

Veränderte Sprechstunden ab 2.1.2018

Baby-Sprechstunden

für alle Fragen während der Schwangerschaft und im 1. Lebensjahr

Mit der Geburt des Babys wird immer auch eine Familie (neu) geboren.
Die Umstellung braucht Zeit und Geduld. Und immer wieder tauchen neue Fragen auf:

Vor der Geburt:

Wie ernähre ich mich in der Schwangerschaft gesund? Was bedeuten die Abkürzungen in meinem Mutterpass? Wie finde ich eine Hebamme und den Geburtsort der zu mir/zu uns passt? Muss man einen Geburtsvorbereitungskurs machen? Was brauche ich für die Geburt? Wie stellen wir uns auf die Veränderung ein? Wie kann der/die Partner*in unterstützend sein? Was kommt auf mich als Mutter und Vater zu?

Nach der Geburt:

Brauchen Babys einen Rhythmus? Schläft unser Baby genug? Trinkt/isst unser Baby ausreichend? Bedeutet Zufüttern Abstillen? Wie kann ich mir als Mutter/Vater etwas Gutes tun? Verwöhnen wir unser Baby zu sehr? Wie teile ich mich zwischen dem Baby und den Geschwistern auf? Ab wann kann mein Baby von anderen betreut werden?

Wie gehen wir mit Schlafmangel um? Wo kann ich einen Rückbildungskurs besuchen? Wie können wir als Eltern Liebespaar bleiben? Wie ist es mit Verhütung?

Wie steht es um Kindererziehung? Ab wann muss ich einen Kitaplatz suchen? Wo finden wir als Familie weitergehende Unterstützung? Und und und.....

Mit: **Jasmin/Nicole Ahrens**, Familienhebamme und Dipl.-Sozialpädagogin

Immer dienstags von 13:30-15:30 Uhr in Raum 9,

Familienzentrum, Adalbertstraße 23 b, 10997 Berlin

ohne Anmeldung.

Beratungssprachen: arabisch, deutsch und spanisch

