



# أهلاً وسهلاً بكم في مدينة !City of Portland

دليل الموارد للمهاجرين واللاجئين



OFFICE OF  
Community  
& Civic Life





## مرحبًا بكم في مدينة City of Portland!

لدينا، في مدينة City of Portland، إيمان راسخ بأن جاليات المهاجرين واللاجئين تحفظ على هذه المدينة، والبلاد بأسرها، نبضها الثقافي وروح الابتكار والازدهار والشغف الذي يستهوي القلوب أكثر فأكثر إليها.

وليس هذا الدليل إلا وسيلة من الوسائل التي يسعى بها المكتب المعني بشؤون المجتمع والحياة المدنية (Office of Community & Civic Life) إلى الترحيب بالمهاجرين واللاجئين وتمكينهم من تحصيل المعلومات اللازمة لتيسير انتقالهم إلى مدينة Portland. ونأمل أن تجدوا في هذا الدليل من الموارد النافعة ما يُعينكم على الاستقرار في أقرب وقت في وطنكم الجديد.

## القيم التي نؤمن بها في مدينة City of Portland

أدلى جميع أعضاء الحكومة المُفوضّة في المدينة (City of Portland Commissioners)، يوم 17 يونيو (حزيران) 2020، بأصواتهم تأييدًا للقرار الذي قضى بسن سياسة صارمة لا تتوانى مع العنصرية والتمييز والتحيز في أماكن العمل؛ وهو القرار الذي يستحث، كذلك، جميع الموظفين والجهات الخدمية في المدينة على الالتزام في أعمالهم بقيم مناهضة العنصرية وتعزيز الإنصاف والتعاون والتواصل والالتزام بحسب المسؤولية المالية والمصارحة. وقد جاء هذا القرار ليلقي على عاتق المدينة بالمسؤولية عن التعامل مع الجميع سواسية، بصرف النظر عن العرق، أو الدين، أو لون البشرة، أو الجنس، أو الحالة الاجتماعية، أو الحالة الأسرية، أو الأصول القومية، أو العمر، أو أوجه الحاجات الخاصة الذهنية أو البدنية، أو التوجهات الجنسية، أو هوية النوع الاجتماعي، أو مقدار الدخل.

## حكومة مدينة City of Portland

تتخذ منظومة الحكم في مدينة Portland هيئة الحكومة المُفوضّة؛ إذ يتألف مجلس الحكم في المدينة (City Council) من خمسة أعضاء يُعيّنون بالانتخاب، ويُفوضون بمسائل التشريع وإدارة الوكالات الحكومية المعروفة باسم «المكاتب» (Bureaus). وكل مُفوض منهم مسؤول عن إدارة عدد من هذه المكاتب. أما عمدة المدينة (Mayor)؛ وهو المُفوض الخامس، فبيده سلطتان بارزتان؛ وهما: (1). تكليف كل مُفوض بالمكاتب التي يُعنى بإدارتها واستبداله حسب مقتضى الأحوال؛ (2). وتقديم مقترح الموازنة السنوية للمدينة.

وثمة مسؤول آخر يُعيّن بالانتخاب؛ وهو المُراقب (Auditor)؛ وهو مسؤول عن التدقيق بنزاهة وأمانة في جميع البرامج والسياسات التي تُجريها المدينة؛ أي إنه يساعد الحكومة على إنجاز المسؤوليات التي تضطلع بأدائها.

## جدول المحتويات

|    |                                                                                     |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------|
| 4  | برنامج المهاجرين واللاجئين لدى المكتب المعني بشؤون المجتمع والحياة المدنية          |
| 5  | اللجنة المعنية بشؤون السياسات لأبناء المدينة الجدد                                  |
| 6  | حقوق أبناء المدينة من المهاجرين واللاجئين                                           |
| 7  | مدينة الأمن والأمان                                                                 |
| 8  | الموارد: خدمات إعادة التوطين، والخدمات القانونية، والتدريب المهني، وتحصيل الغذاء    |
| 9  | الموارد                                                                             |
| 10 | الموارد: التأمين الصحي، وخدمات الصحة النفسية، والهجرة واكتساب الجنسية               |
| 11 | الموارد: خدمات التعليم العام المجاني، والتحصينات، ودروس تعليم الإنجليزية في المدارس |
| 12 | الموارد: تعليم الكبار، ودروس الإنجليزية للكبار، وتقييم المعادلة                     |
| 13 | خدمات البرنامج «311»                                                                |



## مكتبنا في خدمة جميع أبناء المدينة

المكتب المعني بشؤون المجتمع والحياة المدنية (Office of Community & Civic Life) واحد من المكاتب الستة والعشرين في مدينة Portland (والتي تُعرف، عادةً، باسم «المكاتب»). وتتمثل المهمة التي يضطلع المكتب لدينا بأدائها في أن يحس أبناء المدينة جميعهم بأجواء الترحاب والأمن وحرية التعبير في تعاملاتهم مع حكومة المدينة. ويسعى المكتب بما لديه من البرامج إلى إعداد قادة المستقبل، وإفساح المجال على أوسع ما يكون لتمكين الجميع من المشاركة في السياسات العامة، وموازنة الفئات المستضعفة للغاية. ويسعى المكتب سعيًا دؤوبًا في سبيل النظر في مواطن اهتمام أبناء المدينة والارتقاء بجودة الحياة في هذه المدينة التي نتقاسم روح الانتماء إليها.

## ما تعريف المهاجرين واللاجئين من أبناء المدينة؟

مدينة Portland قبلة للمهاجرين واللاجئين في ولاية أوريغون. وقد خلّصت مؤسسة New American Economy في بحث لها إلى أن نسبة قدرها 13.5% من سكان المدينة من المهاجرين، مقارنةً بنسبة يبلغ قدرها نحو 10% في بقية أنحاء الولاية.

غير أن هذه النتيجة، التي خلّصت إليها المؤسسة في بحثها، ليست شيئًا غريبًا؛ ذلك أننا نؤمن في أعماق قلوبنا بأن المهاجرين واللاجئين عماد من أعمدة الاقتصاد والثقافة والمجتمع في هذه المدينة. فلهؤلاء المهاجرين واللاجئين فضل كبير في إتاحة سبل كسب العيش؛ إذ يُمثّلون نسبة قدرها 32.9% من أصحاب الأعمال في مجال خدمات الضيافة والمطاعم والحانات والفنادق في مدينة Portland، فضلاً عن عملهم في الصناعات الأساسية؛ إذ يُمثّلون نسبة تزيد عن 21.1% من إجمالي عدد العاملين في مجال خدمات المطاعم وتقديم الطعام ونسبة قدرها 20.1% من إجمالي عدد العاملين في خدمات النقل والتخزين في المدينة.

## برنامج المهاجرين واللاجئين لدى المكتب المعني بشؤون المجتمع والحياة المدنية

للمهاجرين واللاجئين إسهاماتهم الجليلة في إرساء الثقافة وتعزيز الاقتصاد في مدينة Portland. غير أن العقبات ما زالت تعترض سبلهم، وتحول دون تحصيلهم الخدمات التي يتلقاها غيرهم في مدينتنا. ويهدف برنامج المهاجرين واللاجئين (Immigrant and Refugee Program) لدينا إلى إرساء أسس الشراكة الراسخة مع جاليات المهاجرين واللاجئين؛ ذلك أننا نؤمن إيمانًا راسخًا بأن لكل فرد من أبناء المدينة مكانه، وأن لكل منهم صوته، وأن له الحق في تحصيل الخدمات في مدينتنا، بقدر ما لأي أحد غيره.

ومن بين الأعمال التي يضطلع هذا البرنامج بإنجازها ما يلي ذكره:

**مد الجسور وتوثيق الأواصر:** يقدم المكتب المعني بشؤون المجتمع والحياة المدنية دعمه إلى اللجنة المعنية بشؤون السياسات لأبناء المدينة الجدد (New Portlanders Policy Commission)؛ وهي اللجنة التي تُعنى بالتحقق من شمول السياسات والبرامج لدى المدينة لجميع أبنائها وتلبية حاجات جاليات المهاجرين واللاجئين من أبناء المدينة.



ليس هناك أحد غير قانوني في صفته.  
ولذلك نُسَمِّي المهاجرين واللاجئين،  
مِمَّن لا يتمتعون بالجنسية الأمريكية،  
باسم «الأمريكيين غير المُسجّلين»  
(Undocumented Americans).



**مؤازرة سياسات المساواة:** يتعاون البرنامج لدينا مع المجتمعات المعنية والمسؤولين المنتخبين والمكاتب على مؤازرة السياسات والموارد التي تهدف إلى تعزيز حقوق المهاجرين واللاجئين وتساعدتهم على الاندماج في المجتمع بوجه عام على صعيد المدينة والولاية وعلى الصعيد الفدرالي كذلك.

**إتاحة الموارد:** يتعاون موظفو البرنامج لدينا مع مجلس الحكم في المدينة ومكاتب المفوضين والشركاء المجتمعيين على وضع البرامج وسن السياسات وتقديم الخدمات التي تنفع المهاجرين واللاجئين في مدينة Portland.

### اللجنة المعنية بشؤون السياسات لأبناء المدينة الجدد

شكّل المكتب المعني بشؤون المجتمع والحياة المدنية، في عام 2016، اللجنة المعنية بشؤون السياسات لأبناء المدينة الجدد (NPPC) لثعنى بتمكين المهاجرين واللاجئين من المشاركة في إجراءات اتخاذ القرارات السياسية في مدينة City of Portland. وتضم هذه اللجنة في أعضائها خمسة وعشرين (25) عضواً من الوافدين الجدد من أبناء المدينة من كثير من الأقليات العرقية. وأعضاء اللجنة من جميع الأعراق والأصول الإثنية والأديان والأجيال والأجناس والأنواع الاجتماعية والتوجهات الجنسية والقدرات والحاجات الخاصة والأوضاع الاقتصادية. ويسهم كل عضو منهم بما لديه من المعارف في مسائل إعادة التوطين والشمول، والتنظيم المجتمعي والمؤازرة، والتفاعل المدني، والتعليم، والسلامة العامة، والصحة. وما زالت المدينة تلتمس من هذه اللجنة الخبرات والأفكار بشأن كيفية تعزيز وسائل الدعم التي تقدمها المدينة إلى أبنائها من المهاجرين واللاجئين. وللاطلاع على المزيد من المعلومات في هذا الصدد، يُرجى الانتقال إلى الموقع الإلكتروني لهذه اللجنة: [portland.gov/civic/immigrants/npcc](http://portland.gov/civic/immigrants/npcc)

## حقوق أبناء المدينة من المهاجرين واللاجئين

يكفل دستور الولايات المتحدة للمهاجرين غير المُسجّلين حقوقهم. ومن ذلك، مثلاً، أنه لا يجوز للشرطة، وفق الإجراءات القانونية السليمة، احتجاز أحد ليس عليه شبهة ارتكاب جريمة على الأقل. أي إنه إذا صادف أحد ضباط الشرطة أحدًا يسير في الشارع، وتبين له أنه غير مُسجّل، فلا يجوز له توقيفه لأنه لم يرتكب جُرمًا (وإن كان من الجائز لدائرة إنفاذ قوانين الهجرة والجمارك (Immigration and Customs Enforcement, ICE) فعل ذلك). ومن الواجب على الشرطة، كذلك، إطلاق سراح أي أحد غير مُسجّل ويُشتبه به فور تبرئته من تلك الشبهة.

بل إن احتجاز أي مهاجر لمدة أطول ممّا يجب، في هذه الأحوال، بقصد تسليمه إلى دائرة إنفاذ قوانين الهجرة والجمارك (ICE) أمر يحظره الدستور. ويجوز للمهاجر غير المُسجّل، في هذه الأحوال، مقاضاة الشرطة بدعوى احتجازه بطريقة غير مشروعة قانونًا. وهذه حال المدن الآمنة؛ إذ تلتزم الشرطة فيها بإطلاق سراح أي مهاجر محتجز لديها فور تبرئته من التهم المنسوبة إليه أو مقابل كفالة أو فور انقضاء مدة حبسه إن لم يرتكب جُرمًا جسيمًا.

أما إن ارتكب أحد من غير المُسجّلين جُرمًا جسيمًا، فللشرطة أن تبقّيه في الحبس بعد توجيه التهم إليه، أو أن تستبقّيه حتى تستلمه دائرة إنفاذ قوانين الهجرة والجمارك (ICE) بموجب مذكرة توقيف أو أمر قضائي تستصدره الدائرة في هذا الصدد.

وقد أنشأت مؤسسة American Civil Liberties Union (الاتحاد الأمريكي للحريات المدنية) مجمعًا للموارد والمعلومات ذات الصلة بحقوق المهاجرين. كذلك، استحدث مركز Immigrant Legal Resource Center (مركز الموارد القانونية للمهاجرين) «البطاقات الحمراء» (Red Cards) بقصد مساعدة الناس على الدفاع عن حقوقهم والدفع عن أنفسهم في كثير من الأحوال، ومن ذلك ما يكون عند قدوم دائرة إنفاذ قوانين الهجرة والجمارك (ICE) إلى منازلهم.

ذلك أن دستور الولايات المتحدة يضمن لجميع الناس فيها من الحقوق ووسائل الحماية ما يكفل لهم العيش فيها بصرف النظر عن أوضاعهم من ناحية الهجرة. ويمكن للناس الاستعانة بالبطاقات الحمراء التي يُصدرها مركز Immigrant Legal Resource Center (مركز الموارد القانونية للمهاجرين) للدفاع عن حقوقهم والدفع عن أنفسهم في كثير من الأحوال، ومن ذلك ما يكون عند قدوم دائرة إنفاذ قوانين الهجرة والجمارك (ICE) إلى منازلهم. وما عليك سوى طبع البطاقة وحملها لتتمكن من إبرازها متى اقتضت الأحوال ذلك.



وللإبلاغ عن وقائع المداهمة أو انتهاك الحقوق أو إساءة المعاملة من جانب مسؤولي دائرة إنفاذ قوانين الهجرة والجمارك (ICE) أو الشرطة أو حرس الحدود، ما عليك

سوى الاتصال بالخط المباشر لدى مؤسسة United We Dream على هذا الرقم: 1-844-363-1423 أو أرسل رسالة نصية إلى هذا الرقم: 877877.

وللاطلاع على المعلومات بشأن كيفية حماية أسرتك من مسؤولي دائرة إنفاذ قوانين الهجرة والجمارك (ICE)، تفضل بزيارة مركز [Immigrant Legal Resource Center](http://ImmigrantLegalResourceCenter.org) (مركز الموارد القانونية للمهاجرين).

كذلك، تُتيح مؤسسة Freedom for Immigrants الموارد القانونية المتاحة للمهاجرين، ومنها خدمات المحامين، ومعرفة الإجراءات الواجب اتخاذها في حالة الاحتجاز لدى دائرة إنفاذ قوانين الهجرة والجمارك (ICE).

## ترخيص القيادة للجميع

سُنّت ولاية أوريغون، عام 2019، «القانون بشأن المساواة في تحصيل رخص القيادة» (Equal Access to Roads Act)؛ وهو القانون الذي يُجيز للمهاجرين غير المُسجّلين تحصيل تراخيص القيادة غير التجارية أو بطاقات الهوية.

ومن بين اشتراطات تحصيل رخصة القيادة:

- سداد الرسوم اللازمة.
- إثبات محل الإقامة في ولاية أوريغون.
- اجتياز الاختبارات اللازمة لترخيص القيادة.

وللاطلاع على المزيد من المعلومات في هذا الصدد، ما عليك سوى زيارة الموقع الإلكتروني لوزارة النقل في ولاية أوريغون (Oregon Department of Transportation)؛ أو تلقي المعلومات من المسؤولين لديها بثمان لغات مختلفة.



## مدينة الأمن والأمان

أعادت City of Portland، عام 2017، التشديد على وضعها بوصفها «مدينة للأمن والأمان» (sanctuary city)؛ إذ تحظر الاستعانة بأموالها أو موظفيها أو معداتها على إنفاذ قانون الهجرة الفدرالي. ذلك أن المسؤولين لدى مدينة City of Portland، ومنهم ضباط مكتب الشرطة (Portland Police Bureau)، يسعون إلى الحد من خوف غير المسجلين من أبناء المدينة من الترحيل؛ فحمايتهم تُمكنهم من التفاعل والإسهام في ازدهار المدينة وتعزيز جودة الحياة فيها.

# الموارد

وثمة كثير من المؤسسات التي تقدم الخدمات المهمة، ومنها المساعدة على إعادة التوطين وخدمات الصحة النفسية والتوظيف. ونأمل أن تجدوا في الصفحات التالية من الموارد النافعة ما يُعينكم على الاستقرار في وطنكم الجديد.

## خدمات إعادة التوطين

**مؤسسة Catholic Charities** تقدم الخدمات الأساسية التي تحفظ على المستضعفين من سكان ولاية أوريغون أرواحهم، ومنها خدمات الإسكان المُيسر، والتمكين المالي، وخدمات الصحة والاستشارات النفسية، وخدمات الأمومة والطفولة، والخدمات القانونية، وإدارة الحالات.

العنوان: 2740 SE Powell Blvd, Portland, OR 97202

الهاتف: 503-231-4866 ؛ الموقع الإلكتروني:

[catholiccharitiesoregon.org](http://catholiccharitiesoregon.org)

**مؤسسة Lutheran Community Services** تقوم على إكساب المهاجرين المهارات وإمدادهم بالموارد ووسائل الدعم، ومنها استشارات الصحة النفسية التي تُقدّم بلغات مختلفة، فضلاً عن تعليمهم الإنجليزية، وخدمات التوظيف، والمساعدة على التسكين، واكتساب الجنسية. بل إن موظفي هذه المؤسسة، على تنوع ثقافتهم ولغاتهم، من اللاجئين والمهاجرين.

العنوان: SE Cesar E. Chavez Blvd., Portland, OR

605 97214

الهاتف: 503-231-4866 ؛ الموقع الإلكتروني: [lcsnw.org](http://lcsnw.org)

## الخدمات القانونية

إن اقتضت الحاجة توكيل أحد المحامين لمساعدتك على فهم وضعك من ناحية الهجرة، ففي المدينة كثير من المؤسسات التي تُعنى بتقديم الخدمات القانونية. وللإطلاع على قائمة بهذه المؤسسات، ما عليك سوى الإطلاع على الدليل القانوني [Legal Directory](http://Legal Directory). لدى شبكة Immigration Advocates Network.



## التدريب المهني والتوظيف

**مؤسسة Immigrant and Refugee Community Organization** (مؤسسة جاليات المهاجرين واللاجئين؛ والمعروفة اختصاراً باسم IRCO) لديها برامج للتوظيف والتدريب، ومنها التوجيه المهني، وتنمية التدريب على الوظائف، وتعزيز المهارات والتوظيف، والتدريب المهني، ودورات تحصيل الشهادات، وخدمات تعزيز القدرة على الاستبقاء المهني. ولدى هذه المؤسسة، كذلك، برنامج لتعزيز القوى العاملة من الشباب، والذي يُعنى به إمداد الطلبة بالخبرات اللازمة للعمل وإعداد الشباب للالتحاق بمراحل الدراسة الجامعية وما بعدها.

العنوان: NE Glisan Street, Portland, OR 97220 10301

الهاتف: 503-234-1541؛ الموقع الإلكتروني: [irco.org](http://irco.org)

**مؤسسة Voz** منظمة يتولى قيادتها أناس من العمال، وتسعى إلى تمكين العاملين باليومية والمهاجرين من الارتقاء بأوضاعهم في العمل وحماية حقوقهم المدنية؛ وذلك بتعزيز مهارات القيادة والتنظيم لديهم وإكسابهم المزيد من التعليم وزيادة الفرص الاقتصادية المتاحة لهم.

العنوان: NE MLK Jr Blvd., Portland, OR 97232 240

الهاتف: 503-234-2043؛ الموقع الإلكتروني: [portlandvoz.org](http://portlandvoz.org)

## تحصيل الغذاء

برنامج المساعدات الغذائية التكميلية

**Supplemental Nutrition Assistance Program, (SNAP)** يقدم المساعدة على شراء سلع البقالة. الموقع الإلكتروني: [govstatus.egov.com/or-dhs-benefits](http://govstatus.egov.com/or-dhs-benefits)؛ الهاتف: 211.

**برنامج WIC** (المساعدات للنساء والرُضع والأطفال) يقدم خدماته إلى الحوامل من ذوات الدخل المتدني، فضلاً عن خدمات ما بعد الوضع، وخدمات المُرَضَّعات والأطفال ممّن هم دون الخامسة ويعانون من صعوبات صحية أو غذائية. الموقع الإلكتروني: [oregon.gov/oha](http://oregon.gov/oha)

**برنامج Free and Reduced-Price Meals (الوجبات المجانية والمُخَفَّضة)** يُقدّم الطعام للأطفال في أثناء ساعات الدراسة لتعزيز صحتهم وزيادة قدرتهم على التعلم. الهاتف: 888-997-4447؛ الموقع الإلكتروني: [pps.net](http://pps.net)

**مؤسسة Oregon Food Bank** (مصرف الطعام في ولاية أوريغون) يُوزّع الطعام على 21 منفذاً لصرف الطعام في مختلف أنحاء الولاية، وله نحو 1,400 منفذ لتقديم المساعدات الغذائية في مختلف أنحاء أوريغون وفي مقاطعة كلارك (Clark County) في ولاية واشنطن. ولدى هذه المؤسسة أداة رائعة تُمكن الراغبين في تحصيل الطعام من البحث عن مواقع توزيع الطعام المجاني عن طريق الموقع الإلكتروني للمؤسسة؛ وهي متاحة بأربع عشرة لغة. الهاتف: 503-282-0555؛ الموقع الإلكتروني: [foodfinder.oregonfoodbank.org](http://foodfinder.oregonfoodbank.org)



«لا غنى للمهاجرين واللاجئين عن الموارد  
وتمكنهم من تحصيلها أولاً. «لا غنى  
للمهاجرين واللاجئين عن الموارد وتمكنهم من  
تحصيلها أولاً.

- ميا سبانوفيتش (Mia Sabanovic)، إحدى  
أعضاء اللجنة المعنية بشؤون السياسات لأبناء  
المدينة الجدد (NPPC)

## الهجرة واكتساب الجنسية

اكتساب الجنسية يصبح إحساس بالاستقرار والأمان. بل إن فيه اكتساب الجنسية تمكين من المشاركة في النظام الديمقراطي الأمريكي بالتصويت أو حتى خوض غمار مسالك السياسة وعالم السياسة. ويمكنكم الاطلاع على كيفية التقدم للحصول الجنسية من هنا: [uscis.gov/citizenship/apply-for-citizenship](https://uscis.gov/citizenship/apply-for-citizenship)

**دورات الإعداد لاكتساب الجنسية ؛** وفيها يُؤهل الفرد للحصول الجنسية. وتلقي هذه الدورات شرط واجب لاكتساب الجنسية. وتُدرّس في هذه الفصول اللغة الإنجليزية وتاريخ الولايات المتحدة الأمريكية، فضلاً عن المعارف المدنية، ممّا يلزم تحصيله لاجتياز اختبار اكتساب الجنسية. وهذه قائمة للمؤسسات المتاحة لديها هذه الدورات.

• مكتبات Multnomah Public Libraries  
(ملتنومه العامة): [multcolib.org](https://multcolib.org)

• مؤسسة Lutheran Community Services  
[lcsnw.org](https://lcsnw.org)

• مؤسسة SOAR: [emoregon.org](https://emoregon.org)

**البطاقة الخضراء أو بطاقة الإقامة الدائمة** تُمكن المهاجر أو اللاجئ من العيش والعمل على نحو دائم في الولايات المتحدة. وتختلف الإجراءات الواجب اتباعها للتقدم بطلب الحصول البطاقة الخضراء من فرد لآخر. وللإطلاع على المزيد من المعلومات في هذا الشأن، ما عليك سوى الانتقال إلى هذا الموقع الإلكتروني: [uscis.gov](https://uscis.gov)



## التأمين الصحي

**عيادات Multnomah County Clinics (عيادات مقاطعة ملتنومه)** تقدم خدماتها إلى ذوي الدخل المتدني من المقيمين في المقاطعة، فضلاً عن أولئك الذين يتعذر عليهم الحصول التأمين الصحي. وتقوم هذه العيادات على إدارة مراكز الرعاية الأولية وعيادات الأسنان، وفي معظمها صيدليات لصرف الأدوية. ويتكلم موظفو هذه العيادات عدداً من اللغات، ومنها الإسبانية والروسية والفيتنامية. وتُقدّم جميع هذه العيادات خدماتها بالحضور الفعلي وعن بُعد. وتُقدّم هنالك خدمة الترجمة الفورية مجاناً دائماً، وفق السياسات المعتمدة لدى المقاطعة. ولا ترد العيادات أحداً إن تعذر عليه سداد رسوم خدماتها.

• **مواعيد الكشف الطبي:** الهاتف:

503-988-5558، الموقع الإلكتروني:

[multco.us/health/primary-care](https://multco.us/health/primary-care)

• **لمواعيد اختصاص طب الأسنان** الهاتف:

503-988-6942، الموقع الإلكتروني:

[multco.us/dental](https://multco.us/dental)

## برنامج الرعاية الصحية في ولاية أوريغون (Oregon)

**Health Plan, OHP** يقدم خدمات الرعاية الصحية مجاناً للأطفال والمراهقين. وتشمل هذه الخدمات إجراء الفحوص وتلقي التحصينات وخدمات رعاية الصحة النفسية وحشو الأسنان والنظارات الطبية وصرف الأدوية المقررة بوصفة طبية. وتشمل خدمات هذا البرنامج، كذلك، الفحوص المختبرية والأشعة السينية والاستشفاء. بل إن البرنامج يتحمل عن المنتفعين به أجرة وسائل النقل والمواصلات ذهاباً لحضور مواعيد الكشف الطبي وإياباً منها. وأبواب هذا البرنامج مفتوحة لجميع الأطفال والمراهقين ممن هم دون التاسعة عشرة، بصرف النظر عن أوضاعهم من ناحية الهجرة؛ بشرط استيفائهم الاشتراطات النافذة لدى البرنامج بشأن الدخل وبقيّة الاشتراطات الأخرى. رقم الهاتف:

800-699-9075، الموقع الإلكتروني: [oregon.gov](https://oregon.gov)

## الموارد ذات الصلة بخدمات الصحة النفسية

### مركز Multnomah County Crisis Center

#### Intervention (مركز مقاطعة ملتنومه لخدمات التدخل في

الأزمات) يعمل على مدار الساعة، وطوال أيام الأسبوع. وفريق اختصاصي الصحة النفسية لدى هذا المركز مؤهلون لمساعدة أي أحد يعاني من صعوبات لها صلة بالصحة النفسية بأي لغة كانت. رقم الهاتف: 800-716-9769، رقم الهاتف المخصص لذوي القدرات السمعية الخاصة: 711

### برنامج Intercultural Psychiatric Program (برنامج

#### الطب النفسي المتعدد الثقافات) لدى Oregon Health &

#### Sciences University (جامعة الصحة والعلوم في أوريغون)

يقدم خدمات الصحة النفسية التي تُحترم فيها ثقافة متلقيها، ومنها خدمات العلاج الفردي والجماعي، والتقييم النفسي، وصرف الأدوية وتلقيها، وإدارة الحالات. وموظفو البرنامج كانوا في السابق من المهاجرين أو اللاجئين، ويتكلمون لغات كثيرة. ولدى هذا المركز برنامج اسمه Torture Treatment Center of Oregon (مركز علاج الناجين من المأساة)، ويُعنى بعلاج الناجين من الوقائع الأليمة، كل حسب حاجاته.

العنوان: Lloyd Center, Portland, OR 97232 2214

الهاتف: 503-494-4222؛ الموقع الإلكتروني: [ohsu.edu](https://ohsu.edu)

## خدمات التعليم العام المجاني

في ولاية أوريغون، يرتاد الأطفال، ممّن تراوح أعمارهم بين الرابعة والثامنة عشرة، المدارس مجاناً، كل حسب المنطقة التي يتبعها. وتُعرّف كل منطقة باسم «الإدارة التعليمية»، وتُعدّ بعدد من المدارس في نطاقها. ولا بد للطلبة من ارتياد المدارس، كل حسب الحي الذي يقيم فيه في نطاق الإدارة التعليمية التي يتبعها. ويجب على الطلبة، من ثم، التسجيل، كل لدى إدارته التعليمية.

ولمعرفة الإدارة التعليمية التي تتبعها، انتقل إلى هذا الموقع الإلكتروني: [pps.net](http://pps.net). ثم اكتب عنوانك في مربع البحث الأبيض الظاهر على الخريطة. وأول اسم يظهر جهة اليمين هو اسم الإدارة التعليمية التي تتبعها، ويليه بيان المدارس التابعة لها.

فإذا أردت تسجيل طفلك في إحدى المدارس، فعليك الانتقال إلى الموقع الإلكتروني للإدارة التعليمية الموجودة في الحي الذي تُقيم فيه:

• إدارة Portland Public التعليمية، 503-916-2000؛ الموقع الإلكتروني: [pps.net](http://pps.net)

• إدارة Centennial التعليمية، 503-760-7990؛ الموقع الإلكتروني: [csd28j.org](http://csd28j.org)

• إدارة David Douglas التعليمية، 503-252-2900؛ الموقع الإلكتروني: [ddouglas.k12](http://ddouglas.k12)

• إدارة Parkrose التعليمية، 503-408-2100؛ الموقع الإلكتروني: [parkrose.k12.or.us](http://parkrose.k12.or.us)

وعلى ولي الأمر المعني إنشاء حساب له، واتباع التوجيهات التي تُعرض له؛ وهي متاحة بعدد من اللغات. وإن أراد ولي الأمر التسجيل بمستندات ورقية، فسيجد هذه المستندات متاحة بلغته أيضاً.

## التحصينات

لا بد لكل طالب من الطلبة الذين يرتادون المدارس في الولايات المتحدة تحصيل التحصينات اللازمة لحمايتهم، هم أنفسهم، وغيرهم، من أمراض محددة بعينها. وللإطلاع على المعلومات بشأن التحصينات اللازمة وكيفية تحصيلها، ما عليك سوى الانتقال إلى هذا الموقع الإلكتروني: [multnomahesd.org](http://multnomahesd.org) وفي هذا الموقع، كذلك، بيان التوجيهات الواجب اتباعها لطلب استثناء طفلك من تلقي التحصينات إن تعذّر ذلك عليه لأسباب طبية أو ثقافية أو دينية.

## دروس تعليم الإنجليزية في المدارس

تعدّد المدارس في مدينة Portland البرامج اللازمة لمساعدة الطلبة على تعلم الإنجليزية. وتختلف هذه البرامج باختلاف الإدارات التعليمية. وللإطلاع على المعلومات في هذا الشأن، ما عليك سوى استخدام هذا الرابط أو بيانات التواصل الظاهرة فيما يلي قرين الإدارة التعليمية التي تتبعها.

إدارة مدارس Portland Public التعليمية:

• للمعلومات العامة: [pps.net/Page/16212](http://pps.net/Page/16212)

• المدرسة الابتدائية: 503-730-0384؛ البريد الإلكتروني:

[vmagallanes@pps.net](mailto:vmagallanes@pps.net)

• المدرستان المتوسطة والثانوية: 971-401-2665؛ البريد

الإلكتروني: [jeanderson@pps.net](mailto:jeanderson@pps.net)

إدارة Centennial التعليمية:

• للمعلومات العامة: [csd28j.org/Page/151](http://csd28j.org/Page/151)

• هاتف المشرف على البرنامج: 503-762-3719

إدارة David Douglas التعليمية:

• للمعلومات العامة: [ddouglas.k12.or.us](http://ddouglas.k12.or.us)

• بالإنجليزية: 503-261-8249؛ رقم البدالة: 8249

• بالإسبانية: 503-261-8244؛ رقم البدالة: 8244

• بالروسية: 503-261-8397؛ رقم البدالة: 8397

• بالصومالية: 503-261-8277؛ رقم البدالة: 8277

إدارة Parkrose التعليمية:

• 503-408-2143؛ البريد الإلكتروني:

[knolejul@parkrose.k12.or.us](mailto:knolejul@parkrose.k12.or.us)

برامج الانغماس اللغوي تتولى تعليم الطلبة اللغة الإنجليزية بجانب لغة أخرى بقصد مساعدتهم على اكتساب لغتين في الوقت نفسه. وتختلف هذه اللغات الأخرى باختلاف برامج الانغماس اللغوي لدى كل مدرسة من المدارس. ومن ذلك أن مدارس إدارة Portland Public التعليمية تُجري برامج الانغماس اللغوي في اللغات الإسبانية والصينية والفيتنامية والروسية واليابانية. ويمكنكم الاطلاع على المزيد من المعلومات من هنا: [pps.net/Page/863](http://pps.net/Page/863)



## تعليم الكبار

### تطوير التعليم العام (General Education, GED)

شهادة الثانوية الأمريكية؛ وهي شهادة لها نفعها في تحصيل فرص العمل والدراسة في الكليات. وفيما يلي بيان بعض الأماكن التي تُقدّم فيها الدروس العامة والمخصصة في هذا الشأن.

كلية Mt. Hood Community College

الموقع الإلكتروني: [mhcc.edu/AboutABEGED](http://mhcc.edu/AboutABEGED)

• للمعلومات بالإنجليزية: 971-533-8813

• للمعلومات بالإسبانية: 971-249-2129

• البريد الإلكتروني: [Stephanie.Haas@mhcc.edu](mailto:Stephanie.Haas@mhcc.edu)

كلية Portland Community College

• الموقع الإلكتروني: [pcc.edu/ged](http://pcc.edu/ged)

• الهاتف: 971-722-6255

مكتبة مقاطعة ملتنومه (Multnomah County Library)

• الموقع الإلكتروني: [multcolib.org/ged](http://multcolib.org/ged)

• لهاتف: 503-577-9984

الكليات المجتمعية تعقد فصولاً دراسية جامعية وتدريبية للعاملين؛ وذلك بنفقات يسيرة.

كلية Portland Community College

• الموقع الإلكتروني: [pcc.edu](http://pcc.edu)

• الهاتف: 971-722-6111 أو 1-866-922-1010

كلية Mt. Hood Community College

• الموقع الإلكتروني: [mhcc.edu](http://mhcc.edu)

• الهاتف: 503-491-6422

## فصول الإنجليزية للكبار

تقدم هذه الأماكن دروس تعليم الإنجليزية:

مكتبة مقاطعة ملتنومه (Multnomah County Library)

• الموقع الإلكتروني: [multcolib.org/learn-english](http://multcolib.org/learn-english)

• للدروس المخصصة: 503-577-9984؛ البريد

الإلكتروني: [mcl.adult.literacy@multco.us](mailto:mcl.adult.literacy@multco.us)

مجلس Portland Literacy Council (المجلس المعني بشؤون محو الأمية في المدينة)

• الموقع الإلكتروني: [portlandliteracy.org](http://portlandliteracy.org)

• الهاتف: 503-217-4041

• البريد الإلكتروني: [info@portlandliteracy.org](mailto:info@portlandliteracy.org)

كلية Mt. Hood Community College

• للمعلومات بالإنجليزية: 503-491-7333

• للمعلومات بالإسبانية: 503-491-7675

كلية Portland Community College

• الموقع الإلكتروني: [pcc.edu/esol](http://pcc.edu/esol)

• الهاتف: 971-722-8550

## تقييم المعادلة

إن كانت لديك شهادة حصلت عليها من بلد خارج الولايات المتحدة، وأردت التقدم بها لشغل وظيفة أو التسجيل في إحدى الهيئات التعليمية، فعليك تقديمها ليتسنى تقييمها لمعادلتها. وتقييم المعادلة (Credential Evaluation) وثيقة تُجرى بموجبها معادلة شهادتك بما يماثلها في المنظومة التعليمية في الولايات المتحدة، وتُمكن جهة العمل أو المسؤول المعني بشؤون القبول من معرفة المستوى التعليمي الذي بلغته والتدريب الذي تلقينته. الموقع الإلكتروني: [ece.org/ECE/Individuals](http://ece.org/ECE/Individuals)





## نمد إليك يد العون والمساعدة!

نعرف أن هذا الدليل يشويه القصور وأنه ليس دليلًا شاملاً. ومن المستحسن للغاية، من ثم، الاستعانة بخدمات البرنامج «311» لدى مدينة City of Portland؛ وهو البرنامج الذي يُعنى بزيادة التمكين من تحصيل المعلومات والخدمات عن طريق منفذ المؤخذ، سواء أكان ذلك بتقديمها بالحضور الفعلي أم عن طريق الإنترنت أم عن طريق الهاتف.

ويتكلم موظفو البرنامج اللغتين الإنجليزية والإسبانية بطلاقة، ولديهم من الموارد ما يُعينهم على مساعدة أبناء المجتمع بلغات أخرى. ويقصد هذا البرنامج إلى تيسير السبل إلى المشاركة في برامج حكومة المدينة وتحصيل الخدمات منها. وللتواصل مع القائمين على هذا البرنامج:

- إرسال رسالة بالبريد الإلكتروني إلى: [CityInfo@portlandoregon.gov](mailto:CityInfo@portlandoregon.gov)
- الاتصال بالهاتف على «1-1-3» من داخل مقاطعة ملتنوما (Multnomah County) أو بالهاتف: 503-823-4000 من خارجها.
- زيارة مكتب خدمة العملاء في مبنى إدارة المدينة (Portland Building's Customer Service Desk) الكائن في هذا العنوان: 1120 Southwest Fifth Avenue (وإن كان مغلقاً في الوقت الراهن بسبب حالة الطوارئ المعلنة جراء تفشي جائحة فيروس كورونا المستجد).
- وتُقدّم الخدمات وجهًا لوجهٍ وعن طريق الهاتف من الساعة 8 صباحًا حتى الساعة 5 عصرًا، من يوم الاثنين حتى يوم الجمعة، باستثناء أيام العطلات الفدرالية.

### حقوق ملكية الصور

الصور في الصفحات (2) و(4-5) و(8-9) و(11-12): حقوق الملكية محفوظة لمؤسسة [Phoenix Lotus Productions](http://PhoenixLotusProductions.com)  
الصورة في الصفحة (7): حقوق الملكية محفوظة للسيد غراهام كينغ [Graham King](http://GrahamKing.com)، والصور لحديقة الزهور في متنزه بننسولا (Peninsula Park's Rose Garden). ويفتح هذا المتنزه العام أبوابه مجانًا، وهو كائن في ناحية North Portland.  
الصور في الصفحة (13): حقوق الملكية محفوظة للسيد روبرت توك [Robert Tuck](http://RobertTuck.com)، والصور لمتنزه Forest Park. ويفتح هذا المتنزه العام أبوابه مجانًا؛ وهو أحد أكبر متنزهات الغابات الموجودة في المناطق الحضرية في الولايات المتحدة بأسرها.