هل ستضعين طفلكِ قريباً
واللغة الألمانية ليست لغتكِ الأم؟

نقدم في كانتون أوري:
دورات التحضير للولادة بلغتكِ

اللغة الألبانية والعربية والبرتغالية والصربية/البوسنية/الكرواتية والصومالية والتاميلية والتغرينية والتركية (مزيد من اللغات حسب الطلب)

ما الذي ينتظرني من دورة التحضير للولادة؟

إن الدورة موجهة إلى النساء اللاتي لغتهن الأم ليست اللغة الألمانية واللاتي سيصبحن هنا في كانتون أوري - بعيداً عن موطنهن - أمهاتٍ.

في الدورة، سيتم توضيح استفساراتكن وإزالة الحيرة وإعطائكن المعلومات. نوضح كيف يحدث الحمل وكيف تتم الولادة. إضافةً إلى ذلك، نتعلم تمارين التنفس والتمارين الجسدية تحضيراً للولادة. نعمل على تجهيزك لفترة النفاس والرضاعة وللفترة الأولى مع طفلك في المنزل.

تجري الدورة في مجموعة صغيرة. يمكنك هنا التقاء نساء أخريات وأن تتبادلي معهن خبراتكِ وطموحاتكِ. تؤخذ في الدورة القيم الفردية والثقافية وكذلك العادات بعين الاعتبار وتحترم.

يُعد الأسبوع 24 للحمل هو الفترة المثالية لبداية ارتياد الدورة.

من يقدم الدورة؟

تقدم قابلتا رومي والكر وبيا براندي من كانتون أوري الدورة.

ولتجنب العوائق اللغوية، ستساعد كلا القابلتين مترجمات متعددات الثقافات.

متى تُقام الدورة؟

تُقام الدورة أربع مرات بعد ظهر كل ثلاثاء من الساعة الثانية مساءً إلى الساعة الرابعة مساءً. يتم تحديد تواريخ الدورة المحددة حسب الطلب.

أين تُقام الدورة؟

تُقام الدورة في مستشفى كانتون أوري في مدينة ألتدورف (www.ksuri.ch).

كم تتكلف الدورة؟

تتكلف الدورة 80.00 فرانك سويسري.

أما باقي تكاليف الدورة فيتحملها كانتون أوري من خلال مركز اتصال الاندماج، ومركز تشجيع الصحة في أوري، وكذلك التأمين الصحي.

هل لديك أسئلة حول الدورة؟

القابلتان رومي والكر وبيا براندي مستعدين لتقديم معلومات إضافية وللإجابة على أسئلتك بكل سرور.

رومي والكر

الهاتف المحمول: 079 740 67 72
البريد الإلكتروني: r.walker-arnold@bluewin.ch

وبيا براندي

الهاتف المحمول: 078 639 70 87
البريد الإلكتروني: pia.prandi@gmx.ch

نحن مستعدون للإجابة على كل أسئلتك حول المشروع:

Kanton Uri (كانتون أوري)
Bildungs- und Kulturdirektion (إدارة شؤون التعليم والثقافة)
Lena Greber (لينا غريبير)
Ansprechstelle Integration (مركز اتصال الاندماج)
Klausenstrasse 4
Altdorf 6460
الهاتف: 041 875 20 66
البريد الإلكتروني: lena.greber@ur.ch

Gesundheitsförderung Uri (برنامج تشجيع الصحة أوري)
Kantonale Fachstelle für Prävention und Gesundheitsförderung (إدارة الكانتون للوقاية وتشجيع الصحة)
Simone Abegg (زيمونه أبيغ)
Programmleiterin „Ernährung und Bewegung" (مديرة برنامج "التغذية والحركة")
Gemeindehausplatz 2
6460 Altdorf
الهاتف: 041 500 47 27

البريد الإلكتروني: simone.abegg@gesundheitsfoerderung-uri.ch

بالتعاون مع:

بدعم من:

دورة تحضير الولادة للنساء الناطقات بلغات أجنبية

هل أنتِ حامل واللغة الألمانية ليست لغتك الأم؟ نقدم في كانتون أوري دورات التحضير للولادة بلغتك. بعد تسجيل عدد من النساء الحوامل الناطقات بلغة أجنبية أو بلغتين أجنبيتين مختلفتين، سنقوم بتنظيم دورة تحضير الولادة وسنتصل بك مرة أخرى. لذلك نرجو منك الموافقة على الاتصال بك.

☐ أنا موافقة على الاتصال بي بعد تسجيل العدد الضروري من النساء لتنظيم دورة تحضير الولادة.

الاسم ..... الاسم الأول .....

الشارع/رقم البيت ..... رقم البريد/المكان .....

الهاتف/الهاتف المحمول .....

الجنسية/دولة الأصل .....

اللغة الأم .....

الموعد المتوقع للولادة .....

الجهة المسؤولة .....

ملاحظات .....

.....

المكان/التاريخ ..... التوقيع .....

يرجى ملء الاستمارة وإرسالها إلى العنوان التالي:

Kanton Uri, Bildungs- und Kulturdirektion
Lena Greber, Ansprechstelle Integration
Klausenstrasse 4, 6460 Altdorf
البريد الإلكتروني: lena.greber@ur.ch
الهاتف: 041 875 20 66