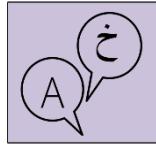


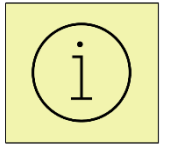
# نظرة عامة على عروض الاندماج

تجد مرفقاً نظرة عامة على العروض المختلفة المتعلقة بمواضيع الحياة اليومية والاندماج. نطاق العروض في المنطقة شامل للغاية، فيستم سرد الاختيار المستهدف في الصفحات التالية، والقائمة ليست نهائية. تنقسم القائمة إلى الفئات التالية:

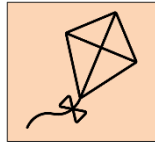
اللغة



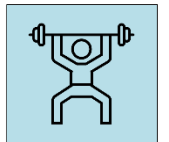
المعلومات / المشورة



وقت الفراغ



الرياضة



2	العروض في أوسترمونديغن
5	كنائس أوسترمونديغن
7	عروض في منطقة برن
9	عروض المعلومات والمشورات
12	الاتصال

# العروض في أوسترمونديغن

[إلى الموقع الإلكتروني لبلدية أوسترمونديغن](#)



## عروض للأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة وآبائهم

نشرة إعلانية تحتوي على قائمة بعروض الرعاية والمشورة والدعم ووقت الفراغ ودعم الوالدين (مراكز الرعاية النهارية، ومجموعات اللعب، وتقديم المشورة، وبرنامج الدعم المبكر خطوة بخطوة، وما إلى ذلك).

[إلى النشرة الإعلانية](#)



## المكتبة / صالة الألعاب

الكتب والكتب الصوتية والألعاب للاستعارة بلغات مختلفة.

[إلى الموقع الإلكتروني](#)



## ملتقى الآباء والطفل (EIKi-Treff)

يكتشف الأطفال الصغار وآبائهم العالم سويًا أثناء اللعب والغناء والقيام بالأشغال اليدوية. ويقام هذا الملتقى مرة واحدة كل أسبوع.

[إلى الموقع الإلكتروني](#)



## برنامج الدعم المبكر خطوة بخطوة

برنامج اللعب والتعلم الشامل للدعم المبكر للأسر التي لديها أطفال تتراوح أعمارهم بين سنة و4 سنوات.

[إلى الموقع الإلكتروني](#)



## العمل المفتوح للأطفال والشباب (okja)

عروض ومشاريع للأطفال والشباب بالإضافة إلى الدعم الاستشاري لتساؤلات الآباء.

[إلى الموقع الإلكتروني](#)



## صالة الألعاب الرياضية المفتوحة 3072

الرياضة للشباب الذين تتراوح أعمارهم بين 12 و 17 عامًا.

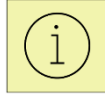
[إلى الموقع الإلكتروني](#)



## خدمة الكتابة

تقديم الدعم في قراءة وفهم وكتابة الرسائل والخطابات وما إلى ذلك، والمساعدة في إعداد الطلبات والسير الذاتية.

[إلى الموقع الإلكتروني](#)



## المرشد الاجتماعي 60+

نظرة عامة على مقدمي الخدمة والعروض مقسمة حسب الموضوع:

- مشورة ومعلومات
- عروض بلغات أخرى
- وقت الفراغ
- الدعم وتخفيف العبء في الحياة اليومية
- الرعاية المتنقلة
- إقامات يومية وفي العطلات
- الخرف والطب النفسي
- إغاثة الأقارب ورعايتهم
- الوسائل المساعدة
- الرعاية الملطفة والدعم في مرحلة الموت
- الموت
- قائمة عناوين المؤسسات

[إلى الموقع الإلكتروني](#)

[إلى النشرة الإعلانية](#)



## أحداث البلدية

قائمة الفعاليات في أوسترمونديغن

[أحداث بلدية أوسترمونديغن](#)

[الأحداث العامة](#)



قائمة بجميع النوادي في أوسترمونديغن

[إلى الموقع الإلكتروني](#)

# كنائس أوسترمونديغن

[الكنيسة الإصلاحية في أوسترمونديغن](#)

[الكنيسة الكاثوليكية في أوسترمونديغن](#)

[البعثة الكاثوليكية للغة الإسبانية](#)

## B15TRO



الاجتماع معًا لتناول فنان من القهوة أو الشاي وتبادل الأفكار والتواصل والدردشة.

[إلى الموقع الإلكتروني](#)



## مبادلة الملابس النسائية

تبادل الملابس ذات الحالة الجيدة.

[إلى الموقع الإلكتروني](#)



## الخدمة الاجتماعية الكنسية

سوف ترشدك الخدمة الاجتماعية بالكنيسة إذا كانت لديك مشاكل مالية أو تساعدك أو تحيلك إلى القسم المتخصص المناسب.

[إلى الموقع الإلكتروني](#)



## التأمل

تأمل واكتسب القوة.

[إلى الموقع الإلكتروني](#)



## مائدة الغداء

غداء جماعي

[الغداء الجماعي في الكنيسة الكاثوليكية](#)

[الغداء الجماعي في الكنيسة الإصلاحية](#)



## موزايك: تجمع نسائي وعائلي

مكان لقاء الثقافات للنساء والعائلات، صباح كل يوم أربعاء من الساعة 9 ص حتى 11 ص، باستثناء أيام العطل المدرسية.

[إلى الموقع الإلكتروني \(الكنيسة الإصلاحية\)](#)

[إلى الموقع الإلكتروني \(الكنيسة الكاثوليكية\)](#)



## مقهى الإصلاح

المساعدة في إصلاح الأشياء التالفة.

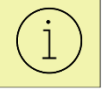
[إلى الموقع الإلكتروني](#)



## شيباشي

شكل من أشكال التأمل أثناء الحركة.

[إلى الموقع الإلكتروني](#)



## المشورة الاجتماعية

تقديم مشورة مجانية ومساعدة في المشكلات المالية، ودعم بالتواصل مع التأمين الاجتماعي والتأمين ضد العجز، والتأمين الصحي، والتأمين ضد البطالة، ومكتب الرعاية الاجتماعية، والمساعدة في المراسلات، والدعم في الاندماج والتغلب على حواجز اللغة.

[إلى الموقع الإلكتروني](#)



## مقهى الرثاء

التبادل في بيئة محادثة خاضعة للحماية لمشاركة القصص والاستماع والصمت وتخفيف الحزن.

[إلى الموقع الإلكتروني](#)



## اليوغا للسيدات

اليوغا للسيدات مع خدمة رعاية الأطفال.

[إلى النشرة الإعلانية](#)

# عروض في منطقة برن



## بارنر شوتي (Bärner Chötti)

أحداث منتظمة للأشخاص غير المتزوجين من منتصف العمر فصاعدًا.

[إلى الموقع الإلكتروني](#)



## إيتوال (étoile)

أحداث ثقافية شهرية (حفلة موسيقية، مسرح وما إلى ذلك) مع خدمة توصيل الأفراد عند الطلب.

[إلى الموقع الإلكتروني](#)



## جراو بانثر برن (Graue Panther Bern)

رابطة للأشخاص في منتصف العمر، تنظم الرحلات والمشي لمسافات طويلة والمحاضرات والعطلات وما إلى ذلك.

[إلى الموقع الإلكتروني](#)



## ملتقى السيدات متعدد الثقافات في كاريبو (Karibu)

عروض للسيدات مثل مقاهي اللغات واليوجا واجتماعات الأشغال اليدوية ودورات المحادثة وما إلى ذلك مع تقديم خدمة رعاية الأطفال.

[إلى الموقع الإلكتروني](#)



## التسلق للاجئين في O'BLOC

التسلق المجاني لطالبي اللجوء.

[إلى الموقع الإلكتروني](#)



## pro Senectute

مركز متخصص للأسئلة المتعلقة بالشيخوخة والأنشطة الترفيهية والمساعدات اليومية.

[إلى الموقع الإلكتروني](#)



## اتحادات الرياضات (Sports Unite)

عروض رياضية مجانية للاجئين والمتضررين من الفقر.

[إلى الموقع الإلكتروني](#)

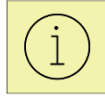


## دورات اللغة

دورات اللغة الألمانية واختبارات اللغة الألمانية في منطقة برن.

[اعثر على دورات اللغة واختبارات اللغة](#)

[عروض دورات لغة ألمانية منخفضة المستوى](#)



## رابطة مزاي (Mazay)

عروض للمهاجرين مثل جلسة القهوة، والدعم في الحياة اليومية، والرياضة، والدروس الخصوصية، ودورات اللغة الألمانية، والفعاليات الشهرية.

[إلى الموقع الإلكتروني](#)



## المشي لمسافات طويلة للجميع / النادي البيئي ثقافي للمشي

جولات بسيطة للجميع.

[المشي لمسافات طويلة للجميع](#)

[النادي البيئي ثقافي للمشي](#)



## عروض المعلومات والمشورات



### فرع تأمين الشيخوخة والورثة في برن-أوسترمونديغن

نقطة الاتصال لطرح الأسئلة وتقديم التسجيلات في تأمين الشيخوخة والورثة والتأمين ضد العجز والتأمين الاجتماعي والعاملين لحسابهم الخاص وغيرهم. وتقدم المشورة عن طريق التسجيل المسبق مع إمكانية تقديم الترجمة.

[إلى الموقع الإلكتروني](#)



### Diaspora TV

أخبار بتسع لغات حول الأحداث الجارية في سويسرا.

[إلى الموقع الإلكتروني](#)



### هنا من أجل بعضنا البعض

دعم استشاري للأشخاص المهتمين بمن حولهم.

[إلى الموقع الإلكتروني](#)



### مرحباً برن (Hallo Bern)

موقع إلكتروني يحتوي على معلومات بـ 15 لغة حول مواضيع الحياة اليومية في كانتون برن.

[إلى الموقع الإلكتروني](#)



### I-Need (موقع إلكتروني وتطبيق)

معلومات للاجئين والمحتاجين، متوفرة باللغات الألمانية والإنجليزية والفرنسية والإيطالية والعربية والإسبانية.

[إلى الموقع الإلكتروني](#)



## مكتب الإعلام والتنسيق +60

معلومات عن العروض المقدمة لكبار السن في أوسترمونديغن وحولها.

[إلى الموقع الإلكتروني](#)



## جسر الاندماج ببرن

نقطة اتصال للمهاجرين وكذلك المتطوعين والسلطات وغيرهم لتقديم الدعم والمشورة عند البحث عن عمل وإقامة، وعملية الاندماج، والترجمة والوساطة بين الأشخاص من أصول مهاجرة والسلطات والمنظمات وأرباب العمل وما إلى ذلك.

[إلى الموقع الإلكتروني](#)



## ISA ببرن

معلومات وإرشادات مجانية بشأن قضايا الهجرة والاندماج.

[إلى الموقع الإلكتروني](#)

أحداث بمعلومات عن مواضيع الحياة اليومية في سويسرا مصحوبة بترجمة إلى الإنجليزية والفرنسية. ويتم تقديم الوجبات الخفيفة والعشاء.

[إلى الموقع الإلكتروني](#)



## مكتب تنسيق رعاية الطفل

يقدم نصائح ومعلومات للوالدين بشأن رعاية الأطفال التكميلية. وهو مكان لتسليم قسائم الرعاية.

[إلى الموقع الإلكتروني](#)

[قسائم الرعاية](#)



## تقديم المشورة للأباء والأمهات في كانتون برن

خدمات استشارية مجانية – في الموقع أو في المنزل أو عبر الإنترنت – للأباء ومقدمي الرعاية للأطفال من الولادة إلى 5 سنوات.

[إلى الموقع الإلكتروني](#)

مركز تقديم المشورة للبالغين قبل سن الشيخوخة والأطفال الذين يعانون من إعاقات عقلية أو جسدية أو إدراكية. يستهدف العرض أيضاً أفراد الأسرة وكذلك مقدمي الرعاية والمتخصصين من الأشخاص ذوي الإعاقة.

[إلى الموقع الإلكتروني](#)

## الشؤون الاجتماعية

تقديم الدعم في الأسئلة والمخاوف بشأن حماية الأطفال والبالغين أو الأمن المالي.

[إلى الموقع الإلكتروني الشؤون الاجتماعية](#)

[إلى الموقع الإلكتروني حماية البالغين والأطفال](#)

[إلى الموقع الإلكتروني المساعدة الاجتماعية](#)

السلامة العامة (Öffentliche Sicherheit)  
Schiesplatzweg 1  
3072 Ostermundigen

الهاتف: 031 930 14 26  
البريد الإلكتروني: [einwohnerdienste@ostermundigen.ch](mailto:einwohnerdienste@ostermundigen.ch)  
[إلى الموقع الإلكتروني](#)