




mamamundo

[www.mamamundo.ch](http://www.mamamundo.ch)

ንሕርሲ ምቅርራብ  
ብቋንቋ'ኹ/ብቋንቋ'ኹ

Deutsch • Shqip • தமிழ் • English •  • Soomaali • اللغة العربية  
Kurdî • Français • ትግርኛ • فارسی

TIGRINJA • BERN

ንኹልኡት ቋንቋታት ከኵሕቱ ከለቡም።



# ኮርስ ነቲ ሕርሲ ንምቅርራብ ንኣንስትን/ንመጻምድን ካብ ሙሉእ ዓለም

**እዚ ኮርስ፣ ካብ መበቐል ዓደን ርሒቕን ኣደ ንዝኾና ኣንስቲ እዩ ዝቕረብ።**

ሓንቲ ኣዋላዲትን ሓንቲ መንጎ ባህላዊት ተርጓሚትን ንዘለኪ ሕቶታት መልሲ ይህባኺ ከምኡ ድማ ብዛዕባ ዋንሲ፣ ሕርሲ፣ ምጥባውን ኣብ ገዛ ምስ ቆልዓ ዝህሉ እዋናትን ይሕብራኺ።

እዚኣተን ብኣካላዊ ምንቅስቓስ ከመይ ጌርኪ ነፍሰኺ ክትፈትሒን ነቲ ሕርሲ ድማ ክትቅረብን ከም እትኽእሊን ዮርእዮኺ።

ምስ ካልኦት ኣንስቲ ብዛዕባ ናይ እዚ ፍሉይ ዝኾነ እዋን ዘለኪ ተሞክሮ ትማየጢ። ከምኡ ድማ ምስ ካልኦት ኣንስቲ ብዛዕባ ባህላዊ ልምዲ ሓሳባት ክትላወጢ ትኽእሊ።

እዚ ኮርስ ኣብ ሾውዓተ ክፋላት እዩ ዝካየድ። ኣብዚ ኮርስ ንምስታፍ እቲ ዝበለጸ እዋን ኣብ ሞንጎ 5. ዩን 9. ዩን ወርሒ እዩ።



## እዋን ኮርስ

እዚ ኮርስ ድሕሪ ቀትርን ብእዋኑ ምሸትን እዩ ዝካየድ። ብዛዕባ እዋናዊ ትሕዝቶን እዋን ኮርስን ኣብ መርቡብ ሓበሬታ ተጻሒፉ ኣሎ። [www.mamamundo.ch](http://www.mamamundo.ch).

.....



## ዋጋ ኮርስ

**እቲ ዋጋ ኮርስ ቦቲ እቶት ሰብ ዝውሰን\***

እቶት ዘይብላ ስድራቤት	30 Fr.
ሓደ እቶት ዘለዋ ስድራቤት	60 Fr.
ክልተ እቶት ዘለዋ ስድራቤት	120 Fr.

ናይ ዋዕና ኢንሹራንስ ብተወሰኹ 150.- ብቐጥታ ንማማሙንዶ ክኸፍል እዩ።

\*ቁጠባዊ ዓቕሚ ንዘይብላ ስድራቤት ማዕኸን ገንዘብ ኣሎ



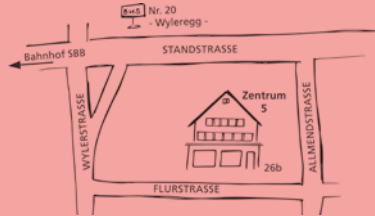
# ኣብ ቦርን ኮርስ ዝካየዱሉ ቦታ

## Zentrum 5

Flurstrasse 26b

3014 Bern

[www.zentrum5.ch](http://www.zentrum5.ch)



## Familienhaus Bümpliz

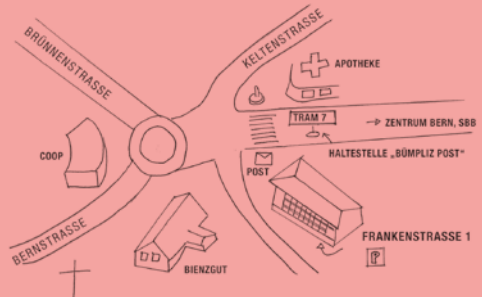
Frankenstrasse 1

3018 Bern

ኣብ ባንቶን ቦርን ዝርከባ ካልኦት

ኣድራሻታት ኣብዚ ኣሉ

[www.mamamundo.ch](http://www.mamamundo.ch)





# ንኮርስ ምምዘጋብ / ንምርኽብ

[www.mamamundo.ch](http://www.mamamundo.ch)

ወይ ድማ ብወገን መንጎ ባህላዊ ተርጋሚት፡

**Shqip** (Albanian)

Saime Isufi

079 732 37 55

**Français / English**

Margret Lehmann

079 158 14 61

**བོད་སྐད་ཡིག** (Tibetan)

Pema Sonam

076 681 30 34

**اللغة العربية** (Arab)

Hayat Ismail

076 519 38 00

**Kurdî** (Kurdish)

Selda Yalcin

076 442 33 08

**Soomaali** (Somali)

Khadija Jamaac

079 838 55 53

**فارسی** (Farsi)

Shirin Garmaroudi

076 327 11 93

**தமிழ்** (Tamil)

Nanthini Murugaverl

079 397 38 77

**ትግሪኛ** (Tigrinya)

Hayat Ismail

076 519 38 00



ማመንዶ ነፍሱ ዝኸኣለ፣ ንሓባራዊ  
ጥቕሚ ዝቐመ ማሕበር እዩ ዝድገፍ  
ድማ በዚኣም እዩ

***bern gesund***

[www.berngesund.ch](http://www.berngesund.ch)



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

[www.healthpromotion.ch](http://www.healthpromotion.ch)