

## Donna Mobile München

يزور موقعنا الثقافي الاجتماعي الكثير من النساء من كافة انحاء العالم نحن نجتمع ونقوم بنصائح النساء مع عوائلهن، اطفالهن وابنائهن في سن المراهقه نحن نعتني بمييزة الاشخاص من ثقافات وعالم مختلف والثقافات الاجتماعيه المختلفه لدينا عروض ودروس بعدة لغات وهي تُسند الحياة الاجتماعيه ونحن منتشرين بعدة نشاطات في انحاء مدينة ميونخ

مع دوناموبيله Donna Mobile يتعلم الشخص بتقوية صحته وكيفية التعامل مع مرضه بصوره صحيحه

-نحن نعطي معلومات ونصائح ل صحه جيده  
-يمكنك السؤال عن الشكوى الخاصه لديك في Donna Mobile  
-نحن نأخذ الاسئله والشكاوي بصوره جيديه  
-نحن نخبركم بماذا تفعلون بأنفسكم في هذه الحالات الصعبه التي تحصل لديكم  
-نحن نشجعكم بالمواضبه والفعل على صحه المتكامله لديكم

مع Mobile Donna يقومون النساء بالمواضبه على الرياضه مثلا:

-الجمناستك Gymnastik  
-رياضة الزومبا Zumba  
-رياضة البيلاتس Pilates  
-رياضة اليوغا Yoga  
-رياضة الرقص الشرقي Bachttanz-Fitness  
-رياضة الكيغونغ Qi-Gong

في Mobile Donna يتعلمن النساء والابناء في سن المراهقه ركوب الدراجة الهوائيه fahren Fahrrad مع Mobile Donna يتعلمن النساء السباحه

الى Mobile Donna يأتيون من النساء الكبيريات في السن:  
-هن يَلْتَقْنَ في Donna Mobile و Alten-Service-Zentren (في مراكز لخدمات العجزه)  
-نحن نقدم الكثير من النشاطات الصحيه والاجتماعيه المتنوعه في مراكز لخدمات العجزه

في Mobile Donna يتعلم المرأه والرجل مهنة جديده  
التأهيل الأساسي مع شهادة تخرج كمساعده في التدبير المنزلي و خدماته  
-التأهيل في انواع المهّن في مجال التدبير المنزلي وخدماته  
-الدروس التعليميه مخصصه للنساء فقط  
-الدروس التعليميه مُرَفَّقه باللغه الالمانيه

مساعده في مجال الرعايه او مساعد في مجال الرعايه حسب القانون الالمانى c 53 Paragraph gem. SGB XI, مساعدة تمرير او مساعد تمرير ينطبق التالي:

- النساء والرجال يتعلمون التمرير و الرعايه لدى الشخص الكبير في السن  
-الدروس مُرَفَّقه بتعليم اللغه الالمانيه

ام تحان خارجي لرعايه الاط فال ل حصول على شهادة كراعي ل لاط فال:ل ريرضحتل ا و ا دادع ال VERA  
-الرجال والنساء يتعلمون المهنة ك راعي للاطفال او راعيه للاطفال  
-المشارك او المشاركه يُهيئون أنفسهم للامتحان الخارجى

• هل تريد ان تفعل شيئاً لصحتك؟  
هل لديك اسئله بخصوص شكوة صحيه لديك؟

• هل تريد ان تتعلم مهنة جديده؟  
هل تريد ان تتجه الى مهنة جديده؟

• هل تريد ان تكون نشيط في الحي الذي تسكن به؟  
اذاً إتصل بنا

• رقم هاتفنا: ٠٨٩٥٠٥٠٠٥

يمكنك ايضاً إرسال رساله الكترونيه الى حساب الایمیل: [info@donnamobile.org](mailto:info@donnamobile.org)