

خدمات وموارد أخرى في المجتمع المحلي

التغذية وبنوك الطعام

الخدمات الصحية

خدمات إجتماعية،  
ونفسية وسلوكية

التعليم

رعاية الأطفال

برامج للعائلة  
وتربية الأطفال

فترة الحمل  
والأطفال الرضع

منظمة أوتاوا لتقديم الخدمات للمهاجرين الجدد في المجتمع المحلي  
**\*Ottawa Community Immigrant Services Organization**  
613-725-0202  
[www.ociso.org/En/](http://www.ociso.org/En/)

المكتبة العامة في أوتاوا  
**Ottawa Public Library**  
613-580-2940  
[www.biblioottawalibrary.ca](http://www.biblioottawalibrary.ca)

خط الهاتف لمساعدة الوالدين في منطقة شرق أونتاريو

**Parent Lifeline of Eastern Ontario**  
613-321-3211  
[www.pleo.on.ca](http://www.pleo.on.ca)

مركز شعوب الانويت الأصلية  
**Tungasuvvingat Inuit**  
(613) 565-5885  
<http://www.tungasuvvingatnuit.ca/>

\*مركز يوفيل  
**\*Youville Centre**  
613-231-5150  
[www.youvillecentre.org](http://www.youvillecentre.org)

مركز العائلات المفجوعة في أونتاريو - منطقة أوتاوا

**Bereaved Families of Ontario Ottawa Region**  
613-567-4278  
[www.bfo-ottawa.org](http://www.bfo-ottawa.org)

مجلس العلاقات بين الأديان في منطقة العاصمة أوتاوا  
**Capital Region Interfaith Council**  
[www.cricottawacirc.ca](http://www.cricottawacirc.ca)

\*جمعية حماية الأطفال  
**\*The Children's Aid Society**  
613-747-7800  
[www.casott.on.ca](http://www.casott.on.ca)

\*تحالف أوتاوا لمراكز الصحة والموارد في المجتمع المحلي  
**\*Coalition of Community Health and Resource Centres of Ottawa**  
[www.coalitionottawa.ca](http://www.coalitionottawa.ca)

\*مينواشين لودج  
**\*Minwaashin Lodge**  
613-741-5590  
خط الهاتف للحالات العاجلة:  
**Crisis line:**  
613-789-1141  
[www.minlodje.com](http://www.minlodje.com)

مركز المعلومات للقادمين الجدد

**Newcomer Information Centre**  
613-788-5001  
[www.ymcaywca.ca/Adults/newcomerservices/nic](http://www.ymcaywca.ca/Adults/newcomerservices/nic)

\*مركز أوداوا للصداقة  
**\*Odawa Friendship Centre**  
613-722-3811  
[www.odawa.on.ca](http://www.odawa.on.ca)

برنامج مستشار الغذاء في المجتمع المحلي - دائرة الصحة العامة في أوتاوا  
**Community Food Advisor Program**  
-Ottawa Public Health  
613-580-6755 x23574  
[www.ottawa.ca/en/residents/public-health/healthy-living/community-food-advisor-program](http://www.ottawa.ca/en/residents/public-health/healthy-living/community-food-advisor-program)

تناولوا الطعام الجيد، أونتاريو  
**Eat Right Ontario**  
1-877-510-5102  
[www.eatrightontario.ca](http://www.eatrightontario.ca)

صندوق الطعام الجيد  
**Good Food Box**  
613-860-6767  
[www.ottawagoodfoodbox.ca](http://www.ottawagoodfoodbox.ca)

بنك الطعام الكوشر - خدمات العائلة اليهودية في أوتاوا  
**Kosher Food Bank - Jewish**  
Family Services Ottawa  
613-722-2225  
[www.ifsottawa.com](http://www.ifsottawa.com)

استبيان NutriSTEP® للكشف عن مشاكل التغذية لدى الأطفال - دائرة الصحة العامة في أوتاوا  
**NutriSTEP® screening**  
-Ottawa Public Health  
613-580-6744  
[www.ottawa.ca/en/residents/public-health/nutristep](http://www.ottawa.ca/en/residents/public-health/nutristep)

بنك الطعام في أوتاوا  
**Ottawa Food Bank**  
613-745-7001  
[www.ottawafoodbank.ca](http://www.ottawafoodbank.ca)

بنك الطعام صدقة (حلال)  
**Sadaqa Food Bank (Halal)**  
613-680-5679  
[www.sadaqafoodbank.net](http://www.sadaqafoodbank.net)

برنامج الإبتسامات الصحية في أونتاريو - دائرة الصحة العامة في أوتاوا  
**Healthy Smiles Ontario**  
-Ottawa Public Health  
613-688-3979  
[www.ottawa.ca/dental](http://www.ottawa.ca/dental)

جمعية رعاية الأسنان في أوتاوا  
**Ottawa Dental Society**  
613-523-4185  
[www.ottawadentalsociety.org](http://www.ottawadentalsociety.org)

مركز الصحة الجنسية - دائرة الصحة العامة في أوتاوا  
**Sexual Health Centre**  
-Ottawa Public Health  
613-234-4641  
[www.ottawa.ca/en/residents/public-health/sexual-health/health-centre](http://www.ottawa.ca/en/residents/public-health/sexual-health/health-centre)

مركز الدعم لضحايا الاعتداء الجنسي  
**Sexual Assault Support Centre**  
613-234-2266  
[www.sascottawa.com](http://www.sascottawa.com)

خط الهاتف لخدمات الصحة في أونتاريو  
**Telehealth Ontario**  
1-866-797-0000  
[www.health.gov.on.ca/en/public/programs/telehealth/](http://www.health.gov.on.ca/en/public/programs/telehealth/)

\*مركز وابتو الصحي للسكان الأصليين  
**\*Wabano Centre for Aboriginal Health**  
613-748-5999  
[www.wabano.com](http://www.wabano.com)

جمعية السمع الكندية في أوتاوا  
**Canadian Hearing Society Ottawa**  
613-521-0509  
[www.chs.ca](http://www.chs.ca)

عيادة السمع في مستشفى الأطفال في منطقة شرق أونتاريو  
**CHEO Audiology Clinic at CHEO**  
613-737-7600  
[www.cheo.on.ca/En/audiology](http://www.cheo.on.ca/En/audiology)

برنامج التدخل المبكر للأشخاص المكفوفين وحالات ضعف النظر  
**Blind Low Vision Early Intervention Program**  
613-688-3979 x3331  
[www.pqchc.com/children-family-services/blind-low-vision](http://www.pqchc.com/children-family-services/blind-low-vision)

المؤسسة الوطنية الكندية للمكفوفين - برنامج التدخل المبكر  
**Canadian National Institute for the Blind**  
- Early Intervention Program  
613-234-4641  
[www.cnb.ca](http://www.cnb.ca)

\*مستشفى الأطفال في منطقة شرق أونتاريو (CHEO)  
**\*Children's Hospital of Eastern Ontario (CHEO)**  
613-737-7600  
[www.cheo.on.ca](http://www.cheo.on.ca)

برنامج السمع لدى الأطفال الرضع  
**Infant Hearing Program**  
613-688-3979 x3453  
1-866-HEAR-IHP  
[www.pqchc.com/children-family-services/infant-hearing-program](http://www.pqchc.com/children-family-services/infant-hearing-program)

برنامج النطق والكلام / الكلمات الأولى خلال مرحلة ما قبل المدرسة  
**First Words Preschool Speech and Language Program**  
613-688-3979 x3434  
[www.firstwords.ca](http://www.firstwords.ca)

برنامج التواصل للرعاية الصحية  
**Health Care Connect**  
1-800-445-1822  
[www.ontario.ca/healthcareconnect](http://www.ontario.ca/healthcareconnect)

رابطة الصحة العقلية الكندية في أوتاوا  
**Canadian Mental Health Association Ottawa**  
613-737-7791  
[www.ottawa.cmha.ca](http://www.ottawa.cmha.ca)

برنامج الأطفال المصابين بمرض التوحد في مستشفى الأطفال لمنطقة شرق أونتاريو  
**CHEO Autism Program**  
613-249-9355  
[www.cheo.on.ca/en/autism](http://www.cheo.on.ca/en/autism)

\*مركز الأطفال كروس رودز  
**\*Crossroads Children's Centre**  
613-723-1623  
[www.crossroadschildren.ca](http://www.crossroadschildren.ca)

رابطة الإعاقة التعليمية في أوتاوا  
**Learning Disability Association of Ottawa**  
613-567-5864  
[www.ldaottawa.com](http://www.ldaottawa.com)

رابطة أوتاوا - كارلتون للأشخاص ذوي الإعاقات السمائية  
**Ottawa-Carleton Association for Persons with Developmental Disabilities**  
613-569-8993  
[www.ocapdd.on.ca](http://www.ocapdd.on.ca)

\*مركز معالجة الأطفال في أوتاوا (بتوفر برنامج للأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة)  
**\*Ottawa Children's Treatment Centre (pre-school program available)**  
613-737-0871  
[www.octc.ca](http://www.octc.ca)

بيت الروتاري في أوتاوا  
**The Ottawa Rotary Home**  
613-236-3200  
[www.rotaryhome.on.ca](http://www.rotaryhome.on.ca)

تنسيق الخدمات للأشخاص ذوي الإعاقات السمائية  
**Service Coordination for People with Developmental Disabilities**  
613-748-1788  
[www.scsottawa.on.ca](http://www.scsottawa.on.ca)

اتحاد أونتاريو للتعليم بواسطة الأهل في المنزل  
**The Ontario Federation of Teaching Parents www.ontariohom.eschool.org**

خدمات للأشخاص الذين عانوا سابقاً من أمراض نفسية في أوتاوا  
**Psychiatric Survivors of Ottawa**  
613-567-4379  
[www.pso-ottawa.ca](http://www.pso-ottawa.ca)

يرجى استشارة مجالس المدارس، كل على حدة، لمعرفة المدرسة التي يستطيع الطفل حضورها:  
مجلس مدارس منطقة أوتاوا كارلتون  
613-721-1820  
[www.ocdsb.ca](http://www.ocdsb.ca)  
أداة لتحديد موقع المدرسة: [www.ocdsb.ca/sch/sl/Pages/SchoolLocatorMap.aspx](http://www.ocdsb.ca/sch/sl/Pages/SchoolLocatorMap.aspx)

مجلس المدارس الكاثوليكية في أوتاوا  
613-224-2222  
[www.ocsb.ca](http://www.ocsb.ca)  
أداة لتحديد موقع المدرسة: <http://schoollocator.ocsb.ca:8081/Eligibility.aspx?Page=School>

مجلس المدارس الكاثوليكية بالفرنسية في وسط شرق أوتاوا  
613-744-2555  
[www.ecolecatholique.ca](http://www.ecolecatholique.ca)  
أداة لتحديد موقع المدرسة: <http://www.ctso.ca/Eligibility.aspx?Page=School>

مجلس المدارس الحكومية بالفرنسية في شرق أونتاريو  
613-742-8960  
[www.cepeo.on.ca](http://www.cepeo.on.ca)  
أداة لتحديد موقع المدرسة: <http://www.ctso.ca/Eligibility.aspx?Page=School>

اتحاد أونتاريو للتعليم بواسطة الأهل في المنزل  
**The Ontario Federation of Teaching Parents www.ontariohom.eschool.org**

يرجى الملاحظة أن مجالس المدارس الأربعة هذه تمثل فقط المدارس التي يتم تمويلها من جانب الحكمة.

شبكة الموارد لمقدمي رعاية الأطفال  
**Child Care Providers Resource Network**  
613-749-5211  
[www.ccpnr.com](http://www.ccpnr.com)

سجل رعاية الطفل وقائمة الانتظار - مدينة أوتاوا 1-1-3 - اللغة ← 4  
**Child Care Registry & Waitlist-**  
City of Ottawa  
3-1-1 → Language → 4  
[www.onefnr.com/Ottawa](http://www.onefnr.com/Ottawa)

خدمات دعم الاندماج للأطفال  
**Children's Integration Support Services**  
613-736-1913 x244  
[www.afchildcare.on.ca/cissj-e.html](http://www.afchildcare.on.ca/cissj-e.html)

شبكة الخدمات المرخصة لرعاية الأطفال في المنزل  
**Licensed Home Child Care Network**  
[www.lhcno.ca/index-en.html](http://www.lhcno.ca/index-en.html)

ماكوتساج برنامج الخطوة الأولى للسكان الأصليين  
**Makonsag Aboriginal Head Start**  
613-724-5844  
[www.makonsag.ca](http://www.makonsag.ca)

رابطة الخطوة الأولى للأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة في منطقة أوتاوا كارلتون  
**Ottawa Carleton Headstart Association for Preschools**  
[www.ochap.ca/web/](http://www.ochap.ca/web/)

\*مركز الأطفال الانويت في أوتاوا  
**\*Ottawa Inuit Children's Centre**  
613-744-3133  
[www.ottawainuitchildrens.com/](http://www.ottawainuitchildrens.com/)

مينواشين لودج  
**Minwaashin Lodge**  
613-741-5590  
[www.minlodje.com](http://www.minlodje.com)

رعاية الأطفال بدوام جزئي/ من حين لآخر - مائز كرافت أوتاوا  
**Part-time/Casual care - Mothercraft Ottawa**  
613-728-1839  
[www.mothercraft.com/early\\_learning/Respite.php](http://www.mothercraft.com/early_learning/Respite.php)

مدرسة حضانة الأطفال يوم الخميس  
**Thursday's Child Nursery School**  
613-736-1913 x231  
[www.afchildcare.on.ca/en/licensed-child-care/thursdays-child-nursery-school/](http://www.afchildcare.on.ca/en/licensed-child-care/thursdays-child-nursery-school/)

\*مركز الأمل بيثاني  
**\*Bethany Hope Centre**  
613-725-1733  
[www.bethanyhopecentre.org/](http://www.bethanyhopecentre.org/)

\*خدمات العائلة في أوتاوا  
**\*Family Services Ottawa**  
613-725-3601  
[www.familyservicesottawa.org](http://www.familyservicesottawa.org)

\*برنامج أونتاريو لمراكز السنوات المبكرة في أوتاوا  
**\*Ontario Early Years Centres of Ottawa**  
1-866-821-7770  
[www.oveyc.gov.on.ca/childcare/FamilyPrograms.html](http://www.oveyc.gov.on.ca/childcare/FamilyPrograms.html)

\*مركز المجتمع المحلي الصيني في أوتاوا  
**\*Ottawa Chinese Community Service Centre**  
613-235-4875  
[www.ocsc.org](http://www.ocsc.org)

\*مركز الموارد للوالدين  
**\*Parent Resource Centre**  
613-565-2467  
[www.parentresource.ca](http://www.parentresource.ca)

تربية الأطفال في أوتاوا  
**Parenting in Ottawa**  
613-PARENTS or 613-727-3687  
[ParentingOttawa.ca/dropins](http://ParentingOttawa.ca/dropins)  
[Facebook.com/parentinginottawa](https://www.facebook.com/parentinginottawa)

مراكز التعليم عن تربية الأطفال والعائلة  
**Parenting & Family Literacy Centres**  
[www.edu.gov.on.ca/eng/parents/pflc.html](http://www.edu.gov.on.ca/eng/parents/pflc.html)

\*دار سانت ماري  
**\*St. Mary's Home**  
613-749-2491  
[www.stmaryshome.com](http://www.stmaryshome.com)

خدمات العائلة الكاثوليكية في أوتاوا  
**Catholic Family Services Ottawa**  
613-233-8478  
[www.cfsottawa.ca](http://www.cfsottawa.ca)

خدمات العائلة اليهودية في أوتاوا  
**Jewish Family Services Ottawa**  
613-722-2225  
[www.ifsottawa.ca](http://www.ifsottawa.ca)

المركز الصومالي لخدمات العائلة  
**Somali Centre for Family Services**  
613-526-2075  
[www.scfsottawa.org](http://www.scfsottawa.org)

برنامج رفيق الوالدين خلال الولادة - مائز كرافت أوتاوا  
**Birth and Parent Companion Program**  
-Mothercraft Ottawa  
613-728-1839  
[www.mothercraft.com/prenatal-parent/BPCP.php](http://www.mothercraft.com/prenatal-parent/BPCP.php)

البرنامج الكندي للتغذية خلال فترة الحمل  
**Canadian Prenatal Nutrition Program/ Buns in the Oven**  
613-749-4584 x736  
[www.ottawayoungparents.com/buns-in-the-oven](http://www.ottawayoungparents.com/buns-in-the-oven)

خيارات المكان الأول  
**First Place OPTIONS**  
613-228-7475  
[www.firstplaceoptions.ca](http://www.firstplaceoptions.ca)

منظمة لا ليش لدعم الرضاعة الطبيعية في كندا  
**La Leche League Canada - Breast-feeding support**  
1-800-665-4324  
[www.lllc.ca](http://www.lllc.ca)

برنامج الإمهات  
**The Mothers Program**  
[www.themothersprogram.ca/](http://www.themothersprogram.ca/)

الرضاعة الطبيعية في أوتاوا  
**Ottawa Breastfeeds**  
[www.ottawabreastfeeds.ca/](http://www.ottawabreastfeeds.ca/)

يمكنك أيضاً الاتصال على الأرقام التالية:  
تتوفر الخدمات بلغات عديدة

211 - معلومات وخدمات إحالة للحصول على خدمات محلية، واجتماعية، وحكومية، وصحية

311 - خط هاتفي لخدمات البلدية مثل إصلاح الطرق، إزالة القمامة، خدمات الإسكان، الحدائق العامة وخدمات الترفيه، رعاية الأطفال، المكتبة المتنقلة، و ملاجئ للطوارئ

الرمز (\*) يعني هيئة تقدم خدمات متعددة

يمكن الوصول على هذه القائمة بالموارد والخدمات المتوفرة للعائلات في المنطقة وقائمة بالخدمات في مختلف أنحاء المدينة عبر الرابط الإلكتروني أدناه:  
[www.parentresource.ca](http://www.parentresource.ca) و [www.ottawabeststart.com](http://www.ottawabeststart.com)

المزيد من المعلومات: [information@parentresource.ca](mailto:information@parentresource.ca) x222 613-565-2467