



# mamamundo

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

## O curso de pré-natal em seu idioma

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

PORTUGUÊS • WINTERTHUR

SOLICITE INFORMAÇÕES DE CURSOS EM OUTROS IDIOMAS



## Curso de preparação para o parto para mulheres de todo o 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 quatro partes. A última sessão realiza-se depois do parto. Recomenda-se que frequente o curso entre o 5º e o 9º mês de gravidez.





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



**thetritz**

Therapie-, Trainings-  
und Beratungszentrum

**ZHAW Thetritz, Therapie-, Trainings-  
und Beratungszentrum:**

[www.zhaw.ch/de/gesundheit/dienstleistung/  
thetritz-therapie-trainings-und-beratungszentrum](http://www.zhaw.ch/de/gesundheit/dienstleistung/thetritz-therapie-trainings-und-beratungszentrum)

Stadt Winterthur



- 
- [mamamundowinterthur](#)
  - [Mamamundo Winterthur](#)
  - <https://t.me/mamamundo>