mamamundo

www.mamamundo.ch

# ንሕርሲ ምቅርራብ ብቋንቋኻ/ብቋንቋኺ

**Deutsch • Shqip • தமிழ் • English • བོད་སྐད་ཡིག • Soomaali • اللغة العربية**
**Español • Kurdî • Français • ትግሪኛ • فارسی**
**ትግሪኛ • ቋንቋዎች። • Português**

**TIGRINJA • SOLOTHURN / OLTEN**

ንኻልኦት ቋንቋታት ክትሕቱ ከለኩም።

# ኮርስ ነቲ ሕርሲ ንምቅርራብ ንኣንስትን/ንመጻምድን ካብ ሙሉእ ዓለም

**እዚ ኮርስ፣ ካብ መበቆል ዓደን ርሒቐን ኣደ ንዝኾና ኣንስቲ እዩ ዝቕረብ።**

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

እዚኣተን ብኣካላዊ ምንቅስቓስ ከመይ ጌርኪ ነፍስኺ ክትፈትሒን ነቲ ሕርሲ ድማ ክትቅረብን ከም እትኽእሊን የርእያኺ።

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. ይን 9. ይን ወርሒ እዩ።

## ኣብ በርን ኮርስ ዝካየደሉ ቦታ
## Solothurn

Bewegungsraum Solothurn
Wengistrasse 27
4500 Solothurn

## ኣብ በርን ኮርስ ዝካየደሉ ቦታ
## Olten

Cultibo Olten, Begegnungszentrum Bifang
Aarauerstrasse 72
4600 Olten

## ዋጋ ኮርስ

**እቲ ዋጋ ኮርስ በቲ እቶት ሰብ ዝውሰን.**

ቁጠባዊ ዓቕሚ ንዘይብላ ስድራቤት ማዕከን ገንዘብ ኣሎ

## ንኮርስ ምምዝጋብ / ንምርኻብ

**www.mamamundo.ch/de/solothurn/tigri/**

Annette Rudolf, Delia Weber:
077 504 85 48

♥ ማማሙንዶ ነፍሱ ዝኽኣለ፣ ንሓባራዊ ጥቕሚ ዝቖመ ማሕበር እዩ ዝድገፍ ድማ በዚኦም እዩ

Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

**www.gesundheitsfoerderung.ch**

KANTON solothurn