

## EIN BABY BRINGT VIEL WIRBEL IN DIE FAMILIE...

- > Wie verstehe ich die Signale des Babys?
- > Ich komme an meine Grenzen...
- > Wie ernähre ich es richtig?
- > Das Baby schreit sehr viel – was können wir tun?
- > Wie kann ich mich entlasten?
- > Wie gestalten wir unseren Alltag als Familie?
- > Wie schaffe ich das alleinerziehend?
- > Alles ist anders als ich mir es vorgestellt hatte...



Gefördert durch



Bayerisches Staatsministerium für  
Familie, Arbeit und Soziales



Unser Büro finden Sie in der  
Kolpingstraße 18 (UG), Post schicken  
Sie bitte an die Spörleinstraße 11.

### KONTAKT

Landratsamt Rhön-Grabfeld  
Amt für Jugend und Familie  
Kontaktstelle frühe Kindheit (KoKi)  
97616 Bad Neustadt  
Telefon 09771 94-645 und -646  
Telefax 09771 94 81645 und -646

koki@rhoen-grabfeld.de  
www.koki-rhoen-grabfeld.de

RHÖN-GRABFELD  
Zukunft.

  
Netzwerk frühe Kindheit  
www.sozialministerium.bayern.de



RHÖN-GRABFELD



Zukunft.

**KONTAKTSTELLE  
FRÜHE KINDHEIT**

  
Netzwerk frühe Kindheit  
www.sozialministerium.bayern.de



## EIN BABY KÜNDIGT SICH AN – UND IHNEN ALS ELTERN GEHT VIELES DURCH DEN KOPF...

- > Wie finde ich eine Hebamme?
- > Welche Dinge brauche ich für mein Baby?
- > Wie strukturiere ich den Tag mit dem Baby?
- > Ich fühle mich unsicher...
- > Gibt es finanzielle Hilfen?
- > Ich habe keine Freude an meinem Baby...
- > Warum geht es mir nur so schlecht seit der Entbindung?

## INFORMATION – BERATUNG – HILFE

Mit all Ihren Fragen rund um Schwangerschaft, Geburt und die ersten drei Lebensjahre können Sie sich an die Kontaktstelle frühe Kindheit (KoKi) wenden.

Wir beraten Sie individuell und selbstverständlich vertraulich. Zusätzlich informieren wir über sämtliche in der Region ansässigen Angebote (themenspezifisch auch landkreisübergreifend) – Ihren Belangen und Anforderungen entsprechend.

Gerne kommen wir auch zu Ihnen nach Hause, um das Beratungsgespräch in Ihrer vertrauten Umgebung zu führen.

Nehmen Sie einfach Kontakt zu uns auf - im Gespräch finden wir Lösungen, die zu ihnen passen!

### FREIWILLIG – KOSTENLOS – VERTRAULICH

Alle Angebote der Kontaktstelle frühe Kindheit (KoKi) sind für Sie kostenfrei. Wir unterliegen der Schweigepflicht.

Natürlich können Sie sich auch anonym an uns wenden, entweder persönlich, telefonisch oder per E-Mail.

## FAMILIENKINDERKRANKENSCHWESTERN UND FAMILIENHEBAMMEN...

... unterstützen Sie gerne und unkompliziert je nach Ihrem Bedarf und Ihren Fragen zur Versorgung Ihres Babys - insbesondere auch dann, wenn Sie sich in einer belastenden Lebenssituation befinden, Sie wenig Unterstützung aus Ihrem Umfeld haben u. v. m.

... begleiten Sie fachlich kompetent im Umgang mit dem Säugling/ Kleinkind und beraten Sie umfassend zu Fragen rund um Ihr Kind, z. B. zum Schlaf, Beruhigen, Spielen, zum Schaffen einer Tagesstruktur, Stillen/ Flaschennahrung, gesunder Ernährung sowie auch bei speziellen Herausforderungen z. B. Mehrlingsgeburt, Erkrankung, Frühgeburt oder Behinderung...

Die Begleitung ist bis zum 3. Geburtstag Ihres Kindes möglich und kann bereits während der Schwangerschaft beginnen. Die Fachkräfte kommen zu Ihnen nach Hause.

Kontakt und Organisation erfolgen über die KoKi. Unser Angebot ist für Sie als Eltern kostenfrei!

## HAUSHALTSCOACHING

Anleitung, Organisation und Strukturierung Ihres Haushalts mithilfe unserer Haushaltsscoaches bei Ihnen zuhause.

Eine ausgebildete Hauswirtschafterin unterstützt Sie dabei, Ihre Haushaltsführung zu organisieren und an die Veränderungen anzupassen, die ein Baby mit sich bringt.

Sie bekommen wertvolle Anregungen und praktische Tipps, z. B. rund um das Erarbeiten einer Grundordnung, hygienische Erfordernisse, die Zubereitung von gesunden und kindgerechten Speisen, Einkaufen mit wenig Geld, Haushalts- und Putzplanung usw.

Kontakt und Organisation erfolgen über die KoKi. Auch dieses Angebot ist für Sie als Eltern kostenfrei!

## ELTERNCAFÉ

- > Offener Treff für Schwangere und Eltern mit Babys und Kleinkindern
- > Möglichkeit, Kontakte zu knüpfen, sich zwanglos auszutauschen, zu informieren usw.
- > Gemütliches Beisammensein bei Kaffee und kleinen Snacks (kostenfrei) mit Spielbereich für die Kinder
- > Regelmäßige Infos zu bestimmten Themen rund um den Alltag junger Familien durch eine kompetente Fachkraft
- > Ort, Termine und Themen finden Sie unter [www.koki-rhoen-grabfeld.de](http://www.koki-rhoen-grabfeld.de)
- > Keine Anmeldung nötig – kommen Sie einfach vorbei!