

# Mamamundo Trke doğuma hazirlik kursu

Geburtsvorbereitungskurs Mamamundo in **Trkisch**

اللغة العربية • Franais • Shqip • Soomaali • தமிழ் • ቱቅቋ • Trke



# 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](http://www.mamamundo.ch)

# Göçmen geçmişi olan gebe kadınlar için Mamamundo doğuma hazırlık kursları

Bir ebe ve kültürler arası çevirmenlik yapan kişi sorularınızı cevaplayacak ve size gebelik, doğum, emzirme ve çocukla evde ilk zamanlar hakkında bilgiler verecekler. Ayrıca beden egzersizleriyle nasıl gevşeyebileceğinizi ve doğuma hazırlanabileceğinizi de gösterecekler.

Kursta başka gebe kadınlarla beraber bu özel dönemle ilgili kendi tecrübeleriniz ve beklentileriniz ve kültürel alışkanlıklarınız hakkında bilgi alışverişi yapma fırsatını bulacaksınız.

Kursa katılmak için ideal zaman gebeliğin 5. ve 9. ayı arasındır.

Kurslar ikamet yeri Basel-Stadt ve Basel-Land kantonlarında olan kadınlara açıktır.

İşbirliği ortakları:



**mamamundo**

[www.mamamundo.ch](http://www.mamamundo.ch)

## **Kurs saatleri**

6 × 2 saat, 18.00–20.00 arasında ve doğumdan sonra bir toplantı (bu tarih kursta kararlaştırılır)

## **Masraf**

Katılımcı tarafından 30.– CHF ödenecektir.  
150.– CHF tutarındaki geri kalan kurs bedeli doğrudan sağlık sigortasına fatura edilecektir.

## **Kurs yönetimi**

Basel üniversite hastanesinin ebeleri ve kültürler arası kadın çevirmen ler (HEKS)

## **Başvuru**

Barbara Kaeser Schmid  
Doğuma Hazırlık Ebesi, Kadın Hastalıkları Kliniği  
Tel. +41 61 328 79 93 (Almanca, İngilizce, Fransızca)

## **Telefon saatleri:**

Salı saat 9 ile 11 arası ve cuma 9 ile 11 arası

e-posta: [mamamundo@usb.ch](mailto:mamamundo@usb.ch)

Ya da doğrudan internetten:

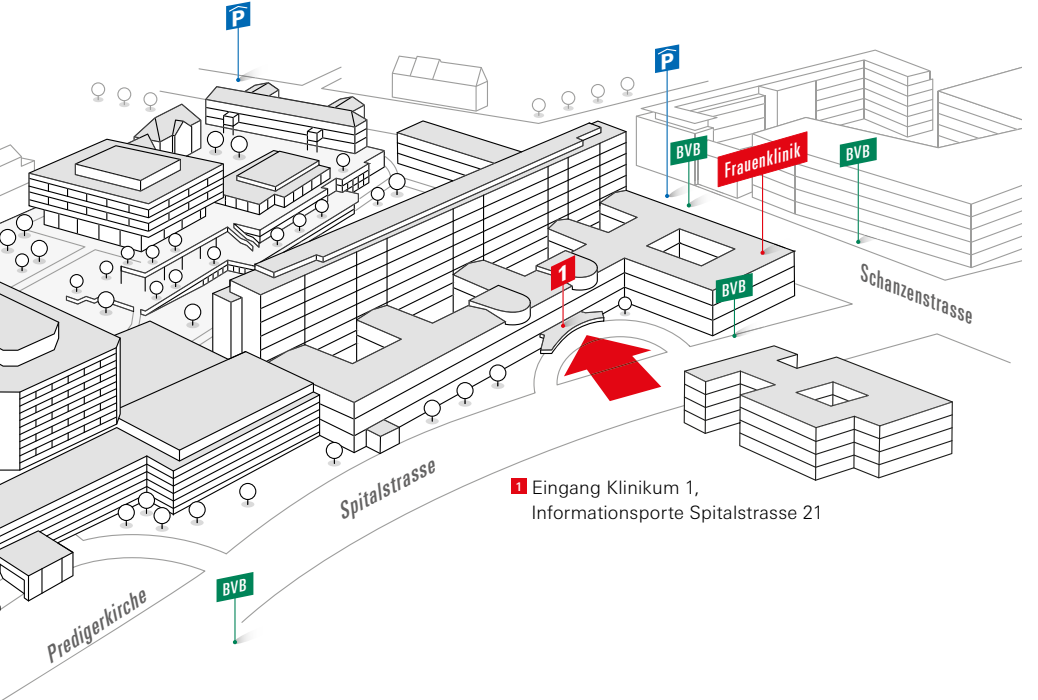
[www.unispital-basel.ch/mamamundo](http://www.unispital-basel.ch/mamamundo)

## Kurs yeri

Universittsspital Basel  
Kadın Hastalıkları Kliniği  
Spitalstrasse 21  
4031 Basel

## Buluřma yeri:

Kadın Hastanesi Giriř Holü



## İşbirliği ortakları:



Präsidiyaldepartement 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](http://www.unispital-basel.ch/frauenklinik)