

**einfühlsam
vertraulich
professionell**

Mit uns können Sie reden

pro familia bietet in landesweit 12 Beratungsstellen auf der gesetzlichen Grundlage des Schwangeren- und Familienhilfegesetzes (SFHG) umfassende Informationen und professionelle Beratung an. Darauf hat jede Frau und jeder Mann Anspruch, ebenso auf eine Betreuung nach der Geburt.

Unsere Unterstützung richtet sich nach Ihrem Bedarf. Sie können einzeln oder als Paar, auf Wunsch auch anonym, eine einmalige oder längerfristige Beratung in Anspruch nehmen. Und es gehört zum Grundsatz von pro familia, respektvoll mit jedem Anliegen umzugehen.

Die Gespräche werden von fachlich qualifizierten BeraterInnen durchgeführt. In unseren Teams arbeiten Dipl.-SozialpädagogInnen, -PsychologInnen, -PädagogInnen, Lebens-, Familien- und EheberaterInnen, ÄrztInnen und Hebammen zusammen. Sie sind an die Schweigepflicht gebunden.

pro familia engagiert sich auf der politischen Ebene für die Familie in jeder Lebensform, für eine Verbesserung ihrer finanziellen Situation, für die Vereinbarkeit von Familie und Beruf bzw. Ausbildung und für ein ausreichendes Angebot an qualifizierter Kinderbetreuung.

Unsere Jugendprojekte sind nur mit Spenden möglich. Bitte unterstützen auch Sie diese Arbeit, z.B. mit einer Geldspende, altem Zahngold, Pfandbons oder - für Sie sogar kostenfrei - bei Ihrem Online-Einkauf mit Start auf www.shopplusplus.de

Mehr dazu auf www.profamilia-sh.de unter Spenden und Aktionen

Beratungsstellen in Schleswig-Holstein

22926 Ahrensburg, Große Str. 4
Tel. o 41 02 - 3 29 66, Fax 45 49 76

23843 Bad Oldesloe, Mühlenstr. 22
Tel. o 45 31 - 6 73 23, Fax 80 06 15

23795 Bad Segeberg, Schillerstr. 14 a
Tel. o 45 51 - 9 48 91, Fax 9 48 97

24937 Flensburg, Marienstr. 29-31
Tel. 04 61 - 90 92 640, Fax 90 92 649

21502 Geesthacht
Rudolf-Messerschmidt-Str. 8
Tel. o 41 52 - 7 29 24, Fax 88 61 18

25746 Heide, Hamburger Str. 89 a
Tel. 04 81 - 25 30, Fax 2 12 22 45

25813 Husum, Schlossgang 8
Tel. o 48 41 - 36 71, Fax 80 01 18

25524 Itzehoe, Berliner Platz 1
Tel. o 48 21 - 27 06, Fax 88 90 15

24103 Kiel, Bergstr. 5
Tel. 04 31 - 8 62 30, Fax 2 60 74 16

23552 Lübeck, Dr.-Julius-Leber-Str. 9
Tel. 04 51 - 62 33 09, Fax 3 96 88 62

24534 Neumünster, Goebenplatz 4
Tel. o 43 21 - 2 52 71 90, Fax 2 52 71 99

22850 Norderstedt, Kielortring 51
Tel. o 40 - 5 22 85 78, Fax 53 53 28 38

Per E-Mail erreichen Sie die Beratungsstellen unter dem jeweiligen Ortsnamen@profamilia.de (z.B. bad-segeberg@profamilia.de)

pro familia Landesverband Schleswig-Holstein e.V.
24937 Flensburg, Marienstr. 29-31
Tel. 04 61 - 90 92 620, Fax 04 61 - 90 92 649
lv.schleswig-holstein@profamilia.de www.profamilia-sh.de

Ihre Spende hilft in jeder Beziehung.
Konto: IBAN DE11 2175 0000 0017 0352 60 BIC NOLADE21NOS

mit uns können Sie reden **pro familia**
Schleswig-Holstein



Beratung und Information
für werdende Mütter und Väter

**Schwangerschaft
und Geburt**



Mutter oder Vater werden

Die Schwangerschaft ist eine Zeit intensiver, manchmal auch gegensätzlicher Gefühle. Stürmische Freude auf das Kind, sehnsüchtiges Warten und hoffnungsvolle Zukunftsplänen wechseln mit Unsicherheiten, Ängsten und Zweifeln.

Mutter oder Vater werden, ist eine Zeit neuer Erfahrungen und vieler Fragen. Die Gesundheit von Mutter und Kind, Fortschritte der Medizin, z.B. vorgeburtliche Untersuchungen, die Vorbereitung auf die Geburt und mögliche Hilfe danach sind nun für Sie wichtige Themen. Ebenso die Ihnen zustehenden Rechtsansprüche, finanzielle Unterstützungsmöglichkeiten, die Vereinbarkeit von Familie und Beruf bzw. Ausbildung.

Das Leben mit einem Kind bedeutet eine große Veränderung, für Alleinerziehende und für Paare. Tag und Nacht braucht der Säugling Ihre liebende Fürsorge. Diese Umstellung ist oft nicht leicht. Es ist gut, wenn Sie jetzt jemanden haben, der Sie unterstützt. Auch pro familia ist für Sie da.

Wir informieren und beraten Sie einfühlsam und professionell zu Ihren Fragen und Problemen rund um Schwangerschaft, Geburt und Elternwerden. Mit uns können Sie reden.

Wir unterstützen Eltern von Anfang an. Mancherorts gibt es Gruppenangebote für Schwangere und junge Mütter mit kleinen Kindern. Wir bieten auch Infoabende zu kindlicher Sexualität, Sexualerziehung und Prävention an.

Sie haben Fragen

- Welche finanziellen Hilfen stehen mir zu?
- Was muss ich wo und wann beantragen?
- Wie komme ich als Alleinerziehende klar?
- Wie bewältige ich als minderjährige Mutter Ausbildung und Alltag mit einem Kind?
- Wo bekomme ich Hilfe, wenn mir mit dem Baby alles über den Kopf wächst?
- Was wird aus meinem Arbeitsplatz?
- Wo gibt es Geburtsvorbereitungskurse?
- Welche Hilfe bietet eine Familienhebamme an?
- Was erwartet mich bei vorgeburtlichen Untersuchungen?
- Wo finde ich Unterstützung, wenn eine Behinderung des Kindes festgestellt wird?
- Kommen wir mit den neuen Anforderungen zurecht, bleibt noch genug Zeit für einander?
- Was regeln Umgangs- und Sorgerecht?
- Wo finde ich Unterstützung in einer Krise?
- Wie kann ich anonym entbinden?

Wir beraten Paare und Einzelpersonen auch bei Problemen und Fragen zu Partnerschaft, Sexualität, Verhütung, Trennung und Scheidung. Unter www.profamilia-sh.de können Sie sich online beraten lassen.

Wir informieren und beraten Sie

- **Gesundheit und Geburt**
Ergänzend zu den Informationen der Ärztin/des Arztes und der Hebamme bieten wir Gespräche an, in denen Zeit ist für Ihre Gefühle, Unsicherheiten und Zweifel. Auch vor, während und nach vorgeburtlichen Untersuchungen (pränatale Diagnostik - PND) haben Sie Anspruch auf Beratung und psychosoziale Begleitung. Wir beraten Sie auf Wunsch anonym, auch zur vertraulichen Geburt.
- **Finanzielle Unterstützung und gesetzliche Grundlagen**
Wir informieren Sie umfassend zu finanziellen Hilfen und rechtlichen Ansprüchen. Wir gehen auf Ihre individuelle Situation ein und helfen Ihnen, Ihre Rechte geltend zu machen. Anträge für die Bundesstiftung Mutter und Kind können in einigen Orten bei pro familia gestellt werden.
- **Veränderte Lebenssituation**
Wir beraten und begleiten Sie bei Problemen vor und nach der Geburt sowie nach Fehl-, Früh- oder Totgeburt. Wir unterstützen Sie in Ihrer neuen Rolle als Mutter/Vater. Wir sind für Sie da bei Konflikten in der Partnerschaft.

Rufen Sie uns an. Informationen über das Angebot der Beratungsstelle in Ihrer Nähe (siehe Rückseite) finden Sie auch auf unserer Website www.profamilia-sh.de

Wir bieten in vielen Orten auch Informationsabende für Schwangere und deren Partner an, zum Teil gemeinsam mit einer Hebamme. pro familia ist außerdem in regionalen Netzwerken für „Frühe Hilfen für Familien“ aktiv.