

777-0555 55 777-0555 55 777-0555 55 777-0555 55 777-0555 55

مركز "بالانس" للتخطيط العائلي • 4024 7-7 2020

- 777-0555 55 777-0555 55 777-0555 55 777-0555 55 777-0555 55
- 777-0555 55 777-0555 55 777-0555 55 777-0555 55 777-0555 55
- 777-0555 55 777-0555 55 777-0555 55 777-0555 55 777-0555 55
- 777-0555 55 777-0555 55 777-0555 55 777-0555 55 777-0555 55
- 777-0555 55 777-0555 55 777-0555 55 777-0555 55 777-0555 55

- 777-0555 55 777-0555 55 777-0555 55 777-0555 55 777-0555 55
- 777-0555 55 777-0555 55 777-0555 55 777-0555 55 777-0555 55
- 777-0555 55 777-0555 55 777-0555 55 777-0555 55 777-0555 55
- 777-0555 55 777-0555 55 777-0555 55 777-0555 55 777-0555 55
- 777-0555 55 777-0555 55 777-0555 55 777-0555 55 777-0555 55

Wer sind wir? Familienplanungszentrum – BALANCE

مركز "بالانس" للتخطيط العائلي

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

تقديم خدماتنا لجميع الفئات العمرية، الجنسيات، الأعراق، المعتقدات الدينية، الوضع الاجتماعي، الإعاقة، الهوية الجنسية والجنس.

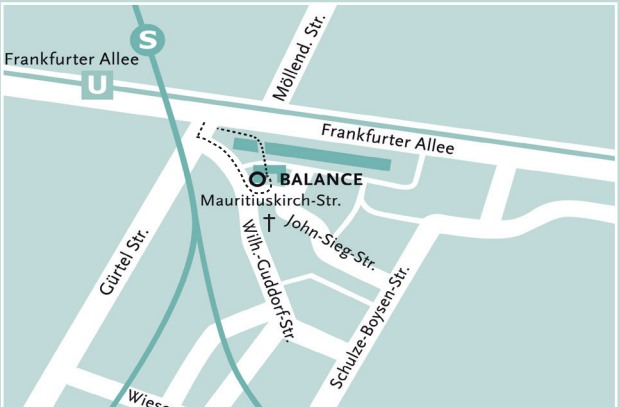
- Beratung für Menschen mit körperlicher und/oder geistiger Beeinträchtigung
- Männerberatung
- Schwangerschaftsabbruch durch Tabletten oder eine Operation
- Angebote von Frauenärztinnen und Partnererschaft
- Ärztliche und psychologische Beratung zur Familienplanung

- تقديم المشورة للأشخاص ذوي الإعاقة الجسدية والذهنية
- المشورة للرجال
- تقديم خدمات الإجهاض عن طريق الحبوب أو الجراحة
- تقديم الخدمات الصحية والنفسية
- تقديم المشورة الطبية والنفسية بخصوص الحمل والولادة والتبني

Wer sind wir? Familienplanungszentrum – BALANCE

مركز "بالانس" للتخطيط العائلي

Wo? أين؟



Café für Schwangere und Mütter aus Berliner Unterkünften



2018

مقهى الحوامل والأمهات اللواتي في هايمات برلين



Familienplanungszentrum – BALANCE
مركز "بالانس" للتخطيط العائلي



مقهى الحوامل والأمهات اللواتي في هايمات برلين

Mauritiuskirchstrasse 3
السلم رقم 3 / ورودى 3 / 3 / 30365 Berlin-Lichtenberg/Friedrichshain

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

كافه برای زنان باردار و مادران ساکن در مراکز پناهجویی برلین



SU Frankfurt Allee Tram M16, M13

Es gibt einen Fahrstuhl und Parkmöglichkeiten.
أماكن ترداد با ماشين و محل پارک وجود دارد.

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

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:

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

مقهي لقاء العائلات في التواريخ التالية:

01/26 و 02/23 و 03/23 و 04/27 و 05/18 و 06/15 و 07/27 و 08/24 و 09/21 و 10/19 و 11/16 و 2018/12/14

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 نوزاد: 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 / ۲.۱۱ / ۵.۱۰ / ۷.۹ / ۱۰.۸ / ۱۳.۷ / ۱۶.۶ / ۱۹.۵ / ۲۲.۴ / ۲۵.۳ / ۲۸.۲ / ۳۱.۱ / ۳۴.۰

کافه-خانواده در روزهای زیر برگزار می‌شود:

۱۴.۱۲.۲۰۱۸ / ۱۶.۱۱ / ۱۹.۱۰ / ۲۱.۹ / ۲۴.۸ / ۲۷.۷ / ۳۰.۶ / ۳۲.۵ / ۳۴.۴ / ۳۷.۳ / ۴۰.۲ / ۴۳.۱ / ۴۶.۰

(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 (ሰባንቲዮ) ሓንቲ ማሕበራዊ ሰራሕተኛ (ለውራ) ኢና።

ኣኣርሰቲ

- ጥንሱን ምድለው - ሕርሲ
- ምሕራስ ኣብ ናይ ጀርመን ሆስፒታል
- ጥዕና ናይ ደቀኢሰቲዮ
- 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 ከኣ ሰዓት 1:00 ክሳብ ሰዓት 3:00 ኣዩ።

ኣቲ ምርኻብ ናይ ስድራቤት ኣብ ዚኣን ሰለታት 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 ኮይኖም ክጻውቱ ኢዮም።
- ኣቲ ምርኻብ ገዝብ ኣይክፈሉን ኢዩ፡ ሻሂን ብሸኩትን ኣሎ

ዳተ-ሓሰስና ንጽብዮክን ኣለና፡ ንዓኻን ምስ ደቅኻን።

ጎርቤትክንን መሓቡትክንን ከማን ሒዝክን ምዳ።

ለውራን ሰባንቲዮን