

Kursort

Luzerner Kantonsspital

Frauenklinik
Spitalstrasse
6000 Luzern 16
Gymnastikraum U1 41/42

Kursleiterinnen
Pia Scognamiglio
Petra Hürlimann

Anmeldung

Luzerner Kantonsspital
Empfang Frauenklinik
Spitalstrasse
6000 Luzern 16
Telefon: 041 205 35 10
Email: information.fkl@luks.ch



Frauenklinik

آمادگی برای زایمان به زبان فارسی

Geburtsvorbereitungskurs in Farsi – Mamamundo

Der Geburtsvorbereitungskurs für Frauen / Paare aus aller Welt

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

Eine Hebamme und eine interkulturell Vermittelnde beantworten Ihre Fragen und informieren Sie über die Schwangerschaft, die Geburt, das Stillen und die Zeit mit Ihrem Kind zu Hause. Sie zeigen Ihnen, wie Sie sich mit Körperübungen entspannen und auf die Geburt vorbereiten können.

Zusammen mit anderen Frauen sprechen Sie über Ihre Erfahrungen und Erwartungen rund um diese spezielle Zeit. Auch können Sie sich mit anderen Frauen über kulturelle Gewohnheiten austauschen. Bei ausgewählten Sequenzen ist Ihr Partner eingeladen dabei zu sein.

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

In Partnerschaft mit



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 چطور میتوانید با تمرینات بدنی آرامش پیدا کنید و خودتان را برای زایمان آماده کنید.

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 نمائید.

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