

Persönliche Beratung

kostenlos, vertraulich, auf Wunsch auch anonym:

Haben Sie Fragen rund um Schwangerschaft und Geburt? Z.B. zu Elterngeld, Kindergeld? Welche Anträge müssen wann gestellt werden? Wir haben eine Checkliste für Sie.

Wenn die Situation schwierig ist und Sie einen Schwangerschaftsabbruch erwägen. Vereinbaren Sie einen Beratungstermin.

Beratung auch nach der Geburt

Die Geburt ist überstanden, jetzt wird es turbulent. Wir sind für Sie da bei allen Fragen rund um Partnerschaft, Elternschaft und Familie, aber auch bei seelischen Krisen, Trennung oder Scheidung.

Systemische Beratung, Familienberatung

Ihre Ressourcen stehen im Focus, um gute Lösungen zu finden.

Einzelberatung: z.B. wenn alles zu viel wird,

Paarberatung: z.B. wenn die Kommunikation nicht mehr klappt und Vorwürfe und Kränkungen zunehmen.

Familienberatung: z.B. wenn Sie sich überfordert fühlen und die elterliche Präsenz stärken wollen.

Ein besonderes Anliegen ist uns die persönliche Beratung für Single-Eltern

Auftanken für Single-Eltern in der Single-Elterngruppe

jeweils 14tägig,

Am Montag von 15.45 Uhr bis 18.00 Uhr .

Die Kinder werden von einem Babysitter betreut.

Unsere Angebote und Beratungen sind kostenlos, vertraulich, auf Wunsch auch anonym möglich.

Telefonisch sind wir erreichbar:

Frau Monika Hölzl, Dipl. Sozialpädagogin (FH)
Systemische Therapeutin, Familientherapeutin (DGSF)
Tel.: 0991/3100 316

Frau Angelika Pagany, Sozialpädagogin (BA/FH)
Tel.: 0991/3100 382

Internet: www.schwanger-in-deggendorf.de

e-mail:
schwangerenberatung@ira-deg.bayern.de

*Die mit *) gekennzeichneten Veranstaltungen sind eine Kooperation mit KoKi – Netzwerk frühe Kindheit und werden gefördert von:*

Bitte um Anmeldung bei allen Veranstaltungen



Programm 2024

für Schwangere,
Single-Eltern
und Familien



Staatl. anerkannte Schwangerschaftsberatungsstelle am
Landratsamt Deggendorf
Pater-Fink-Straße 8
94469 Deggendorf

Elterngeld und Co

Die Gründung einer Familie bedeutet immer auch finanzielle Einschnitte. Für die werdenden Eltern ist es wichtig zu wissen, wie sieht das Familienbudget aus, wenn das Kind da ist? An diesem Nachmittag informieren wir Sie über die wichtigsten finanziellen Leistungen wie Elterngeld, Familiengeld, Kindergeldzuschlag usw.

Donnerstag, 25.01.2024, 16.30 Uhr - 18.30 Uhr
Dienstag, 05.11.2024, 16.30 Uhr - 18.30 Uhr

**Wo: Außenstelle Landratsamt
Pater-Fink-Str. 8 Deggendorf**

Referentinnen:
Team der Schwangerschaftsberatungsstelle

Babyschlaf*)

Gerade im Babyalter ist das Thema „Schlaf“ für Eltern wichtig.

Bei diesem Vortrag erhalten Sie Antworten auf Ihre Fragen: z.B. wie schlafen Babys eigentlich? Warum wachen sie auf? Wie kommen sowohl das Baby wie auch die Eltern zu ausreichend erholsamen Schlaf?

Donnerstag, 07.03.2024, 09.30 Uhr - 11.30 Uhr
Dienstag, 03.12.2024, 09.30 Uhr—11.30 Uhr

**Wo: Außenstelle Landratsamt,
Pater-Fink-Str. 8,, Deggendorf**

Referentin:
Melanie Falkowsky, Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin, Trageberaterin

Babymassage*)

Entspannen, beruhigen, stärken und Vertrauen fördern.

Die Babymassage ist eines der kostbarsten Geschenke, die Eltern ihrem Kind und sich selbst machen können. Durch liebevolle Achtsamkeit und sanfte Berührung lernen Sie die Sprache Ihres Babys zu verstehen und fördern die Eltern-Kind-Beziehung mit positivem Einfluss auf die gemeinsame Zukunft

Bitte bringen Sie eine Wickelunterlage und eine Kuschelecke mit.

Dienstag, 07.05.2024, 9.30 Uhr – 11.30 Uhr

**Wo: Außenstelle Landratsamt
Pater-Fink-Str. 8, Deggendorf**

Referentin:
Claudia Schmitt, Familien-Kinderkrankenschwester

Bescheid wissen hilft - Rechtliche Informationen nicht nur bei Trennung oder Scheidung

Viele Beziehungen halten nicht ein Leben lang. Eine Trennung / Scheidung bedeutet in der Regel eine existentiell schwierige Situation. Neben der emotionalen Bewältigung ist es wichtig, über rechtliche Belange Bescheid zu wissen.

Sie erhalten an diesem Nachmittag rechtliche Informationen hinsichtlich Unterhalt, Umgangsrecht, Sorgerecht etc.. Fragen werden beantwortet.

Donnerstag, 27.06.2024, 16.00 Uhr – 17.30 Uhr

**Wo: Außenstelle Landratsamt
Pater-Fink-Str. 8, Deggendorf**

Referentin: Cynthia Koller, Rechtsanwältin

Osteopathie bei Schwangeren und Babys

Die Osteopathie ist eine sanfte, ganzheitliche Behandlungsmethode, die bei vielen Beschwerdebildern in der Schwangerschaft und Säuglingszeit hilfreich ist.

Oft ist diese Lebensphase geprägt von den Nachwirkungen einer eventuell schwierigen Schwangerschaft und Geburt. Daher bietet sich die Osteopathie in gerade dieser sensiblen Lebensphase an, um bestehende Blockaden zu lösen .

Mögliche Indikationen sind:

- Probleme in der Schwangerschaft
- Hilfe nach schwierigen Geburten oder Kaiserschnitten
- Übermäßiges Schreien
- Stillprobleme, vermehrtes Spucken
- Entwicklungsverzögerungen

Die Beispiele stellen nur einen Auszug dar. Wie genau die Osteopathie wirkt und was Eltern selbst tun können, um sich und ihren Kindern zu helfen, darum soll es in diesem Vortrag gehen.

Donnerstag, 17.10.2024, 9.30 Uhr – 11.30 Uhr

**Wo: Außenstelle Landratsamt,
Pater-Fink-Str. 8, Deggendorf**

Referentin:
Franziska Stocker
Heilpraktikerin und Physiotherapeutin