

Spitalregion Luzern/Nidwalden



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

Amadekirinê ji bo bûyîna li zimanê xwe

Geburtsvorbereitungskurs in Kurdisch – 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



Çîna nekşînin ji bo jinan/mêrjin ji seranserê cîhanê

Ev kurs ji bo jinên ku ji diya mal in.

A pîrik û wergêrekî pirçandî bersiva pirsên te bide û we agahdar dike li ser ducanîyê, welidandinê, şîrmijandinê da û dema bi zarokê xwe li malê. Ev kes, nîşanî te bidim we çawa dikarin bi hêsanî bi temrînkirina bedena relaks bike û amade bike ji bo bûyîna.

Bi hev re bi jinên din jî hûn li ser serpêhatiyên û bendewarîyên derbarê vê Zeit.du bi taybetî, dikarin li ser xûyên çandî bi jinên din re biaxivin we re bipeyivim.

Kursa fîlmê li ser heft parçeyan. Îdeal ew e, ku tu li qursê serdana di navbera meha pêncê (5) û nehemîn (9) ya ducaniyê