

# من مهاجر إلى مهاجر.



هذا الملف الذي بين يديك هو حصيلة لمعرفتنا  
المشتركة ؛ معرفة نساء مهاجرات اللاتي يوحدن  
القوى والأفكار لتقديم يد المساعدة لمجتمعنا.

وجود شبكة دعم تتيح لنا الحوار واللقاء،  
بالإضافة إلى مساحة تنظيمية لتغيير واقعنا.  
إسمنا "ALIADAS" حلفاء غران كاناريا ،  
مجموعة من النساء المهاجرات والعرقيات اللاتي  
يجتمعن بهدف تغيير هذا الواقع.

نقدم لكم مختلف المجموعات والجمعيات حيث  
يمكننا الالتقاء والعمل من أجل التغيير.



## ALIADAS

### f Aliadas: Mujeres Migrantes con Voz

الحلفاء : مهمتنا نسج شبكات الحقوق بتنسيق مع مساحة Alianza por la Solidaridad ، التي يتمثل هدفها الرئيسي في دعم إنشاء شبكات من النساء المهاجرات والعرقيات فيما بينهن والمجتمع المضيف. تهدف هذه المجموعة إلى تحفيز النساء المهاجرات والعرقيات إلى الأخذ بزمام الأمور لوحدهن..

### Asociación Socio-Cultural y Humanitaria "Virgen de Coromoto"

#### f Virgen de Coromoto | virgendecoromoto@gmail.com

إنها منظمة ذات عضوات فينزويليات وكناريات، من بين أهدافها ، تقديم يد المساعدة للمواطنين الكناريين والفينزويليين في إطار التعاون الإنساني الدولي، وتعزيز إدماج الساكنة المهاجرة بصفة عامة والتركيز على الفئة الفينزويلية بصفة خاصة، مع العمل كصلة وصل بين بين جميع الخدمات العامة والخاصة التي تعمل على الدفاع عن حقوق الإنسان/ أو تدريس

### Asociación Mujeres Unidas del Mundo

#### f Mujeres Unidas del Mundo - AMUM | @amumcan

هذه مجموعة من النساء من أصول مختلفة يجتمعن في غران كاناري يُنتِجن و بُعزُزن مبادرات ثقافية، اجتماعية و نسوية.

### IntoHumano

#### intohumano.com

مساحة لدعم وإتاحة المشاركة لمهاجرين، مرضى السرطان ، المثليين وأفراد أسرهم أو القائمين على رعايتهم.

### Asociación Mujeres Africanas en Canarias

#### f AMAC | @amac\_canarias

مساحة للنساء الأفريقيات والمنحدرات من أصل أفريقي في جزر الكناري بهدف إنشاء جالية وتعزيز ريادة المشاريع، وخلق مبادرات ثقافية ومجال لتحفيز وتقوية المرأة الأفريقية.

### Asociación Mujeres Africanas y Afrodescendientes en Canarias

#### @mujeresafroencanarias

هذه مساحة للنساء الأفريقيات والمنحدرات من أصول أفريقية في جزر الكناري بهدف خلق أمة ، تعزيز الاستثمار و خلق مبادرات ثقافية ومجالات تُشجّع النساء الافريقيات

إذا كنت لا تتحدث الإسبانية أو لا تعرف أحداً يمكن أن يترجم لك، فتذكر أنه يمكنك اللجوء إلى الجمعيات المذكورة أعلاه .

## العنف ضد المرأة

أختي، الحب الحقيقي لا يضر ولا يؤلم ، ولا يجعلك تشعرين بالدونية، بل على العكس، فهو يجعلك رائعة.. ربما أنت الآن في هذه الظروف الصعبة، فإذا كان الأمر كذلك يمكنك التواصل معنا هنا:

**Mujeres, Solidaridad y Cooperación** : يقدمون خدمات شاملة للمهاجرات ضحايا العنف، تشمل أربعة مجالات: القانونية، النفسية، الاجتماعية والمهنية، للنساء ذوات الإقامة النظامية في إسبانيا.  
mujeressolidaridadycooperacion.org | integralaspalmas@hotmail.com | 928 24 14 66 | Calle General Mas de Gaminde, nº38. Edificio Nobel, Escalera B. 1ºG 35006 Las Palmas de Gran Canaria.

**Teléfono 016** رقم هاتف خاص بخدمة النساء المعنفات (الاتصال في حالة الطوارئ)  
الاتصال لا يترك أثراً في الفاتورة، مجاني ويمكنك الاتصال حتى بدون رصيد.

## العمل

إذا كنت في حاجة إلى إرشادات، فلديك موارد مختلفة يمكنها مساعدتك.

**A ti mujer** خدمة إدماج العمالة للمهاجرات ، اهتمام مشخّص و أورش جماعية، يمكنك الاستفادة من هذه الخدمة بدون وثائق نظامية ( بلا ورائي ) .  
atimujer.org | 618 38 00 55 | C/ Jose Arencibia Gil, 20 3º - Izq., Telde.  
A ti Mujer | @apoyoatimujer.

**Asociación Las Kellys** جمعية تضم المشورة والمرافقة لتحسين وضعية عيش خادمت بيوت الفنادق والنضال لضمان حقوقهن  
Las Kellys Gran Canaria | 603 03 83 44

**Colectiva dignificación del trabajo del hogar y los cuidados** جمعية خادمت البيوت والرعاية ، جمعية منظمة ذاتيا كمساحة لتوفير الحماية والمقاومة من خلال التوعية والعمل الجماعي ، وتقديم الدعم العاطفي،المادي وضمان حقوق العاملات والحد من العنصرية والتمييز

Colectiva dignificación del trabajo del hogar y los cuidados  
Cuidados Canarias | 617 94 16 42

نعلم أنه قد يكون لديك العديد من الأسئلة عن كيفية الوصول إلى حقوقك لهذا قمنا بعمل هذا التحصيل.

## السكن

التعداد هو وثيقة تشهد بأنك تعيش هنا، إذا لم يكن لديك مكان قار تعيش فيه ، فهناك إمكانية " التسجيل بدون عنوان ثابت": (empadronamiento sin domicilio fijo)

إتخذ هذه الخطوات:

1. سجل عنوانك.
2. أطلب المساعدة من مربيك في المركز أو لتجئ إلى إحدى جمعياتنا.
3. استفسر هل يجب ان تطلب موعدا مسبق هاتفيا في البلدية في منطقتك أم يمكنك الذهاب إلى هناك مباشرة لقضاء المصلحة.
4. خذ معك العنوان أو عقد الإيجار أو موافقة مالك البيت وطلب التسجيل على هذا العنوان.
5. إن لم يكن لديك عنوان ثابت، فاتصل بالخدام الاجتماعي واطلب التسجيل بدون عنوان ثابت: empadronamiento sin domicilio fijo حتى لو كان عليك الإصرار، تذكر أنه من حقلك.

## الصحة

الصحة حق! يوجد برنامج تأمين الصحة " Programa Promoción para la Salud " الذي يسمح لك بالحصول على بطاقة الرعاية الصحية بطريقة بسيطة، حتى و لو لم يتم تسوية وضعيتك القانونية بعد، فقط بشهادة التعداد.

اتبع هذه الخطوات:

1. أخبر المرابي في مركزك أو أي شخص يمكنه مرافقتك.
2. توجه إلى المركز الصحي في منطقتك وخذ معك استمارة تسجيل التعداد ، جواز السفر/ وثيقة الهوية التي بحوزتك واطلب البطاقة الصحية ضمن (برنامج تأمين الصحة: Programa Promoción para la Salud). ولو تطلب منك الامر الإصرار، تذكر أنه حقلك.

## الصحة النفسية

إن التمييز،نقص المعلومات واليأس يمن ان يؤدي كل هذا إلى تدهور صحتك النفسية، أنت لست وحدك.

مصادر باللغة الإسبانية:

هاتف الأمل: **Teléfono de la esperanza**  
teléfono de la esperanza.org/canarias | 928334050



## وضعية بلا سكن

إذا وجدت نفسك دون سكن فار أو تعرف أحدًا في هذه الظروف، يومياً على الساعة 20:00 في شاطئ " لاس الكارابانيراس ", Las Alcaravanas تقدم جمعية Somos Red وجبة عشاء بالمجان وتعمل على مساعدتك وتوجيهك إن اقتضى الأمر..

Somos Red Gran Canaria

f Somos Red Gran Canaria | t @somosredsolidaria | i @solidariasomos

## الثقافة والترفيه

يُعدُّ العثور على مكان للاجتماع مع إخوان و أخوات من نفس ثقافتنا أمراً أساسياً لضمان صحتنا العامة.

Asociación Folklórico-Cultural Colombiana de Gran Canaria "MACONDO"

f Asoc Macondo | i @asociacionmacondo

منذ عام 2004 يُعتبر مجالا للقاء المواطنين الكولومبيين المقيمين في جزيرة غران كاناريا لتخليد وتقدير التقاليد المختلفة والفولكلور والثقافة الكولومبية، الاعتراف بحقيقة الشعب الكولومبي واحترام مظاهره في العادات والتقاليد وجلب الى الحاضر ذكرى أسلافنا والاعتراف بالتعددية الثقافية للجزيرة التي ترحب بنا.

Centro Cívico Suárez Naranja

Calle Pamochamoso, 34 – Las Palmas de Gran Canaria | Horario: de lunes a viernes de 9.00 a 14.00 h. y de 16.30 a 21.00 h. | Teléfono: 928 44 85 20

إنه فضاء مفتوح تابع لبلدية مدينة لاس بالماس، في حي أريناليس ، يستضيف وينظم أنشطة مختلفة يتم الترويج لها من قِبل و لجميع الأشخاص المهتمين، ليتحول إلى نقطة لقاء ومرجع للتكامل الاجتماعي و الثقافي.

El Taller de la Isleta

f El Taller La isleta | i @eltallerlaisleta

هذا الفضاء المُسمّى "إلطايير: الورشة" فضاء حر يقع في حي لايسليتا في لاس بالماس ، فضاء اختصاصي في مساعدة المهاجرين، كذلك هو مطعم شعبي، ينظم أنشطة ثقافية وورشات تعليمية بما فيها تعليم اللغة الأسبانية للأجانب يُعتبر ورش عمل مفتوح للجمعيات والافراد وفضاء إنساني للاجتماع والتعارف.





Aliadas Gran Canaria

إذا كنت مهاجرا أو مهاجرة وتحتاجين إلى معلومات ودعم  
خلال خطواتك الأولى في الجزر فيما يخص الصحة،  
السكن والشغل، العنف ضد المرأة أو لإنشاء علاقات  
أخوية جديدة، يمكنك طلب المنشور تحت اسم:  
الإسعافات الإخبارية الأولية في ALIADAS