mamamundo

www.mamamundo.ch

Der Geburtsvorbereitungskurs in deiner Sprache

Deutsch • Shqip • தமிழ் • English • བོད་སྐད་ཡིག • Soomaali • اللغة العربية
Español • Kurdî • Français • ትግሪኛ • فارسی
ትግሪኛ • ቋንቋዎች • Português

DEUTSCH • SOLOTHURN / OLTEN
WEITERE SPRACHEN AUF ANFRAGE

Der Geburtsvorbereitungskurs für Frauen / Paare aus aller Welt

Dieser Kurs ist für Frauen, die fern der Heimat Mutter werden.
Eine Hebamme und eine interkulturell Dolmetschende beantworten deine Fragen und informieren dich über die Schwangerschaft, die Geburt, das Stillen und die Zeit mit deinem Kind zu Hause. Sie zeigen dir, wie du dich mit Körperübungen entspannen und auf die Geburt vorbereiten kannst.

Zusammen mit anderen Frauen sprichst du über deine Erfahrungen und Erwartungen rund um diese spezielle Zeit. Auch kannst du dich mit anderen Frauen über kulturelle Gewohnheiten austauschen. Bei ausgewählten Sequenzen sind die Partner eingeladen dabei zu sein.

Der Kurs findet in sieben Teilen statt. Idealerweise besuchst du den Kurs zwischen dem 5. und 9. Schwangerschaftsmonat.

Kurszeiten

Die Kurse finden nachmittags oder am frühen Abend statt. Aktuelle Kursdaten und Kurszeiten sind auf unserer Webseite ersichtlich: www.mamamundo.ch

Kurskosten

Die Kosten sind einkommensabhängig.

Für Familien ohne finanzielle Mittel besteht ein Fonds. Die aktuellen Kurskosten findest Du auf unserer Webseite www.mamamundo.ch.

Kursanmeldung / Kontakt

www.mamamundo.ch

Annette Rudolf, Delia Weber:

077 504 85 48

Mamamundo ist ein eigenständiger, gemeinnütziger Verein und wird unterstützt von:

Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

www.healthpromotion.ch

SWISSLOS
Lotteriefonds des Kantons Solothurn

www.swisslos.ch