

Mamamundo kurs për përgatitjen e lindjes në shqip

Geburtsvorbereitungskurs Mamamundo in **Albanisch**

اللُّغَةُ الْعَرَبِيَّة • Français • Shqip • Soomaali • தமிழ் • ትግርኛ • Türkçe



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 habe 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.

In Partnerschaft mit:



mamamundo

www.mamamundo.ch

Mamamundo kurse për përgatitjen e lindjes për gra shtatzëna me prejardhje nga emigracioni

Një mami dhe një përkthyes ndërkulturore ju përgjigjen pyetjeve tuaja dhe ju informojnë juve mbi shtatzëninë, lindjen dhe ushqimin me gji dhe mbi periudhën e parë kohore me fëmijën në shtëpi. Ato ju tregojnë, se si mund të qetësoheni me ushtrime trupore dhe si mund të përgatiteni për lindjen.

Bashkë me gra të tjera shtatzëna ju keni mundësinë të shkëmbeni përvojat vetjake dhe pritshmëritë mbi zakonet kulturore në lidhje me këtë periudhë speciale kohore.

Momenti kohor më i përkryer për të vizituar kursin do të ishte ndërmjet muajit të 5-të dhe të 9-të të shtatzënisë.

Kurset janë të hapura për gra me banim në kantonet Bazel-Qytet dhe Bazel-Fshat.

Në partneritet me:



mamamundo

www.mamamundo.ch

Oraret e kursit

6 × 2 orë nga ora 18.00–20.00 dhe një takim pas lindjes (takimi përcaktohet në kurs)

Shpenzimet

CHF 30.– duhet të paguhen nga pjesëmarrësja.
Pjesa tjetër prej CHF 150.– i faturohet direkt sigurimeve shëndetësore

Drejtuesit e kursit

Mami të Spitalit Universitar të Basel bashkë me përkthyeset ndërkulturore (HEKS)

Regjistrimi

Barbara Käser Schmid
Mami Përgatitja e lindjes, Klinika e grave
Tél. +41 61 328 79 93
(Gjermanisht, Anglisht, Frëngjisht)

Orari kur mund të telefononi

E martë nga ora 9 deri në orën 11 dhe të premteve nga ora 9 deri në orën 11

Email: mamamundo@usb.ch
Ose direkt në faqen e uebit:
www.unispital-basel.ch/mamamundo

Vendi ku zhvillohet kursi

Universitätsspital Basel

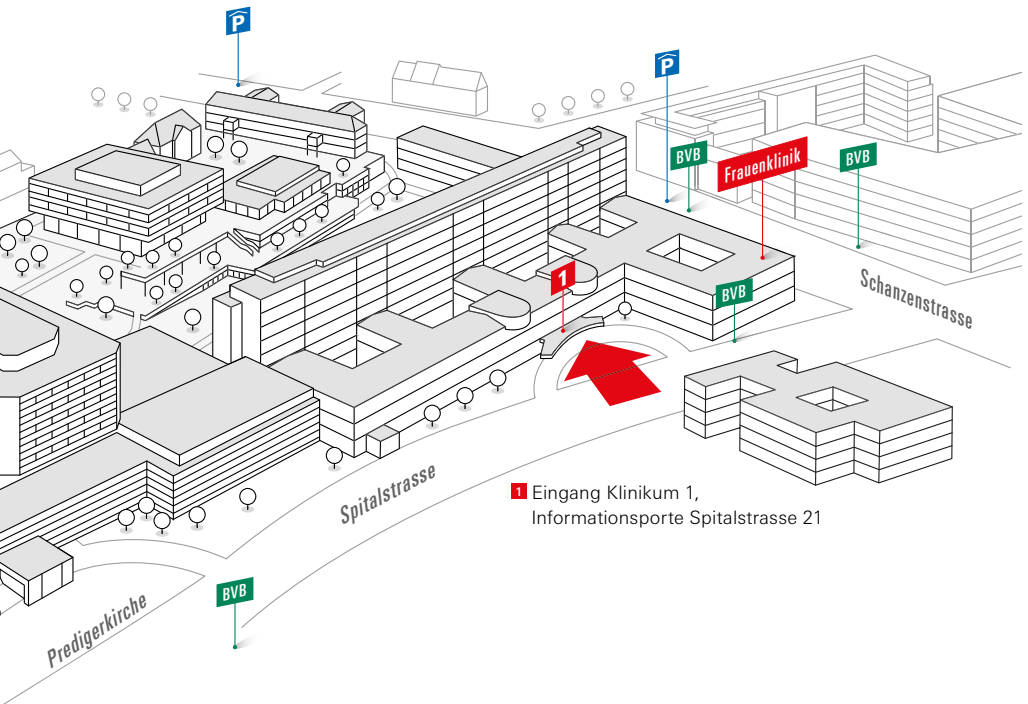
Klinika e grave

Spitalstrasse 21

4031 Basel

Vendi i takimit

Salla/porta e hyrjes e klinika të grave



Në bashkëpunim me:



Präsidioldepartement des Kantons Basel-Stadt

Kantons- und Stadtentwicklung

► Fachstelle Diversität und Integration

BASEL
LANDSCHAFT

VOLKSWIRTSCHAFTS- UND GESUNDHEITSDIREKTION
AMT FÜR GESUNDHEIT



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera



Universitätsspital Basel

Frauenklinik

Spitalstrasse 21

4031 Basel

www.unispital-basel.ch/frauenklinik