

steps

The multi-cultural newspaper for neighbourly  
togetherness in the Idstein area



Issue No. 3, May 2022

Arabic translation

# ملخص عربي

## Impressum

steps

Multicultural magazine for neighbourly togetherness  
for immigrants and all of us in Idsteiner Land and the surrounding area

*V.i.S.d.P. and publisher:*

Executive Board of Flüchtlings- und Integrationshilfe Idstein e.V. (FHI e.V.),  
VR 6984 (AG Wiesbaden), tax number 004 250 58267

Ferdinand-Abt-Str. 1, 65510 Idstein, represented by Monika Wolff.

www.fluechtlingshilfe-idstein-ev.de, e-mail: fluechtlingshilfeidstein@gmx.de

*Editorial & Layout:* Ahmad Aldahik (aa), Steffi Bobrowski (sbo), Hans-Peter Buscher (hpb)

*E-mail:* redaktion@steps-fhi-ev.de, *Website:* steps-fhi-ev.de

*Photos:* All pictures not marked separately with source reference © steps

*Illustrations:* Steffi Bobrowski

*Printing:* VRM Service GmbH & Co. KG, Erich-Dombrowski-Str. 2, 55127 Mainz, Germany

*Circulation:* 8,200 copies



الحرب في أوروبا / الهجوم الروسي على أوكرانيا

نكرس هذا الموضوع للاجئين الأوكرانيين وعائلاتهم الذين يقيمون في وطنهم ويدافعون عن حرية بلدهم وكذلك حرية أوروبا. وبالتالي فإن المعلومات حول هذا هي أيضا موضوعنا الأول.

نريد وضع جميع مقالات هذا العدد على الإنترنت على موقعنا بترجمة باللغة الإنجليزية وكذلك في النسخة الأوكرانية

(<https://steps-fhi-ev.de/steps-sendungen>)

يمكن العثور على الملخص باللغة العبية هنا:

#### الصفحة 4-5

الحرب الأهلية في إثيوبيا ، دكتاتورية في إريتريا

في تيغراي ، تقايل الجبهة الشعبية لتحرير تيغراي ضد الحكومة المركزية. منذ ضم منطقة جوندرا عام 1994 ، اندلع صراع على الإقليم الإثيوبي ، تصاعد إلى حرب أهلية دامية عام 2021. قُتل ألف الأشخاص واضطر الكثيرون إلى الفرار. الملايين من الناس معرضون لخطر المجاعة.

حكم الدكتور أسياس أفورقي إريتريا منذ عام 1993. تدفع الخدمة العسكرية الإجبارية والانتهاكات الجسيمة لحقوق الإنسان العديد من الشباب إلى الخارج. لا توجد صحافة حرة.

كما أن معاهدة السلام مع إثيوبيا لم تحقق أي تحسن ملحوظ.

#### الصفحة 6

الهروب من إثيوبيا - لأنها تحدثت عن رأيا

ك ، شابة من أديس أبابا ، تعيش في ألمانيا منذ عام 2010.

تصف سبب قدومها إلى هنا وماذا حدث لها هنا.

لقد فرت من وطنها لأنها وزعت منشورات من قبل معارضي الحكومة.

تمكنت فقط من خلال صلات والدها من تجنب السجن ، لكنها أجبرت على مغادرة إثيوبيا.

#### الصفحة 7

أفغانستان: الوطن الأول ، ألمانيا الثانية بالفعل

وايس معارج من أفغانستان وهو موجود في ألمانيا منذ 2013. متزوج وله ولدان ويعمل في أحد البنوك.

يصف بعض الاختلافات الثقافية مثل عادات التحية والأكل والالتزام بالمواعيد وتحديات اللغة الألمانية.

#### الصفحة 8-10

العمل التطوعي: التاغل في Taunusstein ، die Hospitbewegung, Integrationslotsen

تقرير: Roswitha Kaczmarczyk und Melanie Weber

عمل التطوعين في التاغل في Taunusstein.

يوفر التاغل الطعام للأشخاص بميرانية محددة. كما أنهم يضمنون عدم التخلص من المواد الغذائية التي لم تعد معروضة للبيع ولكنها لا تزال في حالة جيدة، بل يتم جمعها من محلات السوبر ماركت.

المتطوعون مشغولون في الجمع والتوزيع.

توجد لوجتان في منطقة Rheingau-Taunus

(في Taunusstein وفي Idstein).

يشرح موظفين الاندماج طبيعة عملهم.

ترافق Hospizbewegung Idsteiner Land الأشخاص المصابين بأمراض خطيرة والمحتضرين في رحلتهم الأخيرة وتساعد الأقارب المكولمين.

كما أنه يساعد على إنشاء وصايا حية وتوكيلات قانونية.

ما زلنا نبحث عن متطوعين الذين يمكنهم دعم المرضى الذين لديهم خلفية مهاجرة بلغتهم الأم.

هل ترغب في Hospizbewegung؟ نحن سعداء بكل عضو جديدا الحد الأدنى للاشتراك الشهري 2 يورو.

هل ترغب في الاستفادة من خدمة Hospizbewegung؟ هل تحتاج إلى مساعدة أو نصيحة؟ هذا ممكن في أي وقت!

#### الصفحة 11

ثقافة ومعرفة

يصادف يوم الأحد الثاني من شهر مايو من كل عام عيد الأم لتكريم وشكر الأمهات.

عطلة عيد الصعود المسيحية هي أيضا عيد الأب في ألمانيا. يحب الآباء استخدامه للالتقاء بحدون عائلاتهم والقيام بشيء ما مع الرجال الآخرين.

خردل اللوم هو بهار وعشب طبي تنبعث منه رائحة خفيفة تشبه إلى حد ما اللوم. يمكنك العثور عليهم في كثير من الأحيان على جوانب الطرقات.

#### صفحة 12 - 13

الصحة: COVID و PIMS

كورونا مع التعب وأمراض مختلفة. إنه يمثل عبئا نفسيا قويا ولا يوجد علاج فعال. أفضل طريقة للوقاية من العدوى هي التطعيم.

PIMS هو مرض خطير في مرحلة الطفولة يمكن أن يحدث نتيجة لعدوى SARS-CoV-2. إذا حدث حمى شديدة فجأة ، فعليك التفكير في الأمر اليوم - حتى لو كان COVID خفيفا فقط أو لم يتم التعرف عليه على الإطلاق. إذا ترك المرض دون علاج ، فإنه غالبا ما يكون قاتلا.

هل يجب تطعيم الأطفال ضد COVID-19؟

الأطفال معرضون لخطر الإصابة بـ PIMS المتأخرة و COVID الطويل. كما أنها مصدر للعدوى للأشخاص الضعفاء الذين يمكن أن يصابوا بأمراض خطيرة. من ناحية أخرى ، فإن لقاح COVID أقل خطورة بكثير.

لذلك ينصح العلماء بالتطعيم من سن 5 سنوات.

#### صفحة 14 - 15

تعلم اللغة الألمانية والمزيد من التحريب للنساء

يشرح Rüdiger Zimmerann بعض الصعوبات التي تواجه اللغة الألمانية.

لدى Ildikó Szelecz دورات جديدة في برنامج "المرأة تتقدم".

#### الصفحة 16

صفحة الأطفال

يوصي المحررون بكتاب مضحك للأطفال: اليوم الذي حطمت فيه الجدة الإنترنت.

#### الصفحة 17

أخبار

حدث الطبخ الفارسي في مايو في Taunusstein لصالح حول توفير الطاقة، منحة للتخرج من المدرسة، البحث عن أجهزة الكمبيوتر المحمولة وأجهزة الكمبيوتر القديمة.

ومن يمكنه دعم FHI كسائق؟

#### صفحة 18 - 19

نصائح: العقود:

يتم توقيع العقد بسرعة - فالغالب أو التراجع عنه ليس بالأمر السهل. لهذا السبب عليك توخي الحذر قبل التوقيع على أي شيء:

▶ لا توقع على أي شيء على باب المنزل أو في الشارع!

▶ لا توقع أي عقود لا تفهمها. اقرأ التفاصيل الدقيقة!

▶ قارن العروض واقرا ما يقوله الآخرون عن مقدمي الخدمة.

▶ كن حذرا فيما يتعلق بمعلوماتك ، خاصة عند الدفع عبر الإنترنت.

إذا كانت لديك مشكلات ، فيمكنك أيضا الحصول على مساعدة من مركز استشارات المستهلك:

[www.Verbraucherzentrale-hessen.de](http://www.Verbraucherzentrale-hessen.de)

مشكلة القمامة

هناك الكثير من القمامة المتناثرة في الشوارع والأرصفة والمتنزهات والأحياء وحتى في الغابة. على ما يبدو ، يعتقد أيضا بعض أصحاب الكلاب أنه يمكنك ترك فضلات كلابهم في مكانه

نرحب بأفكار حول كيفية معالجة هذه المشكلة المتنامية وكيفية الحد من إلقاء القمامة في الأماكن العامة!

#### صفحة 20 - 21

المطبخ السوري: وصفتين من الكوسا محشي ومقبلات لذخة

كوسا المحشي وشيخ المحشي والحمص بالطبخة والتبولة

#### الصفحة 22:

دعابة:

إليك بعض النكات حول "Fritzen" (den kleinen Fritz) إنه موجود في جميع أنحاء العالم ، ولكنه بمسميات مختلفة. في روسيا ، على سبيل المثال ، "فوفوتشكا" ، فلاديمير الصغير ...

وبس معارج يروي حكاية مضحكة من أفغانستان.

#### الصفحة 24:

أغبار: كلمات المتقاطعة