



mamamundo

www.mamamundo.ch

O curso de pré-natal em seu idioma

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

PORTUGUÊS • SOLOTHURN/OLTEN
SOLICITE INFORMAÇÕES DE CURSOS EM OUTROS IDIOMAS



O curso de pré-natal destinado a gestantes e casais de qualquer lugar do mundo.

Este curso destina-se às gestantes que darão à luz longe de seus países natais.

Acompanhada por uma intérprete intercultural, uma parteira vai tirar todas as suas dúvidas, e vai passar-lhe informações sobre a gestação, o parto, o aleitamento e os momentos com seu bebê no retorno à casa. Juntas, elas também vão lhe passar dicas sobre exercícios de relaxamento para você se preparar para o parto.

Neste curso você vai poder falar com outras gestantes sobre suas experiências pessoais e suas expectativas para este momento especial. Você também vai poder trocar ideias e informações com outras gestantes sobre seus hábitos culturais. Em algumas aulas selecionadas, poderá haver a presença dos parceiros.

O curso divide-se em sete unidades. O ideal é que o curso seja frequentado entre o 5º e o 9º mês de gravidez.



Locais dos cursos em Solothurn

Bewegungsraum Solothurn
Wengistrasse 27
4500 Solothurn

Locais dos cursos em Olten

Cultibo Olten, Begegnungszentrum Bifang
Aarauerstrasse 72
4600 Olten



Preço do curso

O preço dos cursos está vinculado ao salário da família.

O valor restante de custo do curso será pago pelo seu plano de saúde/
sua caixa de saúde diretamente à Associação Mamamundo.



Inscrição / contato

www.mamamundo.ch/de/solothurn/portuges/

Annette Rudolf, Delia Weber:
077 504 85 48





mamamundo Solothurn é uma associação independente, sem fins lucrativos e de utilidade pública apoiada por:



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

www.gesundheitsfoerderung.ch



KANTON **solothurn**

www.so.ch
