



HEKS
Brot für alle.

باغ مردان با هم باغبانی کنیم – با هم گفتگو کنیم

ما در باغ دور هم جمع میشویم . با خاک و گیاهان کار میکنیم .
درباره خانواده ، کار و زندگی در سوئیس صحبت میکنیم . تو میتوانی به سادگی بیایی ،
میتوانی گوش بدهی ، صحبت کنی یا با ما باغبانی کنی .

برای چه کسانی؟ مردان ساکن بازل ، با سابقه مهاجرت یا تجربه پناهندگی .
چه زمانی؟ جلسه باغ : پنجشنبه ، ساعت 16 .
گروه‌های بحث و گفتگو : پنجشنبه عصر ، ساعت 18 تا 20
زبان‌ها : عربی – دری / فارسی / پشتو – ترکی – انگلیسی .
جلسات باغبانی ، معمولاً به زبان آلمانی برگزار میشود

Wo: Gemeinschaftsgarten Landhof, Riehenstrasse 90/110

Kontakt: Roberto Rivetti, roberto.rivetti@heks.ch, 061 367 94 04

بیای و به ما ملحق بشوید
بدون هزینه ، و بدون هیچگونه تعهدی
منتظر دیدار تو هستیم

اطلاعات بیشتر:





باغ مردان

برنامه مارس و آوریل ۲۰۲۶ - بحث‌های گروهی

پنجشنبه 12.3.	چگونه می‌توانم در بازل راه خود را پیدا کنم؟ زندگی روزمره ، پیشنهادات ، اطلاعات مفید	عربی ، ترکی ، آلمانی ، انگلیسی
19.3.	بدون بحث گروهی	
پنجشنبه 26.3.	وقتی خیلی تحت فشار هستید استرس ، اضطراب ، احساس غرق شدن در مشکلات و چگونگی حفظ آرامش	فارسی ، عربی ، آلمانی ، انگلیسی
پنجشنبه 2.4.	ابراز احساسات - ضعف یا قدرت واقعی؟ چگونه مردان با فشار و ناامنی کنار می‌آیند؟	عربی ، آلمانی ، انگلیسی
پنجشنبه 9.4.	پدر بودن - امروز الگو بودن - صمیمی بودن - راهنما بودن	عربی ، آلمانی ، انگلیسی
پنجشنبه 16.4.	پرورش در سونیس مسئولیت‌های من و حقوق فرزندم چیست؟	عربی ، آلمانی ، انگلیسی
پنجشنبه 23.4.	فرهنگ‌های مختلف - چگونه می‌توانیم با هم به خوبی زندگی کنیم؟ احترام - همدلی - سوتفاهم‌ها - ارزش‌ها	ترکی ، آلمانی ، انگلیسی
پنجشنبه 30.4.	فهمیدن و فهمیده شدن ارتباط در خانواده و جامعه	عربی ، آلمانی ، انگلیسی

بحث‌های گروهی در زمین فوتبال لاند هوف ،
در بازل استاد برگزار خواهد شد

برنامه باغ مردان ، توسط کانتون بازل - استاد پشتیبانی میشود
در صورت درخواست ، گواهی شرکت منظم در برنامه صادر میشود



Google Maps:

