



## KONTAKTINFORMASJON

**MiRA-Senteret**  
Besøksadresse: Storgata 38 (4. etg.)  
Postadresse: PB 1749 Vika, NO-0121 Oslo

Telefon: 22 11 69 20  
Faks: 22 36 40 19  
E-post: [post@mirasenteret.no](mailto:post@mirasenteret.no)

Besøk oss på internett:  
[www.mirasenteret.no](http://www.mirasenteret.no)  
[www.facebook.com/mira.senteret](https://www.facebook.com/mira.senteret)

### Kontaktinformasjon på arabisk:

**MiRA**  
**Ressurscenter for innvandrere- og flyktningkvinner**  
**Postboks 1749 Vika, 0121 OSLO**

رقم الهاتف : 22 11 69 20  
رقم الفاكس : 22 36 40 19

البريد الإلكتروني : [post@mirasenteret.no](mailto:post@mirasenteret.no)  
عنواننا علي «انترنت» : [www.mirasenteret.no](http://www.mirasenteret.no)

### Kontaktinformasjon på farsi/persisk:

کاتون کمک رسائی و امداد برای مهاجرین و پناهندگان زن  
MiRA Ressurscenter for innvandrere- og flyktninger  
Postboks 1749 Vika, 0121 Oslo  
Tlf.: 22 11 69 20  
Fax: 22 36 40 19  
E-mail: [post@mirasenteret.no](mailto:post@mirasenteret.no)  
نشانی ما در اینترنت: [www.mirasenteret.no](http://www.mirasenteret.no)

### Kontaktinformasjon på urdu:

دیگر ممالک سے یہاں آکر بسنے والی عورتوں اور بچوں کے لئے MiRA مرکز بہبود  
MiRA Ressurscenter for innvandrere- og flyktningkvinner  
Postboks 1749 Vika, 0121 Oslo  
Tlf.: 22 11 69 20  
Fax: 22 36 40 19  
E-mail: [Post@mirasenteret.no](mailto:Post@mirasenteret.no)  
[www.mirasenteret.no](http://www.mirasenteret.no)

## نساء مجتمع الاقليات في النرويج

يعمل مركز «ميرا» MiRA-Senteret على تحقيق المساواة والحقوق القانونية للمهاجرات وطالبات اللجوء والشابات اللواتي لديهن خلفيات اقلية

يريد مركز «ميرا» لكفاءات المهاجرات وطالبات اللجوء (MiRA-Senteret) ان يلفت نظر المجتمع النرويجي الى المهاجرات وطالبات اللجوء والشابات اللواتي لديهن خلفيات اقلية. ونريد ان نظهرها لاولاً للنساء في المجتمع كافراد بخلفيات وتاريخ وخبرات وكفاءات متعددة. ويعمل مركز «ميرا» لمعالجة القضايا المتعلقة بمساواة نساء مجتمع الاقليات في النرويج. ونحاول خلال المساعدات القانونية واجراءات الاعلان ورفع الادراك وخلق الشبكات والمبادرات السياسية بالاضافة للنشاطات الثقافية والاجتماعية ان نحسن اوضاع نساء مجتمع الاقليات في النرويج.

### المساعدات والنصائح في حالة الطوارئ

من احدى اهم واجباتنا هي تقديم النصائح والارشادات الى نساء وشابات مجتمع الاقليات بالنسبة لحقوقهن وامكانياتهن وواجباتهن في المجتمع النرويجي. ونساعدهن على تدبير المشاكل الاقتصادية والازمات الزوجية والتناقضات بين الاجيال والمشاكل المتعلقة بالاقامة الخ. وتقوم النساء ذوات الخبرات والخلفيات المناسبة باعطاء النصائح والمساعدات الطارئة. يمكنك ان تتصلي بنا على رقم الهاتف التالي 22 11 69 20 او على العنوان التالي [krisehjelp@mirasenteret.no](mailto:krisehjelp@mirasenteret.no)

### مكان لاجتماع الشابات

لدى مركز «ميرا» شبكة خاصة للشابات اللواتي لديهن خلفيات اقلية حيث تجتمع الشابات لمناقشة الامور التي تهمهن وانطلاقاً من افكارهن. وكذلك نقدم النصائح والارشادات في الامور المتناقضة. يمكنك ان تتصلي بنا عندما تريد ان تتحدثي مع شخص وان تتصلي على النصائح والارشادات في ازمة ما او عندما تريد توسيع شبكتك الاجتماعية.

نحن نعرض المساعدات والنصائح المتعلقة بـ:

- \* التناقضات بين الاجيال
- \* اختيار التعليم المناسب
- \* مشاكل بالبيت او المدرسة
- \* الشؤون القانونية
- \* الحقوق المتعلقة بالزواج او الطلاق
- \* المشاكل العنصرية

ونحن نخدم طبعاً الى قانون حفظ السر المهني. واذا اردت ان تقابلي الشابات الاخريات اللواتي لديهن خلفيات اقلية او ان تشاركي في دورات تعليمية او اجتماعات للمناقشة، فبإمكانك ان تسجلي اسمك في شبكة مركز «ميرا» للشابات. والتسجيل والحصول على المعلومات عن مركز «ميرا» مجانياً. ويمكنك ان تتصلي بنا على رقم الهاتف 22 11 69 20 او على العنوان التالي [ungejenter@mirasenteret.no](mailto:ungejenter@mirasenteret.no)

### العنف ضد النساء

ان العنف هو هجوم على سلامة الفرد الجسدية والعقلية. ومن الممكن ان تكون بعض نتائج الاساءة والعنف، بالاضافة للاضرار الجسدية، مثلاً الانعزال وفقد احترام النفس/الثقة بالنفس والشعور بالذنب او بالعار والشعور بفقد السيطرة على الحياة. وتتعرض النساء من كل فئات المجتمع وكل الحضارات في النرويج الى الاساءة والعنف. وليس من المفروض ان تعاني من ذلك بمفردك، فسوف تتحدثي عنه مع نساء

اخريات او تتصلي بنا لكي تتصلي على المساعدة.

### يتم الزواج الاجباري في النرويج ايضا

يتم الزواج الاجباري والزواج المرتب ايضاً في النرويج. والزواج الاجباري ممنوع قانونياً. ان الزواج الاجباري هو ان يتم الزواج عن طريق اختيار الوالدين/الاهل زوج/زوجة ارغام الابنة/الابن بالزواج - وهذا اما باستخدام العنف بصورة مباشرة او غير مباشرة، او التهديد بالعنف او بنتائج خطيرة اخرى، ومن الممكن الغاء مثل هذا الزواج وبذلك يعتبر باطلاً ولكن الزواج المرتب، والذي هو شيء عادي في مجموعات كثيرة، فانه مسموح به.

### الطهور/تعطيل الاعضاء الجنسية للنساء

يشمل الطهور الانثوي كل انواع العمليات حيث يتم ازالة اعضاء التناسل الظاهرة للمرأة بشكل كامل او جزئي او التي تؤدي الى اضرار اخرى في اعضاء تناسل المرأة. وهذا النوع من العمليات يرتبط بتقاليد عميقة الجذور وذات اساس ثقافي وله نتائج صحية خطيرة بالنسبة للبنات والنساء. ويناقض هذا التقليد الحقوق الانسانية المعترفة بها بشكل عام، مثلاً حق السلامة الشخصية وحق اكتمال الصحة الجسدية والعقلية. فالطهور الانثوي غير مقبول اطلاقاً لأن هذه العادة تهجم على السلامة الجسدية والعقلية الجنسية للبنات والنساء وتمثل عنفاً ضدهن. والطهور الانثوي ممنوع قانونياً في النرويج.

### MiRA Forum for minoritetskvinner

هذا اسم مجلتنا التي ننشرها مرتين في سنة. وتتناول المواضيع المتعلقة باوضاع نساء مجتمع الاقليات اليوم. وترحب المحررات بمقالات للمجلة، فنريد ان تكون صوتاً لأرائك وافكارك. وضمن الاشتراك السنوي هو مئة كرونة للفرد او ثلاثمئة كرونة للمؤسسات، فمن الممكن ان تطلبي المجلة عن طريق دفع المبلغ المناسب الى الحساب رقم 1607 55 52665 وتكتبي « Ny abonnent » على الجيرو.

وينظم مركز «ميرا» ايضاً مداورات ومناقشات ولنساء مجتمع الاقليات، ونقوم بتنظيم شبكات اتصالات محلية وقومية، ونقوم ايضاً بدورات دراسية واسعة مثلاً في الرقص والصحة وتخفيف الضغوط النفسية. وننظم احتفالات ثقافية ومجموعات محادثة بالنسبة لنساء مجتمع الاقليات اللواتي لديهن ظروف صعبة. محاضرات مركز «ميرا» يقمن بمحاضرات عديدة في كل انحاء البلاد. فعليك الاتصال بنا اذا اردت استخدام مواردنا.

ونحن نرغب في ان يكون المركز جسراً بين نساء مجتمع الاقليات والمجتمع الكبير واعطاء المرأة القوة للمشاركة في المداورات الاجتماعية. وتعمل على مجتمع غني ومتساو فيه افراد من اجناس وخلفيات وثقافات متعددة. ان مواردنا الاقتصادية محدودة ولكننا نأمل في ان يستطيع مركز «ميرا» من بناء جسر بين الافراد والجماعات والمؤسسات في المجتمع النرويجي.



M i R A

