

د ټولني او ونډه لرونکي تازه کول

20 سپتمبر 2021

تیره اونۍ د نیوزیلینډ سره صلیب د نیوزی لینډ کډوالۍ لخوا و غوښتل شول چې اضافي اړین توکي چمتو کړي ترڅو د بي ځایه شویو سره مرسته وکړي. دا توکي زموږ د افغانستان بشردوستانه بحران اېپل له لارې د خلکو لخوا ترلاسه شوي بسپنو له لارې پیروود شوي.

د NZRC او د افغان ټولني مشرانو د 10 سپتمبر په 2021 کې سره ولیدل ترڅو د ټولني لومړیتوبونو او اندیښنو په اړه بحث وکړي. تازه معلومات د دې لخوا ورکړل شوي:

- راجل او کونر ، د نیوزیلینډ سره صلیب د مهاجرت عمومي مدیر
- کلیر سپیډي ، د افغانستان غبرگون پروژې مشر
- رضا نایل ، د نیوزیلینډ سره صلیب د مهاجرت مشورتي ګروپ غړی (MAG)
- حسن ، د نیوزیلینډ د مهاجرینو ملي اتحادیې غړی (NZNRA)

مهرباني وکړئ له اګلیلو هېټیګور غیس سره په aklilu.h@redcross.org.nz اړیکه ونیسئ که تاسو غواړئ په راتلونکي ناسته کې برخه واخلي.

موږ به د چهارشنبه په ورځ د سپتمبر په 22 د ماښام له 5.30 - 6.30 څخه د فېسبوک بلې غونډې کوربه توب وکړو. دا ناسته به د فشار اداره کولو او په بحران کې د احساساتي پلوه ښه پاتي کیدو لارښوونو باندې تمرکز وکړي. دلته به د نیوزیلینډ سره صلیب او د مهاجرینو څخه د ژغورونکي نیوزی لینډ (RASNZ) وینا کونکي وي. دري ژباړه به ورکړل شي.

موضوعات:

- د فشار درک او پیژندل
- د فشار کمولو او هوساینې ښه کولو لپاره لارښوونې او تخنیکونه
- د بحران په وختونو کې د احساساتي هوساینې ساتل او بحالول

<https://www.facebook.com/NewZealandRedCross>

د هر هغه چا لپاره چې د فېسبوک پخوانۍ پېښې له لاسه ورکړي-تاسو کولی شئ زموږ په ویب پاڼه کې د ویدیو ثبت کول یا لینکونه ومومئ: redcross.org.nz/stories/overseas/afghanistan-humanitarian-crisis

RASNZ به د افغان کورنیو لپاره د رواني روغتیا ملاتړ وپېښار کوربه توب د شنبه په ورځ د سپتمبر په 25 د ماسپین له 12:00 - 1:00 څخه. تاسو کولی شئ د دې لینک په کارولو سره دمخه راجسټر شئ:

RASNZ: د بحران په وخت کې د افغان کورنیو ملاتړ لپاره یوه صدمه او کلتوري خبرتیا

وروستي تازه خبرونه

- د دوشنبې په ورځ د سپتمبر ۱۳، ملګرو ملتونو يادونه وکړه چې په راتلونکو مياشتو کې له افغان ملکي وګړو سره د مرستې لپاره ۱ ميليارده ډالر ژمنه شوې. دا د ملګرو ملتونو لخوا د برياً په توګه بيان شوی او له هغه څه هاخوا چې دوی يې تمه درلوده - الجزيرې.
- د کډوالۍ وزير تيره اونی وويل چې د نيوزيلينډ حکومت به د اضافي بشردوستانه مهاجرو داخلېدو امکان وګوري. هيڅ تضمين شتون نلري چې دوی به ډير خلک ونيسي، په هر صورت دوی لاهم پدې غور کوي - د NZ پارلمان.

هوساينه ، مشورې او ملاتړ خدمات

مور پوهيرو چې دا زمور د افغاني ټولنو لپاره يو په زړه پوری وخت دی چې دلته په آوتيروا نيوزيلينډ کې دی. د قومي ټولنو وزارت د ټولني سرچينو ليست ترتيب کړی چيرې چې افراد او کورنی کولی شي مسلکي ملاتړ وغواړي:

<https://www.ethniccommunities.govt.nz/news/counselling-and-other-support-services-for-afghan-communities-in-aotearoa>

که تاسو د فشار ، اندينېني يا اضطراب احساس کوئ تاسو به ځيني اضافي سرچيني او لارښووني ومومئ ترڅو د هرچا سره د ځان او نورو ساتلو کې مرسته وکړي دلته:

- د رواني روغتيا لارښوونې او د تنفس تمرينات: rasnz.co.nz/mental-health-tips-2
- د هوسايني لارښوونې: mentalhealth.org.nz/getting-through-together/wellbeing-tips
- د هوسايني پنځه لارې: mentalhealth.org.nz/five-ways-to-wellbeing

که په افغانستان کې د کورنی له غړو سره اړیکې پرې شوي وي

د دې آنلاین فارم له لارې يا د برينناليک له لارې د کورنی لينکونو بيا رغولو ټيم سره اړیکه ونيسئ familylinks@redcross.org.nz او مور به ژر تر ژره ځواب ووايو.

مهرباني وکړئ په ياد ولرئ: مور نشو کولی د ويزې غوښتنليکونو کې مرسته وکړو يا نيوزی لينډ ته د کورنی غړي راوستلو اجازه لپاره مستقيم کډوالی نيوزی لينډ ته وکالت وکړو. مهرباني وکړئ مور ته حساس شخصي معلومات او اسناد مه ليرئ پرته لدې چې مشوره ورکړل شي.