



# mamamundo

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

## Amadekirinê ji bo bûyîna li zimanê xwe

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

KURDISCH • BERN  
ZIMANÊN DIN LI SER DAXWAZA



## Çîna nekşînin ji bo jinan / mêrjin ji seranserê cîhanê

### Ev kurs ji bo jinên ku ji diya mal in.

A pîrik û wergêrekî pirçandî bersiva pirsên te bide û we agahdar dike li ser ducanîyê, welidandinê, şîrmijandinê da û dema bi zarokê xwe li malê. Ev kes, nîşanî te bidim we çawa dikarin bi hêsani bi temrînkirina bedena relaks bike û amade bike ji bo bûyîna.

Bi hev re bi jinên din jî hûn li ser serpehatiyên û bendewariyên derbarê vê Zeit.du bi taybetî, dikarin li ser xûyên çandî bi jinên din re biaxivin we re bipeyivim.

Kursa fîlmê li ser heft parçeyan. Îdeal ew e, ku tu li qursê serdana di navbera meha pêncê (5) û nehemîn (9) ya ducaniyê



## Di tarîxên ders

Çinên piştî nîvro an êvarê, destpêkê ne. çinên niha û demên xwe bi de li ser malpera dît [www.mamamundo.ch](http://www.mamamundo.ch).

.....



## Beha bo ku sinifên

**Beha bo ku sinifên li ser hatina girêdayî ye.\***

Malbatên bi tu naveroka

Malbatên bi naverokeke gel

Malbatên bi du naveroka

**\* JI BO MALBATÊN BI BELANGAZÎ YE, ALÎKARIYA ABORÎ HEYE.**



## Ders di bajêr de û ya Bern

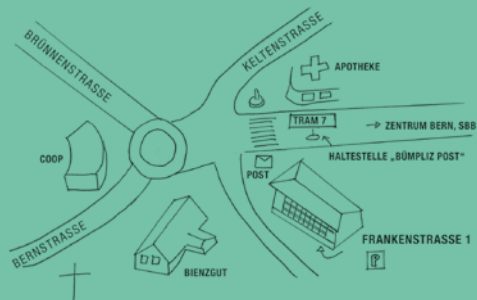
### Familienhaus Bümpliz

Frankenstrasse 1

3018 Bern

**DERSÊN DIN LI KANTONA BERN,  
DIBÎNIN**

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





## Qeydkirina ji bo çînên / Têkilî

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

An jî wergerandîne pirçandî tu li vê derê bibînin wê:

---

<b>Français, English, Português</b>	Rahel Küffer	079 158 14 61
<b>Español</b> (Spanisch)	Rosa Amelia Fierro	031 372 74 60
<b>Shqip</b> (Albanisch)	Brikela Andrea	078 808 52 20
اللغة العربية (Arabisch)	Hayat Ismail	076 519 38 00
فارسی (Farsi)	Parvin Hemati	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)	Deqa Samater	078 791 91 60
ትግርኛ (Tigrinja)	Sara Ghebray	076 503 16 71
ቋንቋዎቹ። (Amharisch)	Sara Ghebray	076 503 16 71

---



# Mamamundo serbixwe, rêxistineke îdeal e û bi piştgiriya



**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)