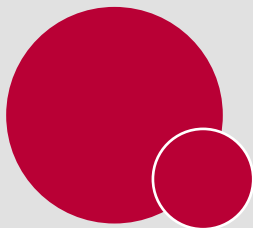




Geburtsvorbereitung für Migrantinnen



Speziell für Migrantinnen: Ihre Vorbereitung auf die Geburt und die erste Zeit mit Ihrem Baby

In diesem Kurs erhalten Sie viele Informationen, Sie stärken Ihr Körpergefühl und fördern das Vertrauen in die Geburt Ihres Kindes.

Kursinhalt:

- Kennenlernen des Schwangerschaftsverlaufs
- Informationen über die Geburt
- Ausprobieren der Geburtspositionen
- Verarbeiten der Geburtswehen
- Besichtigung der Geburtenabteilung und der Wochenbettstation
- Betreuung nach dem Spitalaufenthalt
- Ausprobieren therapeutischer Übungen für den Alltag
- Sozialinformationen und kulturelle Aspekte
- Übersetzung des Kurses nach Möglichkeit in die Muttersprache

Wir freuen uns auf Sie!

Dauer

6 Nachmittage à 3 Stunden

Kurstag

Dienstag

Zeit

14.00 bis 17.00 Uhr oder 15.00 bis 18.00 Uhr

Ort

Kursraum der Frauenklinik, Kantonsspital Aarau
Katholisches Pfarrhaus, Aarau

Kurskosten

CHF 150.– Erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenversicherung zur Kostenbeteiligung

Kursleitung

Dipl. Hebamme der Frauenklinik Kantonsspital Aarau
Dipl. Hebamme freipraktizierend
Ethnologin/dipl. Physiotherapeutin
Dipl. Sozialarbeiterin FH
Interkulturelle Übersetzerinnen

Beginn

Ab 26. Schwangerschaftswoche

Information und Anmeldung

CARITAS Aargau, Projekt FEMINASANA

Karin Knobel Käser, Telefon 062 822 90 10

feminasana@caritas-aargau.ch

www.caritas-aargau.ch