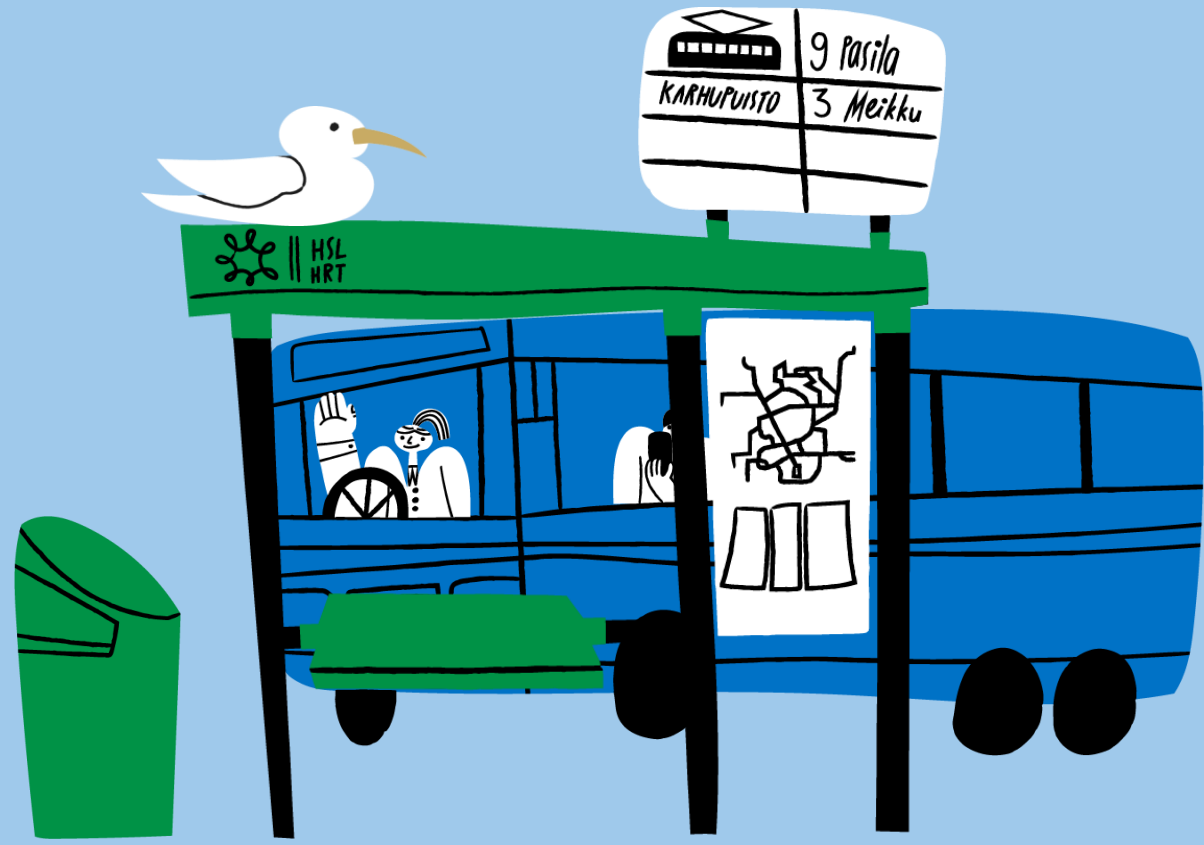
- برنامه Maisa را دانلود کنید.
- با کدهای بانکی آنلاین وارد شوید.
- زبان‌های موجود: فنلاندی، سوئدی و انگلیسی.
- وب‌سایت: Maisa.fi
- از طریق مرورگر اینترنت استفاده از برنامه و ترجمه آسان‌تر است.

Download on the App Store

GET IT ON Google Play

Nordea

Helsinki

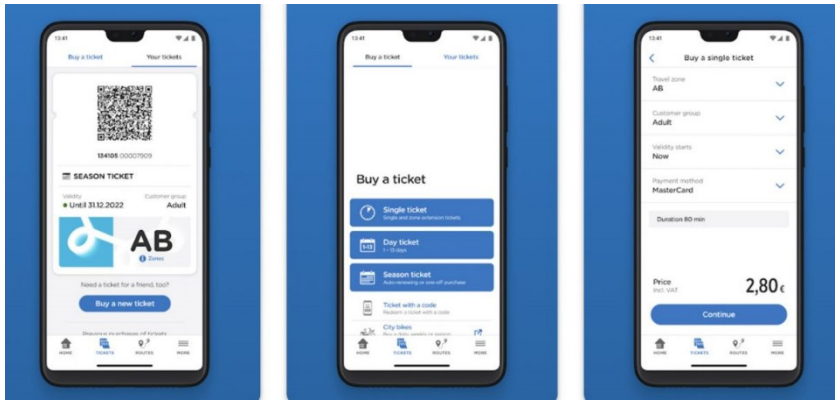


حمل و نقل عمومی HSL

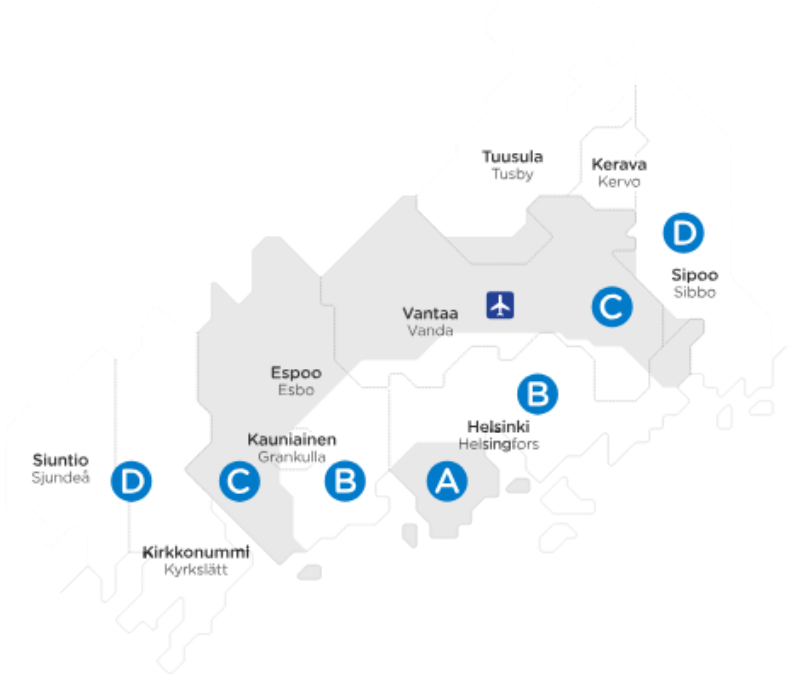
Helsinki

حمل و نقل منطقه هلسینکی

- منطقه HSLبه چهار منطقه تقسیم شده است که با حروف ABCD از مرکز هلسینکی شروع می‌شوند.
- بلیط را می‌توانید از طریق اپلیکیشن HSL ، کارت سفر یا از مراکز فروش تهیه کنید.

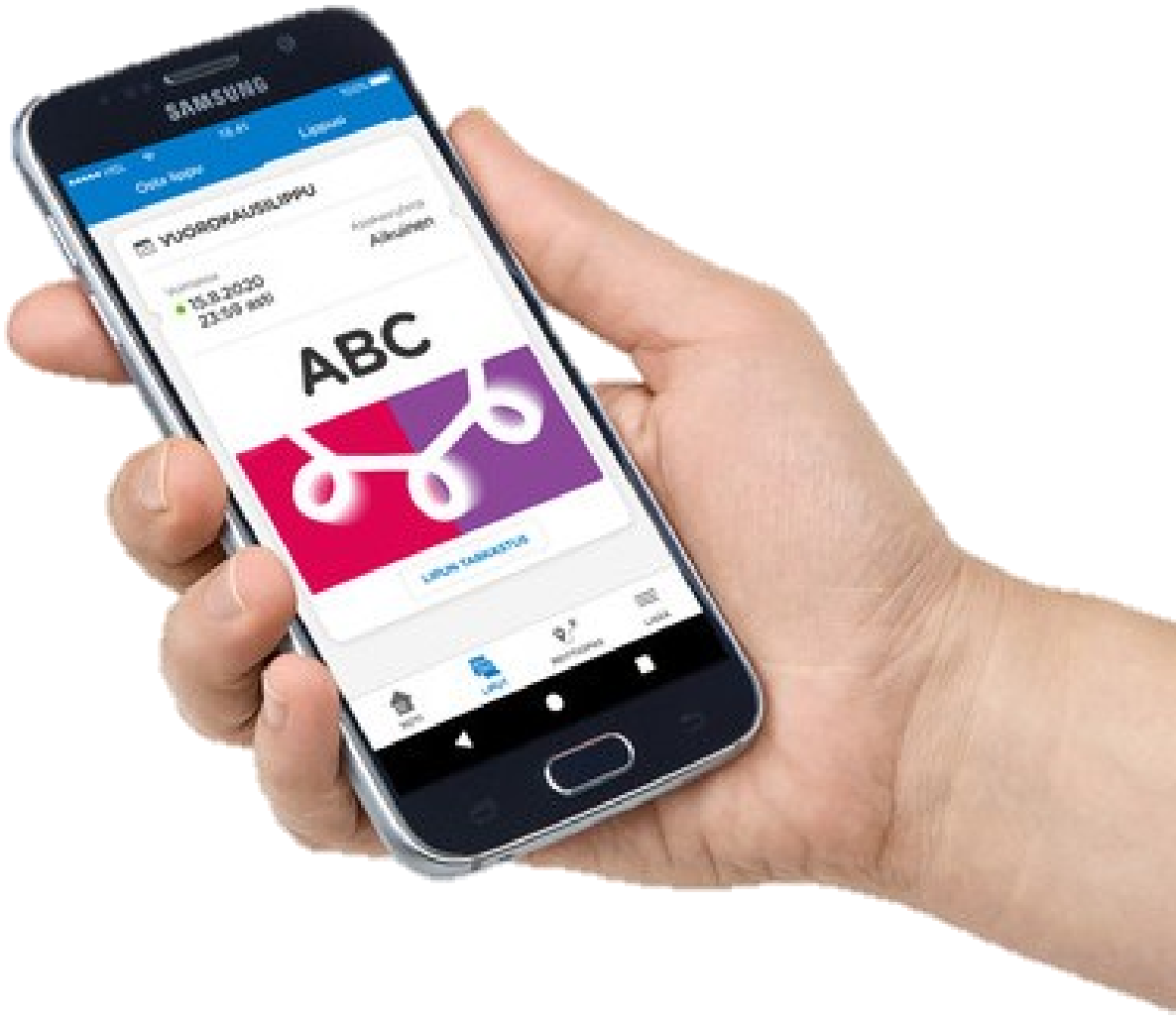






ویدئوی آموزشی استفاده از اپلیکیشن HSL

Linkki ohjevideoon



هزینه بازرسی

- مبلغ جریمه کنترل بلیط ۱۰۰ یورو است.
- بلیط باید قبل از سوار شدن به اتوبوس، تراموا، قطار محلی یا ورود به منطقه پرداخت کرایه مترو در اپلیکیشن HSL در گوشی شما فعال باشد.
- برای مسائل مربوط به جریمه می‌توانید با خدمات مشتریان HSL تماس بگیرید یا به مرکز خدمات
- در مورد وصول مطالبات، اجرای احکام و تنظیم بدهی‌ها می‌توانید با این ایمیل تماس بگیرید: perinta@hsl.fi
- Asiakaspalvelu - HSL



100 €

خدمات بهداشت دهان و دندان



Helsinki

درمان دندانپزشکی شهر هلسینکی



برای رزرو وقت تماس بگیرید:
09 310 51400
(تماس برگشتی)



برای معاینه دندان‌ها پس از دریافت شماره شناسایی شخصی، وقت رزرو کنید.



می‌توانید به همه درمانگاه‌های دندانپزشکی شهر هلسینکی مراجعه کنید.

Helsinki

خدمات اورژانس در روزهای کاری بین ساعت 7:00 تا 14:00

09 310 51400

Kalasatama hammashoitola
Työpajankatu 14 A

خدمات اورژانس در عصرها و آخر هفته‌ها

09 471 71110

Puistosairaala
Stenbäckinkatu 11

همیشه قبل از مراجعه به اورژانس تماس بگیرید.

می‌توانید حتی قبل از دریافت شماره شناسایی شخصی به اورژانس مراجعه کنید.

Helsinki

هزینه‌های درمان دندانپزشکی

درمان دندانپزشکی برای بزرگسالان هزینه دارد.



درمان دندانپزشکی برای کودکان رایگان است.

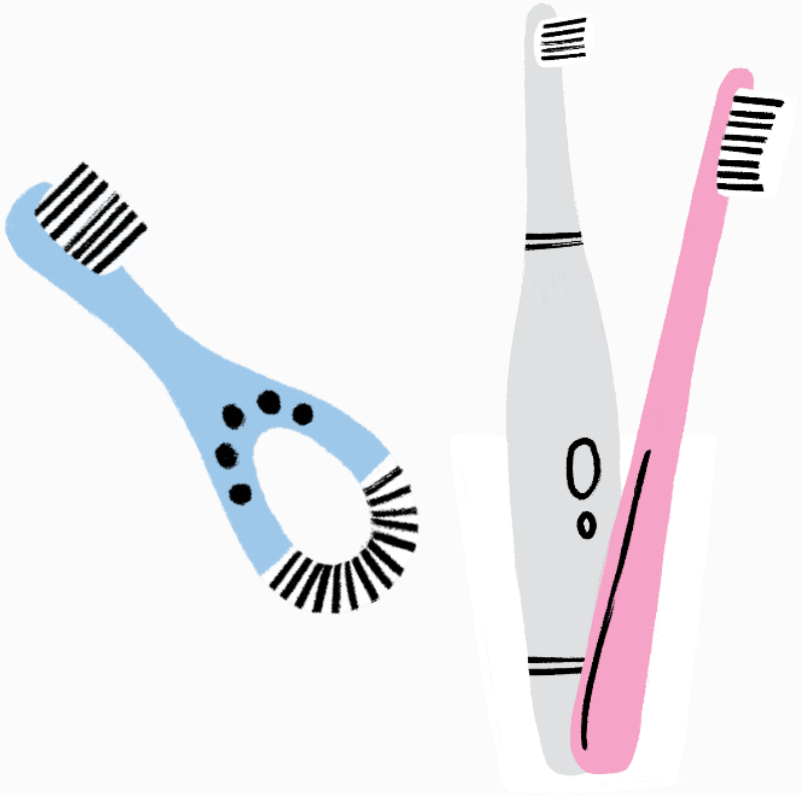


صورتحساب به خانه ارسال می‌شود.

Helsinki

© Maija Astikainen

مراقبت از دندان‌ها در خانه



- مهم‌ترین چیز مراقبت صحیح از دندان‌ها در خانه است.
- به کودکان مقدار زیادی قند ندهید.

- کودکان زیر ۱۰ سال می‌توانند مسواک زدن را تمرین کنند، اما والدین باید دندان‌هایشان را تمیز کنند.

Helsinki

خدمات بهداشتی

Helsinki

مرکز درمانی اولین محل مراجعه است

- از دوشنبه تا جمعه
- ساعت 8:00 تا 16:00

بررسی کنید که مرکز درمانی شما کجاست.

مراکز درمانی | شهر هلسینکی

Helsinki



Kuva: Virpi Velin

رزرو وقت

- تماس تلفنی (تماس برگشتی)
- مراجعه حضوری به مرکز درمانی

شما حق دارید که مترجم یا کارمند مسلط به زبان خود داشته باشید.



خدمات اورژانس در عصرها، شب‌ها و آخر هفته‌ها



Uusi Lastensairaala
Stenbäckinkatu 9
(برای افراد زیر ۱۶ سال)



Malmin sairaala
Talvelantie 6



Haartmanin sairaala
Haartmaninkatu 4,
rakennus 12

Helsinki

خدمات اورژانس:
شماره 116117
(24 ساعته)
برای موارد فوری



مشاوره بهداشتی:
شماره 09 310 10023
(24 ساعته)
برای مسائل غیر فوری

Helsinki

موارد اضطراری

- فقط در موارد اضطراری شدید، زمانی که جان، سلامتی، دارایی یا محیط زیست در خطر است، با شماره اضطراری تماس بگیرید.
- شماره اضطراری در فنلاند: 112
- از همین شماره می‌توانید پلیس، آتش‌نشانی و اورژانس را خبر کنید.
- خدمات ترجمه در دسترس است.
- تماس رایگان است و نیاز به موجودی حساب تلفن ندارد.

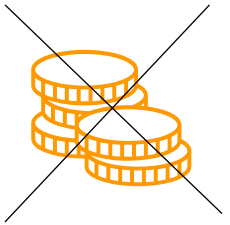
112



همچنین می‌توانید برنامه Finland 112را دانلود کنید.

Helsinki

قوانین مراجعه به خدمات بهداشتی 1/2



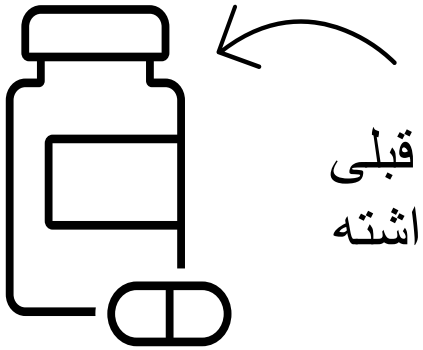
مراجعه به مرکز درمانی رایگان است.

€

خدمات اورژانسی و درمان‌های تخصصی هزینه دارند.



صورتحساب به خانه فرستاده می‌شود.



مدارک پزشکی قبلی خود را همراه داشته باشید.

Helsinki

قوانین مراجعه به خدمات بهداشتی 2/2

وقت خود را تا قبل از ساعت 16 روز قبل کنسل کنید.

برای عدم حضور بدون لغو، جریمه
56,70 یورو دریافت می‌شود.

به موقع حاضر شوید!



کارت Kela
را همراه بیاورید!

Helsinki

سلامتی شخصی

تغذیه



ورزش



ویتامین D



خواب و مدیریت استرس





Helsinki

راهنمایی برای خدمات آموزش ابتدایی و پیش دبستانی

- Varhaiskasvatuksen ja esiopetuksen palveluohjaus
- راهنمایی برای خدمات آموزش ابتدایی و پیش دبستانی به شما کمک می‌کند در پر کردن فرم‌های درخواست و درک وضعیت درخواست‌های ارسال شده.
- می‌توانید اطلاعات بیشتری درباره روند درخواست و پیگیری وضعیت آن دریافت کنید.
- **اطلاعات تماس برای راهنمایی خدمات:**
  - تلفن: 09 310 80488 ، دوشنبه تا جمعه از ساعت 9:00 تا 15:00
  - ایمیل: varepalveluohjaus@hel.fi
  - زبان‌های فنلاندی، انگلیسی و سوئدی



- می‌توانید برای راهنمایی با حضور مترجم وقت مشاوره تلفنی رزرو کنید.
- درخواست رزرو وقت را می‌توانید همراه با ذکر نیاز به مترجم از طریق ایمیل ارسال کنید.

Helsinki

راهنمایی خدمات آموزش و پرورش

- Kasvatuksen ja koulutuksen palveluneuvonta
- راهنمایی خدمات آموزش و پرورش مشاوره عمومی ارائه می‌دهد. اطلاعات شخصی مشتریان در این خدمات در دسترس نیست.
- می‌توانید درباره موضوعات زیر سوال بپرسید:
  - آموزش ابتدایی و پیش دبستانی (مهد کودک، مراقبت روزانه خانگی، فعالیت‌های گروهی)
  - فعالیت‌های پارک‌های بازی
  - آموزش پایه (مدارس ابتدایی، برنامه‌های بعد از مدرسه، ثبت نام در مدرسه)
  - آموزش دبیرستانی و حرفه‌ای
  - روند درخواست برای خدمات آموزشی
- در خدمات راهنمایی از خدمات مترجم استفاده می‌شود.

اطلاعات تماس راهنمایی خدمات آموزش و پرورش:
شماره تلفن: 09 310 44986 ، دوشنبه تا جمعه، ساعت 10-12 و 13-15
ایمیل koulutusneuvonta@hel.fi

محل مشاوره:
Työpajankatu 8, 00580 Helsinki
دوشنبه تا جمعه
ساعت 10-12
ساعت 13-15
می‌توانید در زمان‌های کاری وقت مشاوره رزرو کنید.

Helsinki

پیوندهای مفید

Maahan muuttaneiden erityispalvelut

InfoFinland

بهداشت روان در هنگام مهاجرت

Helsinki