

مرکز سلامتی برای زنان پروگرام از سپتامبر الی دسامبر ۲۰۱۷

کافه ملاقات خانم ها
در کافه ملاقات خانم ها از تمام ملیت ها جمع می شوند. ما با هم بازی می کنیم، فیلم نگاه می کنیم و سفر های تفریحی کوتاه به محل های اطراف انجام می دهیم. دوستان تانرا میتوانید با خود بیاورد.
همه‌هنگ کننده: فرینا جمال الدین ، مشاور سلامتی
هر ۱۴ روز دوشنبه ها از ساعت ۱۶ تا ۱۹
۱۱ سپتامبر، ۲۵ سپتامبر، ۹ اکتوبر، ۲۳ اکتوبر، ۶ نوامبر، ۲۰ نوامبر و ۴ دسامبر ۲۰۱۷

فعال با هم

گردش اول : گردش بسوی شاله بورگ

بازدید از قلعه کوه و هدایت به نمایشگاه اسلامی با مترجمین
تاریخ ملاقات ۳۰ سپتامبر از ساعت ۸ الی ۱۸
زمان حرکت: ساعت ۸ صبح با بس
مکان : ایستگاه قطار وینر نویشتاد
پرداخت هزینه : همرا با کلتور پاس ۱۰ آبرو/ بدون آن ۲۰ آبرو

گردش دوم: آبیازی دروین

ششم نوامبر

ثبت نام از اکنون از طریق ادرس الکترونیکی

frauengesundheit@caritas-wien.at

تلفن ۰۰۴۳۶۷۶۳۶۳۱۱۸۲ هم اکنون ثبت نام کنید
تمام برنامه های گروهی پیشنهاد شده از ۵ نفر شرکت کننده تشکیل می شوند
ثبت نام قبلی ضروری است، برای آنکه تعداد در گروه ها محدود می باشد
مکان
تمام برنامه ها در ادرس فردینان پورشه رینگ ۱۴ در طبقه همکف در اطاق سمینار برگزار می شوند

هزینه
کورس های ما می توانند رایگان ملاقات شوند، به هر حال ما برای هر پرداخت هزینه کمی خوشحال می شویم
یک قسمت زیادی از مخارج از طریق کاریتاس وین تامین می شود. از پرداخت هزینه دلخواه استقبال می شود تا در آینده هم بتوانیم دوره های مختلفمان را ارائه کنیم

مشاوره برای خانم ها و دختران برای حمایت های کامل سلامتی
به زبان های المانی و انگلیسی و اسپانیایی
زبان های دیگر مانند فارسی، عربی، ترکی در صورت نیاز در صورت امکان
بعد از همه‌هنگی، دوشنبه الی جمعه از ساعت ۸-۱۲

تلفن ۰۶۶۴۸۴۲۷۵۰۳

مشاوره با قابله:

قابله : کاترینا کلیمه

شیاتسو و مشاوره صحی

با سیگرید ویستریچیل دیپلومه شیاتسو

روان درمانی و روان خانواده وینر نوشتاد

فردیناند پورشه رنک ۱۴ تلفون : ۰۶۷۶۴۲۳۴۰۳۴

بدن رین گاسه ۷ تلفون: ۰۲۲۵۲۲۵۹۳۲۲

یوگا برای خانم ها

خانم ها یاد می گیرند که چگونه با استرس کنار بیایند و از طریق تمرینات بدنی مرتب قدرت بدنیشان را بهتر می کنند

با معلم یوگا گابی کراشر

لطفا لباس راحت و حوله همراه خود بیاورید

دو شنبه ها از ساعت ۱۴ الی ۳۰:۱۵

توجه: مکان جدید طبقه همکف کلیسای فردیناند پورشه رنک ۴



آرامش با بین یوگا

بین یوگا نوع دیگری از یوگا یا تمرین آرامش بوده و شما را کمک میکند تا آرامش درونی خود را دریابید

با استاد یوگا کراشر

لطفا لباس راحت و حوله همراه خود بیاورید. چهارشنبه ها از ساعت ۸ الی ۱۰

کار مشترک و کاردستی

در این کورس شما بافندگی، خیاطی و کرشنیل را یاد میگیرید

با استاد کورس اندریا همرت

شروع کورس ۲۸ سپتامبر الی ۷ نوامبر مرکز سلامت برای خانم ها