

Mamamundo

دورة التحضير للولادة باللغة العربية

Geburtsvorbereitungskurs Mamamundo
in Arabisch

اللغة العربية | فارسی | ګۍګۍ | தமிழ் | Soomaali | Shqip | Türkçe | Français



Mamamundo Geburtsvorbereitungskurse für Schwangere mit Migrationshintergrund

Eine Hebamme und eine interkulturell Dolmetschende beantworten Ihre Fragen und informieren Sie über die Schwangerschaft, die Geburt, das Stillen und die erste Zeit mit dem Kind zu Hause. Sie zeigen, wie man sich mit Körperübungen entspannen und auf die Geburt vorbereiten kann.

Zusammen mit anderen Schwangeren haben Sie die Möglichkeit, sich über eigene Erfahrungen und Erwartungen und über kulturelle Gewohnheiten rund um diese spezielle Zeit auszutauschen.

Idealerweise wird der Kurs zwischen dem 5. und 9. Schwangerschaftsmonat besucht.

Die Kurse sind offen für Frauen mit Wohnsitz in den Kantonen Basel-Stadt und Basel-Landschaft.

Kurszeiten

6 × 2 Stunden von 18–20 Uhr und ein Treffen nach der Geburt (dieser Termin wird im Kurs abgemacht)

Kosten

30.00 CHF sind durch die Teilnehmerin zu bezahlen. Die restlichen 150 CHF werden direkt der Krankenkasse in Rechnung gestellt.

Kursleitung

Hebammen des Unispitals Basel mit interkulturellen Dolmetscherinnen (HEKS)

In Partnerschaft mit:

Anmeldung

Barbara Käser Schmid
Hebamme Geburtsvorbereitung,
Frauenklinik
Tel. +41 61 328 79 93
(Deutsch, Englisch, Französisch)
Telefonzeit: dienstags und freitags
9–11 Uhr

Email: mamamundo@usb.ch
Oder direkt auf der Website:
www.unispital-basel.ch/mamamundo

Kursort

Unispital Basel, Frauenklinik
Spitalstrasse 21
4031 Basel
Treffpunkt: Eingangshalle/
Porte Frauenspital



mamamundo

www.mamamundo.ch

دورة التحضير للولادة Mamamundo للنساء الحوامل ذوات الأصول المهاجرة

في هذه الدورة تجيب إحدى مساعدات الولادة برفقة مترجمة متخصصة في الثقافتين على أسئلتك كما تقدمان لكنّ معلومات حول الحمل والولادة والرضاعة والفترة الأولى التي تقضيها مع الرضيع في البيت. سيشرحن لكنّ كيف يمكن لتمارين الجسم المساعدة على الارتخاء والتحضير للولادة.

وهنا تتوفر لك إمكانية تبادل الخبرات وما تنتظرينه شخصياً وكذلك التعرف على العادات الثقافية المرتبطة بهذه المرحلة الخاصة من خلال اللقاء مع نساء حوامل أخرى.

سيكون من المستحسن المشاركة في الدورة ما بين الشهر الخامس والشهر التاسع من فترة الحمل.

الدورات مفتوحة للنساء اللاتي مقر إقامتهن في كل من كانتون مدينة بازل (Basel-Stadt) و كانتون ريف بازل (Basel-Land).

بالتعاون مع:



mamamundo

www.mamamundo.ch

أوقات الدورة

ست مرات ولمدة ساعتين في كل مرة، من الساعة السادسة مساءً حتى الساعة الثامنة مساءً
ولقاء واحد بعد الولادة (سيتم الاتفاق على هذا الموعد خلال الدورة)

التكاليف

يجب على المشتركة في الدورة دفع 30 فرنك سويسري فقط.
ستدفع شركة التأمين الصحي التكاليف الباقية التي تبلغ 150 فرنك سويسري بناء على فاتورة ترسل لها مباشرة.

إدارة الدورة

مساعداة الولادة جامعة بازل ومترجمات متخصصات في الثقافات المختلفة (HEKS)

التسجيل

Barbara Käser Schmidt

رقم الهاتف: +41 61 328 79 93

(نتحدث اللغة الألمانية والإنجليزية والفرنسية)

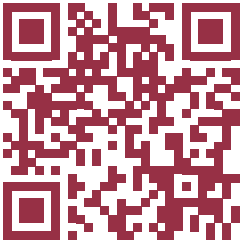
البريد الإلكتروني:

mamamundo@usb.ch

أو يمكنك التسجيل مباشرةً من

خلال موقعنا على الانترنت:

www.unispital-basel.ch/mamamundo



مكان الدورة

Universitätsspital Basel
Frauenklinik
Spitalstrasse 21
Basel 4031

مكان اللقاء

بهو المدخل / المدخل الرئيسي لدى مستشفى النساء Frauenklinik



بالتعاون مع:



VOLKSWIRTSCHAFTS- UND GESUNDHEITSDIREKTION
AMT FÜR GESUNDHEIT



Präsidialdepartement des Kantons Basel-Stadt

Kantons- und Stadtentwicklung

► Fachstelle Diversität und Integration



Gesundheitsdepartement des Kantons Basel-Stadt

Medizinische Dienste

► Prävention



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera



Universitätsspital Basel
Frauenklinik
Spitalstrasse 21
4031 Basel
www.unispital-basel.ch