



## **Mamamundo - Geburtsvorbereitungskurse für Schwangere mit Migrationshintergrund am Unispital Basel**

[www.unispital-basel.ch/mamamundo-geburtsvorbereitungskurse](http://www.unispital-basel.ch/mamamundo-geburtsvorbereitungskurse)

Eine Hebamme und eine Dolmetschende (HEKS) informieren im Kurs 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 gibt es die Möglichkeit, sich über eigene Erfahrungen, Erwartungen und über kulturelle Gewohnheiten rund um diese spezielle Zeit aus zu tauschen.

Idealerweise wird der Kurs zwischen dem 5. und 9. Schwangerschaftsmonat besucht. Die Kurse sind offen für Frauen mit Wohnsitz in Basel-Stadt und Basel-Land.

### **Kursaufbau:**

6 Kursabende à 2 Stunden von 18 bis 20 Uhr **und** ein Treffen nach der Geburt mit Kind (das Datum dieses Termins wird im Kurs festgelegt)

### **Angebotene Sprachen:**

Der Kurs findet in Deutsch statt und kann in folgenden Sprachen übersetzt werden:

**Arabisch Tamilisch Tigrinja Türkisch Somali Farsi Französisch Albanisch**

- Die jeweiligen Sprachen (2 bis maximal 3 verschiedene pro Kurs) werden anhand der Anzahl Anmeldungen entschieden.
- Auch schwangere Migrantinnen, die etwas Deutsch sprechen, jedoch aus finanziellen Gründen keinen herkömmlichen Kurs besuchen können, sind willkommen!

**Kosten:****180CHF**

30 CHF für den gesamten Kurs sind durch die Teilnehmerin zu bezahlen.

Die restlichen 150 CHF werden direkt der Krankenkasse in Rechnung gestellt.

Die Kurse werden finanziell durch die Kantone Basel-Stadt und Basel-Land unterstützt.

**Kursort:****Unispital-Basel**

Treffpunkt am ersten Kursabend:

um 18Uhr in der Eingangshalle Frauenklinik an der Spitalstrasse 21, 4031 Basel, bei den farbigen Sofas

**Kursdaten und Anmeldung:**

Die aktuellen Kursdaten und Anmeldeformular finden Sie jeweils auf der Website:

[www.unispital-basel.ch/mamamundo-geburtsvorbereitungskurse](http://www.unispital-basel.ch/mamamundo-geburtsvorbereitungskurse)

Ist eine Schwangere unsicher oder benötigt noch mehr Informationen zum Kurs, besteht auch die Möglichkeit, dass Sie telefonisch von unserer Dolmetscherin kontaktiert wird.

In diesem Fall bitte Email an uns ([geburtsvorbereitung@usb.ch](mailto:geburtsvorbereitung@usb.ch)).

**Flyer:**

Gerne können Sie Faltprospekte in den angebotenen Sprachen bei uns beziehen oder als PDF auf der Website runterladen.

Bei Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

**Barbara Käser Schmid und Danielle Barth**

Hebammen Geburtsvorbereitung Mamamundo

**Universitätsspital Basel**

Frauenklinik

Spitalstrasse 21

4031 Basel

Tel: 061 328 79 93

E-Mail: [geburtsvorbereitung@usb.ch](mailto:geburtsvorbereitung@usb.ch) oder [mamamundo@usb.ch](mailto:mamamundo@usb.ch)

[www.unispital-basel.ch/mamamundo-geburtsvorbereitungskurse](http://www.unispital-basel.ch/mamamundo-geburtsvorbereitungskurse)

In Partnerschaft mit:

