

# اطلاعاتی درباره مرکز پذیرش پناجویان



در این بسته اطلاعاتی، شما اطلاعات کلی درباره عملکرد مرکز پذیرش پناجویان، خدمات موجود در مرکز پذیرش پناجویان، همچنین راهنمایی‌ها و توصیه‌هایی برای رفتار در مرکز پذیرش پناجویان و مراقبت از خودتان دریافت می‌کنید.

# فهرست مطالب

## اطلاعاتی درباره عملکرد مرکز پذیرش پناهجویان

کارمندان مرکز پذیرش پناهجویان به شما کمک می‌کنند فعال باشید و در پیگیری امور خود مشارکت کنید اطلاعات تماس خود را همیشه به روز نگه دارید در مرکز پذیرش پناهجویان همیشه رفتار محترمانه داشته باشید ارائه بازخورد

## اقامت در مرکز پذیرش پناهجویان

قوانین مشترک زندگی رعایت کنید  
انتقال به مرکز پذیرش  
پناهجویان دیگر  
اقامت در محل شخصی  
راهنمایی و مشاوره عمومی

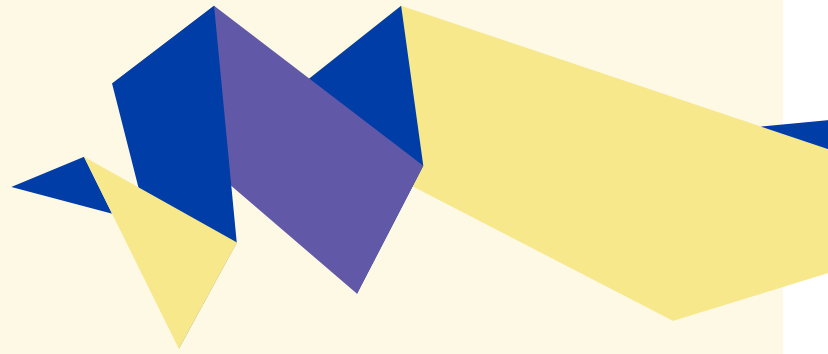
## اطلاعاتی درباره خدمات مرکز پذیرش پناهجویان

خدمات بهداشتی  
خدمات اجتماعی  
هزینه دریافت خدمات پذیرش پناهجویان  
کمک هزینه پذیرش  
کارت پرداختی  
دوره آموزشی درباره جامعه فنلاند  
فعالیت‌های کاری و آموزشی  
حمایت برای بازگشت داوطلبانه  
ترجمه  
انتقال به محل اقامت در منطقه شهری  
مرکز پذیرش پناهجویان اطلاعات شخصی شما را پردازش می‌کند  
رسیدگی به امور در مرکز پذیرش پناهجویان

## راهنما و توصیه‌هایی برای عملکرد در مرکز پذیرش پناهجویان و مراقبت از خود

اقدامات در شرایط اضطراری  
اطلاع رسانی درباره ترک محل و غیبت  
کودکان و خانواده‌ها  
تقویت توانایی‌های فردی، خوداتکایی و سلامت عمومی  
تحصیل در خارج از مرکز پذیرش پناهجویان  
اشتغال  
برنامه ریزی مالی  
سرگرمی و فعالیت‌های فراغتی

## اطلاعات بیشتر



# اطلاعاتی درباره عملکرد مرکز پذیرش پناهجویان

## کارمندان مرکز پذیرش پناهجویان به شما کمک می‌کنند

همیشه از دستورالعمل‌هایی که از کارمندان مرکز پذیرش پناهجویان دریافت می‌کنید، پیروی کنید.



در مرکز پذیرش پناهجویان، کارمندانی حضور دارند که در زمینه خدمات اجتماعی، خدمات بهداشتی و خدمات راهنمایی و مشاوره فعالیت می‌کنند.

کارمندان مرکز پذیرش پناهجویان برای کمک به شما در آنجا حضور دارند و هر زمان که به کمک نیاز داشتید یا سوالی ذهن شما را مشغول کرده بود، می‌توانید از آنها بپرسید.

کارمندان مرکز پذیرش پناهجویان به صورت بی‌طرف عمل می‌کنند و با همه ارباب رجوعان به شکل برابر و منصفانه برخورد می‌نمایند.

کارمندان مرکز پذیرش پناهجویان تصمیم‌گیری در مورد اجازه اقامت را انجام نمی‌دهند و هیچ‌گونه تأثیری بر روند تصمیم‌گیری درباره اجازه اقامت یا درخواست پناهندگی ندارند. تصمیم‌گیری درباره مجوزها بر عهده اداره مهاجرت است.



## در مرکز پذیرش پناهجویان همیشه رفتار محترمانه داشته باشید

مرکز پذیرش پناهجویان باید برای همه مکانی امن برای زندگی و کار باشد.

به دیگر ارباب رجوعان، کارمندان مرکز پذیرش پناهجویان و اموال مرکز پذیرش پناهجویان احترام بگذارید.



در مرکز پذیرش پناهجویان قوانینی وجود دارد که باید از آنها پیروی کنید. هرگونه رفتار خشونت‌آمیز یا مزاحمت در مرکز پذیرش پناهجویان به طور کامل ممنوع است. اگر شاهد خشونت یا مزاحمت در مرکز پذیرش پناهجویان بودید، حتماً آن را به یکی از کارمندان مرکز اطلاع دهید.

در برخی از فضاهای عمومی مرکز پذیرش پناهجویان دوربین نظارتی نصب شده است. اتاق شخصی شما و فضاهای سرویس بهداشتی و حمام تصویربرداری نمی‌شوند.

## فعال باشید و در پیگیری امور خود مشارکت کنید

در چارچوب توانایی‌ها و ظرفیت‌های خود، در پیگیری امور شخصی شما مشارکت داشته باشید. هدف این است که تا حد امکان به طور مستقل مسئول رسیدگی به امور خود باشید.

همیشه با کارمندان مرکز پذیرش پناهجویان همکاری خوب و سازنده‌ای داشته باشید.

## اطلاعات تماس خود را همیشه به روز نگه دارید

اطمینان حاصل کنید که مرکز پذیرش پناهجویان همواره از اطلاعات تماس فعلی و صحیح شما (شماره تلفن، نشانی محل سکونت و نشانی ایمیل) آگاه باشد، تا در صورت نیاز کارمندان بتوانند با شما تماس بگیرند.





شما می‌توانید به مرکز پذیرش پناهجویان بازخورد بدهید.



## ارائه بازخورد

اگر از چیزی رضایت دارید، اگر موضوعی شما را آزار می‌دهد، یا اگر پیشنهادی دارید، آن را با کارکنان مرکز پذیرش پناهجویان در میان بگذارید. بازخوردی که ارائه می‌دهید به مرکز پذیرش پناهجویان و همچنین به اداره مهاجرت کمک می‌کند تا خدمات خود را ارزیابی کرده و بهبود ببخشند.

اگر شک دارید که مرکز پذیرش پناهجویان یا یکی از کارمندان آن برخلاف قانون عمل کرده یا وظایف خود را انجام نداده است، می‌توانید به اداره مهاجرت شکایت اداری ارائه دهید. پیش از ثبت شکایت اداری، در صورت امکان، بهتر است ابتدا موضوع را با مرکز پذیرش پناهجویان یا کارمند مربوطه در میان بگذارید. اگر اشتباهی رخ داده باشد، ممکن است با گفتگو سریع‌تر بررسی و اصلاح شود.

در وب سایت اداره مهاجرت راهنمایی برای ثبت شکایت اداری موجود است. در صورت نیاز می‌توانید از مرکز پذیرش پناهجویان برای تنظیم شکایت کمک بگیرید.

# اقامت در مرکز پذیرش پناهجویان



اقامت در مرکز پذیرش پناهجویان به صورت مشترک با دیگران است. مرکز پذیرش برای شما اتاق یا واحد مسکونی فراهم می‌کند که آن را با سایر مراجعان شریک می‌شوید. اتاق یا واحد مسکونی شما ممکن است در طول مدت اقامت شما در مرکز تغییر کند.

## قوانین مشترک زندگی رعایت کنید

در مراکز پذیرش پناهجویان افرادی از ملیت‌ها، فرهنگ‌ها و پیشینه‌های مختلف زندگی می‌کنند. برای زندگی مشترک قوانینی وجود دارد که همه باید به آن‌ها احترام بگذارند. به دیگر ساکنان و همچنین به دین، فرهنگ و آداب آنها احترام بگذارید.

- همه حق دارند دین خود را اظهار و به آن عمل کنند، حق ابراز عقیده و حق تعلق یا عدم تعلق به یک جامعه مذهبی را دارند. در اماکن عمومی مرکز پذیرش دین خود را به گونه‌ای اعمال نکنید که موجب ناراحتی دیگران شود.
- نگهداری یا استفاده از سلاح یا مواد مخدر در مرکز پذیرش پناهجویان ممنوع است. مصرف و داشتن مواد مخدر در فنلاند غیرقانونی است. اگر وسایل خطرناکی همراه دارید که می‌توانند ضرر یا خطر ایجاد کنند، ممکن است از شما گرفته شوند.
- تجهیزات و مبلمان اتاق یا واحد مسکونی متعلق به مرکز پذیرش پناهجویان است. فروش، تعویض، جدا کردن یا خارج کردن آنها ممنوع است. در صورت خراب شدن تجهیزات یا مبلمان، به کارمندان مرکز اطلاع دهید. فقط با اجازه کارکنان می‌توانید مبلمان شخصی خود را بیاورید.
- برنامه‌های زمان‌بندی توافق شده با کارمندان مرکز و همخانه‌ای‌ها را رعایت کنید، مانند پخت و پز، شستن لباسها و استفاده از فضاهای مشترک.



- در داخل ساختمان‌ها سیگار نکشید. کشیدن سیگار فقط در فضای باز و محل‌های مشخص شده مجاز است.
- مراقب ایمنی در برابر آتش باشید. استفاده از وسایل الکتریکی را کنترل کنید. در صورت بروز مشکل در برق یا دستگاه‌ها از کارکنان کمک بگیرید. هیچ چیزی روی اجاق گاز قرار ندهید.
- مرکز پذیرش پناهجویان ملحفه، وسایل نظافت و دستمال توالت در اختیار شما قرار می‌دهد. مسئولیت نظافت اتاق یا واحد مسکونی خود را بر عهده باشید. پس از آشپزی آشپزخانه را تمیز کنید و زباله‌ها را در محل مخصوص بریزید.
- در مصرف آب صرفه جویی کنید. زمان دوش گرفتن را کوتاه کنید، هنگام صابون زدن دوش را ببندید و از آب با دمای مناسب استفاده کنید.
- مراقب کلیدهای اتاق یا واحد خود باشید.
- در ساعات سکوت معمولاً بین ساعت ۲۲:۰۰ تا ۰۷:۰۰، ایجاد سروصدا، حرف زدن بلند، موسیقی یا هر نوع مزاحمت صوتی برای سایر ساکنان ممنوع است.
- مهمانان اجازه اقامت شبانه در مرکز پذیرش پناهجویان را ندارند.
- کارمندان مرکز پذیرش پناهجویان ممکن است به طور منظم و در صورت نیاز وضعیت اتاق یا واحد را بررسی کنند.





## انتقال به مرکز پذیرش پناهجویان دیگر

انجام امور به مرکز پذیرش پناهجویان موقتی می باشد. ممکن است نتوانید تمام مدت حضور در سیستم پذیرش را در همان مرکز پذیرش پناهجویان اقامت داشته باشید.

امکان ماندن یا انتقال به مرکز پذیرش پناهجویان دیگر بستگی به ظرفیت مراکز دارد. ممکن است جای خالی در شهری که مایل به اقامت هستید وجود نداشته باشد. بنابراین شما نمی‌توانید خود انتخاب کنید که در کدام مرکز اقامت کنید.

در صورت نیاز به دلایل وضعیت شما، عملکرد مرکز پذیرش پناهجویان یا مراجع ذیصلاح یا روند رسیدگی به درخواست شما، ممکن است به مرکز پذیرش پناهجویان دیگری منتقل شوید. همچنین اگر مرکز پذیرش پناهجویان فعلی شما تعطیل شود یا در ابتدا به عنوان محل اقامت کوتاه مدت در مرکز گذرگاهی (ترانزیت) اقامت داشته باشید، ممکن است به مرکز دیگری منتقل شوید.

**خود شما هم می‌توانید در موارد زیر از مرکز پذیرش پناهجویان فعلی خود بپرسید که آیا امکان انتقال به مرکز پذیرش پناهجویان دیگر وجود دارد:**

- در شهر دیگری شغل پیدا کرده‌اید،
- در یک رشته تحصیلی که منجر به دریافت مدرک می‌شود در شهر دیگری پذیرفته شده‌اید، یا
- خانواده نزدیک شما در مرکز پذیرش دیگری زندگی می‌کند. خانواده نزدیک شامل پدر، مادر، همسر یا فرزند زیر سن قانونی می‌شود.

مرکز پذیرش پناهجویان مسئول انجام امور و ترتیبات عملی مربوط به انتقال می باشد.

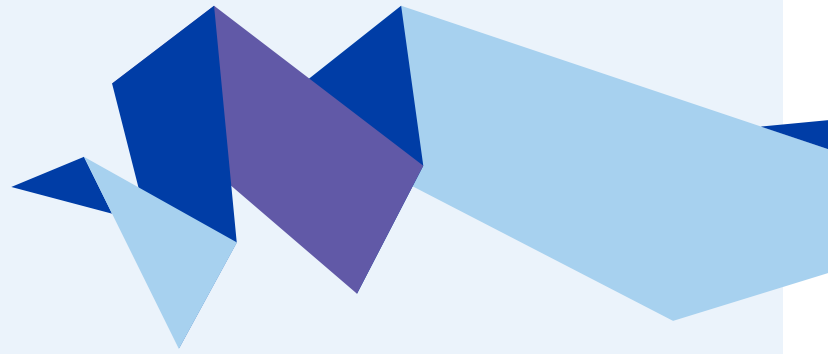
## اقامت در محل شخصی

اگر مایل باشید، می‌توانید اقامت خود را خارج از مرکز پذیرش پناهجویان به صورت مستقل ترتیب دهید. به این حالت «اقامت در محل شخصی» گفته می‌شود. می‌توانید مثلاً نزد بستگان، همسر یا آشنایان اقامت داشته باشید. همچنین می‌توانید خود شما یک آپارتمان اجاره کنید یا به عنوان مستأجر فرعی زندگی کنید.

**موارد زیر را هنگام اقامت در محل شخصی مد نظر داشته باشید:**

- محل اقامت باید فضایی مناسب برای زندگی باشد که بتوانید نامه‌های خود را به آدرس آن دریافت کنید.
- باید در آدرسی که اعلام کرده‌اید اقامت داشته باشید.
- تغییر آدرس محل سکونت جدید را به اداره پست اطلاع دهید.
- آدرس محل اقامت خود که به صورت مستقل ترتیب داده‌اید را به صورت کتبی به مرکز پذیرش پناهجویان اطلاع دهید و در صورت تغییرات، همیشه به روزرسانی کنید.
- این موضوع اهمیت دارد تا حقوق شما در دریافت سایر خدمات پذیرش پناهجویان حفظ شود و اداره مهاجرت بتواند درباره درخواست شما با شما تماس بگیرد.

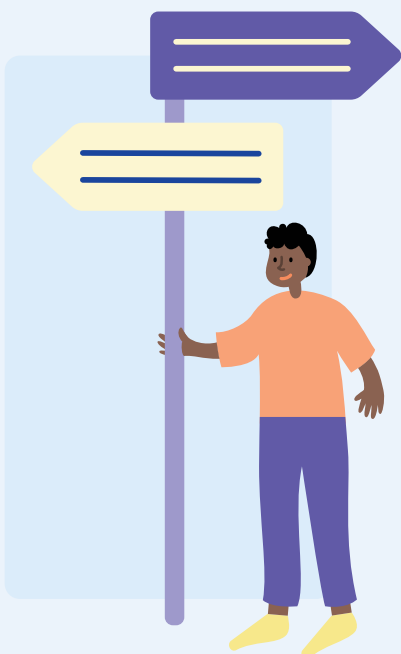




# اطلاعاتی درباره خدمات مرکز پذیرش پناهجویان

## راهنمایی و مشاوره عمومی

از راهنمای مرکز پذیرش پناهجویان می‌توانید راهنمایی و مشاوره درباره موقعیت‌های مختلف زندگی روزمره و مسائل عملی مربوط به اقامت در مرکز پذیرش پناهجویان دریافت کنید.



مرکز پذیرش پناهجویان خدمات مورد نیاز شما را فراهم می‌کند. قانون تعیین می‌کند که شما به چه خدماتی حق دارید.

### خدمات مرکز پذیرش پناهجویان شامل موارد زیر است:

- سکونت
- خدمات اجتماعی
- خدمات بهداشتی
- کمک هزینه پذیرش
- فعالیت‌های کاری و آموزشی
- خدمات ترجمه و
- حمایت برای بازگشت داوطلبانه

### علاوه بر این، از مرکز پذیرش پناهجویان اطلاعاتی مثلاً در موارد زیر دریافت می‌کنید:

- حقوق و وظایف مرتبط با ارباب رجوع بودن
- قوانین مرکز پذیرش پناهجویان و
- جامعه فنلاند.

همچنین مرکز پذیرش پناهجویان راهنمایی و مشاوره‌های دیگری درباره مسائل روزمره به شما ارائه می‌دهد.

اگر در محل شخصی اقامت دارید، هزینه‌های مرتبط با اقامت مثل اجاره، برق و آب پرداخت نمی‌شود. برای اسکان یا ترتیب دادن آن، هیچ حمایت مالی ارائه نمی‌شود.



## خدمات بهداشتی

پرستار و مراقب سلامت مرکز پذیرش پناهجویان مسئول فراهم کردن خدمات بهداشتی برای شما می باشد.

پرستار مرکز پذیرش پناهجویان نیاز شما به درمان را ارزیابی می کند، مراقبت لازم را ارائه می دهد و در صورت نیاز شما را به خدمات بهداشتی خارج از مرکز ارجاع می دهد.

وقتی برای اولین بار به مرکز پذیرش پناهجویان می آید، یک معاینه اولیه سلامت به شما پیشنهاد می شود که داوطلبانه است. در این معاینه وضعیت سلامت شما بررسی شده و مشخص می شود که به چه خدماتی ممکن است نیاز داشته باشید. لطفاً اطلاعات سلامت خود را که همراه دارید به معاینه کننده ارائه دهید یا درباره آنها توضیح دهید. پرستار ممکن است شما را به آزمایش های تکمیلی، مانند غربالگری برخی بیماری های عفونی، ارجاع دهد.

اگر به کمک نیاز دارید، با کارکنان خدمات بهداشتی مرکز پذیرش پناهجویان تماس بگیرید.

## خدمات اجتماعی

از مددکار اجتماعی یا راهنمای اجتماعی مرکز پذیرش پناهجویان راهنمایی، مشاوره و حمایت دریافت کنید در موارد زیر:

- تربیت کودکان و نوجوانان و ایفای نقش والدین
- مدرسه رفتن و تحصیل
- توانمندی فردی و ارتقاء رفاه
- مدیریت زندگی و مستقل زندگی کردن
- مشکلات روانی یا مشکلات مربوط به مواد مخدر
- نیازهای خاص ناشی از سالمندی
- نیازهای خاص ناشی از معلولیت.

اگر به کمک نیاز دارید، با کارکنان خدمات اجتماعی مرکز پذیرش پناهجویان تماس بگیرید.

## هزینه دریافت خدمات پذیرش پناهجویان

اگر در مرکز پذیرش پناهجویان اقامت داشته باشید و در کاری با حقوق مشغول به کار باشید، ممکن است بابت خدمات پذیرش از شما هزینه‌ای دریافت شود. همچنین اگر دارایی داشته باشید، ممکن است هزینه از شما گرفته شود. اگر کار می‌کنید یا دارایی دیگری در اختیار دارید، حتماً این موضوع را به مرکز پذیرش پناهجویان اطلاع دهید.



## کمک هزینه پذیرش

اگر درآمد و دارایی‌های شما یا اعضای خانواده شما برای هزینه‌های روزمره ضروری مانند غذا و لباس کافی نباشد، شما می‌توانید کمک هزینه پذیرش دریافت کنید. برای دریافت کمک هزینه پذیرش باید از مرکز پذیرش پناهجویان درخواست دهید.

کمک هزینه پذیرش برای تأمین نیازهای ضروری شما در نظر گرفته شده است.



کمک هزینه پذیرش شامل دو بخش است: بخش پایه و بخش تکمیلی. بخش پایه کمک هزینه پذیرش برای هزینه‌هایی مانند لباس، هزینه‌های جزئی خدمات بهداشتی، بلیط حمل و نقل محلی و هزینه‌های استفاده از تلفن در نظر گرفته شده است.

همچنین در صورتی که مرکز پذیرش پناهجویان وعده غذایی ارائه ندهد، بخش پایه کمک هزینه پذیرش برای هزینه‌های غذا در مواردی استفاده می‌شود.

علاوه بر بخش پایه، می‌توانید برای دریافت بخش تکمیلی کمک هزینه پذیرش درخواست دهید که برای نیازهای خاصی مانند تحصیل در خارج از مرکز یا وسایل کودک استفاده می‌شود.

کمک هزینه پذیرش به طور خودکار داده نمی‌شود و شما باید درخواست کنید. در صورت درخواست کمک هزینه پذیرش، باید درآمد و دارایی‌های خود را به مرکز پذیرش پناهجویان اعلام کنید. همچنین تمامی درآمدها و دارایی‌های خارج از کشور که در فنلاند در اختیار شما هستند، بر مقدار کمک هزینه پذیرش تأثیر می‌گذارند.



## کارت پرداختی

کمک هزینه پذیرش و حقوق احتمالی حاصل از کار به ویژه به کارت پرداخت اداره مهاجرت یا به حساب بانکی فنلاندی شما پرداخت می شود. کمک هزینه پذیرش کل خانواده به یک کارت پرداخت واریز می شود. کارت پرداخت اداره مهاجرت فقط در فنلاند قابل استفاده است. از مرکز پذیرش کمک هزینه راهنمایی های لازم درباره نحوه استفاده از کارت را دریافت خواهید کرد.



## فعالیت های کاری و آموزشی

مرکز پذیرش پناهجویان کمک هزینه برای افرادی که در مرکز اقامت دارند، فعالیت های کاری و آموزشی فراهم می کند. امتناع یا کوتاهی در انجام این فعالیت ها ممکن است منجر به کاهش کمک هزینه پذیرش شود.

فعالیت آموزشی شامل یادگیری زبان فنلاندی یا سوئدی است. فعالیت کاری عمدتاً شامل تمیز کردن و مرتب نگه داشتن فضای اقامت شخصی است.



## دوره آموزشی درباره جامعه فنلاند

مرکز پذیرش پناهجویان برای شما دوره های درباره جامعه فنلاند برگزار می کند. این دوره اطلاعات پایه مهمی درباره جامعه، قوانین، تاریخ و آداب و رسوم فنلاند به شما می دهد.

دوره شامل مواد درسی خود آموز و کلاس آنلاین است. انتظار می رود همه ارباب رجوعان مرکز پذیرش پناهجویان این دوره را بگذرانند.



## ترجمه



کارمندان مرکز پذیرش پناهجویان می‌توانند در مواقعی که مسائل مهمی درباره شما مطرح می‌شود، مترجم را فراهم کنند.

ترجمه معمولاً در ملاقات‌هایی مانند ملاقات با مددکار اجتماعی، مشاور اجتماعی، یا پرستار سلامت مرکز پذیرش پناهجویان و همچنین ملاقات با پزشک انجام می‌شود. اگر زبان دیگری را به اندازه کافی متوجه می‌شوید، همیشه لازم نیست ترجمه به زبانی مادری شما انجام شود.

سعی می‌شود وضعیت‌های روزمره مرکز پذیرش پناهجویان بدون مترجم مدیریت شود.

مترجمان همیشه موظف به حفظ محرمانگی هستند.



## حمایت برای بازگشت داوطلبانه

مرکز پذیرش پناهجویان به طور منظم اطلاعات و مشاوره‌ای درباره بازگشت داوطلبانه همراه با حمایت ارائه می‌دهد. بازگشت داوطلبانه همراه با حمایت یعنی کمک و پشتیبانی برای بازگشت به کشور مبدأ. اگر می‌خواهید اطلاعات بیشتری درباره این نوع بازگشت دریافت کنید، با کارمندان مرکز پذیرش پناهجویان در ارتباط باشید.



## مرکز پذیرش پناهجویان اطلاعات شخصی شما را پردازش می کند



رسیدگی به اطلاعات شخصی در ارتباط با وظیفه قانونی مرکز پذیرش پناهجویان انجام می شود. مرکز پذیرش پناهجویان اطلاعات شخصی شما را به صورت ایمن و مطابق با قانون نگهداری و مدیریت می کند.

اطلاعات شما تنها در اختیار نهادهایی خارج از مرکز پذیرش پناهجویان قرار می گیرد که طبق قانون مجاز به رسیدگی به آن باشند یا به آنها اجازه داده‌اید که اطلاعات شما را دریافت کنند.

شما حق دارید درخواست کنید که به یادداشت‌ها و اطلاعات ثبت شده مربوط به خود دسترسی داشته باشید.



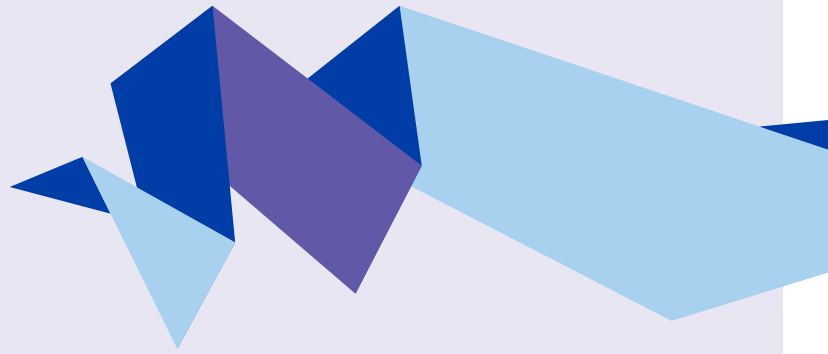
اگر به مرکز پذیرش پناهجویان دیگری منتقل شوید، اطلاعات شما به طور خودکار به آن مرکز منتقل خواهد شد.



## انتقال به محل اقامت در منطقه شهری

اگر اجازه اقامت دریافت کنید و حق ثبت محل اقامت در یکی از مناطق شهری را داشته باشید، انتظار می‌رود که برای ثبت محل اقامت خود اقدام کرده و از خدمات مرکز پذیرش پناهجویان خارج شوید.

کارمندان مرکز پذیرش پناهجویان راهنمایی‌های لازم برای انتقال به اقامت در منطقه شهری را در اختیار شما قرار می‌دهند و در پیدا کردن مسکن شخصی به شما کمک خواهند کرد.



# راهنما و توصیه‌هایی برای عملکرد در مرکز پذیرش پناهجویان و مراقبت از خود

## رسیدگی به امور در مرکز پذیرش پناهجویان

در برخی از مراکز پذیرش پناهجویان، به ویژه در ساعات شب و عصر، مراقب کشیک حضور دارد که در موارد اضطراری می‌توانید با او تماس بگیرید. مراقب کشیک در موارد فوری به شما کمک می‌کند، مانند زمانی که کلید خود را داخل خانه جا گذاشته‌اید و نیاز به باز کردن در دارید، یا زمانی که مشکل جدی در محل سکونت وجود دارد. برای مثال، تعمیر دستگیره در یا تعویض لامپ جزء موارد فوری نیستند و در زمان کشیک شبانه انجام نمی‌شوند.

ساعات کاری دفتر مرکز پذیرش پناهجویان و همچنین اطلاعات تماس و روش‌های ارتباط با کارمندان مرکز خود را بررسی کنید.

کارمندان مرکز پذیرش پناهجویان به شما می‌گویند چگونه می‌توانید وقت ملاقات با خدمات اجتماعی یا خدمات بهداشتی بگیرید و چگونه در این خدمات حضور داشته باشید.

همیشه سر وقت برای ملاقات حاضر شوید. اگر نمی‌توانید بیایید، هرچه زودتر اطلاع دهید. اگر مرکز پذیرش پناهجویان برای شما وقت ملاقات با ارائه دهنده خدمات بهداشتی خارج از مرکز، مثلاً پزشک، گرفته است، همیشه سر وقت حاضر شوید و اگر نمی‌توانید، هرچه سریعتر اطلاع دهید.





## اقدامات در شرایط اضطراری

اضطراری عمومی ۲۱۱  
بگیرید، با شماره ۷۱۱۶۱۱



از کارمندان مرکز پذیرش پناهجویان اطلاعاتی در مورد نحوه اقدام در صورت وقوع آتش سوزی دریافت خواهید کرد. اگر آژیر خطر یا هشدار دهنده دود به صدا درآمد، اطمینان حاصل کنید که کسی در اتاق یا آپارتمان باقی نمانده است، در را ببندید و بلافاصله از ساختمان خارج شوید.

اگر جان، سلامت یا امنیت شما در خطر است، فوراً با مرکز فوریت‌های اضطراری تماس بگیرید ۲۱۱: شماره اضطراری عمومی ۲۱۱ (آمبولانس، آتش‌نشانی و پلیس) فقط برای موارد اضطراری است.

اگر به مراقبت فوری پزشکی نیاز دارید و نمی‌توانید با مرکز پذیرش پناهجویان تماس بگیرید، با شماره ۷۱۱۶۱۱ تماس بگیرید. در خدمات فوریت‌های درمانی، کارشناسان سلامت به زبان‌های فنلاندی، سوئدی یا انگلیسی به شما اطلاع می‌دهند که آیا باید به مرکز درمانی مراجعه کنید یا نه. تماس با این شماره رایگان است.

## اطلاع رسانی درباره ترک محل و غیبت

اگر درخواست پناهندگی شما هنوز در حال بررسی است، شما نباید از فنلاند خارج شوید. در صورت خروج، درخواست پناهندگی شما ملغی می‌شود، یعنی بررسی آن متوقف خواهد شد.

مرکز پذیرش پناهجویان در فواصل زمانی مشخص بررسی می‌کند که آیا شما همچنان در فنلاند هستید و به خدمات پذیرش نیاز دارید. اگر مرکز پذیرش پناهجویان نتواند با شما تماس بگیرد، ممکن است دیگر خدمات پذیرش را دریافت نکنید و پرونده شما در مرکز پذیرش پناهجویان بسته شود.

در صورتی که قصد دارید به طور دائمی از فنلاند خارج شوید، باید از پیش این موضوع را به مرکز پذیرش پناهجویان اطلاع دهید. این اطلاع رسانی حتی در صورتی که بیرون از مرکز سکونت داشته باشید نیز الزامی است.

اگر به طور دائم فنلاند را ترک می‌کنید، لازم است درخواست حمایت موقت، اجازه اقامت یا درخواست پناهندگی خود را لغو کنید.



## کودکان و خانواده‌ها

والدین موظف اند در مرکز پذیرش پناهجویان نیز فرزندان خود را تربیت کرده و از آنها مراقبت کنند.

در فنلاند، هر نوع تنبیه بدنی کودک ممنوع است.



زمین های بازی مجتمع های مسکونی و پارک های بازی عمومی بدون هزینه در دسترس هستند. کودکان خردسال نباید بدون نظارت یک بزرگسال در خانه یا حیاط تنها گذاشته شوند.

اگر شاغل هستید، تمام وقت تحصیل می‌کنید یا فرزندان نیازهای خاصی دارد، می‌توانید برای فرزندان از شهرداری درخواست مکان آموزش و پرورش خردسالان یا مهد کودک کنید.

کودکان ۶ ساله حق شرکت در پیش‌دبستانی و کودکان ۷ تا ۷۱ ساله حق شرکت در آموزش ابتدایی را دارند. کودکان در سن آموزش اجباری ۷ تا ۷۱ سال تا حد امکان در کلاس های مقدماتی یا در آموزش ابتدایی شرکت می‌کنند. تحصیل کودک ارزشمند است و هدف این است که همه کودکان در فنلاند به مدرسه بروند.

کارمندان مرکز پذیرش پناهجویان به خانواده‌ها در پر کردن فرم های درخواست مهد کودک و مدرسه کمک می‌کنند.



## تقویت توانایی‌های فردی، خوداتکایی و سلامت عمومی

شما می‌توانید اقدامات زیادی انجام دهید که به بهبود توانمندی، خوداتکایی و رفاه شخصی شما کمک می‌کنند. شما مجاز هستید خارج از مرکز پذیرش پناجویان تردد و اقامت داشته باشید. آشنایی با محیط اطراف، فعالیت مستمر و انجام کارهای مفید و توسعه دهنده موجب ارتقاء مدیریت زندگی و افزایش سطح رفاه خواهد شد.

تحصیل، اشتغال و فعالیت‌های تفریحی به یادگیری مهارت‌های جدید و ارتقاء سلامت روانی و جسمانی شما کمک می‌کنند. این فعالیت‌ها، روزهای شما را پربار و معنادار می‌سازند. همچنین با اشتغال به کار و دریافت حقوق، می‌توانید به صورت مستقل هزینه‌های زندگی خود را تأمین نمایید.

- با محیط اطراف مرکز پذیرش آشنا شوید.
- ارتباط با دیگران باعث بهبود روحیه می‌شود.
- از سبک زندگی سالم پیروی کنید.
- به اندازه کافی بخوابید و نظم خواب و بیداری خود را حفظ کنید.
- به طور منظم ورزش کنید.
- غذای متنوع بخورید و هر روز به میزان کافی آب بنوشید.
- متناسب با آب و هوا لباس بپوشید.
- هنگام ورود به مرکز، پس از استفاده از سرویس بهداشتی و پیش از غذا خوردن، دستان خود را با صابون به خوبی بشویید.
- برای خرج کردن پول خود برنامه ریزی داشته باشید.
- در فعالیت‌های سازمان‌ها و انجمن‌ها شرکت کنید.





## تحصیل در خارج از مرکز پذیرش پناهجویان

با این حال، دریافت پذیرش تحصیلی لزوماً به این معنا نیست که می‌توانید در فنلاند بمانید.



اگر می‌خواهید در خارج از مرکز پذیرش پناهجویان تحصیل کنید، این امکان وجود دارد. شما می‌توانید برای دریافت پذیرش تحصیلی اقدام کرده و در صورت پذیرش، تحصیل خود را آغاز نمایید، مشروط بر آن که این امر مطابق با قوانین و دستورالعمل‌های داخلی مؤسسه آموزشی مربوطه باشد.



شما به طور کلی حق استفاده از حمایت‌های مالی دانشجویی، مانند کمک هزینه تحصیلی را ندارید. در صورت نیاز، می‌توانید برای پشتیبانی از تحصیل خود درخواست دریافت کمک هزینه تکمیلی پذیرش بدهید.

## اشتغال

تمام افرادی که در فنلاند کار می‌کنند، مشمول شرایط کاری یکسانی هستند. کارگر از حقوق زیر برخوردار می‌باشد:

- قرارداد کاری کتبی و شرایط استخدام
- حقوق، ساعت کاری و مرخصی با حقوق مطابق قرارداد کار و قرارداد دسته‌جمعی
- زمان‌های استراحت مقرر در طول روز کاری
- دریافت دستمزد اضافه‌کاری
- محیط کاری ایمن
- مراقبت‌های بهداشت شغلی و حق مرخصی بیماری
- آموزش و آشنایی اولیه با وظایف کاری
- حق سازمان‌یابی و عضویت در اتحادیه‌های کارگری
- امکان گزارش مشکلات شغلی به کارفرما یا مقام نظارت بر ایمنی و بهداشت کار

اگر قصد دارید برای یک شغل با حقوق درخواست دهید، اطمینان حاصل کنید که اجازه کار در فنلاند دارید. اگر پناهجو هستید، اجازه ندارید به عنوان کارآفرین فعالیت کنید

در صورتی که تحت پوشش حفاظت موقت هستید، از حق دسترسی به خدمات اشتغال برخوردار هستید. مرکز پذیرش پناهجویان شما را به خدمات منطقه اشتغال نزدیک محل اقامت شما ارجاع می‌دهد. پناهجویان حق استفاده از خدمات اشتغالی که توسط شهرداری ارائه می‌شوند را ندارند.

انجام کار غیررسمی ممنوع است. منظور از کار غیر رسمی، فعالیتی غیر قانونی است که در آن مالیات‌ها و سایر هزینه‌های قانونی پرداخت نمی‌شوند.



## برنامه ریزی مالی

توصیه می‌شود برای مدیریت هزینه‌های خود برنامه ریزی کنید تا منابع مالی شما کافی باشد. برنامه ریزی برای استفاده از پول، حتی در صورتی که درآمد حاصل از کار دارید، نیز اهمیت دارد.

مشخص کنید چه مقدار پول در اختیار دارید و باید آن را صرف چه نیازهایی کنید. پول خود را به صورت هدفمند خرج کنید، قیمت‌ها را مقایسه نمایید، در مورد ضرورت خریدهای شما فکر کنید و بررسی کنید که بودجه شما تا چه زمانی باید پاسخگوی نیازها باشد.

از تخفیف‌ها و فروش ویژه استفاده کنید. بسیاری از کالاها در ساعات پایانی روز با قیمت پایین‌تر فروخته می‌شوند. فروشگاه‌های بزرگ معمولاً از فروشگاه‌های کوچک ارزان‌تر هستند. توصیه می‌شود از محصولات برند اختصاصی فروشگاه استفاده کنید.

لوازم دست دوم تهیه کنید. لباس‌ها و سایر اقلام مورد نیاز را می‌توانید با قیمت مناسب از فروشگاه‌های اجناس دست دوم و مراکز بازیافت تهیه نمایید.

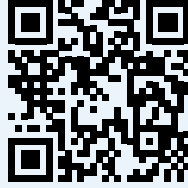
## سرگرمی و فعالیت‌های فراغتی

شما می‌توانید از مرکز پذیرش پناهجویان خود اطلاعات مربوط به امکانات تفریحی و ورزشی موجود در منطقه را دریافت نمایید.

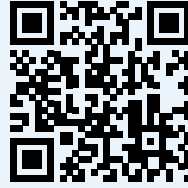
در برخی از مراکز پذیرش پناهجویان، فضاها یا تجهیزات ویژه‌ای برای ورزش پرورش اندام، فعالیت‌های تفریحی یا گذران اوقات فراغت در اختیار ساکنین قرار دارد که می‌توانید از آنها استفاده کنید.

در صورت نیاز، امکان درخواست دریافت کمک هزینه تکمیلی پذیرش برای پرداخت هزینه‌های فعالیت‌های فوق‌برنامه کودکان یا تهیه لوازم لازم وجود دارد.





راهنمای شما در فنلاند  
(Infoministry of Finland)



مراکز پذیرش پناجویان  
(Migri.fi)، به فنلاندی



زندگی روزمره در مرکز  
پذیرش پناجویان  
(Migri.fi)، به فنلاندی