

الخميس
DONNERSTAG

تبادل خبرات
إستشارة
13:30 – 15 Uhr

ملاكمة
17 – 19 Uhr



أوقات
الإستشارة في
تخطيط
المستقبل
15 – 18 Uhr



الأربعاء
MITTWOCH

تبادل خبرات
إستشارة
15 – 18 Uhr



حديث حر
18 – 19 Uhr



عشاء
19 – 21 Uhr

ورشة التعلم
والتشجيع
15 – 19 Uhr



الثلاثاء
DIENSTAG

تبادل خبرات
إستشارة
13:30 – 15 Uhr



الفنون
15 – 19 Uhr

ورشة التعلم
والتشجيع
15 – 19 Uhr



الإثنين
MONTAG



الرقص
17 – 19 Uhr

17 – 19 Uhr



M*treff

لقاء فتيات *M
مجال لتبادل المعلومات
والتجارب للشابات من سن
١٣ عامًا في مبنى المطافئ
القديم (Alte
Feuerwache).

الدورات تدريبية

الرقص

هل تحبى الحركة، هل تحبى الرقص المدني في كل الإتجاهات وتبحثى عن مجموعة جديدة يمكنك أن تجربى معها كل الرقصات في أجواء مريحة؟

الفنون

هل تريدى أن تحضرى دورات تدريبية فنية بتركيز على نقاط مختلفة؟ أو هل أردتى أن تصنعى السيراميك وتلونه بنفسك، وأن تبنى صندوق موسيقى؟

ملاكمة

تريدى أن تخرجى طاقتك العاطلة، ولا تعرفى كيف تتعاملين مع طاقة العنف الموجودة لديك وتريدى تقوية قدراتك النفسية والجسمانية.

ورشة التعلم والتشجيع

تحتاجى إلى دعم للنجاح في السنة الدراسية؟ أنت متحمسة لكنك لا تعرفى كيف تنظمى أوقاتك و كيف تبحثى عن مجموعة للتعلم؟

حديث حر

أنت غير متأكدة من كيفية التعامل مع جسمك او عوراتك أو أجسام الآخرين، لا تعرفى ما الذي يجب أن تتحدثى عنه ومن أنت حقاً ومن تعجبى به وتريدى أن تناقشى أسئلتك بحرية وسرية تامة؟

عشاء

هل تبحث عن مجموعة تتمتع بالطبخ وتذوق الطعام الجيد؟

إستشارات في مجالات متعددة

تبادل خبرات إستشارة

تريدى راحة البال، وتناول الغداء، وألتعرف على أشخاص لطيفين؟ تحتاجى إلى مساعدة؟

أوقات الإستشارة في تخطيط المستقبل

هل تريدى أن تكتبى طلبات، تحتاجى إلى تدريب أو تريدى أن تغيبرى مدرستك الحالية؟ تريدى أن تختارى مستقبلك المهني والتحدث مع شخص عن هذا الإختيارالمستقبلى؟

المجموعات

nichtmituns#

هل تبحثى عن مكان تثقى فيه حيث يمكنك التحدث وتبادل الآراء في سرية تامة عن تجربتك مع العنصرية و التمييز السلبى؟

إجتماع M * مخصص لك
ولجميع الشابات بدءاً من سن
١٣ عاماً. إنه وفي هذا المكان
يمكنك التعرف على أشخاص
وأنشطة مختلفة وإيجاد طرق
لدعمهم وتمكينهم. أن جميع
العروض مجانية. هيا انضمي
إلينا - بدون تسجيل، بسهولة
و بدون تعقيد!
ويمكن أن تجدى جميع
فعالياتنا الحالية على
الإنترنت.

M*treff
Raum für junge Frauen*
Alte Feuerwache
Melchiorstraße 3
50670 Köln

Heike Simmer & Johanna Schmitz
jungefrauen@altefeuerwachekoeln.de
0221 973 155 25
0178 704 0990
www.altefeuerwachekoeln.de
@ mtreffaltefeuerwache

