

## Wer sind wir? Familienplanungszentrum – BALANCE

- Ärztliche und psychologische Beratung zur Familienplanung und Partnerschaft
- Angebote von Frauenärztinnen
- Schwangerschaftsabbruch durch Tabletten oder eine Operation
- Männerberatung
- Beratung für Menschen mit körperlicher und/oder geistiger Beeinträchtigung

Für jede Person, unabhängig von Alter, Herkunft, Religion, Status, Beeinträchtigung, Geschlechtsidentität und sexueller Orientierung.

## من نحن؟ مركز "بالانس" تخطيط العائلات

- المشورة الطبية والنفسانية بخصوص التخطيط العائلي ومشاركة الحياة
- الفحوصات والخدمات النسائية
- الاجهاض المقصود عن طريق تناول ادوية او عملية طبيو
- المشورة للرجال
- المشورة للاشخاص المعاقين جسديا و/او عقليا

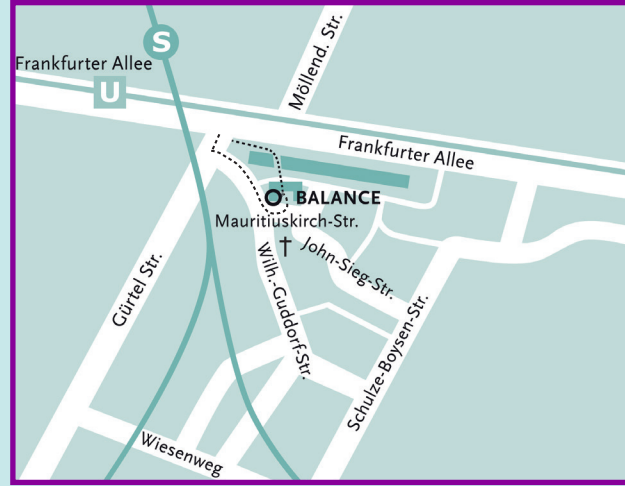
مركزنا مفتوح لاي شخص بصرف النظر عن عمره او اصله او ديانتته او حالته الاجتماعية او الشخصية او اعاقته او هويته الجنسية او ميله الجنسي

## برگزارکنندگان چه کسانی هستند؟

بالانس - مركز تنظيم خانواده

- ① مراقبت پزشکی و روان پزشکی در خصوص تنظیم خانواده و همسر داری
- ① خدمات پزشکی زنان
- ① سقط جنین با دارو و یا با عمل جراحی
- ① مشاوره برای مردان
- ① مشاوره برای افراد دارای معلولیت های جسمی و روحی

برای همگان فارغ از سن، اصل و نسب، اعتقادات دینی، مقام، وضع جسمانی و روحی، جنسیت، تمایلات جنسی



## Familienplanungszentrum – BALANCE

مركز "بالانس" للتخطيط العائلي  
بالانس - مركز تنظيم خانواده

Mauritiuscenter, Aufgang 3 / 3 / ورودی 3  
Mauritiuskirchstraße 3  
10365 Berlin-Lichtenberg / Friedrichshain

Tel.: 030 / 236 236 80  
Fax: 030 / 236 236 880

www.fpz-berlin.de

E-Mail Swantje: luethge@fpz-berlin.de  
Mobil Swantje: 0176 - 373 229 84

 Frankfurter Allee  M16, M13

Es gibt einen Fahrstuhl und Parkmöglichkeiten.

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



## Babymassage

für Mütter und Kinder  
bis zum 6. Lebensmonat



## دورة تدليك الأطفال لحين بلوغ 6 شهور



## ماساژ نوزادان برای مادران و کودکان تا سن ۶ ماهگی

**Wir laden Sie herzlich ein!**

Mit Hebamme Swantje erlernen Mütter  
Massagetechniken an ihrem Kind.

- Über körperlichen Kontakt den emotionalen Kontakt zum Kind aufnehmen, aufbauen & ausbauen
- Sich Zeit nehmen für einen schönen Moment im Alltag

**Massage! Warum?**

- Entspannung für Mutter und Kind
- Bei Bauchschmerzen/Blähungen helfen zu können
- Um die Verdauung des Kindes anzuregen
- Um das Immunsystem des Kindes zu stärken

**Wichtig!**

Der Kurs kostet nichts und es gibt Tee und Gebäck.

Eine Übersetzerin für Arabisch und Farsi ist immer dabei.

**Wo? / Wann?**

Im

**Familienplanungszentrum  
Berlin – BALANCE e.V.**

(siehe Rückseite: auf der Karte beschrieben)

25.5., 8.6., 6.7., 20.7., 3.8., 17.8., 31.8.,  
14.9., 28.9., 12.10., 26.10.,  
9.11.2018

Für Farsi sprechende Mütter findet der Kurs von  
**13:00 bis 14:30Uhr** statt.

Für Arabisch sprechende Mütter findet der Kurs  
von **14:45 bis 16:15Uhr** statt.

**Wie freuen uns,  
Sie und Ihre Kinder kennenzulernen!**

**ندعوكم للقاء مع...**

القابلة سفانتيا لتعلم الأمهات تقنيات تدليك أطفالهن و

- اكتساب معرفة وتطوير التواصل العاطفي مع الطفل من خلال الاتصال الجسدي
- خذي وقت قصير للحظة إستمتاع في حياتك اليومية

**تدليك الطفل. لماذا؟**

- لاسترخاء الأم والطفل
- للمساعدة في حالات آلام البطن وانتفاخ البطن
- لمساعدة عملية هضم عند الطفل
- لتقوية الجهاز المناعي عند الطفل

**مهم!**

نعلمكم أن تقديم الشاي والبسكويت مجاني:

خلال الزيارات ستكون مترجمة للغة العربية والفارسية.

**مكان اللقاء / التواريخ؟**

في

مركز تنظيم الأسرة برلين - بالانس

جمعية مسجلة انظر خلف الصفحة كما هو موضح الخريطة

25.5 و 8.6 و 6.7 و 20.7 و 3.8 و 17.8 و 31.8  
14.9 و 28.9 و 12.10 و 26.10  
و 9.11.2018

أما بالنسبة للأمهات اللواتي يتحدثن الفارسية و فإن الزيارة تكون من  
الساعة **13:00** حتى **14:30**.  
وبالنسبة للأمهات الناطقات بالعربية و فإن الدورة تكون من الساعة  
**14:45** مساءً إلى **16:15** بعد الظهر.

يسعدنا لقاءكم والتعرف عليكم وعلى أطفالكم!

**از شما صمیمانه دعوت به عمل می آوریم!**

سوانچه به عنوان ماما به مادران روش های ماساژ کودکان را یاد می دهد.

- از طریق تماس فیزیکی با فرزند خود ارتباط عاطفی برقرار و آن را تقویت کنید.
- با ماساژ کودک لحظات زیبایی در زندگی روزمره خود بسازید.

**ماساژ! چرا؟**

- جهت ایجاد آرامش برای مادر و فرزند
- برای رفع دل درد و نفخ
- جهت کمک به هضم غذای کودک
- برای تقویت سیستم ایمنی بدن کودک

**نکات مهم!**

این کلاس رایگان است و از شما با چای و شیرینی پذیرایی می شود.

مترجم خانم برای زبان عربی و زبان فارسی در همه جلسات حضور دارد.

**مكان؟ زمان؟**

در

مركز تنظيم خانواده برلين - بالانس

(به صفحه بعد نگاه کنید: روی کارت توضیح داده شده است)

31.8., 17.8., 3.8., 20.7., 6.7., 8.6, 25.5.  
26.10., 12.10., 28.9., 14.9.,  
9.11.2018

کلاس مادران فارسی زبان از ساعت کلاس مادران فارسی زبان از  
ساعت **13:00** تا **14:30** برگزار می شود.  
کلاس مادران عربی زبان از ساعت **14:45** تا **16:15** برگزار می شود.

از آشنایی با شما و فرزندانتان خوشحال می شویم!