

له ورځنيو ستونزو او عاطفي فشار سره د مقابلي لپاره ستراتيژي زده کړئ.



څه ؟

د مطالعې د يوې برخې په توګه، موږ يو کورس چې د (ستونزي مثبت مدیریت، +PM) بلل کيږي وړاندې کوو. دا کورس په ورځني ژوند کې له فشار سره د مقابلي په موخه آسانه ملاتړ چمتو کوي. تاسو به زده کړئ چې څه ډول له خپل ځان سره په بېلا بېلا حالتونو کې مرسته وکړئ.

ګډون کول رضاکارانه دي او هيڅ ډول لګښت نه لري. ستاسو د سفر لګښتونه ادا کوو.



پناهنده گی او کډوالي په ورځني ژوند کې له ننگونو سره مل وي. آیا غواړئ له دوي سره په غوره توګه د مقابلي لارې چارې زده کړئ؟

څه ډول کار کوي؟

د سویس د کانتون زوریخ سره میاشت د رېپونې او جګړې د قربانیانو د سراپا مرکز (AFK) سره په ګډه دا کورس وړاندې کوي. په دې کورس کې 5 فردي څېرې اترې شاملې دي، چې هره یوه یې 90 دقیقې وخت نیسي. روزل شوي کار کوونکي ستاسو په مورنۍ ژبه کورس وړاندې کوي. مور یې په لاندې ژبو وړاندې کوي: عربي، دري، کوردي، پښتو، روسیه، تامیل، تګرنیا، ترکی او اوکرایني.

د چا لپاره؟

16 کلن او یا له هغې څخه زیات عمر لرونکي کسان د (B یا N, F, S) پناه غوښتنې له مخینې سره چې د زوریخ په شار اوپوشل شوی ګماینده ګان کې ژوند کوي.

لیوالتیا لري؟ زموږ سره په اړیکه کې شئ!

نوملیکنه: د نوملیکنې فورمه، ټلیفون: 57 25 388 044، واتساپ نمبر: ۰۰۴۱۷۹ ۹۵۹ ۲۵ ۵۷ برېښنالیک: spirit@srk-zuerich.ch

ستاسو له نوملیکنې وروسته، مور به ستاسو روغتیايي حالت په قطعي توګه د ګډون کولو په موخه و ارزوي، تر څو مشخص کړو چې آیا دا کورس ستاسو لپاره مناسب دی او که نه. د ګډون کولو شرایط: د „PM+“ کورس د عملي مطالعې برخه ده چې د AFK لخوا ترسره کېږي. د دې مطالعې موخه دا ده چې د پناه غوښتونکو لپاره روغتیايي پاملرنې ته په لاسرسي کې ښه والی راولو.

په دې کورس کې په ګډون کولو سره، تاسو هوکړه کوئ چې په دې مطالعه کې برخه واخلي. د مطالعې لپاره له تاسو څخه غوښتل کېږي چې په خپله مورنۍ ژبه پوښتن پاڼه بشپړه کړئ. ستاسو ټول معلومات به په بشپړه توګه محرمانه وساتل شي.

مور ستاسو خبر ته په تمه یو!

اړیکې:

د سویس د Canton Zurich سور صلیب

spirit@srk-zuerich.ch

تلفن: 044 388 25 57

واتساپ: ۰۰۴۱۷۹۹۵۹۲۵۵۷



spirit-p.ch/registry/ps



srk-zuerich.ch/spirit-anmeldung



واتساپ نمبر: ۰۰۴۱۷ ۹۵۹ ۲۵ ۵۷