

# BERATUNGSMÖGLICHKEITEN

- **GEBURTSVORBEREITUNG & VORBEREITUNG AUFS STILLEN UND ELTERNCHAFT**

- ⇒ 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 & ausgebildete Still & Schlafberaterin  
Diplom Hebamme Sieglinde Schrittmesser IBCLC

**WO:** GEMEINDEAMT NEUMARKT  
**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)



- **BERATUNG BEGLEITUNGSANGEBOTE**

## 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  
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, Mühlen, Niederwölz,  
Oberwölz, Perchau, Ranten, Scheifling,  
Schöder, St. Blasen, St.Lambrecht, St.  
Lorenzen, St. Marein, St. Peter/Kbg.,  
Unzmarkt, Zeutschach

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

# Beratung



# Rund um's Baby - Kleinkind

inklusive

# Stillberatung & Schlafberatung