

Bir çocuk bekliyorsun ve ana dilin Almanca değil mi?



Uri kantonunda senin dilinde doğuma hazırlık kursları düzenliyoruz

Arnavutça, Arapça, Portekizce, Sırpça/Bosnakça/Hırvatça, Somali dili,
Tamilce, Tigrinya, Türkçe (istek üzerine başka diller de eklenebilir)

Doğuma hazırlık kursuna beni ne bekliyor?

Kurs ana dili Almanca olmayan ve burada, anavatanlarından uzakta anne olacak olan kadınları hedef alıyor.

Kursa senin soracağın sorular cevaplanacak, belirsizlikler giderilecek ve bilgiler aktarılacak. Hamileliğin ve doğumun nasıl gerçekleşeceğini açıklayacağız. Ayrıca doğuma hazırlık olarak doğru nefes alıp verme alıştırmaları ve beden egzersizleri öğreneceğiz. Seni lohusalık dönemine, emzirmeye ve çocukla kendi evinde geçireceğin ilk döneme hazırlayacağız.

Kurs küçük bir grup içerisinde gerçekleşecek. Burada başka kadınlarla buluşabilir ve onlarla kendi tecrübelerin ve beklentilerin hakkında konuşabilirsin. Bireysel ve kültürel değerler ve alışkanlıklar bu kurslarda dikkate alınır ve onlara saygı gösterilir.

İdeal durumda kursa 24. hamilelik haftasından itibaren devam edersin.

Kursu kim yönetecek?

Kurs Urili iki ebe Romi Walker ve Pia Prandi tarafından yönetilecek.

Dil engellerini aşabilmek için iki ebeye kültürler arası tercümanlar destek olacaklar.

Kurs ne zaman yapılacak?

Kurs dört hafta boyunca salı günleri öğleden sonra saat 14 – 16 arasında yapılacak. Kesin kurs tarihleri ihtiyaca göre belirlenecek.

Kurs nerede olacak?

Kurs Altdorf'ta bulunan Uri Kanton Hastanesinde (Kantonsspital Uri) yapılacak (www.ksuri.ch).

Kursa katılma ücreti nedir?

Kurs ücreti 80,00 CHF'dir.

Kursun geri kalan masrafları Uri Kantonu, Entegrasyon İrtibat Merkezi, Uri Halk Sağlığı Kurumu ve sağlık sigortası tarafından karşılanacaktır.

Kurs hakkında soruların var mı?

Ebelerimiz Romi Walker ve Pia Prandi sana memnuniyetle bilgi vereceklerdir.

Romi Walker



Cep telefonu: 079 740 67 72
e-posta: r.walker-arnold@bluewin.ch

Pia Prandi



Cep tel.: 078 639 70 87
e-posta: pia.prandi@gmx.ch

Proje hakkındaki sorularını bize sorabilirsin:

Kanton Uri
Bildungs- und Kulturdirektion

Lena Greber

Ansprechstelle Integration (Entegrasyon İrtibat Merkezi)
Klausenstrasse 4
6460 Altdorf
Telefon: 041 875 20 66
e-posta: lena.greber@ur.ch

Gesundheitsförderung Uri
Kantonale Fachstelle für Prävention und Gesundheitsförderung
(Halk Sağlığı İhtisas Merkezi)

Simone Abegg

Programmleiterin „Ernährung und Bewegung“ (“Beslenme ve Egzersiz”
Programı Yöneticisi)
Gemeindehausplatz 2
6460 Altdorf

Telefon: 041 500 47 27

e-posta: simone.abegg@gesundheitsfoerderung-uri.ch

İşbirliği ortağı:



Destekleyen:



Gesundheitsförderung
Schweiz

Ana dili yabancı olan kadınlar için doğuma hazırlık kursu

Bir çocuk bekliyorsun ve ana dilin Almanca değil mi? Uri kantonunda senin dilinde doğuma hazırlık kursları düzenliyoruz. 1-2 farklı dilde birden fazla hamile kadından başvuru gelir gelmez, bir doğuma hazırlık kursu organize edeceğiz ve sana haber vereceğiz. Bunun için seninle irtibat kurmamıza onay vermen gerekiyor.

☐ Bir doğuma hazırlık kursu düzenlendiğinde benimle irtibat kurulmasını kabul ediyorum.

Soyadı Adı

Sokak/No. P.K./Şehir.....

Sabit/cep telefon

Milliyeti/Anavatanı

Ana dili

Hesaplanan doğum tarihi

Sevk eden merci

Açıklamalar:.....

.....

Yer/Tarih İmza

Lütfen doldurup şu adrese gönderin:

Kanton Uri, Bildungs- und Kulturdirektion

Lena Greber, Ansprechstelle Integration

Klausenstrasse 4, 6460 Altdorf

e-posta: lena.greber@ur.ch / Telefon: 041 875 20 66