



mamamundo

www.mamamundo.ch

آمادگی برای زایمان به زبان فارسی

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

FARSI • SOLOTHURN/OLTEN

زبان های دیگرنا بر تقاضا



کلاس های آمادگی برای زایمان برای بانوان / زوجین از سراسر جهان

این کلاس ها برای بانوانی میباشد که دور از وطن خود مادر میشوند.

یک ماما و یک مترجم زبان مادری به سؤالات شما پاسخ میدهند و اطلاعات درباره حاملگی، زایمان، شیردادن بچه و اوقات فراغت با بچه در خانه را در اختیار شما میگذارند.

آنها به شما نشان میدهند که شما چگونه میتوانی با تمرینات بدنی آرامش پیدا کنی و خودت را برای زایمان آماده کنی.

شما با بانوان دیگر درباره تجربیات و انتظارات خودتان درباره این زمان ویژه صحبت میکنید. شما میتوانید با بانوان دیگر درباره موضوعات فرهنگی نیز تبادل نظر نمایید.

این کلاس ها در هفت قسمت تشکیل میشوند. بهتر است که بین ماه پنجم تا نهم حاملگی در این کلاس ها شرکت کنید.

نرب رد اه سالك یرازگرب لحم
Solothurn

Bewegungsraum Solothurn
Wengistrasse 27
4500 Solothurn

نرب رد اه سالك یرازگرب لحم
Olten

Cultibo Olten, Begegnungszentrum, Bifang
Aarauerstrasse 72
4600 Olten



هزینه کلاس ها

دراد دم آرد رادقم هب یگتسب اه سالك هنیزه
برای خانواده های بدون امکانات مالی صندوق برای کمک وجود دارد



ثبت نام برای کلاس ها / ارتباط

www.mamamundo.ch/de/solothurn/farsi/

Annette Rudolf, Delia Weber:

077 504 85 48



ماماموندو انجمنی مستقل و خیریه میباشد و از طرف سازمان های ذیل حمایت میشود



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

www.gesundheitsfoerderung.ch



KANTON **solothurn**

www.so.ch
