

**GUTER START
INS LEBEN**

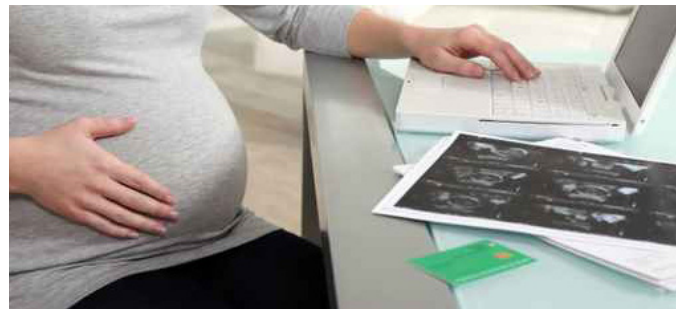


***Angebote für Schwangere
und junge Eltern***

Frühe Hilfen im SkF

Sozialdienst katholischer Frauen e.V. Vechta





Guter Start ins Leben

Sie sind schwanger oder Sie haben gerade ein Kind bekommen? Sie wissen noch nicht so genau, was alles auf Sie zukommt, worum Sie sich kümmern müssen und wo Sie Frauen in ähnlichen Situationen finden? Dann sind Sie bei uns genau richtig. Denn wir haben zahlreiche Angebote für einen guten Start ins Leben – nicht nur für Ihr Baby, sondern vor allem für Sie und Ihre neue Rolle als Mutter bzw. als junge Familie.

Wir bieten Angebote rund um die Schwangerschaft, die Geburt wie auch für junge Familien und erklären Ihnen, welche Ansprüche Sie haben und auf welche Hilfen Sie zurückgreifen können. Außerdem schaffen wir Orte, an denen Sie andere Frauen und Paare in derselben Situation treffen und sich austauschen können. Wir freuen uns auf Sie!



Schwanger – und jetzt?



***Rund um die Geburt
und die Zeit danach***



***Unterstützung für
Eltern und junge Familien***



Schwanger – und jetzt?

„Babylotse ambulant“ in Frauenarztpraxen

Gemeinsam mit Frauenarztpraxen bieten wir Ihnen durch unsere Babylotsin bereits frühzeitig in der Schwangerschaft eine Ansprechpartnerin an. In Ihrer Frauenarztpraxis erhalten Sie Informationsmaterial über unsere Arbeit. Unsere Babylotsin möchte dazu beitragen, dass Sie während der Schwangerschaft und nach der Geburt Ihres Kindes gut informiert sind und vermittelt Ihnen die Unterstützung, die für Sie sinnvoll ist.

Vielleicht ...

- ... ist die Freude auf Ihr Leben mit Kind auch durch Sorgen belastet?
- ... haben Sie Fragen zu Anträgen oder im Umgang mit Behörden?
- ... möchten Sie Unterstützung für den Alltag?
- ... wünschen Sie sich Kontakt zu anderen Müttern und Vätern?
- ... suchen Sie eine Hebamme?

Die Unterstützung durch unsere Babylotsin ist **freiwillig und kostenlos**. Wir sind auf die speziellen Bedürfnisse junger Familien geschult und wissen um die besondere Lebenssituation mit einem Säugling.

Ansprechpartnerin:

Evelyn Holzenkamp, Tel. 04441 9290-0 oder 0175 4012076

Babylotse Vechta ist ein Projekt in Zusammenarbeit mit der Stiftung „See You – Familienorientierte Nachsorge Hamburg“.

Schwangerschaftsberatung

Schwanger schafft Veränderungen.

Wir lassen Sie damit nicht allein. Wenn Sie Hilfe brauchen, bieten wir Ihnen ...

- ... Gespräche, um Gedanken zu ordnen und Gefühle zu verstehen.
- ... Informationen über vorgeburtliche Diagnostik.
- ... Begleitung, wenn Sie ein behindertes Kind erwarten/haben.
- ... Beratung und Begleitung auch nach der Geburt (bis zum 3. Lebensjahr des Kindes).
- ... Beistand und Begleitung, wenn Sie ein Kind verloren haben.
- ... Beratung bei psychischen Problemen in Verbindung mit der Geburt.
- ... Informationen über gesetzliche Ansprüche und Hilfe bei der Antragstellung.
- ... Vermittlung finanzieller und materieller Hilfen (z.B. Mutter-Kind-Stiftung, Kleine Kaufhäuser).
- ... Vermittlung von Kontakten zu anderen Beratungsdiensten (z.B. Erziehungsberatung, Schuldnerberatung).
- ... Gespräche zu Fragen der Familienplanung.



Unter www.skf-vechta.de bieten wir eine Online-Schwangerschaftsberatung an.



Vertrauliche Geburt

Sie sind ungewollt schwanger und müssen es geheim halten? Kommen Sie zu uns, wir suchen gemeinsam mit Ihnen nach einer Lösung.

Ihr Geheimnis ist bei uns gut geschützt: Alle Beraterinnen unterliegen der gesetzlichen Schweigepflicht. Niemand wird etwas von den Gesprächen oder der Geburt erfahren – weder Angehörige noch Arbeitgeber, Behörden oder Krankenkassen.

Vor, während und nach der Geburt sind wir für Sie da – Sie und Ihr Kind sind medizinisch gut versorgt. Alle Formalitäten erfolgen unter einem Pseudonym. Mit 16 Jahren kann Ihr Kind seine Herkunft erfahren. Alle Kosten werden übernommen.

→ **Notruf**

→ **Vertrauliche Geburt**

→ **Schwangerschaftsberatung vor und nach der Geburt**

→ **Medizinische Betreuung vor, während und nach der Geburt**

Tag und Nacht sind wir für Sie erreichbar:



0 44 41 92 90 90



Familienhebammediens

Sie erwarten ein Baby oder Sie haben ein Baby bekommen und neben der Freude spüren Sie auch Unsicherheiten, Ängste oder Überforderung? Vielleicht befinden Sie sich in einer persönlich belastenden Situation?

- Sind Sie noch sehr jung und haben viele Fragen hinsichtlich der Ernährung und Pflege des Babys?
- Müssen Sie ohne Partner für das Baby sorgen?
- Gibt es in Ihrem persönlichen Umfeld Probleme, die die Versorgung und Betreuung Ihres Babys erschweren (z. B. Isolation, Gewalt, Krankheit, finanzielle Sorgen)?
- Ihr Baby wurde zu früh geboren oder Sie haben eine Mehrlingsgeburt?

Das Angebot des Familienhebammediens können Sie kostenlos nutzen, wenn Sie sich in solchen oder ähnlich belastenden Lebenslagen befinden. Wir vom Familienhebammediens (Familienhebammen, Familien-Kinderkrankenschwestern und eine Sozialpädagogin) bieten Ihnen bis zu einem Jahr nach der Geburt Ihres Kindes praktische Hilfe und Unterstützung im Alltag an.

Ansprechpartnerin:

Manuela Pille (Kordinatorin Familienhebammediens), telefonische Terminabsprache unter 04441 9290-0

E-Mail: hebammediens@skf-vechta.de



Rund um die Geburt und die Zeit danach

Ein Kind zu bekommen und groß zu ziehen, ist eine enorme Herausforderung. Häufig spüren Frauen neben Freude auch Unsicherheiten und Ängste. Wir bieten Ihnen vielseitige Unterstützung und Möglichkeit zum Austausch mit anderen Müttern.

Mein Kind ist da. Wieso kann ich mich nicht freuen?

Ein Baby bereitet oft Freude und Glück. Das Leben verändert sich durch ein Kind aber auch manchmal in einer Art und Weise, wie man es im Vorfeld gar nicht erwartet hat. Durch hormonelle Veränderungen können unter anderem Stimmungsschwankungen, Erschöpfung und zwiespältige Gefühle auftreten. Einige Mütter fühlen sich in ihrer neuen Rolle nicht glücklich. Sie können überfordert und weinerlich sein, sie schlafen schlecht und haben wenig Kraft für die Bewältigung des Alltags. Oft verstehen sie sich selbst nicht mehr. Diese Zeit zu erleben ist für betroffene Frauen sehr schwer. Wir möchten Sie und Ihre Familie auch in dieser Zeit begleiten.

Telefonische Terminabsprache unter 04441 9290-0.



KURSE UND ANGEBOTE

„MuKi AG“

Dieses Angebot des SkF für Schwangere und Mütter mit Kind(ern) bietet Raum für den Austausch untereinander. Eine Familienhebamme steht für Fragen zur Verfügung.

Termine in Vechta:

mittwochs, 15.00 – 17.00 Uhr, alle 14 Tage

Ansprechpartnerin:

*Anja Gerber (Familienhebamme),
Tel. 0172 5986684*

Offene Familienhebammen-Sprechstunde

Ein weiteres Angebot für Schwangere und Mütter bietet die Familienhebammen-Sprechstunde. Diese kann ohne Terminvereinbarung genutzt werden.

Termine in Damme:

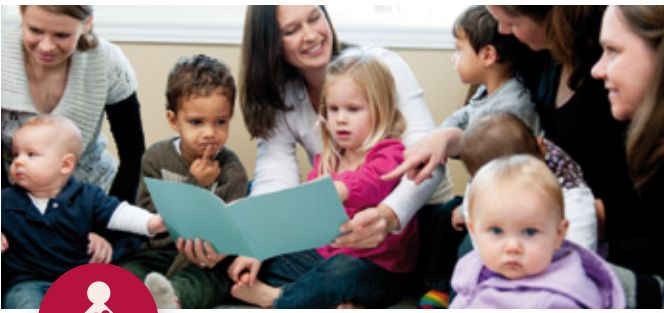
montags, 9:30 - 11:30 Uhr, alle 14 Tage

Wo:

*SkF Damme
Gartenstr. 1
49401 Damme*

Ansprechpartnerin:

*Birgit Bültmann (Familienhebamme)
Tel. 0160 9629785*



Müttercafé/Elternfrühstück

Neben einem reichhaltigen, gesunden Frühstück ist ausreichend Platz für Fragen rund um Familie und Kind. Das gemeinsame Frühstück lädt Sie ein, miteinander in Kontakt zu kommen und sich auszutauschen. Die Themen der Treffen ergeben sich aus dem Alltag der Mütter/Eltern mit ihren Babys.

Müttercafé:

Termine beim SkF Vechta (Haltestelle):

donnerstags, 9.30 – 11.30 Uhr, wöchentlich
(außer in den Schulferien)

Ansprechpartnerin Vechta:

Sandra Hackmann (Sozialpädagogin),
Tel. 04441 9290-0

Elternfrühstück:

Termine in Damme:

donnerstags, 9.30 – 11.30 Uhr, monatlich
(letzter Donnerstag im Monat)

Ansprechpartnerin Damme:

Manuela Pille (Sozialpädagogin),
Tel. 04441 9290-0



„FuN-Baby“

für Mütter mit Babies von 0 bis 18 Monaten.

Durch die Teilnahme an FuN-Baby werden Mütter in ihrer Elternkompetenz gestärkt. Mütter und Kinder machen durch altersgerechte Spielangebote neue Erfahrungen in konkreten Erziehungssituationen und werden dabei durch die FuN-Teamerin unterstützt.

Dabei können Sie:

- andere Familien kennenlernen
- mit Ihrem Baby spielen, singen und Spaß haben
- Infos zu Erziehungsfragen bekommen
- an einem Imbiss teilnehmen

Das FuN-Programm findet acht Wochen lang, einmal wöchentlich, in den Räumen des SkF in Vechta statt.

Termine auf Anfrage.

Sechs bis acht Mütter können an diesem Kurs teilnehmen. Die Teilnahme ist kostenlos.

Ansprechpartnerin:

Melanie Krzemien-Hitzel (Sozialpädagogin),
Tel. 04441 9290-0



Unterstützung für Eltern und junge Familien

Familienpaten

Kinder zu versorgen und zu erziehen ist eine große Herausforderung. Ein Kind bedeutet viel Freude, aber es gibt Lebensumstände, in denen Eltern an ihre Grenzen stoßen und einfach alles zu viel wird.

In dieser Situation kann Ihnen ein Familienpate zuverlässig und vertrauensvoll zur Seite stehen.

Familienpaten unterstützen und entlasten.

Sie helfen bei der Kinderbetreuung:

- Sie bieten ihre Begleitung bei wichtigen Terminen an.
- Sie schenken Zeit und sind verlässlich.
- Sie helfen bei der Bewältigung des Alltags.
- Sie arbeiten mit Vereinen und Verbänden zusammen und können somit Kontakte knüpfen.

Sie stärken die Familie:

- Sie hören zu und haben Verständnis.
- Sie motivieren und ermutigen bei Unsicherheit und Überforderung.
- Sie teilen ihre Lebenserfahrung.



Familienpaten ...

... sind engagierte, lebenserfahrene Menschen, die Freude am Umgang mit jungen Menschen haben und bereit sind, einen Teil ihrer Zeit zur Verfügung zu stellen, um so diesen Familien Entlastung und Unterstützung zu bieten.

Familienpaten werden auf ihre verantwortungsvolle Tätigkeit durch Fachkräfte des SkF vorbereitet. Sie werden während ihrer ehrenamtlichen Arbeit begleitet und fortgebildet. Sie gehören einem Team mit professionellen Mitarbeitern und ehrenamtlichen Kollegen an.

Eine Familienpatenschaft ist eine Begleitung auf Zeit (von drei Monaten bis zu einem Jahr), solange es von beiden Seiten gewünscht wird.

Die Hilfe ist

- vertraulich
- kostenlos und unbürokratisch
- unabhängig von der Konfession

Ansprechpartnerinnen:

*Manuela Pille (Sozialpädagogin) und
Andrea Stuke-Lefferding (Sozialpädagogin),
Tel. 04441 9290-0*

Ansprechpartnerinnen



Babylotsin

Evelyn Holzenkamp
Tel. 04441 9290-0
Mobil: 0175 4012076
E-Mail: babylotse@skf-vechta.de



Schwangerschaftsberatung

Eva-Maria Wempe-Muhle
Tel. 04441 9290-0
E-Mail: beratungschwangerschaft@skf-vechta.de



Schwangerschaftsberatung

Melanie Krzemien-Hitzel
Tel. 04441 9290-0
E-Mail: schwangerschaft@skf-vechta.de



Schwangerschaftsberatung

Sandra Hackmann
Tel. 04441 9290-0
E-Mail: mfm@skf-vechta.de



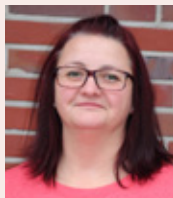
Schwangerschaftsberatung / Familienpaten

Andrea Stuke-Lefferding
Tel. 04441 9290-0
E-Mail: stuke-lefferding@skf-vechta.de



Familienhebammdienst / Familienpaten

Manuela Pille
Tel. 04441 9290-0
E-Mail: familienhebammdienst@skf-vechta.de, familienpaten@skf-vechta.de



Familienhebamme

Birgit Bültmann
Tel. 04441 9290-0
Mobil: 0160 96297853
E-Mail: summershine7@gmx.de



Familienhebamme

Stefanie Dwertmann
Tel. 04441 9290-0
Mobil: 0170 2606800
E-Mail: stefanie@dwertmann.com



Familienhebamme

Anja Gerber
Tel. 04441 9290-0
Mobil: 0172 5986684
E-Mail: hebamme-anja@t-online.de



Familien-Kinderkrankenschwester

Kerstin Wendte
Tel. 04441 9290-0
Mobil: 0171 8609322
E-Mail: wendte@skf-vechta.de



Familien-Kinderkrankenschwester

Magdalena Kellermann
Tel. 04441 9290-0
Mobil: 0157 74305852
E-Mail: magdalena.kellermann@outlook.com

Wo finden Sie uns?

Sozialdienst katholischer Frauen e. V.
Kronenstraße 5 · 49377 Vechta
Tel.: 04441 9290-0
Fax: 04441 9290-20
E-Mail: info@skf-vechta.de
www.skf-vechta.de

Außenstelle in Damme:
Gartenstr. 1 · 49401 Damme
Tel.: 04441 9290-72 oder 04441 9290-73

Unsere Angebote werden vom Landkreis
Vechta finanziell unterstützt.



Stand: Mai 2019

Da sein – leben helfen

Sozialdienst katholischer Frauen e.V. Vechta

