

Mamamundo kurs për përgatitjen e lindjes në shqip

Geburtsvorbereitungskurs Mamamundo
in **Albanisch**

Français | Türkçe | **Shqip** | Soomaali | தமிழ் | ትግርኛ | الفارسية | اللغة العربية



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

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

Një mami dhe një përkthyesë 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

E-mail: 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:

**BASEL
LANDSCHAFT** 

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