

ملتقى الأمهات

الأمهات الجدد في ألمانيا اللواتي يطمحن لتعلم اللغة الألمانية، هناك دورة جديدة اسمها ملتقى الأمهات. في هذه الدورة ستتمكن الأمهات من تعلم اللغة الألمانية ومن تبادل الخبرات مع النساء الأخريات فيما يتعلق بالحياة اليومية مع الأطفال والمدارس ورياض الأطفال، ومن خلال الرحلات سيتعلمن الكثير حول ألمانيا. هذه الدورة تُقام من قبل متطوعات قادرات على الترجمة أيضاً. تبدأ الدورة اعتباراً من 30.09 حتى 13.12.2019 كل يوم اثنين وأربعاء وجمعة من الساعة 9 إلى الساعة 11.30 في العنوان التالي:

Seminarraum, Coworkgroup
Hechingerstraße 94, Tübingen
بإمكانكم التسجيل بشكل شخصي اعتباراً من 09.09 وحتى 13.09 ما بين الساعة 9 و 10 في الغرفة رقم 106 في الطابق الأول في Münzgasse 20, Tübingen أو عبر البريد الإلكتروني:
Stefanie.bock@tuebingen.de أو عبر الهاتف على الرقم 070712041485

Mothers in conversation

For mothers who are new to Germany or would like to learn German, there is the event "Mütter im Gespräch" (Mothers in Conversation). In this course you can exchange thoughts with other mothers, learn German, get tips regarding everyday life with children or kindergarten and school and learn a lot about Germany on various excursions. The event is supported by volunteer women who are also able to translate. It takes place from 30.09. to 13.12.19 every Monday, Wednesday and Friday from 9 to 11.30 o'clock. The location is the seminar room of the Cowork group in Hechinger Straße 94 in Tuebingen. One can register oneself between 9. and 13.09.19 in person as well. You have to come to room 106 on the 1st floor of Münzgasse 20 in Tuebingen between 9 and 10am. For registration: stefanie.bock@tuebingen.de or via telephone: 07071/204-1485.

التشخيص

المبكر لسرطان الثدي

تزداد احتمالية إصابة المرأة بسرطان الثدي كلما تقدمت بالعمر، لذلك عليها الخضوع لفحص عند الطبيبة النسائية بشكل دوري والخضوع لتصوير مقطعي. هذا الفحص الدوري يساعد على اكتشاف المرض مبكراً ويتم معالجته بشكل أفضل. عند قيام المرأة بهذا التصوير ستتم دعوتها للقيام بالصورة مرة كل عامين. هذا الفحص تجريه طبيبة مختصة ويدفع التأمين تكاليفه بالكامل. للمزيد من المعلومات:

www.mammo-ich-bin-dabei.de

Mammography Screening

Women are more likely to develop breast cancer with more advanced age. Therefore, it is very important to be examined by a gynaecologist frequently. "Mammography screening" is a means for this purpose. This is a regular examination of the breast tissue. Changes such as tumours can be detected very early and effectively, so that they can be treated quickly. If you sign up for a "screening", you will receive an invitation every other year for such a screening. The examination is carried out by specialists and paid for by your health insurance. Participation is voluntary. For further information: www.mammo-ich-bin-dabei.de

تشخيص زودرس سرطان

پستان

برای خانمها احتمال ابتلا به سرطان پستان با افزایش سن افزایش می یابد. بنابراین، بسیار مهم است که اغلب توسط متخصص زنان معاینه شوند. برای این "معاینه ماموگرافی" وجود دارد. این یک معاینه منظم از بافت سینه است. این بیماری می تواند تغییراتی از قبیل تومورها را خیلی زود و به طور مؤثر تشخیص دهد، بنابراین می توان آنها را به سرعت درمان کرد. اگر برای "ماموگرافی" ثبت نام کنید، هر سال دعوت نامه ای برای چنین معاینه دریافت می کنید. این معاینه توسط متخصصان انجام می شود و توسط بیمه درمانی پرداخت می شود. مشارکت داوطلبانه است. برای اطلاعات بیشتر به آدرس ذیل مراجعه کنید:

www.mammo-ich-bin-dabei.de

روز بنای یادبود باز

روز بنای یادبود روزی است که می توانید در بسیاری از بناهای تاریخی به دیدن آن بپردازید. این ساختمانها معمولاً در دسترس عموم نیستند. در سرتاسر آلمان می توانید در این روز از آثار و بناهای مختلف بازدید کنید. در توینگن امکان بازدید از کلیسای قلعه هوهن توینگن، موسسه موعظه پروتستان یا پروژه مسکن در Schellingstraße وجود دارد. از این طریق می توانید موارد جالب بسیاری در مورد این بناها یاد بگیرید. روز بنای یادبود در تاریخ 08.09.19 برگزار می شود. تورهای گشت با راهنما نیز وجود دارد. برای برخی از بناها باید از قبل ثبت نام کنید. برای اطلاعات بیشتر:

www.tag-des-offenen-denkmals.de

Monatskarte für 15 Euro mit KreisBonusCard.

Mütter im Gespräch

Für Mütter, die neu in Deutschland sind oder Deutsch lernen möchten gibt es den Kurs „Mütter im Gespräch“. In diesem Kurs kann man sich mit anderen Müttern austauschen, Deutsch lernen, Tipps für den Alltag mit Kindern oder Kindergarten und Schule erhalten und bei Ausflügen vieles über Deutschland lernen. Der Kurs wird von ehrenamtlichen Frauen unterstützt, die auch Übersetzen können. Er findet vom 30.09. bis zum 13.12.19 immer montags, mittwochs und freitags von 9 bis 11.30 Uhr statt. Veranstaltungsort ist der Seminarraum der „Coworkgroup“ in der Hechinger Straße 94 in Tübingen. Man kann sich zwischen dem 9. und 13.09.19 auch persönlich anmelden. Dafür muss man zwischen 9 und 10 Uhr zu Raum 106 im 1. Stock der Münzgasse 20 in Tübingen kommen. Zur Anmeldung: stefanie.bock@tuebingen.de oder per Telefon: 07071/204-1485.

مادران در گفتگو

برای مادرانی که جدیداً در آلمان هستند یا می خواهند آلمانی یاد بگیرند، دوره „مادران در گفتگو“ وجود دارد. در این دوره می توانید با مادران دیگر صحبت کنید، آلمانی یاد بگیرید، نکاتی را برای زندگی روزمره با کودکان یا مهد کودک و مدرسه دریافت کنید و در مورد گشت و گذار در مورد آلمان چیزهای زیادی بیاموزید. این دوره توسط زنان داوطلب پشتیبانی می شود که می توانند همچنین ترجمه کنند. آن از 30.09 تا 13.12.19 روزهای دوشنبه، چهارشنبه و جمعه از 9 صبح تا 11:30 و نونه سالن سمینار "Coworkgroup" در خیابان Hechinger Straße 94 در توینگن است. همچنین می توانید بین نهم و سیزدهم شهریور ماه بصورت حضوری ثبت نام کنید. برای این کار شما باید بین ساعت 9 تا 10 به اتاق 106 در طبقه اول Münzgasse 20 در توینگن بروید. برای ثبت نام:

stefanie.bock@tuebingen.de یا از طریق تلفن: 07071/2041485

Früherkennung von Brustkrebs

Für Frauen steigt die Wahrscheinlichkeit, an Brustkrebs zu erkranken mit dem Alter. Daher ist es sehr wichtig, sich oft von einem Frauenarzt untersuchen zu lassen. Dafür gibt es das „Mammographie-Screening“. Das ist eine regelmäßige Untersuchung des Brustgewebes. Dabei kann man Veränderungen wie Tumore sehr früh und effektiv erkennen, sodass sie schnell behandelt werden können. Wenn man sich für ein „Screening“ anmeldet, bekommt man jedes zweite Jahr eine Einladung für eine solche Vorsorgeuntersuchung. Die Untersuchung wird von Fachärztinnen durchgeführt und von der Krankenversicherung bezahlt. Die Teilnahme ist freiwillig. Für mehr Informationen: www.mammo-ich-bin-dabei.de

Monatskarte für 15 Euro

Wer eine KreisBonusCard besitzt, der kann ab September eine Monatskarte ermäßigt für 15 Euro erhalten. Damit kann man Busse auf allen TüBus-Linien benutzen. Die Karte ist gültig für einen ganzen Monat bis 12 Uhr des ersten Tages des Folgemonats. Die Monatskarte kann man an allen Verkaufsstellen der Stadtwerke Tübingen kaufen. Für weitere Informationen: www.tuebingen.de/kreisbonuscard

تذكرة شهرية بسعر 15 يورو

من يمتلك BonusCard بإمكانه اعتباراً من شهر أيلول (سبتمبر) شراء تذكرة مواصلات شهرية بسعر 15 يورو لصالحة لكل خطوط الحافلات في مدينة توبينغن. التذكرة صالحة لشهر كامل وحتى الساعة 12 من أول يوم في الشهر التالي. بإمكانكم شراء التذكرة من كافة مراكز البيع في توبينغن. للمزيد من المعلومات: www.tuebingen.de/kreisbonuscard

Monthly ticket for 15 Euro

If you have a KreisBonusCard, you can get a reduced monthly ticket for 15 euros. You can then use all of the buses on TüBus lines. The card is valid for a whole month until 12am on the first day of the following month. The monthly ticket can be purchased at all Stadtwerke Tuebingen sales points. For further information: www.tuebingen.de/kreisbonuscard

SERVICE / ADRESSEN

4ALL - Intercultural Music Fest

Zum fünften Mal findet das „4ALL - Intercultural Music Fest“ statt. Das ist ein Fest für Kinder und Erwachsene aller Nationalitäten mit interkultureller Musik, Workshops und einem internationalen Küchen-Forum. Das Fest findet am 21.09.19 ab 15 Uhr im Epplehaus, Karlstraße 13, in Tübingen statt. Der Eintritt kostet 4€, für Kinder bis 14 Jahre ist der Eintritt frei! Das Fest gehört zum Programm der Interkulturellen Woche, mit vielen anderen Veranstaltungen. Für mehr Informationen: www.interkulturellewoche.de/2019/datenbank/tuebingen

Loretto-Fest

Am Lorettoplatz in der Südstadt von Tübingen wird am 07.09.19 von 14 bis 24 Uhr das Lorettofest gefeiert. Dort gibt es Live-Musik, Vorführungen und Sport-Events.

K.I.O.S.K. - Infoveranstaltungen

Training für Vorstellungsgespräche: Am 06.09.19 findet in der Poststraße 10 in Tübingen von 14 bis 16 Uhr ein Training für Vorstellungsgespräche statt. Dort können alle, die sich auf ein Vorstellungsgespräch in der Zukunft vorbereiten wollen, nützliche Informationen und Tipps erhalten. Anmeldung per E-Mail: kiosk@mbh-jugendhilfe.de
Finanzierungsmöglichkeiten zur Ausbildung: Wer Fragen zur Finanzierung von Ausbildung oder Studium hat, kann bei einer Infoveranstaltung wichtige Informationen erhalten. Die Veranstaltung findet am Dienstag, den 03.09.19 um 17 Uhr am Lorettoplatz 30 statt.



Besonders für ältere Frauen ist eine regelmäßige Brustkrebs-Vorsorgeuntersuchung (Mammographie) sehr wichtig.

Foto: Rainer Sturm/pixelio.de.

Tag des offenen Denkmals

Der „Tag des offenen Denkmals“ ist ein Tag, an dem man einen Einblick in viele historische Gebäude bekommen kann. Diese Gebäude sind normalerweise öffentlich nicht zugänglich. In ganz Deutschland kann man an diesem Tag verschiedene Denkmäler und Institutionen besuchen. In Tübingen gibt es die Möglichkeit, die Schlosskirche Hohentübingen, die evangelische Predigeranstalt oder das Wohnprojekt in der Schellingstraße zu besuchen. Dabei kann man viel Interessantes über diese Gebäude erfahren. Der Tag des offenen Denkmals findet am 08.09.19 statt. Es gibt auch Führungen. Bei einigen Gebäuden muss man sich vorher anmelden. Für mehr Informationen: www.tag-des-offenen-denkmals.de

يوم افتتاح الصروح التذكارية

هذا اليوم يعطي لمحة عن المباني التاريخية. عادة هذه الصروح ليست متاحة دائماً للجمهور. بإمكان الناس في هذا اليوم زيارة الصروح التذكارية والأماكن التاريخية في جميع أنحاء ألمانيا. في توبينغن بإمكانكم زيارة كنيسة القلعة وأيضاً دير الوعظ الإنجيلية أو أماكن أخرى في Schellingstraße وستتعرفون على الكثير من الأمور الشائقة عنها. هذا اليوم هو في تاريخ 08.09.2019. كما أن هناك مرشد سياحي في بعض الأماكن ولكن يجب التسجيل المسبق. للمزيد من المعلومات: www.tag-des-offenen-denkmals.de

Day of the open monument

The “day of the open monument” is a day on which one can get an insight into many historical buildings. These buildings are usually not open to the public. On this day you can visit different monuments and institutions all over Germany. In Tuebingen there is the possibility to visit the Schlosskirche Hohentuebingen, the evangelical preaching institution or the housing project in the Schellingstraße. You can learn a lot of interesting things about these buildings. The day of the open monument takes place on 08.09.19. There are also guided tours. For some buildings you have to register in advance. For more information: www.tag-des-offenen-denkmals.de

IMPRESSUM / IMPRINT



tünews INTERNATIONAL

News von Geflüchteten für alle, ermöglicht vom Landkreis Tübingen.

Redaktionsteam: Rahima Abdelhafid, Marwan Abdullah, Lobna Alhindi, Tasmin Alruhban, Sahar Ahmadi, Ademola Adetunji, Alexandra Alb, Mostafa Elyasian, Sylvia Haden, Farzaneh Hassani, Mohammed Kheer Hazeem, Sameer Ibrahim, Bright Igbinovia, Ute Kaiser, Martin Klaus, Oula Mahfouz, Claron Mazarello, Naeem Nazari, Filiz Sahin, Fatima Salehi, Wolfgang Sannwald, Andrea Schmitt, Michael Seifert, Tobias Sick, Hajera Sheikh, Feras Trayfi.

ISSN 2628-8087

Verantwortlicher Herausgeber:

Dr. Wolfgang Sannwald, Landratsamt, Wilhelm-Keil-Str. 50, 72072 Tübingen; kulturgut@kreis-tuebingen.de

tünews INTERNATIONAL wird von KulturGUT e.V. herausgegeben und vom Landkreis Tübingen ermöglicht.

Unterstützt durch das Ministerium für Soziales und Integration aus Mitteln des Landes Baden-Württemberg.

In Kooperation mit: Volkshochschule Tübingen und Freies Radio Wüste Welle.



www.tunews.de