



mamamundo

www.mamamundo.ch

ንሕርሲ ምቅርራብ  
ብቋንቋኻ/ብቋንቋኪ

Deutsch • Shqip • தமிழ் • English • བོད་སྐད་ཡིག • Soomaali • اللغة العربية  
Español • Kurdî • Français • ትግርኛ • فارسی  
ትግርኛ • ቋንቋዎቹ። • Português

TIGRINJA • BERN

ንኻልስቲ ቋንቋታት ከትሐቱ ከለኩም።



# 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 ዮርእያኺ።

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
- ሓደ እቶት ዘለዋ ስድራቤት
- ክልተ እቶት ዘለዋ ስድራቤት

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

\* ቁጠባዊ ዓቕሚ ንዘይብላ ስድራቤት ማዕከን ገንዘብ ኣሎ



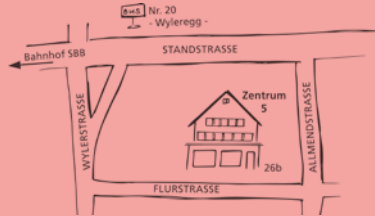
# ኣብ ቦርን ኮርስ ዝካየዱሉ ቦታ

## Zentrum 5

Flurstrasse 26b

3014 Bern

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



## Familienhaus Bümpliz

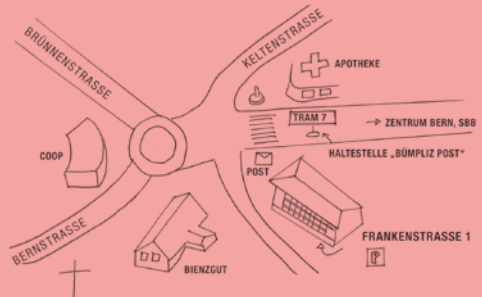
Frankenstrasse 1

3018 Bern

ኣብ ካንቶን ቦርን ዝርከባ ካልኦት

ኢድሬቫታት ኣብዚ ኣሉ

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





# ንኮርስ ምምዘጋብ / ንምርኻብ

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

ወይ ድማ ብወገን መንጎ ባህላዊ ተርጋሚት፡

<b>Français, English, Português</b>	Doris Wyssmüller	079 158 14 61
<b>Español</b> (Spanisch)	Eugenia Gäumann	077 435 57 37
<b>Shqip</b> (Albanisch)	Brikela Andrea	078 808 52 20
اللغة العربية (Arabisch)	Hayat Ismail	076 519 38 00
فارسی (Farsi)	Parvin Hemmati	078 601 99 24
<b>Kurdî</b> (Kurdisch)	Selda Yalcin	076 442 33 08
தமிழ் (Tamilisch)	Nanthini Murugaverl	079 397 38 77
བོད་སྐད་ཡིག (Tibetisch)	Pema Sonam	076 681 30 34
<b>Soomaali</b> (Somalisch)	Khadija Jamaac	079 838 55 53
ትግሪኛ (Tigrinja)	Sara Ghebray	076 503 16 71
ቋንቋዎቹ። (Amharisch)	Sara Ghebray	076 503 16 71



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



Kanton Bern  
Canton de Berne

[www.gesundheitsfoerderung-be.ch](http://www.gesundheitsfoerderung-be.ch)



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

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