

2018 **سنه 1439** **نومبر 17** **تاريخ 2018/11/17**

• **مركز** • **معلومات** • **امكانات**

- **مركز** • **معلومات** • **امكانات**
- **مركز** • **معلومات** • **امكانات**
- **مركز** • **معلومات** • **امكانات**
- **مركز** • **معلومات** • **امكانات**
- **مركز** • **معلومات** • **امكانات**

- **مركز** • **معلومات** • **امكانات**
- **مركز** • **معلومات** • **امكانات**
- **مركز** • **معلومات** • **امكانات**
- **مركز** • **معلومات** • **امكانات**
- **مركز** • **معلومات** • **امكانات**

Wer sind wir?

مركز

• **مركز** • **معلومات** • **امكانات**

• **مركز** • **معلومات** • **امكانات**

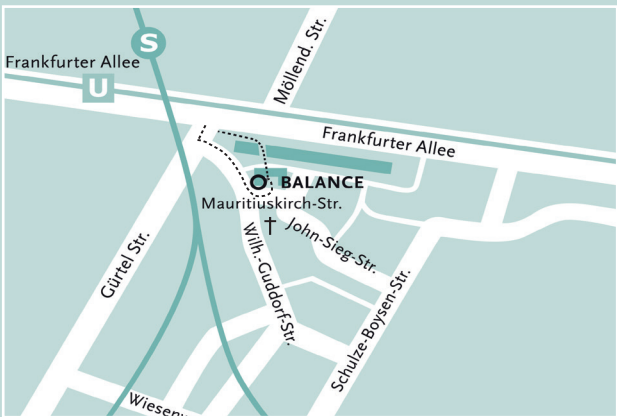
- **مركز** • **معلومات** • **امكانات**
- **مركز** • **معلومات** • **امكانات**
- **مركز** • **معلومات** • **امكانات**
- **مركز** • **معلومات** • **امكانات**
- **مركز** • **معلومات** • **امكانات**

- **مركز** • **معلومات** • **امكانات**
- **مركز** • **معلومات** • **امكانات**
- **مركز** • **معلومات** • **امكانات**
- **مركز** • **معلومات** • **امكانات**
- **مركز** • **معلومات** • **امكانات**

فاميليا پلاننگز سترنوم - بارلانسه

مركز

Wo? ھه؟ مكان اللقاء؟ اين؟



Familienplanungszentrum – BALANCE

مركز - بارلانسه

مركز "بالانس" للتخطيط العائلي
مركز تنظيم خانواده

Mauritiuskirchstrasse 3
السلم رقم 3 / ورودى 3 / 3
10365 Berlin-Lichtenberg/Friedrichshain

fon 030 / 236 236 80 • www.fpz-berlin.de
Swantje: luethge@fpz-berlin.de
Laura: staehler@fpz-berlin.de

SU Frankfurter Allee **Tram** M16, M13

Es gibt einen Fahrstuhl und Parkmöglichkeiten.
امكان تردد با ماشين و محل پارک وجود دارد.

مركزنا خال من الحواجز ومزود بساحة توقف السيارات.
امكان تردد با ماشين و محل پارک وجود دارد.

Café für Schwangere und Mütter aus Berliner Unterkünften



2018

مركز



مقهى
اللواتي في هاجمات برلين

كافه
ساکن در مراكز پناهجویی برلين



تحية لكم جميعاً!

القابلة القانونية "سفانتيا" والمشرفة الإجتماعية "لاورا" تدعوكن لحضور المواعيد التالية الخاصة

بالمواضيع

- مراحل الحمل والتحضير للولادة
 - الولادة في مستشفيات ألمانيا
 - صحة المرأة
 - كيفية التعامل مع الطفل في الحياة اليومية، عناية الطفل، الرضاعة
 - المساعدة في الدوائر الحكومية وعند تقديم الطلبات
 - المجموعات: تتعلم اللغة الألمانية للإستخدام اليومي مع "لاورا"
 - تخطيط الأسرة
- ~ نستطيع أيضاً التكم عن أي موضوع يهمكم!

المواعيد؟

لقاء الحوامل يكون أيام الجمعة التالية ومن الساعة 11:00 ولغاية 13:00.
لقاء الرضاعة والأطفال من الساعة 13:00 لغاية 15:00.

وذلك بمقهي في التواريخ التالية:

2018/11/30 و 11/02 و 10/05 و 09/07 و 08/10 و 07/13 و 06/01 و 05/04 و 04/06 و 03/02 و 02/09 و 01/12

مقهي لقاء العائلات في التواريخ التالية:

2018/12/14 و 11/16 و 10/19 و 09/21 و 08/24 و 07/27 و 06/15 و 05/18 و 04/27 و 03/23 و 02/23 و 01/26
ملاحظة: بيوم العائلة يستطيع الحضور أيضاً الآباء والأزواج!

ملاحظات هامة!

- ستكون أيضاً بالمواعيد المذكورة مترجمات للغات العربية والفارسية واللغة التغيرينية حضرات.
- سنوفر من يهتم بالأطفال/الأولاد ويلعب معهم.
- الشاي والبسكويت في المقهي مجاناً.

يسعدني حضوركم مع أطفالكم كم يسعدنا إحصار صديقاتكم أو جارتكم معكم.

لاورا وسفانتيا

خوش آمدید!

ما، (سوانچه) به عنوان ماما و (لورا) به عنوان مددکار اجتماعی شما را از صمیم قلب به شرکت در این کافه دعوت می‌کنیم

موضوعات

- بارداری و آماده‌سازی برای زایمان
- زایمان در بیمارستان‌های آلمان
- بهداشت زنان
- رفتار با نوزادان: برنامه‌های روزانه، مراقبت و شیر دهی
- در انجام کارهای اداری و تنظیم درخواست‌ها به شما کمک می‌کنیم
- کار گروهی: یادگیری زبان آلمانی در زندگی روزمره به همراه لورا
- تنظیم خانواده ~ با هم پیرامون موضوعات مورد علاقه شما گفتگو می‌کنیم!

زمان؟

دیدار زنان باردار جمعه‌ها از ساعت ۱۱:۰۰ تا ۱۳:۰۰
و دیدار نوزادان و شیرخوران از ساعت ۱۳:۰۰ تا ۱۵:۰۰ برگزار می‌شود.

کافه زنان برای زنان در روزهای زیر برگزار می‌شود:

۳۰.۱۱.۲۰۱۸ / ۲۱.۱۱ / ۱۹.۱۰ / ۷.۹ / ۱۰.۸ / ۱۳.۷ / ۱.۶ / ۴.۵ / ۶.۴ / ۲۳.۳ / ۹.۲ / ۱۲.۱

کافه-خانواده در روزهای زیر برگزار می‌شود:

۱۴.۱۲.۲۰۱۸ / ۱۶.۱۱ / ۱۹.۱۰ / ۲۱.۹ / ۲۴.۸ / ۲۷.۷ / ۱۵.۶ / ۱۸.۵ / ۲۷.۴ / ۲۳.۳ / ۲۳.۲ / ۲۶.۱

(در روزهای خانواده پدرها/ مردها هم می‌توانند به کافه بیایند)

نکات مهم!

- مترجم خانم برای زبان‌های عربی و فارسی و تیگرینیا در طول دیدار حضور دارد.
- امکان مواظبت از بچه‌ها (در کافه) مهیا است و آنها می‌توانند در اتاق بازی کنند.
- شرکت در کافه رایگان است و با چای و شیرینی می‌توانید از خودتان پذیرایی می‌کنید.

منتظر دیدار شما و فرزندان شما هستیم. دوستان خانم و خانم‌های همسایه را نیز می‌توانید با خودتان بیاورید.

لورا و سوانتیه

Herzlich Willkommen!

Wir laden Sie herzlich ein! Wir sind eine Hebamme (Swantje) und eine Sozialarbeiterin (Laura).

Themen

- Schwangerschaft und Geburtsvorbereitung
 - Geburt im Krankenhaus in Deutschland
 - Gesundheit von Frauen
 - Umgang mit Baby: Alltag, Pflege und Stillen
 - Wir geben Hilfe bei Behörden und Anträgen
 - Familienplanung
 - Gruppe: Deutsch lernen für den Alltag mit Laura
- ~ Wir reden über alles, was Sie interessiert!

Wann?

Der Schwangerentreff findet **Freitag** von **11:00 – 13:00 Uhr** statt, der Still- und Babytreff von **13:00 – 15:00 Uhr**.

Das **Café von Frauen für Frauen** ist in 2018 am:
12.1./9.2./2.3./6.4./4.5./1.6./13.7./10.8./7.9./5.10./2.11./30.12.2018

Das **Familien-Café** ist in 2018 am:
26.1./23.2./23.3./27.4./18.5./15.6./27.7./24.8./21.9./19.10./16.11./14.12.2018
(Am Familien-Tag können Väter/Männer gerne mitkommen)

Wichtig!

- Eine Übersetzerin für Arabisch, Farsi ist immer dabei, für Tigrinya nur beim Familien-Café.
- Die Kinder werden vor Ort (im Café) betreut und können in einem kleinen Raum spielen.
- Das Café kostet nichts und es gibt Tee und Gebäck.

Wir freuen uns auf Sie und auf Ihre Kinder. Sie können gerne Mitbewohnerinnen und Freundinnen mitbringen.

Laura & Swantje

መርሐባ!

ብኸብሪ ንዕድመክን! ኔሕና ሓንቲ ኣሕራሲትን (ሰባንትዮ) ሓንቲ ማሕበራዊ ሰራሕተኛ (ለውራ) ኢና።

ኣኣርሰቲ

- ጥንሱን ምድለው - ሕርሲ
- ምሕራስ ኣብ ናይ ጀርመን ሆስፒታል
- ጥዕና ናይ ደቀኢሰትዮ
- ኣትሕሕዝ ናይ ማሣይ፡ ማዕገታዊ ምክንኻንን ምጠባብን
- ሓገዝ ንሁብ ኢና፡ ዳ ስልጣንን (ቤት - ጽሁፊት) መመልከቲን
- ናይ ስድራ መደብ
- ጉጅለ፡ ቋንቋ ጀርመን ምጽናዕ ነቲ መዓልታዊ ናብራ ዝኸውን፡ ምስ ለውራ

~ ብዛዕባ ድኻን ዘደልኻን ክንገረብ ኢና

መዓስ?

ናይ ጡኑሳት ምርኻብ ዓርቢ * ኢዩ ካብ ሰዓት 11:00 ክሳብ ሰዓት 1:00፤
ናይ ምጠባብን ናይ ሚስ ማሣይት ምርኻብ ክኣ ሰዓት 1:00 ክሳብ ሰዓት 3:00 ኣዩ።

ኣቲ ምርኻብ ናይ ስድራቤት ኣብ ዚኣን ዕለታት ኣዩ ኣብ ዓመት 2018፡
26.1./23.2./23.3./27.4./18.5./15.6./27.7./24.8./21.9./19.10./16.11./14.12.2018
(ኣብ ምርኻብ ናይ ስድራቤት ኣብታት/ኣሰቡት ዳፊተና ንዕድም!)

ኣገዳሲ!

- ኣሰተርጓሚት ን ዓረብን ፋርሲን ትግርኛን ኩሉግዝ ኣለዋ።
- ነቲ ኣም ቆልኡት ኣለዩ ኣለምም፡ ኣብ ሓደ ክፍሊ ኮይናም ክጻውቱ ኢዮም።
- ኣቲ ምርኻብ ገዝብ ኣይክፈሉን ኢዩ፡ ሻሂን ብሸኮትን ኣሎ

ዳተ-ሓሰስና ንጽብዮክን ኣለና፡ ንዓኻን ምስ ደቅኻን።

ጎርቤትክንን መሓቡትክንን ክማን ሒዝክን ምዳ።

ለውራን ሰባንትዮን