

# BERATUNGSMÖGLICHKEITEN

- **GEBURTSVORBEREITUNG  
& VORBEREITUNG AUFS STILLEN  
UND ELTERN SCHAFT**

- ⇒ Schwangerschaft
- ⇒ Geburtsvorbereitung
- ⇒ Entspannung – Partnerübungen
- ⇒ Kreissaal – Krankenhaus
- ⇒ Stillen oder Flasche
- ⇒ Ernährung der Mutter
- ⇒ Hilfe – wir sind Eltern:
  - Die ersten Wochen zu Hause
  - Umgang mit dem Säugling
  - Säuglingspflege
  - Schreien – Koliken - Schlafen
  - Erziehung - Entwicklung
  - Veränderungen der Partnerschaft oder Alleinerziehend

Ingrid Forrer – DKKS & Stillberaterin IBCLC  
Diplom Hebamme Sieglinde Schrittmesser IBCLC

**WO:** GEMEINDEAMT NEUMARKT/  
ÖGB – ZENTRUM FRIESACH

**WANN:** NACH **ABSPRACHE**  
INFO & ANMELDUNG BEI INGRID FORRER

- **BABY – UND KLEINKINDTREFF  
& STILLGRUPPE**

Stillende sowie nicht stillende Mütter  
sind mit ihren Babys und Kleinkindern  
herzlich dazu eingeladen!

**NEUMARKT:** Marktgemeindeamt 2. Stock  
Hauptplatz

Neu ab Jänner 2022:

**jeden 3. Dienstag / Monat**  
(außer während der Sommerferien)  
ab 09<sup>30</sup> – ca. 11<sup>30</sup> Uhr

(Terminänderungen vorbehalten – s.Homepage)



## TELEFON/SKYPE - BERATUNG:

Jederzeit  
unter folgender Telefonnummer:  
Handy: 0664 / 9982772  
Mail: stillberatung.i.f@gmx.at

## ▪ HAUSBESUCHE:

Im **Wochenbett** – Wochenbettbegleitung  
bei allen Fragen:

rund ums Baby  
Eltern werden

und **danach** – so lange benötigt  
nach Bedarf  
und Vereinbarung

## ▪ BERATUNG BEI MIR ZU HAUSE

Zeitlich unbegrenzt  
nach Vereinbarung

## BERATUNGSANGEBOT

Gerne berate ich Sie bei Fragen zu Themen wie:

- ⇒ Stillen – Stillvorbereitung und Beginn
- ⇒ Stillprobleme
- ⇒ Bauchweh & Koliken
- ⇒ Ernährung der Mutter
- ⇒ Abstillen, Zufüttern/Beikost
- ⇒ Flaschennahrung
- ⇒ Schlafprobleme
- ⇒ Umgang & Pflege des Säuglings
- ⇒ Erziehungs- Entwicklungsfragen
- ⇒ Fragen zur Partnerschaft
- ⇒ Eltern werden – Eltern sein
- ⇒ Alleinerziehend – was nun



## INGRID FORRER

DIPL. KINDERKRANKENSCHWESTER  
MIT ZUSATZAUSBILDUNG ZUR  
STILL – UND LAKTATIONSBERATERIN IBCLC  
(INTERNATIONAL ANERKANNTES ZERTIFIKAT)  
SCHLAFBERATERIN NACH 1001 NACHT  
(ZERTIFIKAT)

### INFORMATION:

HANDY: 0664 / 9982772  
EMAIL: [stillberatung.i.f@gmx.at](mailto:stillberatung.i.f@gmx.at)  
[www.rubs.forrer.at](http://www.rubs.forrer.at)  
Lohwerkstr. 2; 8820 Neumarkt

### GEFÖRDERT DURCH:

- FACHABTEILUNG SOZIALWESEN / REFERAT  
SOZIALARBEIT
- FOLGENDE GEMEINDEN:  
Neumarkt, Dürnstein, Friesach, Kulm;  
Mariahof, Micheldorf, Murau, Mühlen,  
Niederwölz, Oberwölz, Perchau, Ranten,  
Scheifling, Schöder, Stadl/Mur, St. Blasen, St.  
Georgen ob Jbg., St.Lambrecht, St. Lorenzen,  
St. Marein, St. Peter/Kbg.,  
Steirisch Laßnitz, Treibach-Althofen,  
Unzmarkt, , Zeutschach

FÜR ELTERN DIESER GEMEINDEN IST DIESES  
ANGEBOT GRATIS!  
(AUSNAHME: VORBEREITUNGSKURS)

# Beratung



# Rund um's Baby - Kleinkind

inklusive

# Stillberatung & Schlafberatung



HERZLICH  
WELKOMMEN  
ZUM  
GEBURTSTAG

# BABY - KleinkindTREFF

&

Stillgruppe  
Stillgruppe

Wir reden miteinander, tauschen Erfahrungen aus, besprechen Ernährungs- und Erziehungsfragen, trinken Kaffee! Ebenso gibt es Informationen über das Stillen und Hilfestellung bei Stillproblemen.

Wann: **jeden 3. Dienstag im Monat** (außer Sommerferien)  
**Ab 9:30 Uhr**  
Die aktuellen Daten finden Sie jeweils auf meiner Homepage.

Wo: **Marktgemeindeamt Neumarkt**  
**2. Stock**  
**8820 Neumarkt**  
**Tel. 0664/998277**

Begleitet wird das Treffen von Ingrid Forrer ;  
Diplom Kinderkrankenschwester & Stillberaterin IBCLC

**Gefördert von folgenden Gemeinden:**

Althofen/Kärnten; Friesach; Großgemeinde Neumarkt, Murau, Mühlen, Micheldorf; Niederwölz, Großgemeinde Oberwölz; Gemeinde Ranten, Großgemeinde Scheifling, Schöder, Großgemeinde St.Lambrecht, St. Georgen ob Judenburg; St. Peter/Kbg; Unzmarkt;

# Geburtsvorbereitungskurs & Vorbereitung aufs Stillen und Eltern werden

**Geburt**

**Säuglingspflege**

Schwangerschaft

**Partnerübungen**

**Ernährung**

**Stillen**

**Atem - und Entspannungsübungen**

**Umgang mit dem Baby**

**Eltern werden – Eltern sein**



## **Wo und Wann:**

Marktgemeindeamt Neumarkt/Stmk.

**Nächster Termin: 23.9.2022 (Beginn - weitere Termine auf Anfrage)**

## **Leiterinnen:**

Dipl. Kinderkrankenschwester; Stillberaterin IBCLC: Ingrid Forrer

Dipl. Hebamme; Stillberaterin IBCLC: Sieglinde Schrittester

## **Information und Anmeldung:**

Ingrid Forrer

Tel.: 0664/9982772