

Koorsada dhalmada ee Mamamundo in Somali

Geburtsvorbereitungskurs Mamamundo in **Somalisch**

اللُّغَةُ الْعَرَبِيَّةُ • 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 loogu talagalay dumarka xaamilada oo asalkooda ahaa dad muhaajiriin ah

Ummulisada iyo turjumaan khibrad u uleh dhaqamada kala duwan ayaa ka jawaabi doona su'aalahaaga wuxuu sido kale kula socodsiiin doona waxyaabo ku saabsan uurka, dhalmada-caruurta, naas-nuujinta iyo marka ugu horraysa oo ilmahaaga gaysatid xaafada. Waxay ku tusaayan qaabka aad jirkaaga unasteexaysid qaab jimicsi ah adigoo naftaada u diyaarinaya dhalmada.

Adiga iyo dumarka kale ee xaamilada ah waxaad haysatin fursad aad isku waydaarsataan khibradahiina gaarka ah, waxyaabaha aad filanaysaan iyo dabeecadaha la xiriira dhaqanka inta lagu guda jiro wakhtigaan qaaska ah.

Haddi ay macquul tahay, koorsada waa in la dulmaraa inta udhaxaysa 5-ta ilaa 9-ka bilood ee uurka.

Koorsada waxay ufuruntahay dumarka dagan deegaanada Basel-Stadt iyo Basel-Land.

Waxaa la socota:



mamamundo

www.mamamundo.ch

Saacadaha koorsada

6 × 2 saacadood laga bilaabo 6-da fiidnimo ilaa 8-da fiidnimo iyo shir dhalhada kaddib (taariikhdaan waxaa la isku afgaran doona inta lagu guda jiro koorsada)

Kharashka

CHF 30.– waa inuu bixiya ka qaybgalaha.

CHF 150.– ee dhiman waxaa si toos ah loogu dalacayaa shirkada qaabilsan caymiska caafimaadka.

Tilmaamaha Koorsada

Umulisooyinka Jaamacadda Basel iyo turjumaanada-khibrad u leh dhaqamada kala duwan (HEKS)

Isdiiwaangalinta

Barbara Käser Schmid, Ummulisada Daryeelka

Dhalhada Kahor, Isbitaalka Dumarka

Telefoonka. +41 61 328 79 93

(Jarmaalka, Ingiriiska, Faransiis)

Wakhtiga wicitaanka:

maalmaha Taladaada 9-ka subaxnimo ilaa 11-ka subaxnimo iyo maalmaha Jimcaha 9-ka subaxnimo ilaa 11-ka subaxnimo

limayl: mamamundo@usb.ch Ama si toos u booqo

bogga: www.unispital-basel.ch/mamamundo

Goobta koorsada

Universitätsspital Basel

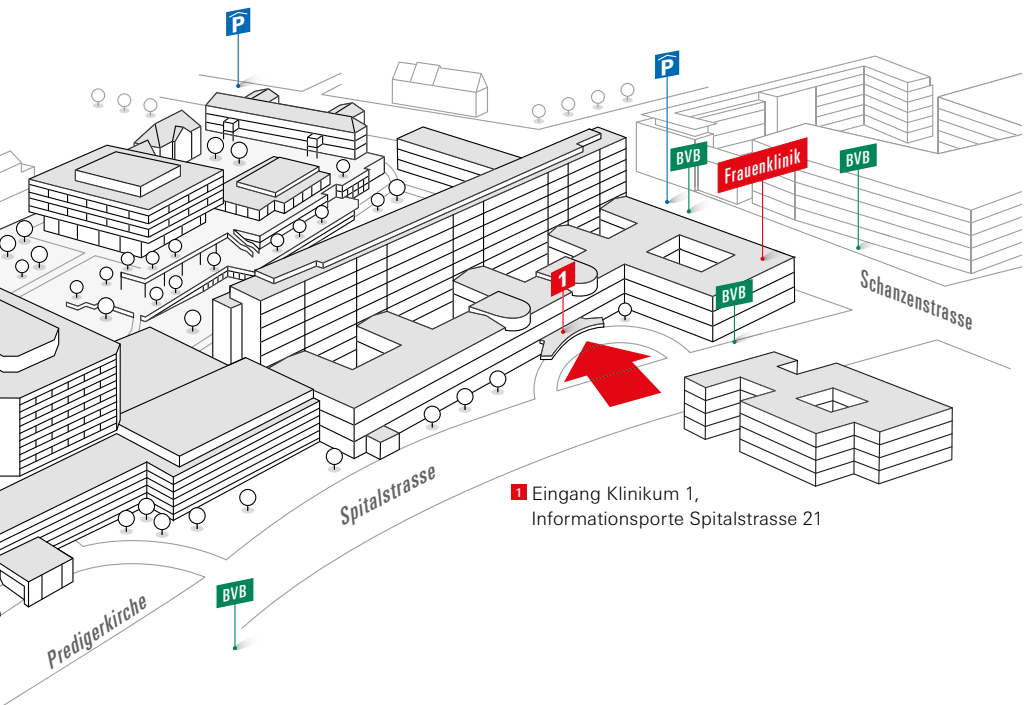
Frauenklinik

Spitalstrasse 21

4031 Basel

Goobta kulanka:

Hoolka Gelidda



Waxaa kaashaday:



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