

Erwartest du ein Kind und Deutsch ist nicht deine Muttersprache?



Seit 2017 bieten wir im Kanton Uri: Geburtsvorbereitungskurse in deiner Sprache

Albanisch, Arabisch, Portugiesisch, Serbisch/Bosnisch/Kroatisch,
Somalisch, Tamilisch, Tigrinya, Türkisch (weitere Sprachen auf Anfrage)

In Zusammenarbeit mit:



Mit Unterstützung von:  Gesundheitsförderung
Schweiz

Was erwartet mich beim Geburtsvorbereitungskurs?

Der Kurs richtet sich an Frauen, deren Muttersprache nicht Deutsch ist und die hier im Kanton Uri, fern der Heimat, Mutter werden.

Im Kurs werden deine Fragen geklärt, Unsicherheiten behoben und Informationen vermittelt. Wir erklären, wie die Schwangerschaft und die Geburt ablaufen. Zudem erlernen wir Atem- und Körperübungen als Vorbereitung auf die Geburt. Wir bereiten dich auf das Wochenbett, das Stillen und die erste Zeit mit dem Kind zuhause vor.

Der Kurs findet in einer kleinen Gruppe statt. Hier kannst du dich mit anderen Frauen treffen und dich mit ihnen über deine Erfahrungen und Erwartungen austauschen. Individuelle und kulturelle Werte und Gewohnheiten werden in den Kursen berücksichtigt und respektiert.

Idealerweise besuchst du den Kurs ab der 24. Schwangerschaftswoche.

Wer leitet den Kurs?

Der Kurs wird geleitet von den beiden Urner Hebammen Romi Walker und Pia Prandi.

Um Sprachbarrieren zu vermeiden, werden die beiden Hebammen von interkulturellen Übersetzerinnen unterstützt.

Wann findet der Kurs statt?

Der Kurs findet an vier Dienstagnachmittagen von 14 – 16 Uhr statt. 2018 werden zwei Kurse an folgenden Daten durchgeführt:

Kurs 01/2018: **3., 10., 17. und 24. April 2018**

Kurs 02/2018: **23., 30. Oktober und 6., 13. November 2018**

Wo findet der Kurs statt?

Der Kurs findet im Kantonsspital Uri in Altdorf statt (www.ksuri.ch).

Wie viel kostet der Kurs?

Der Kurs kostet CHF 80.00.

Die restlichen Kurskosten werden vom Kanton Uri mit der Ansprechstelle Integration, von Gesundheitsförderung Uri sowie der Krankenkasse übernommen.

Anmeldung unter:

Romi Walker



Mobile: 079 740 67 72
E-Mail: r.walker-arnold@bluewin.ch

Pia Prandi



Mobile: 078 639 70 87
E-Mail: pia.prandi@gmx.ch

Anmeldung Geburtsvorbereitungskurs:

Name: Vorname:

Sprache: Errechneter Geburtstermin:

Strasse/Nr.:

PLZ/Ort:

Tel. / Mobile:

Ort / Datum: Unterschrift:

Bitte ausfüllen und einsenden an:
Gesundheitsförderung Uri, Gemeindehausplatz 2, 6460 Altdorf
E-Mail: info@gesundheitsfoerderung-uri.ch / Telefon: 041 500 47 27

Bei Fragen zum Projekt stehen wir dir gerne zur Verfügung:

Kanton Uri
Bildungs- und Kulturdirektion

Lena Greber

Ansprechstelle Integration
Klausenstrasse 4
6460 Altdorf
Telefon: 041 875 20 66
E-Mail: lena.greber@ur.ch

Gesundheitsförderung Uri
Kantonale Fachstelle für Prävention und Gesundheitsförderung

Simone Abegg

Programmleiterin „Ernährung und Bewegung“
Gemeindehausplatz 2
6460 Altdorf
Telefon: 041 500 47 27
E-Mail: simone.abegg@gesundheitsfoerderung-uri.ch