



ትግርኛ

ነፍሰጾር ኮንኪ ካብ ኤርትራ ምስዳድኪ?

ደገፍ የድልየኪ ድዩ? ኣብዚ ኣብ ሆላንድ ኣብ ዝግበር ናይ ክንክን ጥንሰን ሕርሰን ከመይ ከም ዝመስል ክትፈልጢ ትደልይ ዶ? ኣብ ግዜ ጥንሰኺ ክሕግዛኺ ዝኽእላ ክልኣት ጥኑሳትን ተሓጋገዛቲ ትካላትን ከነራኽበኪ ንኽእል። እዚ ብጃንጃኽን ብ መንገዱ ማእከል CenteringPregnancy: Mahzel ይትግበር።

ኣብ ዓሰርተ ናይ ኣንላይን ጉጅለ መድረኻት ምስ ካልኣት ሰደተኛታት ነፍሰጾራት ካብ ኤርትራን ሓንቲ መሕረስቲን ኤርትራዊት ሓባራዊ ተጃዳሪትን ኩሉ ሕብረተሰብ ክትሓትትን ተመኩሮታት ከተካፍልን ትኽእል ኢኻ። ብተወሳኺ ናይ ሆላንድ ክንክን ሕርሲ ብኸመይ ከም ዝሰርሕ ክትመሃሩ ኢኹም።



ይትግበር።

ተሳትፎ ብ ነጻ እዩ

ተሳትፎ ኣብዚ ናይ ኣንላይን ብዚይክፍሊት ብነጻ እዩ። ተሳትፎ ኣብዚ ብ ኢንተርኔት ዘዘካየድ መደብ CenteringPregnancy ምስ መሕረሲትኪ ትገብርዮም ቀጥታዊ ርክባት መተካእታ ኣይኮነን። ግን ተወሳኺ እዩ።

ተወሳኺ ክትፈልጢ ወይ ክትምዝገቢ ኣንተ ደለኺ?

ስምክን ቁጽሪ ተሌፎንክን ናብ CPERitrea@gmail.com ኢመይል ስደዱ። ክንድውለልኪ ኢና ተወሳኺ ሓበሬታ ብትግርኛ ክወሃበኪ እዩ። ብ ድሕሪዚ ክትሳተፉ ድልየት ኣንተለኪ ትውሰኑ።



Samen weet je meer

Zwanger en gevlucht uit Eritrea?

Heb je behoefte aan steun en wil je weten hoe het hier werkt met bevallen? Wij brengen je in contact met andere zwangeren en zorgverleners die jou kunnen ondersteunen bij je zwangerschap, in je eigen taal. Dat doen we met online CenteringPregnancy: 'Mahzel'.

In tien online groepssessies met andere zwangeren uit Eritrea en een verloskundige en Eritrese begeleider kun je al je vragen stellen en ervaringen delen. Ook leer je hoe de Nederlandse geboortezorg werkt.

Gratis meedoen

Meedoen aan deze online groepssessies is gratis. De online CenteringPregnancy vervangt niet het directe contact met jouw verloskundige maar is extra.

Wil je meer weten of je aanmelden?

Stuur een mail naar CPERitrea@gmail.com met je naam en telefoonnummer. Wij bellen je en dan krijg je meer informatie in het Tigrinya. Daarna kun je besluiten of je mee wil doen.