

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

ንኡርሲ ምቅርራብ ብቋንቋኽ/ብቋንቋኽ

Geburtsvorbereitungskurs in Tigrinja – 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.

ኮርስ ነቲ ሕርሲ ንምቅርራብ ንኣንስትን/ንመጻምድን ካብ ሙሉእ ዓለም

እዚ ኮርስ፣ ካብ መቐል ዓደን ርሒቕን ኣደ ንዝኾና ኣንስቲ እዩ ዝቅረብ።

ሓንቲ ኣዋላዲትን ሓንቲ መንጎ ባህላዊት ተርጓሚትን ንዘለኪ ሕቶታት መልሲ ይህባኺ ከምኡ ድማ ብዛዕባ ጥንሲ፣ ሕርሲ፣ ምጥባውን ኣብ ገዛ ምስ ቆልዓ ዝህሉ እዋናትን ይሕብራኺ።

እዚ ኣተን ብኣካላዊ ምንቅስቃስ ከመይ ጌርኪ ነፍሱኺ ክትፈትሒን ነቲ ሕርሲ ድማ ክትቅረብን ከም እትክእሊን የርእያኺ።

ምስ ካልኦት ኣንስቲ ብዛዕባ ናይ እዚ ፍሉይ ዝኾነ እዋን ዘለኪ ተሞክሮ ትማየጢ። ከምኡ ድማ ምስ ካልኦት ኣንስቲ ብዛዕባ ባህላዊ ልምዲ ሓሳባት ክትላወጢ ትክእሊ።

እዚ ኮርስ ኣብ ሾውዓተ ክፋላት እዩ ዝካየድ። ኣብዚ ኮርስ ንምስታፍ እቲ ዝበለጸ እዋን ኣብ ሞንጎ **5. ዓን 9. ዓን** ወርሒ እዩ።

In Partnerschaft mit

