

# زندگی مشترک در اوبراسترایش

کتابچه ای کاربردی برای آشنایی اولیه با اوبراسترایش

مقدمه:

ورود به یک محیط جدید، یک شانس بزرگ و همچنین یک چالش بزرگ است. در ابتدا اغلب سوالات و ابهامات زیادی وجود دارد. به همین خاطر به عنوان مسول سیاست گذاری یکپارچگی مهاجران با جامعه در استان اوبراسترایش (Integrationslandesrat) برای من مهم است که شما را در این زمینه حمایت و پشتیبانی کنم. در این کتابچه، اطلاعاتی در مورد مسائل زندگی روزمره در اوبراسترایش مثل کار، تحصیلات، خرج و مخارج، سلامتی، محیط زیست، نحوه زندگی، رفت و آمد و زندگی جمعی پیدا می کنید. خوشحال هستم از اینکه در کنار یکدیگر در اوبراسترایش یک زندگی خوب داشته باشیم.

Integrationslandesrat

Rudi Anschober

راهنمایی: همچنین می توانید اطلاعات مهم بیشتری را از طریق "مشاوره های اجتماعی" در استان اوبراسترایش بدست آورید. این مشاوره های اجتماعی را می توانید از طریق اداره استانداری اوبراسترایش در قسمت امور اجتماعی و یا از طریق سایت استانداری بدست آورید: [www.land-oberoesterreich.gv.at](http://www.land-oberoesterreich.gv.at)

فهرست:

کلیات

کار و اقتصاد

تحصیلات و آموزش

خانواده

خرج و مخارج

سلامت و بهداشت

محیط زیست

زندگی

حمل و نقل

زندگی در کنار هم

## کشور اتریش

مساحت: ۸۳۸۷۸,۱ کیلومتر مربع  
جمعیت: ۸۷۰۰۴۷۱ (آمار سال ۲۰۱۶)  
پایتخت: وین  
روز ملی: اکتبر ۲۶

### کلیات

اتریش یک کشور جمهوری دموکرات و یک کشور ایالتی است که از نه ایات یا استان تشکیل شده است :

بورگن لند (BGLD) با مرکز آیزن اشتات (Eisenstadt)، کرنتن (KTN) با مرکز کلاگنفورت، نیدر اوسترایش (NÖ) با مرکز سن پولتن، اوبر اوسترایش (OÖ) با مرکز لینز، سالزبورگ (SBG) با مرکز سالزبورگ، اشتایر مارک (STMK) با مرکز گراتز، تیرول با مرکز اینس بروک، فورالبرگ با مرکز برگنز و وین با مرکز وین. رییس دولت در اتریش همان رییس جمهور است. پارلمان اتریش در شهر وین واقع است و از دو کرسی سیاسی در زمینه تصمیمات کشوری و تصمیمات استانی تشکیل شده است. رییس دولت استانی (Bundesregierung) صدر اعظم می باشد. از سال ۱۹۹۵ عضو از اتحادیه اروپا می باشد. اتریش همچنین عضو کشورهای حاضر در سازمان ملل می باشد. واحد پول در اتریش یورو می باشد.

### اوبراسترایش

#### مختصر و مفید

اوبراسترایش چهارمین استان بزرگ اتریش است و از لحاظ جغرافیایی به چهار قسمت تقسیم می شود: Hausruckviertel، Traunviertel، Mühlviertel، Innviertel. منطقه بین شهرهای لینز، ولز، اشتایر و انس به اسم منطقه مرکزی نامگذاری شده است. پارلمان استانی و استانداری در شهر لینز واقع هستند. رییس دولت استانی همان استاندار می باشد.

اوبراسترایش به ۱۵ ناحیه یا بخش مختلف تقسیم می شود که تحت پوشش شهرهای لینز، ولز و یا اشتایر هستند و در مجموع ۴۴۲ شهرداری دارد. در راس امور یک ناحیه، بخشدار قرار دارد.

### استان اوبراسترایش

مساحت: ۱۱۹۸۱,۷۴ کیلومتر مربع  
جمعیت: ۱۴۵۳۹۴۸ (۲۰۱۶.۱.۱)  
پایتخت دولت: لینز

رودخانه های بزرگ: Donau, Inn, Salzach, Enns, Traun, Steyr

بالترین کوه: Dachstein (2995 m) Großer Priel (2515 m)

بزرگترین دریاچه ها: Attersee, Traunsee, Mondsee (Salzkammergut)

## آدرس ها

- Am der Oö. Landesregierung  
Bahnhofplatz 1 ,4021 Linz  
www.land-oberoesterreich.gv.at 0732 7720-10 pr.post@ooe.gv.at

- Integrationsstelle des Landes Oberösterreich  
www.integrationsstelle-ooe.at  
0732 77 20-138 53  
[so.post@ooe.gv.at](mailto:so.post@ooe.gv.at)
- Zusammenhelfen in OÖ – Gemeinsam für geflüchtete Menschen  
[www.zusammen-helfen.at](http://www.zusammen-helfen.at)  
zusammenhelfen@ooe.gv.at

## کار و اقتصاد

در اتریش شکل های مختلفی از شغل و قرارداد شغلی وجود دارد. وضعیت اجتماعی افراد از لحاظ حمایت، مهمترین عامل تمایز آنهاست. شما می توانید به عنوان کارمند رسمی بصورت تمام وقت یا نیمه وقت کار کنید. به عنوان کار آزاد شما بصورت ثابت استخدام نمی شوید بلکه براساس ساعت کاری به شما حقوق داده می شود. در اتریش، زنان و مردان دارای حقوق برابر در محیط کاری هستند- قوانین سرسختی در زمینه دست یافتن به حقوق برابر برای زنان و مردان وجود دارد. هر فردی در اتریش این حق را دارد که به صورت آزادانه در زمینه های شغلی و تحصیلی وارد شود. در اتریش یک امر قطعی است که زنان هم می توانند مشاغل مدیریتی یا شغل های مهم را داشته باشند ( بطور مثال پلیس یا قاضی). مهم این است که زنان هم خودشان تصمیم بگیرند که چه شغلی، چگونه و چقدر می خواهند کار کنند .

## بیمه

به عنوان کارمند رسمی یا کار آزاد شما از طرف کارفرمایان به صورت اتوماتیک بیمه اجتماعی می شوید. این بدان معنی است که شما بیمه بیکاری، بیمه سلامت، بیمه حوادث و بیمه بازنشستگی می شوید. هزینه های بیمه به صورت اتوماتیک از میزان حقوق شما کم می شود. وقتی شما شغلتان را از دست می دهید یا خودتان استعفا می دهید و در صورتیکه طی یک زمان مشخصی در قبل بیمه بیکاری بوده اید، شما از طرف اداره کار میزان مشخصی پول براساس حقوق قبلی تان دریافت می کنید. همچنین مالیات بصورت مستقیم از حقوق شما برداشت می شود. یکبار در سال، شما می توانید برای بررسی میزان مالیات پرداختی تان درخواست تجدیدنظر بدهید (که به آن متعادل سازی مالیات گفته می شود) و شاید یک بخشی از مالیات پرداختی تان به شما برگردانده شود .

## چگونه می توانم کار پیدا کنم؟

جستجوی کار و شغل ممکن است که یک مدت طولانی طول بکشد و سخت باشد. تلاش و کوشش تان را از دست ندهید! پیشنهادات شغلی را می توانید در اداره کار AMS، در روزنامه ها یا در اینترنت پیدا کنید. شما همچنین می توانید بصورت مستقیم حتی برای کارخانه ها یا اداراتی که هیچ اطلاعی از استخدامی نکرده اند، درخواست کاری تان را بفرستید. اداره کار شما را در پیدا کردن یک شغل یا یک دوره کارآموزی شغلی کمک میکند. اداره کار همچنین این وظیفه را دارد که شما را در موارد تغییرات شغلی تان حمایت کند. اطلاعات بیشتر را می تواند در سایت اینترنتی اداره کار [www.ams.at](http://www.ams.at) ببینید. به علاوه، اداره کار می تواند اطلاعاتی به شما در زمینه پروژه های شغلی بخصوصی مثلا برای زنان و یا جوانان ارائه دهد.

محل های ارائه مشاوره اجتماعی، به شما به صورت رایگان، شخصی و کاملاً قابل اعتماد مشاوره هایی در زمینه های مشکلات اجتماعی داده می شود و شما می توانید اطلاعاتی در مورد کمک های دولت و مهم تر از همه در مورد حداقل حقوق شهروندی و نیازمندی های مسکن بدست آورید.

راهنمای مهاجران در زمینه یکپارچگی و کار در اوبراسترایش، شما را در زمینه ورود به بازار کار و همچنین در مراحل بعدی برای پیشرفت شغلی حمایت خواهد کرد. این پروژه های همکاری بین اداره کار و استانداری اوبراسترایش در جهت کمک به همه افراد پناهنده، افراد دارای جواب پناهندگی و کلیه مهاجران است و پیشنهادات و اطلاعات مهم را که برای آنها در زمینه بازار کار مورد نیاز است، ارائه می دهند. آدرس سایت اینترنتی این راهنما بصورت زیر است:

[www.wegweiser-integration-arbeit.at](http://www.wegweiser-integration-arbeit.at)

## آدرس ها

---

- AMS Oberösterreich, Landesgeschäftsstelle 4021 Linz, Europaplatz 9  
www.ams.at  
0732 69630  
ams.oberoesterreich@ams.at
- Geschäftsstellen des AMS Oberösterreich:  
AMS Braunau  
Tel: (07722) 63345-0  
ams.braunau@ams.at      5280 Braunau, Laaber Holzweg 44
- AMS Eferding  
(07272) 2202-0  
ams.eferding@ams.at      4070 Eferding, Kirchenplatz 4
- AMS Freistadt  
(07942) 74331-0  
ams.freistadt@ams.at      4240 Freistadt, Am Pregarten 1
- AMS Gmunden  
(07612) 64591-0  
ams.gmunden@ams.at  
4810 Gmunden, Karl-Plentzner-Straße 2
- AMS Gmunden / Zweigstelle Bad Ischl  
(06132) 23583-0      ams.badischl@ams.at      4820 Bad Ischl, Salzburger Straße 8a

- AMS Grieskirchen  
 (07248) 62271-0  
 ams.grieskirchen@ams.at 4710 Grieskirchen, Manglburg 23
- AMS JobExpress  
 (0810) 810500  
 ams.jobexpress@ams.at 4020 Linz, Bahnhofplatz 3-6, PF 63
- AMS Kirchdorf  
 (07582) 63251-0  
 ams.kirchdorf@ams.at  
 4560 Kirchdorf, Bambergstraße 46
- AMS Linz  
 (0732) 6903-0  
 ams.linz@ams.at 4021 Linz, Bulgariplatz 17-19
- AMS Perg  
 (07262) 57561-0  
 ams.perg@ams.at  
 4320 Perg, Gartenstraße 4
- AMS Ried/Innkreis  
 (07752) 84456-0  
 ams.ried@ams.at  
 4910 Ried im Innkreis, Peter-Rosegger-Straße 27
- AMS Rohrbach  
 (07289) 6212-0  
 ams.rohrbach@ams.at 4150 Rohrbach-Berg, Haslacher Straße 7
- AMS Schärding  
 (07712) 3131-0  
 ams.schaerding@ams.at 4780 Schärding, Alfred-Kubin-Straße 5a
- AMS Steyr  
 (07252) 53391-0  
 ams.steyr@ams.at 4400 Steyr, Leopold-Werndl-Straße 8
- AMS Traun  
 (07229) 64264-0 ams.traun@ams.at 4050 Traun, Christlgasse 3

- AMS Vöcklabruck  
(07672) 733-0  
ams.voeklabruck@ams.at 4840 Vöcklabruck, Industriestraße 23
- AMS Wels  
(07242) 619-0  
ams.wels@ams.at 4600 Wels, Salzburger Straße 23
- Arbeiterkammer Oberösterreich  
Volksgartenstraße 40  
4020 Linz  
<https://ooe.arbeiterkammer.at>  
+43 50 6906 0  
info@akooe.at
- bfi Oberösterreich  
Muldenstraße 5, 4020 Linz  
[www.bfi-ooe.at](http://www.bfi-ooe.at)  
0810 004005
- WIFI Oberösterreich  
Wiener Str. 150, 4021 Linz  
[www.wifi-ooe.at](http://www.wifi-ooe.at)  
+43/5/7000-77  
kundenservice@wifi-ooe.at
- Broschüre des AMS Österreichs: „Leben und Arbeiten in Österreich“  
[www.ams.at/service-arbeitsuchende/auslaenderinnen/asylberechtigte](http://www.ams.at/service-arbeitsuchende/auslaenderinnen/asylberechtigte)

### Sozialberatungsstellen in den Bezirken

- Amt der Oö. Landesregierung, Abteilung Soziales  
<https://www.land-oberoesterreich.gv.at>  
(+43 732) 77 20-152 21  
so.post@ooe.gv.at

### Weitere Sozialberatungsstellen

- Caritas OÖ  
Kapuzinerstr. 84, A-4021 Linz  
[www.caritas-linz.at](http://www.caritas-linz.at)  
T.: +43-732-7610-2020  
information@caritas-linz.at

- maiz- Autonomes Zentrum von und für Migrantinnen  
Hofgasse 11, 4020 Linz  
www.maiz.at  
+43 (0)732 890204  
maiz@servus.at

- migrare  
Humboldtstraße 49 , 4020 Linz  
http://www.migrare.at/  
0732 / 667363  
office@migration.at

- SOS Menschenrechte  
Rudolfstraße 64, 4040 Linz  
www.sos.at  
+43(0)732/714 274  
E-mail: office@sos.at

- Volkshilfe OÖ  
Glimpfingerstraße 48, 4020 Linz  
0732 3405  
www.volkshilfe-ooe.at  
office@volkshilfe-ooe.at

## تحصیل و آموزش

### یادگیری زبان

با یک تحصیلات و آموزش خوب می توانید یک شغل خوب پیدا کنید و احتمال بیکاری تان کم می شود و برای خودتان و خانواده تان یک آینده موفق را تضمین خواهید کرد. اما باید بدانید که آموزش و پرورش در ابتدا از مدرسه آغاز نمی شود، بلکه یک بچه در صورتیکه به زبان اول یا همان زبان مادری اش مسلط باشد، یک پیش نیاز خوبی برای یادگیری زبان دوم خواهد داشت. به همین خاطر، با فرزندان به زبانی صحبت کنید که خودتان آن را به بهترین شکل بلد هستید. از طریق یک رابطه خوب و معتمدانه با فرزندان و یک محیط کاملاً عاطفانه، می توانید فرزندان را در یادگیری زبان دوم به بهترین شکل حمایت کنید. اطلاعات بیشتر در زمینه حمایت های یادگیری زبان را می توانید در این سایت پیدا کنید: [www.sprich-mit-mir.at](http://www.sprich-mit-mir.at)

علاوه بر این، فرزندان باید این امکان را داشته باشد که هر چه زودتر زبان آلمانی را یاد بگیرد و در بهترین شکل او می تواند در یک مهدکودک یا کودکستان این مهارت را بدست آورد. برای اینکه در اتریش بتوان زندگی و کار کرد، داشتن دانش کافی در زبان آلمانی خیلی مهم است. فرقی ندارد که کجا، در مغازه، در دکتر و یا سر کار، هرکسی که بتواند به زبان آلمانی صحبت کند، می تواند بهتر از عهده کارهای خود بر بیاید و موفقیت بیشتری خواهد داشت. همچنین مشارکت های اجتماعی، صحبت با دوستان و همکاران، رفتن به مراسمات یا شرکت در انجمن های مختلف، یادگیری زبان و در کل زندگی در اتریش را برای شما راحتتر می کند. دانستن زبان آلمانی برای آینده شغلی و پیشرفت تان هم بسیار تاثیرگذار است. در سایت مربوط به سازمان یکپارچگی مهاجران شما می توانید اطلاعات و راهنمایی های خوبی در زمینه امکانات یادگیری زبان بدست آورید: [www.itegrationsstelle-ooe.at](http://www.itegrationsstelle-ooe.at)

## کودکستان ( برای بچه های ۰ تا ۳ سال ) و مهدکودک ( برای بچه های ۳ تا ۶ سال )

در اتریش بچه ها می توانند در کودکستان ها و مهدکودک ها نگهداری و آموزش داده شوند. بچه های خیلی کوچک هم در اینجا توسط مربیان و معلمان آموزش دیده، نگهداری و حمایت می شوند. در اینجاها بچه ها این فرصت را دارند که دوست پیدا کنند و زبان آلمانی شان را بهتر کنند. خیلی مهم است که شما هرچه زودتر تقریباً از یکسال قبل فرزندتان را در یک کودکستان یا مهدکودک ثبت نام کنید. سال آخر مهدکودک که یکسال قبل از مدرسه می باشد، اجباری است و در اوبراسترایش رایگان است. اطلاعات و پیشنهادات بیشتر در زمینه مهدکودک ها و کودکستان ها را در شهرداری محل سکونت تان بدست آورید.

### سیستم آموزشی

سیستم آموزشی اتریش امکانات زیادی را ارائه می دهد که ما در اینجا فقط یک نگاه کوتاهی به آنها می اندازیم. اطلاعات بیشتر و کاملتر در زمینه سیستم آموزشی اتریش را می توانید در سایت رسمی وزارت آموزش و پرورش اتریش و به زبان های مختلف بدست آورید: [www.bmb.gv.at](http://www.bmb.gv.at) و یا [www.bildungssystem.at](http://www.bildungssystem.at) و یا [www.schulpsychologie.at](http://www.schulpsychologie.at).

در سایت مشاوره مدرسه در اوبراسترایش به نشانی [www.lsr-ooe.gv.at](http://www.lsr-ooe.gv.at) یک نگاه کلی و با جزئیات کامل در مورد همه مدارس اوبراسترایش شامل مدارس خصوصی با موضوعات محوری آنها پیدا می کنید.

### موضوعات کلی

در صورت داشتن سوال بهترین کار این است که با مدرسه تماس داشته باشید. در مدارس تقریباً دوبار در سال جلسات اولیا و مربیان وجود دارد. در این جلسات، شما از فعالیت ها و مراسم های مدرسه برای فرزندتان مثلاً اردوها و کلاس های آموزش اسکی مطلع می شوید. همچنین در این جلسات شما می توانید با والدین دیگر بچه ها هم آشنا بشوید. برای دانش آموزان یک کلاس، اردوهای مشترک با دیگر دانش آموزان خیلی مهم است. این اردوها به آنها این احساس را می دهد که آنها با یکدیگر مشارکت دارند و دوستی ها و همکاری های کلاسی آنها را قوی تر می کند. در خیلی از مدارس انجمن های والدین وجود دارد که به دانش آموزان و معلمان در فعالیت هایشان کمک می کنند. در مدارس شبانه روزی همه آموزش های لازم در زمینه های یادگیری، زندگی اجتماعی و تدارک اوقات فراغت برای بچه ها ارائه می شود.

این امکان هم وجود دارد که فرزند شما به مدرسه ای برود که در آن به زبان مادری اش تدریس می شود. از فرزندتان در مورد مسائلی که در مدرسه به او آموزش داده می شود سوال کنید و سعی کنید از تمام امکانات موجود برای فرزندتان استفاده کنید. در بیشتر مدارس روزهایی به اسم "روز درهای باز" وجود دارد که در این روزها می شود به داخل مدارس رفت و در آنجا از نزدیک با امکانات و پیشنهادات موجود آشنا شد. در هر مدرسه ای کلاس های اجباری "ورزش و تربیت بدنی" وجود دارد که ورزش شنا از مهمترین آنهاست و هم پسران و هم دختران باید در آنها شرکت کنند.

### دوره مدرسه اجباری

وقتی فرزند شما تا تاریخ ۳۱ آگوست به سن شش سالگی رسیده است، او باید از سپتامبر به مدرسه برود. در ماه نوامبر یکسال قبل، فرزند شما باید در مدرسه ابتدایی مربوطه ثبت نام شده باشد. زمان های دقیقتر یا بصورت عمومی و یا از طریق نامه به اطلاع شما خواهند رسید. با از قبل ثبت نام کردن فرزندتان برای مدرسه، بررسی خواهد شد که آیا فرزند شما برای رفتن به اولین سال مدرسه آمادگی لازم را بدون حمایت های دیگر دارد یا نه. همچنین در این زمان میزان توانایی فرزندتان در زمینه زبان آلمانی سنجیده می شود. برای تمام بچه هایی که بصورت دائم در اتریش زندگی میکنند، دوره مدرسه اجباری با سن ۶سالگی تمام آغاز می شود و ۹ سال تحصیلی به طول می انجامد. بچه های در این محدوده سنی حتماً باید به مدرسه بروند و در صورت بروز مانع برای رفتن بچه به مدرسه مثلاً به دلیل بیماری، باید این قضیه با مدرسه در جریان گذاشته شود. در زمان های غیر تعطیلات، فقط به دلایل خیلی مهم به بچه ها اجازه داده می شود که خارج از مدرسه باشند. زمان های تعطیلات مدرسه برای هر استان فرق دارد. زمان های دقیق



تعطیلات مدارس در اوبراسترایش را می توانید در سایت [www.lsr-ooe.gv.at/informationsservice/elternschueler](http://www.lsr-ooe.gv.at/informationsservice/elternschueler) ببینید.

## آمادگی مدرسه و دوره قبل از مدرسه

گاهی اوقات مدرسه به این نتیجه می رسد که فرزند شما هنوز آمادگی لازم برای رفتن به مدرسه را ندارد و در نتیجه باید دوره قبل از مدرسه را بگذرانند. این دوره یکساله هم جزء دوره ۹ساله مدرسه اجباری به حساب می آید و کمک میکند که فرزندتان پیشرفت بهتری در رسیدن به آمادگی لازم برای مدرسه داشته باشد.

## مدرسه ابتدایی

مدرسه ابتدایی چهار سال طول می کشد و شامل ۴ سطح کلاسی منظم می شود. در دوره ابتدایی فرزندتان مهارتهای اساسی و مهم خواندن و نوشتن و محاسبات ریاضی را یاد میگیرد. برای بچه هایی که هنوز در زبان آلمانی دچار مشکل هستند کلاس های ویژه ای در مدرسه برگزار می شود. درکنار اینگونه مدارس، مدارس خصوصی با اهداف آموزشی ویژه ای هم وجود دارند که برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد این مدارس می توانید به این سایت مراجعه کنید : [www.montessori-oberoesterreich.at](http://www.montessori-oberoesterreich.at) و یا

[www.waldorf.at](http://www.waldorf.at)

پس از پایان کلاس چهارم دوره ابتدایی، فرزندتان می تواند یا به مدرسه دوره متوسط جدید ( میتل شوله) و یا به مدرسه دوره آموزش عالی عمومی ( AHD ) وارد شود.

## دوره متوسطه جدید (میتل شوله) و دوره پایین سطح ( اونتر اشتوفه)

میتل شوله چهار سال طول میکشد و در این دوره دانش آموز بسته به علایق، استعداد و توانایی هایش برای ورود به مراحل بالاتر در مدارس عالی و یا ورود به دنیای کار آماده می شود. اونتر اشتوفه (AHS) هم چهار سال طول میکشد و در آنجا دانش آموز بصورت عمومی برای حضور در مدارس بالاتر و دادن امتحان دیپلم آماده می شوند. هدف اصلی این مدارس این است که شرایط دانش آموز را برای ورود به دانشگاه مهیا سازند. بعد از این دوره های چهارساله و درواقع در مجموع با تمام شدن ۹سال دوره اجباری مدرسه، دانش آموزان باید تصمیم بگیرند که به کدام راه تحصیلی می خواهند وارد شوند.

اگر که دوره مدرسه اجباری بطور کامل انجام نشود، دانش آموزان باید یا مدارس پلی تکنیک یا حداقل برای یکسال ادامه تحصیل دهند. در همه مدارس میتل شوله و یا در AHS ها و در مدارس سطوح بالاتر مشاوره های تحصیلی و آموزشی از طرف معلمان ارائه می شوند. از مدرسه فرزندتان سوال کنید که کدام معلم چنین مشاوره هایی را ارائه می دهد!

## دوره آموزش شغلی (Lehre)

کسی که دوره مدرسه اجباری را پشت سر گذاشته و می خواهد یک دوره آموزش شغلی را بگذراند، باید طی آخرین سال مدرسه به دنبال یک شرکت یا کارخانه ای باشد که دوره آموزش شغلی اش را در آنجا بگذراند. هرچه کارنامه و نتایج در مدرسه بهتر باشد، به همان میزان شانس بالاتری برای پیدا کردن دوره آموزش شغلی مدنظر وجود دارد. برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد شغل های مختلفی که در این دوره ها ارائه می شوند می توانید به سایت [www.beruflexikon.at](http://www.beruflexikon.at) مراجعه کنید. به علاوه، مشاوران شغلی

در سازمان حمایت از جوانان در استان اوبراسترایش، جوانان را در یافتن دوره های آموزش شغلی مناسب حمایت میکند :

[www.jugendservice.at/coaching](http://www.jugendservice.at/coaching)

برای افرادی که هیچ تحصیلاتی ندارند و یا نتوانسته اند تحصیلاتشان را بطور کامل به پایان برسانند، این امکان وجود دارد که استثنائاً با گرفتن یک امتحان پایانی، به آنها اجازه ورود به این دوره ها داده شود. اطلاعات بیشتر در این زمینه را می توانید از ادارات امور اقتصادی و کار در اتریش مثلاً اداره امور اقتصادی (WKOÖ) بدست آورید. برای این کارآموزان هم این امکان وجود دارد که امتحان دیپلم بدهند و بعدن وارد مدارس عالی و دانشگاه ها شوند. اطلاعات بیشتر در این زمینه در سایت [www.lehremittatura-ooe.at](http://www.lehremittatura-ooe.at) موجود است. انتخاب شغل مناسب آسان و راحت نیست و باید بخوبی در مورد آن فکر شود. از مشاوری افراد مختلف در اینگونه تصمیمات مهم حتما استفاده کنید!

## مدارس هدایت کننده به مشاغل (weiterführende Schulen)

برای رفتن به اینگونه مدارس داشتن کارنامه و نمرات خوب خیلی مهم است. اطلاعات دقیقتر در مورد معیارهای پذیرش در این مدارس را می توانید در سایت راهنمای مدارس استان یا در خود مدارس بدست آورید .

**مدارس هدایت شغلی متوسط:** آموزش مدرسه ای در این مدارس سه یا چهار سال طول میکشد و بدون دادن امتحان دیپلم به پایان می رسد. ( بطور مثال مدارس تخصصی شغلی در زمینه تجارت و خرید و فروش)

**مدارس هدایت شغلی سطح بالا:** بطور کلی آموزش های مدرسه ای و عملی در این مدارس پنج سال طول میکشد و با گرفتن مدرک دیپلم یا ماتورا به پایان می رسد ( بطور مثال مدارس تخصصی اقتصادی HAK و یا مدارس فنی و تکنیکی HTL )

**مدارس سطح بالای عمومی (AHS):** در این مدارس یک سری دروس بصورت عمومی و نه تخصصی برای شغل خاصی به مدت چهار سال آموزش داده می شوند و با یک امتحان دیپلم به پایان می رسد ( بطور مثال دبیرستان یا همان گومنازیوم یا دبیرستان های سطح بالا)

## دیپلم و تحصیل در دانشگاه

کسی که مدرک دیپلم یا ماتورا دارد و یا برگه صلاحیت ورود به دانشگاه را داشته باشد، می تواند وارد دانشگاه و مراکز آموزش عالی شود و ادامه تحصیل دهد. برای اطلاعات دقیقتر می توانید به سایت اینترنتی وزارت علوم [www.studieren.at](http://www.studieren.at) یا [www.schulpsychologie.at](http://www.schulpsychologie.at) و یا [www.bildungssystem.at](http://www.bildungssystem.at) مراجعه کنید. برای دانش آموزان و دانشجویانی که مشکلات مالی دارند هم یک سری کمک هزینه های تحصیلی وجود دارد. اطلاعات بیشتر در این زمینه را هم میتوانید از بروشورهای مربوط به مشاور اجتماعی و یا در ادارات استانداری در قسمت امور اجتماعی بدست آورید [www.land-oberoesterreich.gv.at](http://www.land-oberoesterreich.gv.at)

## چه وظایفی برعهده والدین است؟

نه تنها دانش آموزان و معلمین، بلکه والدین هم وظایفی در قبال آموزش و پرورش و یادگیری فرزندانشان برعهده دارند. والدین باید توجه داشته باشند که فرزندشان همیشه به موقع و سروقت سرکلاس درس حاضر شود، تمامی وسایل لازم برای مدرسه را به همراه داشته باشد و تکالیف داخل خانه اش را انجام دهد. همچنین خیلی مهم است که والدین با مدرسه در تماس باشند و مثلاً در جلسات اولیا و مربیان شرکت کنند. فرزندانتان را در یادگیری و در انجام تکالیف داخل خانه شان حمایت و کمک کنید. داشتن تغذیه مناسب، سالم، پر ویتامین و متنوع هم می تواند به موفقیت فرزندتان در یادگیری کمک کند.

## برای بزرگسالان: معادلسازی و معتبر ساختن مدارک تحصیلی

اگر که شما در یک کشور دیگر غیر از اتریش، تحصیل کرده اید و یا یک دوره آموزشی خاصی را طی کرده اید، برای معادلسازی و معتبر ساختن مدارکتان می توانید مثلاً به مشاور تحصیلی در اوبراسترایش (Landesschulrat) مراجعه کنید. در آنجا بررسی می شود که اصلاً آیا مدرک شما ارزش معادلی با مدارک داخل اتریش دارد یا نه. شما همچنین باید اثبات کنید که این مدرک معادلسازی شده را در ارتباط با شغل تان در اتریش نیاز دارید. بسته به نوع مدرکتان، معادلسازی های مختلفی برای مدارک وجود دارند.

چنانچه مدارک تحصیلی شما معادلسازی شدند، شما باز باید از طرف وزارت علوم اتریش هم تایید شوید و ممکن است که شما مجبور شوید برخی امتحانات را دوباره تکرار کنید. اطلاعات بیشتر در سایت اینترنتی [www.bmb.gv.at](http://www.bmb.gv.at)

برای تایید کردن کارنامه دیپلم، وزارت علوم، تحقیقات و اقتصاد مسوول است. کشورهایی هستند که مدارک و کارنامه دیپلم آنها بصورت اتوماتیک در اتریش هم مورد قبول هستند. لیست این کشورها و اطلاعات بیشتر در سایت [www.bmwf.gv.at](http://www.bmwf.gv.at) موجود است. برای معتبر ساختن مدارک تحصیلی دانشگاهی باید یک درخواست به یک دانشگاه یا فاکس هوخ شوله در اتریش بدهید. در این موارد هم لیست کشورهایی هستند که مدارک دانشگاهی آنها در اتریش هم معتبر است و نیاز به معادلسازی ندارند. اطلاعات بیشتر و امکانات مشاوره ای در این زمینه ها در سایت [www.nostrifizierung.at](http://www.nostrifizierung.at) موجود هستند.

برای شغل های مختلف مراکز آموزشی مختلفی هم وجود دارند که مسوول آموزش افراد در آن زمینه شغلی بخصوص هستند. برای یافتن اطلاعات بیشتر و آشنایی با این مراکز به سایت [www.berufsanerkennung.at](http://www.berufsanerkennung.at) مراجعه کنید.

## تکمیل و ادامه تحصیل و گرفتن دیپلم

پیشنهادات و اقدامات زیادی برای ادامه تحصیل شما وجود دارد. اگر که دوران مدرسه اجباری را به اتمام نرسانده اید و یا نتوانسته اید که یک دوره آموزش شغلی را به پایان برسانید، این امکان وجود دارد که دوباره این دوران را بگذرانید و یا یک دوره آموزش شغلی دیگر را انجام دهید. بطور مثال موسسات آموزشی ای وجود دارند که به شما در گرفتن دیپلم کمک میکنند. اطلاعات بیشتر را می توانید در همین موسسات بدست آورید. بعضی مدارس بطور ویژه برای یادگیری یک شغل ویژه ای هستند و در آنجا ممکن است در شب کلاس های آموزشی ای برگزار شود. برای شما همچنین این امکان وجود دارد که در حرفه و شغلی که الان در آن کار میکنید ادامه تحصیل دهید. در سایت [www.weiterbilden.at](http://www.weiterbilden.at) و [www.erwachsenenbildung.at](http://www.erwachsenenbildung.at) اطلاعات در زمینه ادامه تحصیل بزرگسالان را پیدا میکنید.

## آدرس ها

- AMS Beruflexikon  
<http://www.beruflexikon.at/>
- Bundesministerium für Bildung  
<https://www.bmb.gv.at>  
<http://www.sprich-mit-mir.at/>
- Bundesministerium für Wissenschaft, Forschung und Wirtschaft

<http://www.bmfwf.gv.at/>

- Berufs- und Ausbildungsanerkennung

[www.berufsanerkennung.at](http://www.berufsanerkennung.at)

[www.nostrifizierung.at](http://www.nostrifizierung.at)

- Erwachsenenbildung Online

[www.weiterbilden.at](http://www.weiterbilden.at)

[www.erwachsenenbildung.at](http://www.erwachsenenbildung.at)

- Landesschulrat Oberösterreich

<http://www.lsr-ooe.gv.at>

- Lehre mit Matura ÖBS

<http://www.lehremitmatura-ooe.at>

- Jugendservice Land OÖ

<https://www.jugendservice.at/>

- Österreichischer Integrationsfonds

<http://www.integrationsfonds.at/>

- ZusammenHelfen in OÖ

[www.zusammen-helfen.at](http://www.zusammen-helfen.at)

## خانواده

### شما در انتظار به دنیا آمدن فرزندتان هستید

اگر شما از طرف دکتر مطمئن شدید که حامله و بچه دار هستید، برایتان یک دفترچه مادر و فرزند (Mutter Kind Pass) صادر میشود. همه معاینات و اطلاعات مهم و ضروری از زمان دوران حاملگی تا سن ۵ سالگی بچه در این دفترچه یادداشت خواهد شد. معاینات و آزمایشاتتان رو دقیق مطابق با چیزهایی که در این دفترچه تان نوشته شده، انجام دهید. چنانچه شما این معاینات را به موقع و درست و یا اصلا انجام ندهید، در بدترین حالت این امکان وجود دارد که شما از حمایت های مالی دولت برای فرزندتان نتوانید بهره مند شوید. اگر که سرکار می روید، باید هرچه زودتر به کارفرمایان اطلاع دهید که حامله و باردار هستید و تاریخ احتمالی به دنیا آمدن فرزندتان را به او اطلاع دهید. به این خاطر که آنها باید در زمان نبود شما در سرکارتان برنامه ریزی هایی انجام دهند. بطور مثال شما در زمان قبل از زایمان و بعد از زایمان این حق را دارید که برای مدت مشخصی مرخصی زایمان بگیرید و در خانه بمانید. دوران حمایت از مادران باردار از زمان حاملگی آغاز میشود و تا چهار هفته بعد از زایمان ادامه دارد. بطور رایج در اتریش، ۸ هفته قبل از زایمان و ۸ هفته بعد از زایمان این حق برای مادران وجود دارد که مرخصی بگیرند. در این زمان مرخصی، مادران در واقع حقوق ماهیانه شان را هم از طرف اداره بیمه سلامت دریافت خواهند کرد. این موارد حمایت از مادران، برای همه

افراد با هر ملیتی، برای هر شغلی و یا هر میزان کاری یکسان و اجرایی است. به عنوان والدین شاغل، هم پدر و هم مادر این حق را دارند که زمان مشخصی را هنگام به دنیا آمدن فرزندشان مرخصی بگیرند و همچنین حقوقشان را هم دریافت کنند. اطلاعات بیشتر در این زمینه ها را می توانید در مراکز بیمه سلامت، یا در اداره حقوقی کارمندان بدست آورید. و همچنین در سایت [www.ooe.arbeiterkammer.at](http://www.ooe.arbeiterkammer.at) اطلاعات و بروشورهای در خصوص حق و حقوق والدین در زمان تولد فرزندان را خواهید یافت.

## اقدامات اداری اولیه پس از تولد بچه

بچه تان به دنیا آمده است! مبارک باشد! به عنوان پدر و مادر، شما الان در یک وضعیت جدید قرار دارید و در زمینه امور اداری باید یک سری اقدامات و کارهایی را انجام دهید. در اولین قدم باید بدینا آمدن بچه را به اطلاع اداره ثبت (Magistrat) برسانید. از آنجا برای فرزندان یک شناسنامه دریافت خواهید کرد. این شناسنامه را برای ثبت کردن اسم بچه به عنوان عضوی از خانواده تان و همچنین ثبت محل سکونت او با شما نیاز خواهید داشت. از این شناسنامه بخوبی نگهداری کنید، چون فرزندان در آینده هم به آن نیاز خواهد داشت. اگر که شما از کشورهای جهان سوم هستید و برای مدت مشخصی اجازه اقامت در اتریش دارید، باید حداکثر تا شش ماه بعد از تولد، برای فرزندان یک درخواست اقامت بدهید. برای بچه هایی که والدین آنها شهروند کشورهای اتحادیه اروپا یا سوییس هستند، در طول چهار ماه یک کارت اقامت و گواهی ثبت قابل درخواست دادن است.

**فراموش نکنید که برای فرزندان یک شناسنامه و یک برگه ثبت محل زندگی (Meldezettel) صادر کنید!** و برای بچه هایی که ملیت اتریشی ندارند، درخواست برای کارت اقامت!

## کمک هزینه خانواده

کمک هزینه خانواده در واقع یک حمایت مالی از طرف دولت برای خانواده های دارای فرزند می باشد که محل سکونت این خانواده ها در اتریش است. کمک هزینه خانواده در صورتی به شما تعلق میگیرد که:

- ملیت اتریشی داشته باشید
- شهروند اتحادیه اروپا یا سوییس باشید
- از کشورهای جهان سوم هستید ولی حق اقامت دائم در اتریش دارید
- و یا به عنوان پناهنده یا حمایت سوبسیدی در اتریش شناخته شده اید.

## پول حمایت از بچه

اینکه پول حمایت از بچه به شما تعلق میگیرد یا نه، به هیچ عنوان به این بستگی ندارد که شما سرکار میروید یا نه. شما این پول را در کنار کمک هزینه خانواده دریافت میکنید تا با آن بتوانید نیازهای اولیه و ضروری فرزندان را برطرف کنید. اطلاعات بیشتر و دقیقتر در زمینه پول حمایت از بچه را می توانید از مسول بیمه اجتماعی تان سوال کنید.

## حمایت و کمک برای والدین و بچه ها

داشتن فرزند و تربیت او، یک مسولیت بزرگ و مهم برای والدین است. اما از همان ابتدا حمایت ها و پیشنهادهای هم از طرف دولت برای والدین وجود دارد: مثلا در مراکز مشاوره مادران و والدین، امکاناتی و شرایطی وجود دارد که شما می توانید از مشاوره

متخصصین برای همه سوالاتان در زمینه نحوه و روش های مناسب برای تربیت فرزندتان و همچنین مراحل بهداشتی و درمانی بهره مند شوید. در مراکز مادر-بچه می توانید با والدین دیگر بچه ها ملاقات داشته باشید و فرزندتان می توانید با بچه های هم سن و سال خودش آشنا شود و با آنها بازی کند. در بعضی موارد والدین در تربیت فرزندشان به مشکلاتی برخورد میکنند که در این موارد می توانند از مشاوره مراکز تربیت کودکان و نوجوانان استفاده کنند. همچنین سازمان حمایت از کودکان و نوجوانان مسوول رسیدگی به مشکلات بحرانی برای کودکان و نوجوانان است مثلا در مواردی که حق و حقوق آنها نادیده گرفته میشود و یا از آنها سواستفاده میشود. اطلاعات بیشتر را در سایت [www.kinder-jugendhilfe-ooe.at](http://www.kinder-jugendhilfe-ooe.at) ببینید.

## کمک و مشاوره

بعضی اوقات زندگی اونطوری که ما انتظار داریم پیش نمی رود. ممکن است در خانواده دعوا و مشاجره و حتی خشونت وجود داشته باشد، یا در برخی موارد شما مجبور باشید که به تنهایی سرپرستی فرزندانتان را به عهده بگیرید یا این احساس را داشته باشید که واقعا همه چی برای شما سخت شده است. بعضی مشکلات را نمی توان به تنهایی حل کرد. مشاوره هایی در این زمینه ها وجود دارند که به شما کمک میکنند. در آنجا شما می توانید در مورد مشکلاتتان حرف بزنید ، حمایت و کمکی بگیرید و به شما راهنمایی شود که چه کاری باید انجام دهید. برخی از این مراکز مشاوره مثل مشاوره خانواده و مشاوره زنان در قسمت "کمک به زنان در موارد بحرانی و خشونت" قرار دارند. این قسمت را می توانید در وبسایت [integrationsstelle](http://integrationsstelle.at) سفارش بدهید یا دانلود کنید. اگر محل سکونت دائمی شما در اتریش می باشد و حداقل برای یک بچه کمک هزینه خانواده را دریافت میکنید، این امکان برای شما وجود دارد که یک کارت خانواده (Familienkarte) درخواست بدهید. افرادی که از کشورهای جهان سوم آمده اند، برای دریافت این کارت باید یک کارت اقامت معتبر هم ارائه دهند. با داشتن یک کارت خانواده در اتریش، شما می توانید در خیلی از جاها در اتریش در هنگام خرید تخفیف دریافت کنید و همچنین بلیط وسایل نقلیه عمومی را در اوبراسترایش با قیمت کمتری بخرید. علاوه بر آن با رزرو اینترنتی در سایت [www.westbahn.at](http://www.westbahn.at) می توانید برای مسیرهای خارج از اوبراسترایش هم تخفیف هایی را دریافت نمایید. در کنار همه اینها، این امکان وجود دارد که فرزندتان را تا سن قبل از ورود به مدرسه بصورت رایگان بیمه حوادث کنید. اطلاعات بیشتر در مورد کارت خانواده را می توانید در اداره استانداری اوبراسترایش بدست آورید .

## آدرس ها

- Arbeiterkammer Oberösterreich  
<https://ooe.arbeiterkammer.at/>
- Familienreferat Land Oberösterreich  
[www.familienkarte.at](http://www.familienkarte.at)
- Integrationsstelle Land Oberösterreich  
[www.integrationsstelle-ooe.org](http://www.integrationsstelle-ooe.org)
- Kinder- und Jugendhilfe OÖ  
<http://www.kinder-jugendhilfe-ooe.at>

# امور مالی و حساب بانکی

## حساب بانکی

داشتن یک حساب بانکی، مدیریت و کار با پولتان را برایتان آسان میکند. تا زمانیکه شما بصورت ثابت کار میکنید، حقوق شما می تواند مستقیم به حساب تان واریز شود. علاوه بر آن، شما یک کارت بانکی دریافت میکنید که با آن می توانید از دستگاه های خودپرداز پول نقد برداشت کنید یا در مغازه ها با کارت خرید کنید. بستن قرارداد با حساب بانکی تان این امکان را به شما می دهد که شما هزینه های ماهیانه بخصوصی مثل اجاره خانه تان یا پول قرارداد تلفن همراهتان را در زمان های مشخص از حساب بانکی تان واریز کنید. هر بانکی مزایای متفاوتی را برای مشتریان خود ارائه می دهد. از بانک های مختلف در مورد تسهیلات و خدماتی که در اختیار شما می گذارند پرس و جو کنید. برای افتتاح حساب بانکی به یک مدرک شناسایی با عکس و احتمالاً یک برگه محل اقامت (Meldezettel) نیاز دارید.

## مالیات

دولت هم برای اینکه بتواند وظایف خود را انجام دهد، به یک منبع درآمدی نیاز دارد. به همین منظور مالیات و یک سری خرج ها از حساب شما کم می شود. همه شهروندان اتریشی باید میزان درآمد و پول دریافتی شان را اعلام کنند. در اتریش مدل های مختلفی از مالیات وجود دارد. به عنوان کارمند یا کسی که یک شغل دارد، شما مالیات حقوق و درآمد پرداخت میکنید. مالیات بر ارزش افزوده بصورت اتوماتیک بر روی صورتحساب خرید شما محاسبه می شود. از طریق ترازنامه مالیاتی در پایان هر سال این امکان برای شما وجود دارد که مقداری از مالیات پرداختی تان را پس بگیرید. اطلاعات مهم در مورد مالیات را بصورت آنلاین در سایت [www.bmf.gv.at](http://www.bmf.gv.at) و [www.finanzonline.bmf.gv.at](http://www.finanzonline.bmf.gv.at) پیدا میکنید.

## بدهی ها

بدهکاری می تواند به یک مشکل بزرگ برای شما تبدیل شود. کسی که اجاره خانه اش را پرداخت نمیکند، ممکن است خانه اش را از دست بدهد. همچنین وقتی که هزینه های برق و گازتان را پرداخت نکنید، برق و گازتان قطع می شود. وقتی بدهکاری دارید خیلی زود با یک مرکز مشاوره که در این زمینه تخصص دارند مشورت کنید. اطلاعات بیشتر را در سایت [www.schuldner-hilfe.at](http://www.schuldner-hilfe.at) یا [www.ooe.schuldnerberatung.at/beratung.html](http://www.ooe.schuldnerberatung.at/beratung.html) پیدا میکنید.

## آدرس ها

- Bundesministerium für Finanzen  
[www.bmf.gv.at](http://www.bmf.gv.at)
- Schuldnerberatung Oberösterreich  
<http://www.ooe.schuldnerberatung.at/beratung.html>
- Schuldner-Hilfe Oberösterreich  
[www.schuldner-hilfe.at](http://www.schuldner-hilfe.at)

## بهداشت و سلامت

سلامت جسمانی و روحی خیلی مهم است. وقتی آدم با یک فرد بیمار یا کسی که از نظر سلامتی دچار مشکل است برخورد میکند، باید به او کمک های اولیه دهد یا یک کمک را صدا کند و منتظر بماند که این نیروی کمکی بیاید. آدم اجازه ندارد که افراد نیازمند به کمک را نادیده بگیرد و واجب است که به آنها کمک کنید. شماره تلفن های اضطراری و اورژانسی در تمام اتریش رایگان می باشند!

آتش نشانی ۱۲۲

پلیس ۱۳۳

امداد و نجات ۱۴۴

اتحادیه اروپا شماره اضطراری ۱۱۲

مرکز مسمومیت ۰۱۴۰۶۴۳۴۳

دکتر اورژانسی ۱۴۱

برای اینکه سالم بمانید مهم است که به خودتان و سلامتی تان توجه کنید و بصورت منظم پیش دکتر بروید. سیستم سلامت در اتریش خدمات زیادی را به شما ارائه می دهد، به همین خاطر داشتن بیمه سلامت در اتریش اجباری است.

## بیمه سلامت اجباری و بیمه همراه برای تمام خانواده

در اتریش باید تمام افراد طبق قانون بیمه سلامت داشته باشند. افراد کارمند و دارای شغل بصورت اتوماتیک از طرف شرکت بیمه سلامت در اتریش OÖGKK بیمه می شوند. از اینکه از طرف کدام شرکت بیمه هستید خودتان را مطلع کنید. در بیمه سلامت کارمندان شما می توانید فرزندانان را تا سن ۱۸ سالگی ( برای فرزندان که ادامه تحصیل می دهند تا سن ۲۷ سالگی) و همسران را همراه با خودتان بیمه کنید. اطلاعات بیشتر را می توانید از اداره بیمه تان کسب کنید. به عنوان کسی که بیمه شده است، یک شماره بیمه و یک ای-کارت دریافت میکنید. این کارت را باید در هر بار مراجعه به دکتر همراه داشته باشید!

## ویزیت دکتر

وقتی که بیمار هستید و مشکلات سلامتی دارید، مهم است که اول پیش دکتر عمومی و در واقع همان دکتر خانوادگی تان بروید. مزیت این کار این است که دکتر خانوادگی تان از پرونده پزشکی شما و بیماری های قبلی تان مطلع است و می داند که شما قبلا چه دوره های درمانی را داشته اید. اما شما همچنین می توانید مستقیم پیش دکتر متخصص هم بروید. اغلب اوقات برای رفتن پیش دکتر عمومی گرفتن نوبت قبلی اجباری نیست. اما برای رفتن پیش دکتر متخصص حتما باید از قبل نوبت داشته باشید و سرموقع باید آنجا باشید. در موارد بحرانی و در خارج از وقت کاری مطب، با دکتر اورژانس تماس بگیرید و یا به مراکز پذیرش اورژانس بروید. قبل از ویزیت همیشه بپرسید که آیا هزینه های آنجا را بیمه تان پرداخت میکند یا نه. اداره بیمه زمانی تمام هزینه های درمانی تان را پرداخت میکند که آن دکتر با اداره بیمه تان قرارداد داشته باشد. در سایت اینترنتی اداره بیمه [www.oogkk.at](http://www.oogkk.at) OÖGKK یک لیست با اسامی تمام دکترهایی که با اداره بیمه قرارداد دارند را می توانید پیدا کنید. اداره بیمه معمولا یک قسمتی از هزینه های دکترهای خصوصی را پرداخت میکند. اگر هنوز نمی توانید بخوبی و به اندازه کافی با دکترتان به زبان آلمانی صحبت کنید، بهتر است یک نفر که بخوبی آلمانی میفهمد را با خودتان ببرید. در بعضی موارد ممکن است مترجمی هم در آنجا باشد- از قبل در این مورد پرس و جو کنید .



## معافیت از پرداخت هزینه نسخه

از سال ۲۰۱۷ در اتریش مبلغی به عنوان هزینه نسخه به اندازه ۵.۸۵ یورو وجود دارد. هزینه نسخه یک مشارکت در پرداخت هزینه ها برای داروها است که بیمار باید پرداخت کند. این هزینه نسخه در داروخانه و به هنگام تحویل داروها از شما گرفته می شود. در صورت نیاز و با دلایل خاصی مثل کم بودن درآمد، این امکان وجود دارد که از پرداخت هزینه نسخه هم معاف شوید. برای گروه های مختلفی مثل افراد دارای بیماری های خاص، پرداخت هزینه های نسخه اجباری نیست.

## مرخصی پزشکی و اعلام وضعیت بیمار بودن

وقتی که مریض هستید و نمی توانید سرکار بروید، مهم است که پیش دکتر بروید و مرخصی پزشکی بگیرید. در همان روز بصورت تلفنی یا کتبی به کارفرمایان اطلاع دهید که بیمار هستید و نمی توانید سرکار بروید. در زمان مرخصی پزشکی باید کاملاً مطابق با دستور پزشکتان عمل کنید که هرچه زودتر سلامتی تان را بدست آورید. پس از بدست آوردن سلامتی تان، دوباره پزشک معالجتان مسوول اعلام وضعیت شماست.

## معاینه سالیانه سلامتی (چکاب)

در اتریش هر فرد بالای ۱۸ سال می تواند یکبار در سال یک چکاب کامل برای سلامتی اش انجام دهد. این بدان خاطر است که اگرچه فرد هیچ بیماری ای ندارد ولی می تواند با این کار از بروز برخی بیماری ها پیشگیری کند و از قبل آنها را شناسایی کند. هرچه زودتر یک بیماری شناسایی شود زودتر هم میشود آنرا معالجه کرد. اطلاعات بیشتر در این زمینه را می توانید از دکتر عمومی و خانوادگی تان بدست آورید. دکترها محرم اسرار هستند و اجازه ندارند که به کس دیگری بگویند که نتیجه معالجات شما به چه صورتی بوده است. این رازداری برای اعضای خانواده و نزدیکان فرد بیمار هم برقرار است و آنها هم اجازه ندارند که مراحل بیماری فرد بیمار را برای هرکسی بازگو کنند.

## سلامت روحی و روانی

سلامتی به این معناست که از نظر روحی و روانی هم حس خوبی داشته باشید. حوادثی مثل مرگ یکی از اعضای خانواده، فرار از کشور خود یا تجربه خشونت می توانند منجر به مشکلاتی از جمله ترس، کابوس، دپرس شدن یا مشکلات دیگری شوند که در برخی موارد همچنین با بیماری های جسمی همراه هستند.

در اتریش مراکز مختلفی وجود دارد که به شما کمک میکنند و مشاوره ها و معالجات روحی و روانی به شما می دهند. این مشاوره ها را می توانید در اداره مشاوره اجتماعی Sozialratgeber یا در اداره استانداری اوبراسترایش در بخش امور اجتماعی یا در سایت اداره استانداری [www.land-oberoesterreich.gv.at](http://www.land-oberoesterreich.gv.at) بدست آورید. علاوه بر آن یک شبکه ارتباطی خوبی بین روان درمان ها و روانپزشکان در اتریش وجود دارد- اسامی آنها را می توانید در اینترنت یا کتابهای شماره تلفن پیدا کنید.

برای موارد اورژانسی و بحران های روحی و روانی می توانید بصورت شبانه روزی و بیست و چهار ساعته با شماره تلفن های ۰۷۳۲۶۵۱۰۱۵ یا ۰۷۳۲۲۱۷۷ تماس بگیرید.

## تصمیم برای بدن و جنسیت خود

هر فردی در اتریش اجازه دارد که در مورد شکل بدن خود تصمیم بگیرد و هیچ کس اجازه دخالت در این تصمیم گیری را ندارد. در اتریش هرکسی می تواند با توجه به جنسیت خود و با رعایت قانون و اینکه به هیچ انسان دیگری آسیبی وارد نکند، در مورد بدن خود تصمیم بگیرد و به هر گونه ای که می خواهد زندگی کند. این تصمیم گیری می تواند در زمینه شکل لباس پوشیدن، سبک آرایش کردن یا مدل مو باشد. در مدرسه به بچه ها کاملاً مسائل جنسی آموزش داده می شود و مهم است که بچه ها اطلاعات کافی در این زمینه داشته باشند و بدانند که بیماری های جنسی و یا بچه دار شدن به چه صورتی اتفاق می افتند. مشاوره و اطلاعات بیشتر در زمینه مسائل جنسی، حاملگی، جلوگیری از بارداری و بیماری های مقاربتی را می توانید از پزشکان مخصوص زنان بدست آورید.

## آدرس ها

---

- Krankenhäuser in Oberösterreich  
<http://krankenhaus.netdoktor.at/oberoesterreich>
- Oberösterreichische Gebietskrankenkasse (OÖGKK)  
Gruberstraße 77  
4020 Linz  
[www.ooegkk.at](http://www.ooegkk.at)
- Psychosozialer Notdienst - pro mente OÖ  
Lonstorferplatz 1  
4020 Linz  
[www.promenteoee.at](http://www.promenteoee.at)  
[office@promenteoee.at](mailto:office@promenteoee.at)
- Krisenhilfe OÖ  
Scharitzerstraße 6-8  
4020 Linz  
0732 2177  
[office@krisenhilfeooe.at](mailto:office@krisenhilfeooe.at)

## حفاظت از محیط زیست

حفاظت از محیط زیست در اتریش یک امر خیلی مهم است. هر فردی می تواند برای حفاظت از محیط زیست کارهایی انجام دهد، بطور مثال جداسازی صحیح زباله ها می تواند کمک بزرگی باشد. با جداسازی صحیح زباله ها می توان آنها را بازیافت کرد و دوباره آنها را به مواد قابل استفاده تبدیل کرد. برای هر گروه از زباله ها، سطل های مخصوصی با رنگ های متفاوت وجود دارند، مثلا سطل های قرمز رنگ برای کاغذ و سطل های سبز رنگ برای زباله های بیو. خیلی مهم است که هزینه های مربوط به زباله ها را تا حد امکان ثابت نگه داشت و به گونه ایی به محیط زیست کمک کرد.

### راهنمایی هایی برای جداسازی و تفکیک زباله ها

مواد قابل بازیافت مثل کاغذ، پلاستیک یا شیشه را در سطل های علامت گذاری شده بخصوصی جمع آوری کنید. همچنین در مراکز جمع آوری زباله ها می توانید این زباله های تفکیک شده را تحویل دهید. همانطور که ما می خواهیم داخل خانه های مان کاملا تمیز و پاکیزه باشد، باید مکانهای عمومی و خارج از خانه مان را هم تمیز نگه داریم. به همین خاطر در همه جا سطل های جمع آوری زباله وجود دارند. وقتی در حاشیه خیابانها یا بر روی چمن ها در جایی زباله دیدید، سعی کنید آنها را برداشته و به پاکیزگی شهر کمک کنید. حفاظت از محیط زیست به معنی صرفه جویی در مصرف انرژی هم می باشد که با آن در هزینه هایتان هم صرفه جویی می شود. در اتریش در زمستان همه خانه ها به گرما نیاز دارند و در اینجا چند راهنمایی را برای مصرف انرژی در این زمانها بیان میکنیم: وقتی در اتاق هایی که سیستم گرمایشی در آنها روشن است، همیشه پنجره ها به صورت کیپ شده بسته می باشند، انرژی زیادی از دست میرود. بهتر است که در طول روز چندین بار به مدت کوتاهی پنجره ها را باز کرده و دوباره ببندید. همه اتاق ها نباید همیشه گرم بشوند. شب ها و به هنگام خواب و یا در زمانهایی که در خانه نیستید، دمای خانه را پایین بیاورید.

### راهنمایی هایی برای صرفه جویی در مصرف برق

- چراغ اتاق هایی که در آنها نیستید را همیشه خاموش کنید.
- سیم شارژر برای وسایلی مثل موبایل را پس از اتمام کار از پریز در بیاورید.
- وسایل برقی را پس از اتمام کار بصورت کامل خاموش کنید. حتی در حالت استند بای هم مقداری برق مصرف میشود!
- در هنگامی آشنیزی همیشه در قابلمه را بگذارید.
- از لامپ های LED و کم مصرف به جای لامپ های عادی استفاده کنید: اگرچه این لامپ ها به هنگام خرید گرانتر هستند ولی مصرف کمتری دارند و در مجموع هزینه کمتری برای شما دارند!
- به هنگام خرید وسایل برقی همیشه به برجسب انرژی توجه کنید. وسایل با برجسب انرژی A کمترین مصرف انرژی را دارند.

### آب هم هزینه دارد- پس در مصرف آن صرفه جویی کنید

- در هنگام مسواک زدن و یا دوش گرفتن نگذارید که آب بصورت بی رویه هدر برود.
- برای یک دوش گرفتن ساده به آب کمتری نیاز دارید.
- ماشین ظرفشویی و لباسشویی را وقتی که پر هستند روشن کنید.

# آدرس ها

- Altstoffsammelzentren  
[www.altstoffsammelzentrum.at/home.html](http://www.altstoffsammelzentrum.at/home.html)
- Mülltrennung  
[www.richtigsammeln.at](http://www.richtigsammeln.at)
- OÖ Energiesparverband  
[www.energiesparverband.at](http://www.energiesparverband.at)

## خانه و مسکن

در هنگام پیدا کردن خانه خوب است که از قبل و در همان ابتدا فکر کنید، کجا باید خانه بگیرید، خانه تان چقدر بزرگ باید باشد و چقدر باید برای گرفتن خانه هزینه کنید. در کنار خانه هایی که برای اجاره دادن و خانه هایی که برای فروش هستند، یک مدل خانه های اجاره و فروش هم وجود دارند که شما در ابتدا آنها را اجاره میکنید و سپس می توانید به شما فروخته شوند. اگر شما به دنبال چنین خانه هایی میگردید، باید ابتدا در شهرداری یا اداره ثبت یا ادارات مربوط به این خانه ها ثبت نام کنید. اگر که شما ملیت اتریشی ندارید، باید که به گونه ای اجازه اقامت اتریش را داشته باشید و بسته به شرایط هر منطقه باید یک سری پیش نیازها و شرایط را داشته باشید تا بتوانید برای این خانه ها ثبت نام کنید. همیشه برای اینجور کارها باید چندین سال را برای دوران انتظار در نظر بگیرید. در زمانهای انتظار و زمان هایی که در همان لحظه هیچ محل سکونتی نمی توانید دریافت کنید، میتوانید برای خانه های مشترک با دیگران و خانه های سازمانی ثبت نام کنید. همچنین می توانید برای اجاره یا خرید خانه به بنگاه های معاملاتی خصوصی مراجعه کنید. فقط توجه داشته باشید که وقتی شما یک خانه را با واسطه یک بنگاه پیدا میکنید باید یک مقدار هزینه هم بابت این بنگاه ها پرداخت کنید که این هزینه حق معامله می تواند به اندازه دو ماه کرایه خانه باشد. خانه های شخصی را همچنین می توانید در آگهی های روزنامه ها و یا بر روی تابلو اعلانات سوپر مارکت ها پیدا کنید .

## هزینه های یک خانه

وقتی شما یک خانه را اجاره میکنید باید یک سری هزینه ها را فقط یکبار و در همان ابتدا پرداخت کنید :

**بیعانه یا رهن:** مقدار رهن نباید بیشتر از اندازه ۶ ماه کرایه خانه باشد و شما به عنوان مستاجر باید آنرا پرداخت کنید. چنانچه شما به عنوان مستاجر نتوانید اجاره خانه را پرداخت کنید و یا به خانه آسیبی برسانید، این پول رهن به عنوان بیمه ای پیش صاحب خانه است. وقتی زمان نوشته شده در قرارداد برای اجاره خانه به پایان رسید، صاحب خانه باید این پول رهن را به شما بازگرداند. اطلاعات بیشتر را می توانید از مراکز مشاوره بدست آورید .

**هزینه های نو سازی:** این هزینه ها اغلب شامل خانه های نوساز می شود و پرداخت قسمتی از آن براب شهرداری می باشد. شما می توانید در پایان هر سال مقداری از این هزینه را که پرداخت کرده اید، پس بگیرید.

**حق معامله و واسطه گری:** اگر از طریق یک بنگاه معاملاتی، خانه تان را پیدا کرده باشید باید یک مبلغی از طرف مستاجر به عنوان حق واسطه به بنگاه پرداخت شود. همیشه قبل از هر چیز از میزان این پول حق معامله پرس و جو کنید. اطلاعات بیشتر را می توانید از مراکز مشاوره بدست آورید.

**هزینه ثبت قرارداد:** قراردادهای خانه هم باید یکبار در همان ابتدا پیش اداره مالیات Finanzamt هزینه شان پرداخت شود. این هزینه هم بسته به میزان اجاره می تواند متفاوت باشد. این هزینه هم معمولاً از طرف مستاجر پرداخت میشود.

هزینه های ماهیانه یک خانه اجاره ای به این صورت هستند:

**اجاره بها و هزینه های جانبی:** هزینه های جانبی شامل هزینه های کانال، آب، جمع آوری زباله ها و غیره هستند. اجاره بها و هزینه های جانبی باید در ابتدای هر ماه پیشاپیش پرداخت شوند. چنانچه فکر می کنید که هزینه های اجاره یا هزینه های جانبی تان خیلی غیر عادی زیاد هستند، به مراکز مشاوره یا مشاورین حقوقی مراجعه کنید و در آنجا قبوض پرداختی تان را بررسی کنید.

**هزینه های برق و گرمایش:** توجه داشته باشید که میزان قبض برق و گرمایش خیلی به میزان مصرف بستگی دارند. پرداخت هزینه های انرژی به صورت قسط های مختلف هم امکانپذیر است. یکبار در سال یک محاسبه سالیانه انجام می شود که در آن مشخص می شود که شما در سال چقدر مصرف داشته اید. اگر میزان مصرف تان از میزان پرداختی تان بیشتر باشد، شما باید مبلغ اضافه را پرداخت کنید. در دفعه بعد و در واقع برای سال بعد با توجه به افزایش مصرف تان در سال قبل، مبلغ سال جدید هم افزایش پیدا میکند. در اتریش ۱۳۰ شرکت محلی و غیرمحلی ارائه دهنده برق و گاز وجود دارد. شما خودتان می توانید شرکت ارائه دهنده را انتخاب کنید یا عوض کنید. اطلاعات بیشتر در این زمینه در سایت [www.e-control.at](http://www.e-control.at)

## بیمه لوازم خانه

خیلی مهم است و اغلب در قرارداد اجاره نوشته می شود که برای یک خانه و لوازم آن یک بیمه ثبت نام کنید. وقتی بطور مثال در مواقع حوادث آبرگرفتنی یا آتش سوزی، آسیبی به وسایل خانه تان وارد شود این بیمه تمام خسارت را به شما پرداخت خواهد کرد. اگر بیمه نباشید خودتان باید تمام هزینه های تعمیر را پرداخت کنید که می تواند خیلی گران برایتان تمام شود!

## قرارداد اجاره

شما باید قرارداد اجاره را همیشه بصورت کتبی ببندید. فقط در صورتیکه قرارداد بصورت کتبی داشته باشید بصورت قانونی می توانید از مزایا یا شرایط دیگر استفاده کنید. وقتی هم که موعد و زمان قرارداد شما رو به اتمام است، حواستان باشد که در موقع مناسب و در پایان این قرارداد کتبی را فسخ و نامعتبر سازید.

## اجباری بودن اعلام تغییر محل سکونت

در اتریش وقتی کسی از یک خانه به خانه دیگری اسباب کشی میکند و آدرس محل سکونتش عوض می شود، باید محل سکونت جدیدش را به اطلاع اداره ثبت برساند. اداره ثبت در شهرداری، ماگیسترات یا Gemeinde قرار دارد. پس از ثبت شدن در اداره ثبت، شما یک برگه ثبت Meldezettel از همان اداره دریافت میکنید یا می توانید در سایت [www.help.gv.at/Portal.Node/hlpd/public/resources/documents/meldez.pdf](http://www.help.gv.at/Portal.Node/hlpd/public/resources/documents/meldez.pdf) این برگه را دانلود کنید و سپس آنرا برای خودتان چاپ کنید. برای مراجعه به اداره ثبت و اعلام تغییر محل سکونت تان، سه روز کاری زمان دارید.

## رادیو و تلویزیون

چنانچه شما در خانه تان یک رادیو یا تلویزیون دارید، باید در اداره خدمات صدا و سیما GIS ثبت نام کنید و ماهیانه هزینه های مربوط به آن را پرداخت کنید. اگر که میزان درآمد شما پایین است، این امکان برایتان وجود دارد که این هزینه ها را پرداخت نکنید .

## از دست دادن خانه

این احتمال وجود دارد که شما خانه تان را از دست بدهید و جایی برای سکونت نداشته باشید. در این مواقع خیلی زود به ادارات و موسسات مشاوره مراجعه کنید که در آنجا به شما کمک خواهند کرد. برای بدست آوردن اطلاعات در زمینه پیدا کردن خانه و نحوه تامین مالی در این مواقع به مشاورین اجتماعی مراجعه کنید. آدرس های تماس با این مشاورین اجتماعی را در اداره استانداری اوبراسترایش می توانید پیدا کنید.

## آدرس ها

---

- E-Control  
[www.e-control.at](http://www.e-control.at)

- Gebühren Info Service (GIS)  
[www.orf-gis.at](http://www.orf-gis.at)
- Mietervereinigung Oberösterreich  
Noßbergerstraße  
4020 Linz  
<https://mietervereinigung.at/>

- Verein Wohnplattform  
Harrachstraße 54  
4020 Linz  
<http://www.verein-wohnplattform.at/>

Sozialberatungsstellen

- Land Oberösterreich, Abteilung Soziales  
<https://www.land-oberoesterreich.gv.at/25569.htm>

- Caritas OÖ
- Kapuzinerstraße 84
- 4020 Linz  
[www.caritas-linz.at](http://www.caritas-linz.at)

- maiz- Autonomes Zentrum von und für Migrantinnen

Hofgasse 11, 4020 Linz

[www.maiz.at](http://www.maiz.at)

- migrare

Humboldtstraße 49

4020 Linz

<http://www.migrare.at/>

- SOS Menschenrechte

Rudolfstraße 64, 4040 Linz

[www.sos.at](http://www.sos.at)

- Volkshilfe OÖ

- Glimpfingerstraße 48

- 4020 Linz

[www.volkshilfe-ooe.at](http://www.volkshilfe-ooe.at)

## راه ها و حمل و نقل

روزانه در اتریش حدود ۴۰۰ هزار راه در اتریش با استفاده از وسایل نقلیه عمومی تحت پوشش قرار می گیرند. کسی که با اتوبوس یا قطار در شهر رفت و آمد میکند، اغلب سریعتر از کسی که با ماشین شخصی سفر میکند به مقصد می رسد. وسایل حمل و نقل عمومی در اتریش بصورت خیلی خوبی ساخته شده اند و شما را با اطمینان خاطر به مقصدتان میرسانند. در هنگام سوار شدن در همه وسایل نقلیه عمومی خیلی مهم است که یک بلیط معتب داشته باشید، در غیر اینصورت جریمه سنگینی خواهید شد. بلیط را می توانید با از قبل، آنلاین و اینترنتی یا داخل ایستگاه ها خریداری کنید. دانش آموزان در اتریش در فصل مدارس نیازی به پرداخت هزینه های بلیط وسایل نقلیه ندارند و می توانند بصورت رایگان از آنها استفاده کنند. برای اطلاع از تعرفه های مربوط به حمل و نقل عمومی می توانید از سازمان حمل و نقل عمومی در اوبراسترایش پرس و جو کنید. در شهر لینز هم اداره استانداری اوبراسترایش در قسمت حمل و نقل مسوول پاسخگویی به سوالاتتان در این زمینه است. در سایت اینترنتی سازمان حمل و نقل عمومی اتریش .... می توانید بلیط سفر خود را بصورت آنلاین از قبل خریداری کنید و در این سایت می توانید ساعت حرکت اتوبوس یا قطار برای مقصد موردنظرتان را هم پیدا کنید .

بزرگترین شرکت های ارائه دهنده خدمات مسافرتی در اتریش ÖBB با سایت اینترنتی [www.oebb.at](http://www.oebb.at) و Westbahn با سایت [www.westbahn.at](http://www.westbahn.at) هستند. اطلاعات بیشتر و همچنین پیشنهادهای دیگر را در اینترنت می بینید.

## قوانین و نظم رفت و آمد در خیابان ها

سازمان هماهنگی رفت و آمد جاده ها و خیابان ها در اتریش (StVO 1960) مسوول قانونگذاری برای خیابانها و وسایل حمل و نقل عمومی است. این قوانین برای تمام کسانی که به هر عنوان مثلا افراد پیاده، سواره، دوچرخه سوار یا راننده ها که در خیابانها تردد دارند معتبر است. تمامی این قوانین و مقررات را می توانید در سایت اینترنتی این اداره که در پایین آمده مشاهده کنید.

- Land Oberösterreich, Abteilung Verkehr  
<https://www.land-oberoesterreich.gv.at/155.htm>  
<https://www.land-oberoesterreich.gv.at/60632.htm>
- Oberösterreichischer Verkehrsverbund  
<http://www.ooevv.at>
- ÖBB Österreichische Bundesbahnen  
[www.oebb.at](http://www.oebb.at)
- WESTbahn  
[www.westbahn.at](http://www.westbahn.at)

## زندگی در کنار هم

### برابری و تساوی حق و حقوق برای همه

در اتریش تمامی شهروندان دارای حقوق شهروندی یکسان هستند. همچنین مردان و زنان در اتریش حقوق برابری دارند و بطور مثال هر دو حق دارند که در ادارات هر شغلی داشته باشند. در اتریش قاعده زندگی مشترک برای زن و شوهر به این معناست که هر دو باید با هم در همه امور خانه مشارکت داشته باشند و هر دو حقوق و وظایف برابری دارند. این بدان معناست که هم زن و هم مرد باید وظایفی مثل تربیت فرزندان، انجام کارهای خانه و تقسیم هزینه های زندگی را برعهده بگیرند. وقتی یک زن سر کار نمی رود، مثلاً به این علت که دوست دارد خانه داری کند و از بچه ها مراقبت کند، به این معنا نیست که دیگر اجازه مشارکت بیشتر را ندارد. حقوق برابر به این معنا هم هست که بطور مثال مردان هم خانه را تمیز کنند و آشپزی هم بکنند.

تحقیر و یا توهین کردن، و یا قضاوت کردن افراد به دلایل اعتقادات، تفاوت نژاد، گرایش های جنسی، معلولیت یا جنسیت آنها، در اتریش ممنوع و غیرقانونی می باشد. چنانچه شما با چنین موارد تبعیضی روبرو شدید، حتماً با مراکز مبارزه با تبعیض در اوبراسترایش یا سازمان حمایت از بشر تماس برقرار کنید. همچنین در اتریش سازمانها و انجمن هایی وجود دارند که به مهاجران در همه زمینه ها مشاوره میدهند و به آنها کمک میکنند.

### زن و شوهر و زندگی مشترک

در اتریش مدل های مختلفی از زندگی مشترک وجود دارد. زنان و مردان می توانند به خواست خود همسرشان را انتخاب کنند. اغلب در اتریش زن و مرد با هم ازدواج میکنند و با یک یا تعداد بیشتری فرزند یا هم زندگی می کنند. اما خانواده هایی هم وجود دارند که



هیچ فرزندی ندارند. همچنین خانواده هایی هم وجود دارند که زن و مرد با هم ازدواج نکرده اند و همراه با فرزندشان با هم زندگی میکنند. افرادی وجود دارند که طلاق گرفته اند و از همسر قبلی شان جدا شده اند و با یک همسر جدید دوباره ازدواج میکنند. همچنین خانواده هایی هم وجود دارند که دو مرد یا دو زن با یکدیگر زندگی میکنند. عشق بین افراد همجنس در اتریش مطابق با قانون شناخته شده است و از طرف اکثریت مردم پذیرفته شده است. سازمان HOSI در لینز یک سازمان حمایت از افراد همجنسگرا است که برای پذیرش و مقبولیت این گروه از جامعه فعالیت میکند. شرایط و امکانات مشاوره ای خوبی در این سازمان وجود دارد که افراد با گرایش های یکسان می توانند با همدیگر ملاقات کنند. اطلاعات بیشتر در سایت اینترنتی [www.hosilinz.at](http://www.hosilinz.at) وجود دارد.

از تاریخ ۱.۱.۲۰۱۰ زوج های همجنس در اوبراسترایش اجازه ازدواج رسمی دارند. ازدواج رسمی بین دو فرد بالغ با گرایش جنسی یکسان امکانپذیر است. اطلاعات بیشتر را می توانید در سایت اینترنتی زیر ببینید: [www.partnerschaftsgesetz.at](http://www.partnerschaftsgesetz.at)

## همراه با هم در یک منطقه

خیلی از افراد در اوبراسترایش بخصوص در نواحی غیر شهری در اوقات فراغتشان در یک انجمن یا گروه فعال هستند. این انجمن یا گروه می تواند یک گروه ورزشی، یک گروه موسیقی، کمک داوطلبانه به آتش نشانی، سازمانهای کمک به کودکان و نوجوانان یا یک گروه ملاقات بین زنان و مردان باشد. در خیلی از شهرها، مهاجران هم گروه هایی را برای خودشان تاسیس کرده اند. در محل سکونت تان در مورد این گروه ها و انجمن ها پرس و جو کنید و در صورت امکان خودتان هم در آنها شرکت کنید. همچنین علاوه بر اینها از طرف استان اوبراسترایش هم امکاناتی برای اوقات فراغت افراد فراهم شده است: در کنار موزه ها، تئاتر و اوپرا، امکانات زیاد دیگری هم وجود دارند که افراد می توانند ورزش کنند، از طبیعت لذت ببرند یا در فعالیت های داوطلبانه شرکت کنند. اطلاعات کامل در این زمینه ها در سایت [www.ulf-ooe.at](http://www.ulf-ooe.at) موجود است.

در اوبراسترایش موزه ها و نمایشگاه های مختلف زیادی وجود دارند. نمایشگاه هایی از هنرهای تصویری در مورد نقاشی و عکسبرداری تا طراحی، طبیعت و تکنولوژی. از اطرافیان تان در مورد اینکه در کجاها در اطراف محل سکونت تان موزه ها یا نمایشگاه وجود دارد پرس و جو کنید، این همچنین یک فرصت خیلی خوب است که با اطرافیان تان در تماس باشید و با آنها صحبت کنید. چنانچه شما به هنر و فرهنگ علاقمند هستید، می توانید اطلاعات بیشتر را در سایت [www.kunsthunger-ooe.at](http://www.kunsthunger-ooe.at) بیابید و همچنین تخفیف هایی که ممکن است برای شما وجود داشته باشد را پیدا کنید. یک دفترچه فرهنگی (Kulturpass) یک مدرکی است که برای افراد با درآمد پایین صادر می شود و با آن می توان بصورت رایگان یا با هزینه کمتری موزه ها، نمایشگاه ها، تئاتر ها و کنسرت ها را ملاقات کرد.

## زندگی مشترک در یک خانه یا مجتمع مسکونی

وقتی تعداد افراد مختلف زیادی در یک خانه در کنار یکدیگر زندگی میکنند، باید قوانین و مقرراتی وجود داشته باشند که افراد بتوانند بخوبی در کنار هم زندگی کنند. در همه مجتمع های مسکونی یک تابلو بزرگ که مقررات ساختمان در آن نوشته شده است وجود دارد که در آن مهمترین نکات نوشته شده است. این تابلو معمولا در یک مکان مرکزی ساختمان مثلا جلو در ورودی نصب شده است و همه افراد باید آن را بخوانند. در خیلی از خانه ها هم تابلوی اعلاناتی وجود دارد که بر روی آن هم اطلاعات به روزی از طرف صاحب خانه برای مستاجر ها وجود دارد. به همه این تابلوها توجه داشته باشید و اعلامیه ها را بخوانید که احتمالا چیز مهمی را از دست ندهید!

علاوه بر آن، دسته ای از راهنمایی های با ارزشی برای زندگی مشترک در کنار هم وجود دارند که زندگی جمعی را برای افراد آسانتر میکند:

- اگر به یک خانه جدید نقل مکان کرده اید، یک فکر خیلی خوب این است که خودتان را به همسایه های جدیدتان معرفی کنید. این یک موقعیت خوبی برای شروع صحبت و آشنایی با آنها است.

- چنانچه شما شب مهمان دارید، از قبل با همسایه های تان صحبت کنید و از آنها در مورد سروصدای احتمالی عذرخواهی کنید. بخصوص باید توجه داشته باشید که در طول هفته به هیچ عنوان برای همسایگان تان مزاحمت ایجاد نکنید. از ساعت ۲۲ تا ۶ صبح ساعت آرامش و خاموشی است.
- بخصوص در فصل تابستان همه همسایه ها از حیاط و وسایل بازی برای بچه ها بطور مشترک استفاده میکنند و همه باید توجه داشته باشند که در شب سروصدا و مزاحمت برای دیگران ایجاد نکنند .
- بعضی از همسایه های تان احتمالا در شب به آرامش نیاز دارند چون در روز بعد باید صبح زود از خواب بیدار شوند .

وقتی که محل های مشترک بین همسایگان مثل حیاط، راه پله ها و محل بازی بچه ها تمیز و مرتب باشد، همه حس خوبی خواهند داشت و بخوبی در کنار هم زندگی خواهند کرد. توجه داشته باشید که در راه پله ها هیچ کفش، هیچ لوازم خانه یا اسباب بازی قرار ندهید و زباله ها را خارج از زمان موعود در بیرون نگذارید و زباله ها را در واقع در محل های مناسب و از پیش تعیین شده برای آنها قرار دهید. وقتی که همه افراد برای تمیزی ساختمان تلاش کنند دیگری نیازی به آمدن یک شرکت برای تمیز کردن ساختمان نخواهد بود و همه اعضای خانه از پرداخت پول معاف می شوند!

## آدرس ها

- Antidiskriminierungsstelle Land OÖ  
Landhausplatz 1  
4021 Linz  
<https://www.land-oberoesterreich.gv.at/antidiskriminierung.htm>
- Ehrenamtliche Arbeit in OÖ  
<http://www.ulf-ooe.at>  
[www.zusammen-helfen.at](http://www.zusammen-helfen.at)
- Eingetragene Partnerschaft  
[www.partnerschaftsgesetz.at](http://www.partnerschaftsgesetz.at)
- Gleichbehandlungsanwaltschaft  
<http://www.gleichbehandlungsanwaltschaft.at/>
- HOSI Linz  
Goethestraße 51  
4020 Linz  
[www.hosilinz.at](http://www.hosilinz.at)
- Hunger auf Kunst und Kultur  
<https://sozialplattform.at/kulturpass.html>  
[www.kunsthunger-ooe.at](http://www.kunsthunger-ooe.at)
- Museen in Österreich  
[www.museum.at](http://www.museum.at)