



# mamamundo

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

## Curso de preparación al parto en tu idioma

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

ESPAÑOL • BIEL/BIENNE

SOLICITE INFORMACIONES PARA CURSOS EN OTROS IDIOMAS



## Curso de preparación al parto para mujeres y parejas de todo el mundo

**Este curso está dirigido a mujeres que van a ser madres lejos de su tierra natal.**

Una partera y una intérprete intercultural responderán a tus preguntas y te informarán sobre el periodo del embarazo, el parto, la lactancia y las primeras semanas con el recién nacido en casa. Te enseñarán como puedes relajarte y prepararte para el parto mediante ejercicios físicos.

En compañía de otras mujeres hablarás de tus experiencias y tus expectativas con respecto a este periodo tan especial. Además podrás intercambiar impresiones sobre hábitos y costumbres culturales con las otras participantes. Las parejas estarán invitadas a participar en sesiones escogidas para ello.

El curso se divide en siete sesiones. Lo ideal sería que asistas al curso entre el quinto y el noveno mes de embarazo.



## Horarios del curso

Los cursos tendrán lugar por la tarde o temprano en la noche. Se pueden consultar las fechas y horarios del curso en la página web:

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

---



## El precio del curso

**El precio del curso depende del ingreso salarial.**

Ver precios en detalle en la página web :

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



## Lugar de los cursos

**Spitalzentrum Biel**  
**Centre hospitalier Bienne**  
Abteilung Physiotherapie  
Service de physiothérapie  
Vogelsang 84  
2501 Biel/Bienne  
[www.szb-chb.ch](http://www.szb-chb.ch)

**OTROS CENTROS EN EL CANTÓN DE  
BERNA VER EN PÁGINA WEB**  
[www.mamamundo.ch](http://www.mamamundo.ch)





# Inscripción al curso / Contactar

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

o con tu intérprete intercultural:

---

<b>Français, English, Português</b>	Sabina Schöni	079 576 50 44
<b>Español</b> (Spanisch)	Sabina Schöni	079 576 50 44
<b>Shqip</b> (Albanisch)	Saime Isufi	079 732 37 55
اللغة العربية (Arabisch)	Khadra Ibrahim	078 784 66 55
فارسی (Farsi)	Farah Milani	076 470 13 35
<b>Kurdi, Türk</b> (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
<b>Soomaali</b> (Somalisch)	Deqa Samater	078 791 91 60
ትግርኛ (Tigrinja)	Asmeret Habte	076 515 06 13
ቋንቋ ምዕራብ (Amharisch)	Asmeret Habte	076 515 06 13
<b>УКРАЇНСЬКА</b>	Katja Freiburghaus	078 819 66 55
<b>РОСІЙСЬКА</b>	Katja Freiburghaus	078 819 66 55



# Mamamundo es una asociación independiente apoyada por:



**Kanton Bern**  
Canton de Berne

[www.gesundheitsfoerderung-be.ch](http://www.gesundheitsfoerderung-be.ch)

---



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

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

---

Spitalzentrum  
Centre hospitalier  
Biel-Bienne



[www.spitalzentrum-biel.ch](http://www.spitalzentrum-biel.ch)

---