



mamamundo

www.mamamundo.ch

Përgatitja e lindjes në gjuhën tënde

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

ALBANISCH • BIEL/BIENNE
GJUHË TË TJERA SIPAS KËRKESËS



Kursi i përgatitjes së lindjes për gra / çifte nga e gjithë bota

Ky kurs është për gratë që bëhen nëna larg vendlindjes së tyre.

Një mami dhe një përkthyesë ndërkulturore iu përgjigjen pyetjeve të tua dhe të informojnë mbi shtatzëninë, lindjen, ushqyerjen me gji dhe kohën me fëmijën tënd në shtëpi. Do të tregojnë si mund të çlodhesh ti me anë të ushtrimeve trupore dhe mund të përgatitësh për lindjen.

Së bashku me gra të tjera ti bisedon mbi përvojat dhe parashikimet e tua rreth kësaj kohe të veçantë. Ti mund të shkëmbesh gjithashtu mendime me gra të tjera mbi zakone kulturore.

Kursi zhvillohet në shtatë pjesë. Në mënyrë ideale ti e viziton kursin midis muajit të 5-të dhe 9-të.



Kohët e kurseve

Kurset zhvillohen pasditeve ose në mbrëmjet e hershme. Të dhënat aktuale mbi kurset dhe kohët e kurseve mund t'i gjesh në faqen e internetit: www.mamamundo.ch

.....



Kostot e kursit

Shpenzimet për kursin varen nga të ardhurat *

Familje pa të ardhura

Familje me një të ardhura

Familje me dy të ardhura

*** PËR FAMILJE PA MJETE FINANCIARE EKZISTON NJË FOND.**



Vendet e kurseve në Biel

Spitalzentrum Biel
Centre hospitalier Bienne
Abteilung Physiotherapie
Service de physiothérapie
Reparti i fizioterapisë
Vogelsang 84
2501 Biel/Bienne
www.szb-chb.ch

VENDNDODHJE TË TJERA NË KANTONIN
E BERNËS NËN
www.mamamundo.ch





Regjistrimi për kursin / Kontakt

www.mamamundo.ch

ose tek përkthyesja ndërkulturore:

Français, English, Português	Sabina Schöni	079 576 50 44
Español (Spanisch)	Sabina Schöni	079 576 50 44
Shqip (Albanisch)	Saime Isufi	079 732 37 55
اللغة العربية (Arabisch)	Khadra Ibrahim	078 784 66 55
فارسی (Farsi)	Farah Milani	076 470 13 35
Kurdi, Türk (Kurdisch)	Shavin Ibrahim	078 344 47 44
தமிழ் (Tamilisch)	Sanja Karthigesu	078 918 12 25
བོད་སྐད་ཡིག་ (Tibetisch)	Pema Pünlhatsang	076 681 30 34
Soomaali (Somalisch)	Abshira Mahamed	076 574 63 35
ትግርኛ (Tigrinja)	Asmeret Habte	076 515 06 13
ቋንቋ ምዕራብ (Amharisch)	Asmeret Habte	076 515 06 13
УКРАЇНСЬКА	Katja Freiburghaus	078 819 66 55
РОСІЙСЬКА	Katja Freiburghaus	078 819 66 55



Mamamundo është një shoqatë e pavarur dhe me dobi publike dhe mbështetet nga



Kanton Bern
Canton de Berne

www.gesundheitsfoerderung-be.ch



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

www.healthpromotion.ch

Spitalzentrum
Centre hospitalier
Biel-Bienne



www.spitalzentrum-biel.ch
