

Da für Sie



Mütter- und Väterberatung
Kanton Bern





Das Leben mit kleinen Kindern bringt viel Freude, es ist aber auch anspruchsvoll. Suchen Sie fachlichen Rat und Kontakte, möchten Sie Erfahrungen austauschen oder fühlen Sie sich in Ihrer Elternrolle noch unsicher? Im Zentrum unserer Arbeit stehen das Wohl des Kindes und die positive Entwicklung der ganzen Familie, insbesondere die Förderung der Eltern-Kind-Beziehung. Wir stärken die Eltern in ihren Erziehungskompetenzen und unterstützen sie in ihrem Rollenverständnis als Mutter und Vater.

Ihre individuellen Fragen – unser persönlicher Rat

Da für Sie – im Alltag

Je nach Lebensphase und Alter des Kindes haben Erziehende unterschiedliche Fragen und Bedürfnisse. Mit unserem Beratungsangebot gehen wir auf die individuellen Bedürfnisse ein und vermitteln Adressen und Kontakte zu Institutionen und weiteren Fach- und Beratungsstellen. Wir unterstützen Sie auch dabei, sich mit Müttern, Vätern und Familien in ähnlichen Lebenssituationen zu vernetzen.

Da für Sie – während der Schwangerschaft

Die Schwangerschaft ist eine besondere Zeit. Werdende Eltern können sie ganz unterschiedlich erleben. Für die einen erfüllt sich ein lang gehegter Wunsch, andere sehen dem neuen Lebensabschnitt eher mit Bangen entgegen. Und nicht zuletzt stellen sich für werdende Mütter andere Fragen als für werdende Väter. Haben Sie Fragen zur Pflege Ihres Babys nach der Geburt? Suchen Sie spezifische Literatur? Wir geben Ihnen gerne Auskunft, vermitteln Ihnen Adressen und informieren Sie über Angebote rund um die Familie in Ihrer Umgebung.

Da für Sie – nach der Geburt

Ihr neugeborenes Baby bringt viel Freude in Ihr Leben. Fasziniert beobachten Sie jeden Fortschritt. Möglicherweise fühlen Sie sich unsicher, machen sich Sorgen über die Entwicklung Ihres Babys oder gelangen an die Grenzen Ihrer Kräfte. Unser Ziel ist es, Ihnen im Umgang mit Ihrem Baby Orientierung und Sicherheit zu vermitteln und Sie in Ihrer neuen Rolle als Mutter und Vater – oder auch als Grossmutter oder Grossvater – zu stützen.

Wir beraten Sie betreffend:

- Stillen und Stillprobleme / Ernährungsaufbau
- Entwicklung und Pflege Ihres Säuglings
- Einschlaf- und Durchschlafprobleme
- belastende Situationen und wie Sie damit umgehen können
- Entlastungsmöglichkeiten
- Umgang mit Krankheiten Ihres Babys oder Kleinkindes

Da für Sie – bis zum Kindergarten

Ihr Kleinkind entwickelt sich mehr und mehr zu einer eigenständigen Persönlichkeit. Mit Stolz beobachten Sie seine ersten Schritte in die Selbstständigkeit. Es kann Sie auch an neue Grenzen führen. Mit der Mütterberaterin erhalten Sie eine Ansprechperson, die Sie und Ihr Kind von der Geburt bis zum Kindergarten begleitet. Auf diese Weise unterstützen wir Sie dabei, ein Umfeld zu schaffen, das der frühkindlichen Entwicklung förderlich ist.

Themen, die in dieser Phase aktuell werden können:

- Essen / individuelle Ernährung / Bewegung
- Trotzen / Eifersucht / Einschlaf- und Durchschlafprobleme
- Gesundheit / Krankheit / Impfungen
- Vereinbarkeit von Familie und Beruf / externe Kinderbetreuung
- belastende Situationen und wie Sie damit umgehen können

Sie erhalten auch Kontaktadressen weiterer Fach- und Beratungsstellen sowie Auskunft zu Angeboten rund um die Familie, zu Kursen und Gesprächsgruppen.

Da für Sie – kostenlos

Die Beratungen sind kostenlos. Finanziert wird dieses Angebot durch die Gesundheits- und Fürsorgedirektion des Kantons Bern (GEF).

Da für Sie – mit qualifizierten Mütterberaterinnen

Unsere Mitarbeiterinnen sind erfahrene Fachfrauen, ausgebildet in Gesundheits- und Krankenpflege (Pflegefachfrauen mit Schwerpunkt Kind), und sie verfügen über ein Nachdiplom als Mütterberaterin oder andere Zusatzausbildungen. Sie stehen alle unter Schweigepflicht.



Ist die Gewichtszunahme meines Kindes normal? | Ich habe Schmerzen beim Stillen – was kann ich tun? | Das Einzige, was unsere Enkelin essen will, sind Süßigkeiten – wie sollen wir uns verhalten? | Unser Kind will abends nicht schlafen – was machen wir falsch? | Unser dreijähriger Sohn schlägt andere Kinder – wie sollen wir damit umgehen? | Unsere Tochter kommt nachts häufig ins Elternbett – wie können wir das ändern? | Unser Kind trotzt – wie sollen wir reagieren? | Unser Kind schreit und schreit – wir sind am Ende unserer Kräfte! | Wann muss mein Kind trocken sein? | Mein Kind provoziert mich ständig – warum? | Unsere Tochter weigert sich, in die Kita zu gehen – was sollen wir unternehmen? | Muss ich zum Arzt, wenn mein Kind Schnupfen hat? | Babyfelle seien schuld am frühen Kindstod – wie kann das sein? | Mein Kind beißt – was kann ich dagegen tun? | Meine Frau ist immer traurig – was kann ich tun? | Ich habe kürzlich unsere Kinder beim Doktorspiel überrascht – muss ich eingreifen? | Sollte unser Kind nicht schon lange sitzen? | Meine Schwiegermutter behauptet, das Tragetuch sei schädlich – stimmt das? | Unser Kind hat hohes Fieber und einen roten Ausschlag – was kann ich tun? | Wie kann ich meiner Tochter sagen, dass ich ihre Kinder (2 und 5) nicht mehr hüten möchte? | Mein Mann ist so ungeschickt mit dem Baby – darf ich ihm das Baby überlassen? | Seit wir ein Baby haben, macht unser dreijähriger Bub wieder ins Bett – er war doch schon lange trocken! | Wann sollten wir mit Löffelmahlzeiten beginnen? | Mein Mann meint, Muttermilch mache Kinder dick – ist das wahr? | Was ist nun richtig – Rücken- oder Bauchlage? | Unser Baby trinkt fast nichts – muss ich etwas dagegen unternehmen? | Ich suche Kontakt zu anderen Müttern und Vätern – welche Angebote gibt es?

Da für Sie – ganz in Ihrer Nähe

Unser Netz von Beratungsstellen spannt sich über den ganzen Kanton Bern. Wählen Sie den Ort und die Beratungsstelle nach Ihrem Belieben. Die Adressen und die Öffnungszeiten finden Sie unter www.mvb-be.ch.

Sie haben die Wahl zwischen folgenden Beratungsmöglichkeiten:

Kurzberatung am Telefon

Hier beraten wir Sie zu Themen wie Ernährung, Pflege, Erziehung, Gesundheit, Krankheit, Bewältigung von Alltagsfragen. Sie können auch weiterführende Gespräche mit uns vereinbaren.

Telefonberatungszeit: wochentags von 8 bis 11 Uhr.

Sie besuchen uns in einer Beratungsstelle

Beratungen finden in regelmässigen Abständen in Ihrer Gemeinde oder in Ihrer Nähe statt – je nach Gemeinde mit oder ohne Voranmeldung. In den Beratungen werden Ihre individuellen Fragen aufgenommen; nach Bedarf erhalten Sie Informationen und Unterlagen zu weiteren Angeboten und Institutionen. Die Beratungsstellen bieten zudem einen idealen Rahmen für Eltern und ihre Kleinkinder, um Kontakte zu knüpfen und sich auszutauschen. Die Öffnungszeiten und Kontaktadressen finden Sie auf unserer Website unter «Beratungsstellen».

Wir besuchen Sie zu Hause

Hausbesuche können Sie in Anspruch nehmen, wenn Sie nach der Geburt lieber in Ihrer vertrauten Umgebung bleiben möchten oder wenn Sie sich in einer besonderen Familiensituation befinden.

So erreichen Sie uns

Angaben zu unseren Beratungsstellen, zu Öffnungszeiten, Telefonnummern und zur zuständigen Mütterberaterin finden Sie auf unserer Website www.mvb-be.ch.



Mütter- und Väterberatung Kanton Bern – die vier Regionen mit ihren Beratungskreisen. Alle Beratungskreise verfügen über Stützpunkte, von denen aus die lokalen Beratungsstellen bedient werden.

Adressen und Öffnungszeiten finden Sie unter www.mvb-be.ch.

Breit abgestützt – lokal verankert

Über unsere Organisation

Die Mütter- und Väterberatung Kanton Bern ist als privatrechtlicher Verein im Auftrag der Gesundheits- und Fürsorgedirektion des Kantons Bern (GEF) in der Prävention und der Früherkennung tätig. Im Zentrum steht die Förderung der Gesundheit von Kindern bis zum vollendeten fünften Lebensjahr. Gesundheitliche Probleme und Entwicklungsauffälligkeiten im Kleinkindalter sollen möglichst früh erkannt werden, damit in Zusammenarbeit mit den Beteiligten die notwendigen Massnahmen eingeleitet werden können.

Die Dienstleistungen der Mütter- und Väterberatung sind kantonal gesteuert und werden dezentral angeboten – im deutsch- wie im französischsprachigen Gebiet.

Möchten Sie unsere Arbeit unterstützen?

Möchten Sie unsere Aktivitäten mit einer Spende oder als Vereinsmitglied unterstützen?

Mit einer Spende oder mit Ihrem Mitgliederbeitrag helfen Sie uns, Angebote und Projekte mitzufinanzieren, die nicht oder nur teilweise von der öffentlichen Hand abgedeckt sind, wie zum Beispiel:

- Spielsachen für die Beratungsstellen
- Vergünstigungen bei Elternbildungskursen
- Finanzierung von Dolmetscherinnen und Dolmetschern im Migrationsbereich
- gesundheitsfördernde Projekte im Bereich Früherkennung

Bitte kontaktieren Sie unsere Geschäftsleitung, wenn Sie spenden oder Mitglied unseres Vereins werden möchten bzw. Fragen zur Mitgliedschaft haben. Die Adresse finden Sie auf der Rückseite dieser Broschüre.





www.mvb-be.ch

Unsere Website – eine attraktive, benutzerfreundliche und interaktive Informationsplattform für Sie.

Mütter- und Väterberatung
Kanton Bern



Geschäftsleitung
Länggassstrasse 23 3012 Bern T 031 370 00 20
E-Mail geschaeftsleitung@mvb-be.ch
www.mvb-be.ch