

Sprachkurs in den Sommerferien

Während der Sommerferien bietet der Verein InFö einen B1-Sprachkurs an. Der Kurs ist geeignet für Jugendliche oder Erwachsene, die eine Ausbildung oder ähnliches beginnen möchten. Er findet vom 22.07.19 bis zum 23.08.19, immer von Montag bis Freitag und von 8.30 bis 13.35 Uhr statt. Der Anmeldeschluss für Bewerbungen ist der 10. Juli, aber oft sind noch freie Plätze übrig. Wer Interesse hat, sollte unbedingt nachfragen! Der Verein InFö liegt in der Mauerstraße 2 in Tübingen und hat für Anmeldungen zwischen 14 und 17 Uhr geöffnet. Für mehr Informationen: www.infoe-tuebingen.de/Sommerkursausschreibung.pdf?123

Constant heat – What is important?

Especially during very hot days it is important to stay hydrated. The recommended amount of water is generally considered to be roughly 2,5 litres of liquid per day. Most beneficial are drinks without a lot of sugar, like sparkling water, juices or fruit or herbal teas. Clothing should generally be light and breathable. It is important to protect your head as well with appropriate headwear. Applying sufficient sun screen, in particular with children, is essential. In the short term, wet cloths on legs, arms, face and neck can help the body to cool down.

آموزش زبان آلمانی در تعطیلات تابستانی

مدرسه InFö برای سطح B1 در طول تعطیلات تابستانی یک دوره آموزشی زبان برای جوانان و نوجوانانی که می‌خواهند در این سال Ausbildung را شروع کنند ارائه می‌دهد. این کورس زبان در تاریخ بیست و دوم ماه یولی شروع شده و تا بیست و سوم ماه اگوست ادامه خواهد داشت. این کورس به طور مداوم از دوشنبه شروع و تا جمعه همه روزه از ساعت هشت و سی تا یک و چهار و پنج دقیقه بعد از ظهر می‌باشد. آخرین فرصت برای ثبت نام دهم ماه یولی می‌باشد. هنوز هم جای خالی برای ثبت نام وجود دارد. برای اطلاعات بیشتر به این ادرس مراجعه کنید: www.infoe-tuebingen.de ثبت نام بین ساعت دو بعد از ظهر ال پنج می‌باشد. ادرس: 2 Mauerstraße, Tübingen

Babybrunch für junge Familien!

Das Familienzentrum „elkiko“ bietet verschiedene Aktivitäten an, die besonders für Familien mit Kleinkindern geeignet sind. Beim „Babybrunch“ können sich Eltern mit ihren Säuglingen zu einem Buffet treffen. Sie können sich dort austauschen und Kontakte knüpfen. Eine Fachkraft für Fragen zum Alltag mit einem Säugling ist ebenfalls vor Ort. Der Babybrunch findet jeden Dienstag und Donnerstag von 9.30 bis 11.30 Uhr statt. Anmelden muss man sich nicht. Es kostet einmalig 5€ für Erwachsene und 1€ für jedes Kind. Im elkiko gibt es auch Sprachtreffs, wie das Französisch-Café. Dort können sich Menschen treffen, die bereits Französisch sprechen oder es lernen möchten, und sich bei Snacks und Getränken kennenlernen. Das Familienzentrum liegt an der Lilli-Zapf-Straße 17, am Lorettoplatz in Tübingen. Für mehr Informationen und Termine: www.infoe-tuebingen.de/offenefamilientreffs.pdf?123

Sprachkurs in den Sommerferien bei InFö!

Babybrunch for young families

The „elkiko“-family-centre is offering several activities especially suitable for young families with toddlers. During the „babybrunch“ parents with their toddlers can meet up for a buffet. There, they can exchange experiences and make new contacts. An expert on issues pertaining to raising a toddler is present as well. The babybrunch is taking place every Tuesday and Thursday 9.30-11.30 a.m. There is no need for registration. The participation fee is 5€ per parent and 1€ per child. There are language meetings as well, like the „Französisch-Café“. There, people who already speak or want to learn French can meet up attend get to know each other alongside snacks and drinks. The family centre is located in the Lilli-Zapf-Straße 17, at the Lorettoplatz in Tübingen. For further information and dates: www.infoe-tuebingen.de/offenefamilientreffs.pdf?123

وجبة غداء صغيرة للعائلات

يوفر مركز العائلات (elkiko) نشاطات مختلفة ملائمة للعائلات الذين لديهم أطفال. ضمن الغداء الصغير يمكن للأهالي مع أطفالهم الرضع مقابلة بعض من البوفيه. يمكنهم هناك تبادل وبناء العلاقات. كادر متخصص يومي أيضا مع الأطفال الرضع على الفور. تقام وجبة الغداء الصغيرة كل يوم ثلاثاء وخميس من الساعة 9:30 حتى الساعة 11:30. لا ينبغي على الشخص التسجيل. التكلفة للشخص البالغ مرة واحدة 5 يورو وللأطفال 1 يورو. في elkiko يوجد أيضا لقاءات محادثة مثل Französisch-Café. هناك يمكن للأشخاص أن يقابلوا بعضهم الذين يتحدثون الفرنسية أو يعلمونها ويتعرفون على بعضهم ضمن أكل الوجبات الخفيفة والمشروبات. مركز العائلات يقع في Lorettoplatz 17 في Lilli-Zapf-Straße بتوبينغن. لمزيد من المعلومات والمواعيد www.infoe-tuebingen.de

Education counselling and funding

Refugees and migrants planning to take up studies can attend the education counselling bureau GFH (Garantiefonds Hochschule). There you can receive information and create an educational plan for your future. Moreover, there is the possibility of receiving financial support for language and preparation classes. In Tübingen for example, language classes in German and English at „Viva Lingua!“ are supported. People older than 30 years of age cannot receive these funds. Refugees who have lived in Germany for more than two years and the family members of people entitled to asylum can apply as well. The bureau is located in the Olgastraße 62 in Stuttgart. For more information, please refer to: www.bildungsberatung-gfh.de

ما الشيء المهم للحر المتواصل

حاليا بالنسبة لأيام الحرارة المرتفعة ينبغي على الشخص الشرب الكافي. ينصح بكمية حوالي 2,50 لتر من السوائل في اليوم الواحد. الأفضل أن يكون بعض من المشروبات التي لا تحتوي على الكثير من السكر مثل العصير الطبيعي الممزوج بالماء أو الماء أو الفواكه أو شاي الأعشاب. الثياب يجب أن تكون منقذة للهواء وهوائية. مهم جداً أيضا حماية الرأس بغطاء مناسب. إلى جانب ذلك ينبغي على الشخص دهن كمية وفيرة من الواقي الشمسي وخاصة للأطفال. وفي وقت قصير يمكن أيضا لقماش رطبة على الوجه واليدين والساقين ومؤخرة العنق أن تسحب حرار الجسم الساخن.

دورة لغة في العطلة الصيفية

توفر جمعية (InFö) خلال العطلة الصيفية دورة لغة ألمانية لمستوى ال B1. دورة اللغة هذه للشباب أو للبالغين الذين يريدون البدء بالتدريب المهني أو ما شابه ذلك. يقام من 22.07.2019 حتى 23.08.2019 الإثنين إلى الجمعة من الساعة 8:30 حتى الساعة 13:45. فترة إنتهاء تقديم الطلبات حتى 10 تموز (يوليو). ولكن غالباً ما يبقى أماكن متاحة. للذين لديهم رغبة بذلك عليهم السؤال على أي حال. جمعية (InFö) توجد في شارع 2 Mauerstraße توبينغن ويكون مكتب التسجيل مفتوح بين الساعة 14 والساعة 17. لمزيد من المعلومات www.infoe-tuebingen.de

Summer holiday language classes

During the summer holidays, the InFö association is offering a B1 language class. The class is aimed at youths and grown-ups planning to begin an apprenticeship. The classes will take place from 22.07.19 to 23.08.19, Monday to Friday, from 8.30 to 13.35 p.m. The deadline for application is 10.07.19. But oftentimes, there are still free spots afterwards. Everyone interested should ask for available places. The InFö building is located in the Mauerstraße 2 in Tuebingen and is open for applicants between 2 and 5 p.m. For further information, please refer to: www.infoe-tuebingen.de/Sommerkursausschreibung.pdf?123

در هوای گرم - چه باید کرد؟

حتما در روزهای گرم به اندازه کافی آب بنوشید. مقدار توصیه شده در اینجا دو و نیم لیتر آب در یک روز میباشد. شما میتوانید از آبمیوه و چای گیاهی نیز استفاده کنید. در قسمت نوشیدنی باید توجه داشت که نوشیدنی شکر زیاد نداشته باشد و نیز لباس های شما طوری باشد که آفتاب زیاد به آن نفوذ نکند و آزاد باشد. همچنین میتوانید با پوشش مناسب از گرمای آفتاب در امان باشید. در این ایام گرم باید به کودکان توجه خاصی داشت و با دستمال های مرطوب روی پاهای و بازوها و صورت و گردن نیز میتوانید گرما را از بدن کاهش دهید.

مشاوره آموزشی و پشتیبانی

پناهندگان و یا مهاجرینی که علاقه مند به تحصیل هستند میتوانند به مشاوره تحصیلی شرکت کنند و در آنجا علاوه بر یک دوره آموزشی یک مقدار حقوق مالی نیز دریافت میکنند. این دوره آموزشی که تمرکز آن برای آمادگی زبان آلمانی میباشد. در توبینگن نیز این فرصت را دارید تا یک دوره زبان آلمانی و انگلیسی را در یک دوره آموزشی فرا بگیرید به شرط اینکه سن شما از سی سال بیشتر نباشد. کسانی که بیشتر از دو سال در آلمان هستند و یا اعضای خانواده کسانی که حق پناهندگی دارند می توانند ثبت نام کنند. آدرس مشاوره Stuttgart, Olgastraße 62. برای اطلاعات بیشتر به این آدرس مراجعه کنید: www.bildungsberatung-gfh.de

Anhaltende Hitze – was ist wichtig?

Gerade an den besonders heißen Tagen sollte man ausreichend trinken. Die empfohlene Menge liegt hier bei etwa 2,5 Liter Flüssigkeit pro Tag. Am besten eignen sich Getränke ohne viel Zucker, wie Wasser, leichte Saft-schorle, Frucht- und Kräutertees. Die Kleidung sollte luftig und atmungsaktiv sein. Sehr wichtig ist es dabei auch den Kopf mit einer entsprechenden Bedeckung zu schützen. Zudem sollte man immer genug Sonnenschutz auftragen, besonders bei Kindern. Kurzfristig können auch nasse Tücher auf Beinen, Armen, Gesicht und Nacken dabei helfen, dem Körper Wärme zu entziehen.

SERVICE / ADRESSEN

Informationsabend „Frauen auf der Flucht“

Mindestens 50 Prozent aller Flüchtlinge sind Frauen und Mädchen. Frauen fliehen wegen Unterdrückung und Verfolgung aus politischen und religiösen Gründen. Aber auch Zwangsprostitution, Zwangsheirat, genitale Verstümmelung und Vergewaltigungen sind weitere Gründe, die Frauen zur Flucht zwingen. Angst ist dabei der ständige Begleiter. Magdalena Berrer, vom Fraueninformationszentrum in Stuttgart, gibt uns hierzu am 17. Juli 2019 von 18 bis ca. 20 Uhr in Ofterdingen, Steinlachstraße 31 (Bushaltestelle Steinlachstraße) einen Einblick.



Bei großer Hitze bieten auch die Freibäder im Landkreis die nötige Erfrischung.

Foto: Thomas Tobaben/Pixelio.de.

Bildungsberatung und -förderung

Geflüchtete oder Zugewanderte, die an einem zukünftigen Studium interessiert sind, können die Bildungsberatung GFH (Garantiefonds Hochschule) besuchen. Dort kann man sich informieren und einen Bildungsplan für den zukünftigen Bildungsweg erstellen lassen. Es gibt dort die Möglichkeit, finanzielle Förderungen für Sprach- und Vorbereitungskurse zu bekommen. In Tübingen werden zum Beispiel Sprachkurse (Deutsch und Englisch) bei „Viva Lingua!“ finanziert. Anmeldefristen für die Förderungsprogramme gibt es keine. Man darf nur noch keine 30 Jahre alt sein. Auch Geflüchtete, die länger als zwei Jahre in Deutschland sind und Familienmitglieder von Asylberechtigten können sich bewerben. Eine Beratungsstelle ist in der Olgastraße 62 in Stuttgart. Für mehr Informationen und Anmeldung: www.bildungsberatung-gfh.de

تنمية وإستشارة تعليمية

اللاجئين والمهاجرين المهتمين بالدراسة الجامعية في المستقبل يمكنهم زيارة مركز الإستشارة التعليمية GFH (صندوق ضمان المعاهد العالية المتخصصة) هناك يمكن للشخص الإستعلام وإنشاء خطة تعليمية للطريق التعليمي المستقبلي. يوجد هناك خيارات للحصول على الدعم المالي لدورات اللغة أو للدورات التحضيرية. في توبينغن على سبيل المثال الدعم المالي لدورة في اللغة (الإنكليزية والألمانية) في مدرسة Vivat Lingua. لا يوجد مهلة لتسجيل لبرنامج التنمية. ولكن لا يسمح للشخص أن يكون أكبر من 30 سنة. واللاجئين الذين هم في ألمانيا أكثر من سنتين أو من أفراد العائلة والحاصلين على حق اللجوء يستطيعون تقديم الطلبات. مكان الإستشارة في شارع Stuttgart, Olgastraße 62. لمزيد من المعلومات والتسجيل www.bildungsberatung-gfh.de

غذاهای میان وعده برای کودکان و خانواده های جوان

مرکز خانواده "elkiko" فعالیت های مختلفی به ویژه برای خانواده ها و کودکان نوزاد ارایه میدهد. در این فعالیت کودک با پدر و مادر خود برای غذاهای میان وعده و بوفه میروند. در آنجا خانواده ها با یکدیگر گفت و شنود آزاد و تبادل تجارب میکنند. برای سوالات خانواده و در مورد زندگی روزمره یک متخصص حضور دارد که به سوالات شما پاسخ میدهد. شرکت در این برنامه هر سه شنبه و پنج شنبه از ساعت نه و سی دقیقه تا یازده و سی دقیقه میباشد. در این فعالیت شما نیاز به ثبت نام ندارید. هزینه در این فعالیت برای بزرگان پنج یورو و برای کودکان یک یورو میباشد. در آنجا برای کسانی که در حال یادگیری زبان فرانسوی هستند نیز یک مکان برای تمرین و تبادل تجارب زبان فرانسوی وجود دارد. همچنین نوشیدنی و تنقلات نیز موجود است. برای اطلاعات بیشتر به این وبسایت مراجعه کنید: www.infoe-tuebingen.de آدرس: Lorettoplatz, Lilli-Zapf-Straße Tübingen

IMPRESSUM / IMPRINT
tünews INTERNATIONAL
News von Geflüchteten für alle, ermöglicht vom Landkreis Tübingen.

Redaktionsteam: Rahima Abdelhafid, Marwan Abdullah, Lobna Alhindi, Tasnim 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, Halima Ibrahim Mohamud, 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