



mamamundo

www.mamamundo.ch

Der Geburtsvorbereitungskurs in deiner Sprache

Deutsch • Shqip • தமிழ் • English • Soomaali • عربي • Español
ትግርቛ • خونت رابگير • Português • Українська

DEUTSCH • ZÜRICH
WEITERE SPRACHEN AUF ANFRAGE



Der Geburtsvorbereitungskurs für Frauen / Paare aus aller Welt

Dieser Kurs ist für Frauen, die fern der Heimat Mutter werden.

Eine Hebamme und eine interkulturell Dolmetschende beantworten deine Fragen und informieren dich über die Schwangerschaft, die Geburt, das Stillen und die Zeit mit deinem Kind zu Hause. Sie zeigen dir, wie du dich mit Körperübungen entspannen und auf die Geburt vorbereiten kannst.

Zusammen mit anderen Frauen sprichst du über deine Erfahrungen und Erwartungen rund um diese spezielle Zeit. Auch kannst du dich mit anderen Frauen über kulturelle Gewohnheiten austauschen. Bei ausgewählten Sequenzen sind die Partner eingeladen dabei zu sein.

Der Kurs findet in sieben Teilen statt. Idealerweise besuchst du den Kurs zwischen dem 5. und 9. Schwangerschaftsmonat.



Kursort

Stadtspital Triemli
Pavillon E2
Birmensdorferstrasse 497
8063 Zürich



Kurskosten

Die Kursgebühren sind einkommensabhängig. Für Familien ohne finanzielle Mittel besteht ein Fonds. Die aktuellen Kurskosten findest du auf unserer Webseite:

www.mamamundo.ch/de/zuerich



Information / Kontakt

www.mamamundo.ch/de/zuerich

Weitere Informationen erhältst du über E-Mail:
admin.mamamundo-zh@hin.ch

Bitte gib deine Telefonnummer an, damit dich jemand in deiner Sprache kontaktieren kann.