

ማማሙንደ (Mamamundo) ብዛዕባ ናይ ምውላድ ምድላው ዝወሃብ ትምህርቲ ብቋንቋ ትግርኛ

Geburtsvorbereitungskurs Mamamundo
in **Tigrinya**

Français | Türkçe | Shqip | Soomaali | தமிழ் | ትግርኛ | فارسی | 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

ማማሙንዶ (Mamamundo) ብዛዕባ ናይ ምውላድ ምድላው ዝወሃብ ትምህርቲ ንነፍሰ ጾር ዝኾና ስደተኛታት

ሓንቲ መሕረሲት ከምኡውን ሓንቲ ኣህጉራዊት ኣስተርጓሚት ሕቶታትኩም ክምልሻልኩም እየን። ከምኡውን ብዛዕባ ጥንሰን፣ ምውላድን፣ ምጥባውን ከምኡውን ብዛዕባ እቲ ፈለማ እዋን ምስ ቆልዓ ኣብ ገዛ እተሕልፎ ክሕብራኹም እየን። ብተወሳኺውን ብኣገባብ ምውስዋስ ኣካላት ከመይ ጌርካ ክትዛነይ ከምእትኽእልን ከምኡውን ምድላው ምውላድ ብኸመይ ኣገባብ ክትግበር ከምዘለዎ ክሕብራኹም እየን።

ብዛዕባ ነፍሰወከፍ ተመኩሮታትን ትጽቢታትን ከምኡውን ብዛዕባ ባህላውያን ልምድታት ኣብቲ ፍሉይ ግዜ ብኣንሳብ ምስ ካልኣት ጥኑሳት ንክትመኻኸራን ሓሳባት ንክትለዋወጣን ዕድል ኣለክን።

እዚ ከምዚ ዓይነት ትምህርቲ ንምውላድ ምቹጳ ዝኾነ ግዜ ኣብቲ 5 ን 9ይ ወርሒ ናይ ጥንሲ ምስዝኸውን እዩ።

እዚ ዝወሃብ ናይ ትምህርቲ ስልጠና ነተን ኣብ ዞባታት ባዝል-ሽታት (Basel-Stadt) ከምኡውን ኣብ ባዝል-ላንድ (Basel-Land) ዝቕመጣ ደቂ ኣንስትዮ እውን ንክመሃራ ክፉት ዕድል ኣለዎን።

ብምትሕብባር ምስ:-



mamamundo

www.mamamundo.ch

ናይ ትምህርቲ ዝወገበሉ ግዜታት

6 ግዜ በብ 2 ሰዓታት ካብ ሰዓት 6 ክሳብ 8 ድ.ቀ. ከምኡ'ውን
ርክባት ድሕሪ ትውልዲ (እዚ ናይ ርክባት ቆጻራ ኣብቲ ትምህርቲ
ዝወገበሉ ግዜ ክግበር እዩ)

ዝኸፈል ዋጋ

30 CHF/ፍራንክን በተን ኣብቲ ትምህርቲ ተሳተፍቲ ክኸፈል
ኣለዎ። እቲ ዝተረፈ 150 ፍራንክን ድማ ብቐጥታ ብኢንፎራንስ ጥዕና
ንኸኸፈል ክጥለብ እዩ።

ሓለፍቲ ቤት ትምህርቲ

መሕረሲታት ኡኒቨርቲታል (ሆስፒታል) ባዝል (Basel) ምስ
ኣህጉራውያን ኣስተርጉምቲ (HEKS)

ምዝገባ

Barbara Kaeser Schmid
መሕረሲት ምድላው ትውልዲ፣ ሆስፒታል/ክሊኒክ ደቂ ኣንስትዮ
ቐጽሪ ቴሌፎን +41 61 328 79 93 (ርመንኛ፣ እንግሊዝኛ፣
ፍራንስኛ)

ግዜ ተሌፎን፡-

ሰሉስ ሰዓት 9 ክሳብ 11 ከምኡ'ውን ዓርቢ ሰዓት 9 ክሳብ 11

ኢ.መይል፡- mamamundo@usb.ch
ወይ ብቐጥታ ኣብ መርበብ ኢንተርነት፡-
www.unispital-basel.ch/mamamundo



ትምህርቲ ዝወገበሉ ቦታ

Universitätsspital Basel
Frauenklinik
Spitalstrasse 21
4031 Basel

መራኸቢ ቦታ፡-

መእተዊ ኮረድዮ/ፖርተ Frauenklinik (ስፒታል ኣንስቲ)



ብምትሕብባር ምስ:-



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