

Station: Internationaler Frauentreff – Teestube

Bildungsguide „Familienchance - Freiburg“

Sprache: Arabisch



انترناتسيونالا فراون تريف – تيشتوبه

مرحباً بالجميع, اسمي **مارينا دالر**. أعمل كمرية اجتماعية وأنظم لقاء للنساء هنا في **شتولينغر جيفيربه هوف** في **دياكونيشن فيرك فرايبورغ**.

لدينا العديد من العروض المميزة و الاستشارات التي نقدمها للمهاجرين هي جزء من هذه العروض وهناك المزيد.

لكننا هنا الآن من أجل اللقاء المخصص للنساء **فغاون تغيف** أو ما يدعى بغرفة الشاي **تيشتوبه** لأن هذا بكل بساطة ما نفعله أثناء اللقاء بالإضافة إلى العديد من الأشياء الممتعة.

تأتي إلى هذا اللقاء نسوة من مختلف أنحاء العالم, بعضهن تأتي بمفردها وأخريات يأتين مع صديقاتهن وأطفالهن. ما يميز لقائنا هو المبني الهادئ الذي تجتمع به النسوة ومما يجعل اللقاء أكثر متعة هو احتواء المبني على مطبخ حيث نقوم بإعداد الوجبات الشهية من شتى أنحاء العالم. فمثلاً قمنا بتحضير أطباق هندية وعراقية وسورية وفارسية وصولاً إلى الطبق الروسي. فمهما كان ما نفعله, يغلب على الأجواء الطابع الرقيق المليء بالراحة.

بينما نحتسي الشاي والقهوة نفكر ما الذي نريد فعله؟ وما الذي نحتاج إليه؟ وهكذا نتنج خططنا. فنقرر مثلاً اكتشاف المدينة فنذهب في رحلة إلى **البودنزي** إلى مناطق قريبة وأخرى ليست بالقربية, داخل وحول **فرايبورغ**. فعندما نشعر بحاجة إلى التعبير عن ما بداخلنا بطريقة تصويرية, نرسم معاً, أو نتبادل ما صنعناه مع بعضنا البعض. فمننا من يمارس الحياكة والخياطة والكثير من الأعمال اليدوية المميزة.

حتى التمارين الرياضية نمارسها سويةً فكلنا نريد أن نحافظ على لياقة جسدها فقمنا مثلاً بممارسة **الزومبا** أما الآن فإننا مواظبون على تمارين التأمل **اليوجا**. ودائماً ما نقترح ونناقش خطط جديدة فالبعض أراد التعمق أكثر في كيفية استخدام الحاسوب فأنشأنا دورة تعلم الحاسوب. ولا نزال إلى الآن في مرحلة التخطيط لكثير من الدورات الأخرى.



Gefördert vom:



ومن ناحية الدعم, فدائماً ما نقف بجانب بعضنا البعض فممنهّن من تُحضر استبيانات للتعبئة, أو خطابات ورسائل من الدوائر الحكومية. حتى الدعم النفسي, فدائماً ما نتحدث عن الوضع العائلي لكل منا, ومواضيع كثيرة أخرى ونحاول حل هذه المشاكل بأنسب الحلول. كما يوجد لدينا وسيطة لغوية تتكلم التركية والعربية, وأنا شخصياً أتكلم الروسية. وختاماً يسرنا انضمامكّن للقائنا, من أي دولة كنتم, فمعاً نشكّل مزيجاً رائعاً.

يمكنكم الانضمام إلينا في يوم الإثنين من كل أسبوع, من الساعة الرابعة عصراً حتى السادسة مساءً في , الطابق الأرضي مباشرة. الحضور بدون تسجيل, فهو لقاء مفتوح ومجاني. Ferdinandweißstraße 9a.

آمل رؤيتكّن قريباً, **تشوس**

Arabische Übersetzung: Anas Alsakka



Gefördert vom:



www.familienchance-freiburg.de