

# GEBURTSPREPARATION FÜR VIETNAMESEN FRAUEN

## Hebamme Swantje und Sozialarbeiterin Linh informieren über:

- Babyerstausrüstung: „Was brauche ich für mein Baby?“
- Krankenhaustasche: „Was nehme ich mit?“
- Krankenhaus: „Was erwartet mich im Kreißaal?“
- Anzeichen und Ablauf einer Geburt: „Was passiert mit meinem Körper vor, während und nach der Geburt?“
- Wochenbett: „Wie sehen die ersten Tage nach der Geburt aus?“
- Stillen, Flaschennahrung & Beikost: „Was isst mein Baby?“



Ein kostenfreies Angebot des Projekts „Schwangere und Mütter aus Berliner Unterkünften“

**TERMINE:** 01.07.2022 | 05.08.2022 | 09.09.2022 | 07.10.2022 | 11.11.2022 | 16.12.2022

**UHRZEIT:** 10:00-13:00 Uhr

**ORT:** Familienplanungszentrum BALANCE, Mauritiuskirchstraße 3, 10365 Berlin

**ANMELDUNG:** Bitte telefonisch bei Linh Vu anmelden unter 0176 3521 3760

**Ihr Termin ist am:**

**Familienplanungszentrum**

Gefördert durch

BALANCE

Senatsverwaltung  
für Wissenschaft, Gesundheit,  
Pflege und Gleichstellung

**BERLIN**



# CHUẨN BỊ SINH NỞ CHO PHỤ NỮ VIỆT NAM

**Nữ hộ sinh Swantje và tư vấn xã hội Linh cung cấp thông tin về:**

- Thiết bị cho bé: „Tôi cần gì cho bé?“
- Túi bệnh viện: „Tôi mang theo gì?“
- Bệnh viện: „Tôi có thể mong đợi gì trong phòng sinh?“
- Dấu hiệu và quá trình sinh nở: „Điều gì xảy ra với cơ thể tôi trước, trong và sau khi sinh?“
- Ở cữ: „Những ngày đầu tiên sau khi sinh như thế nào?“
- Nuôi con bằng sữa mẹ, bú bình & thức ăn bổ sung: „Con tôi ăn gì?“



Một dự án miễn phí của „Phụ nữ mang thai và bà mẹ cho tất cả nơi cư trú tại Berlin“

**LỊCH HẸN:** 01.07.2022 | 05.08.2022 | 09.09.2022 | 07.10.2022 | 11.11.2022 | 16.12.2022

**THỜI GIAN:** 10:00-13:00 giờ

**ĐỊA ĐIỂM:** Trung tâm kế hoạch hóa gia đình BALANCE, Mauritiuskirchstraße 3, 10565 Berlin

**ĐĂNG KÝ:** Vui lòng đăng ký với Linh Vũ qua số điện thoại 0176 3521 3760

**Cuộc hẹn của bạn:** Familienplanungszentrum



Gefördert durch

Senatsverwaltung  
für Wissenschaft, Gesundheit,  
Pflege und Gleichstellung

**BERLIN**

