

Gesundheit von Anfang an



Fonds Gesundes
Österreich

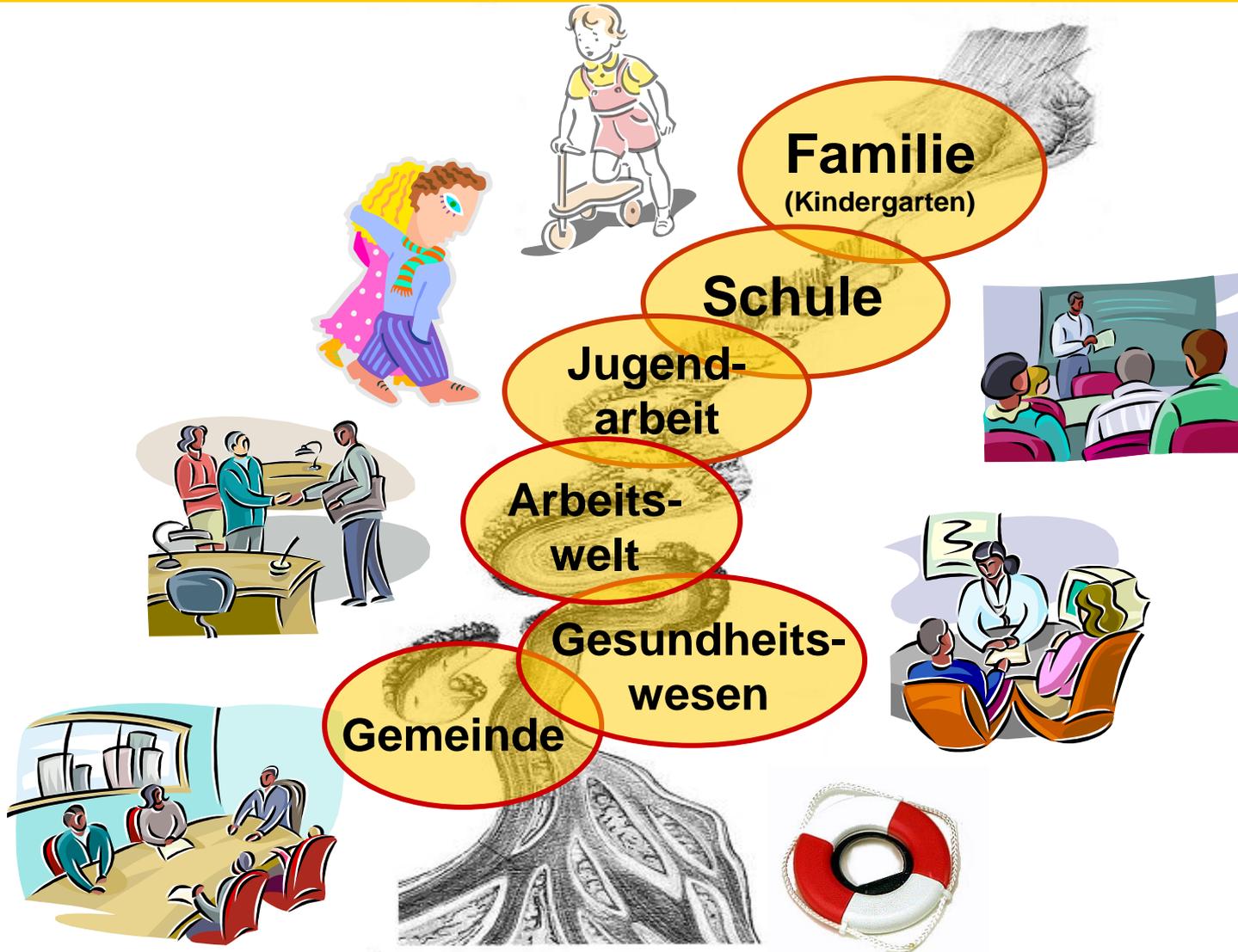


Fonds Gesundes
Österreich

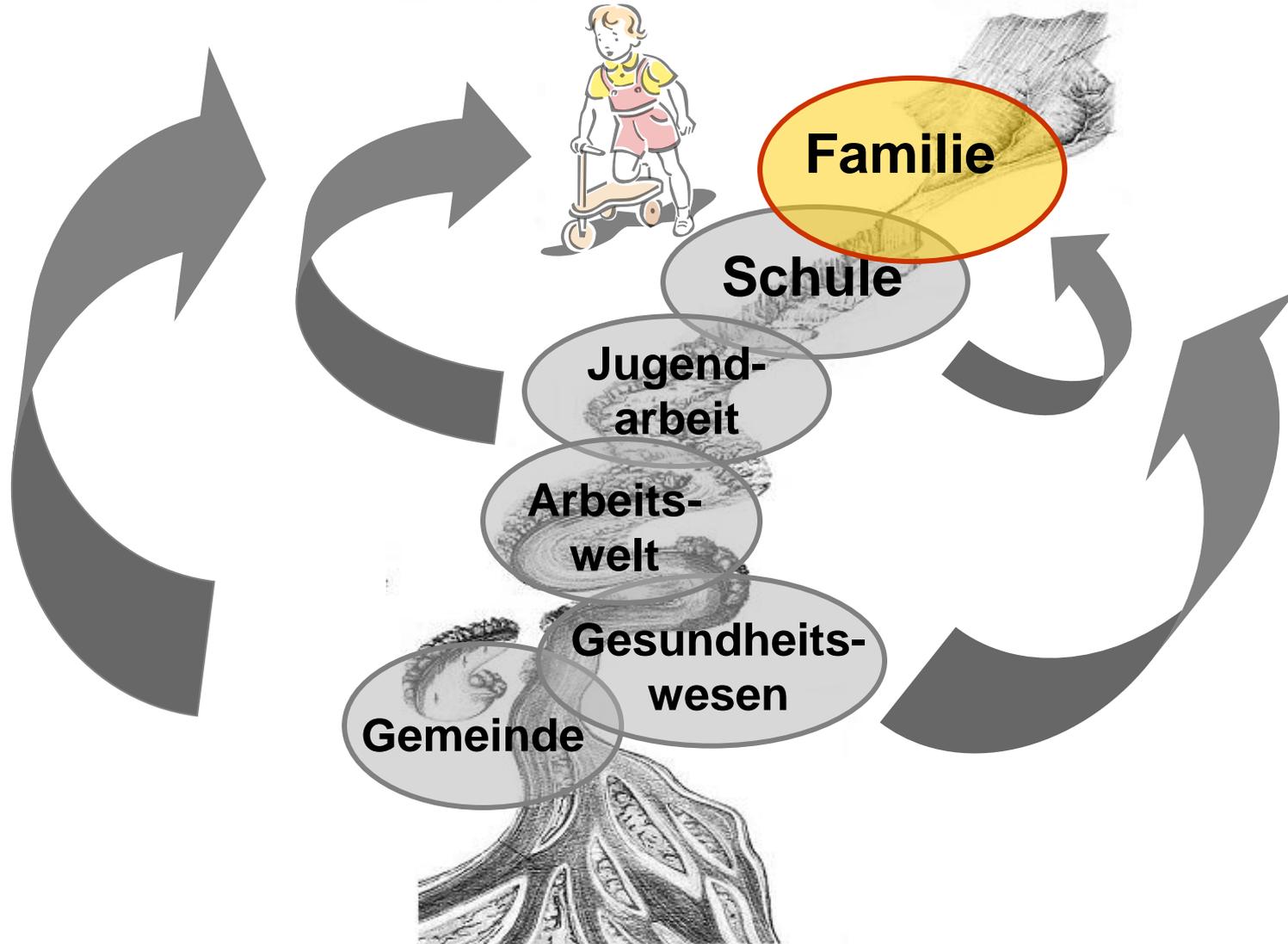
© 2009



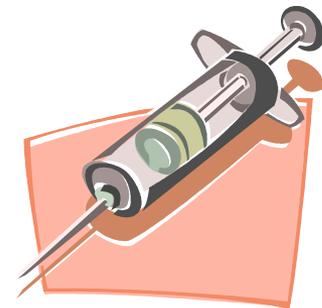
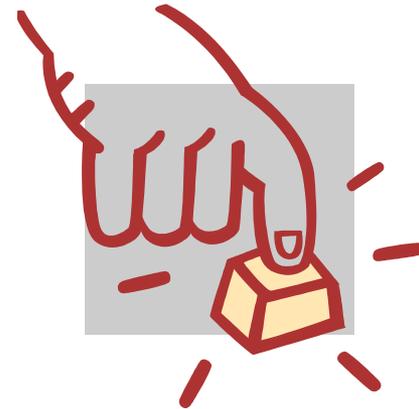
Prävention in mehreren Lebensfeldern



Eltern sind die wichtigste Zielgruppe



Viele werden erst (zu) spät aktiv



... eine besondere Chance

Veränderung
Neuorientierung
Entwicklung



Schwanger-
schaft



Vermittlung wichtiger
Gesundheits-
kompetenzen
frühzeitige und
nachhaltige Verbindung
mit dem Gesundheits-
und Helfernetz

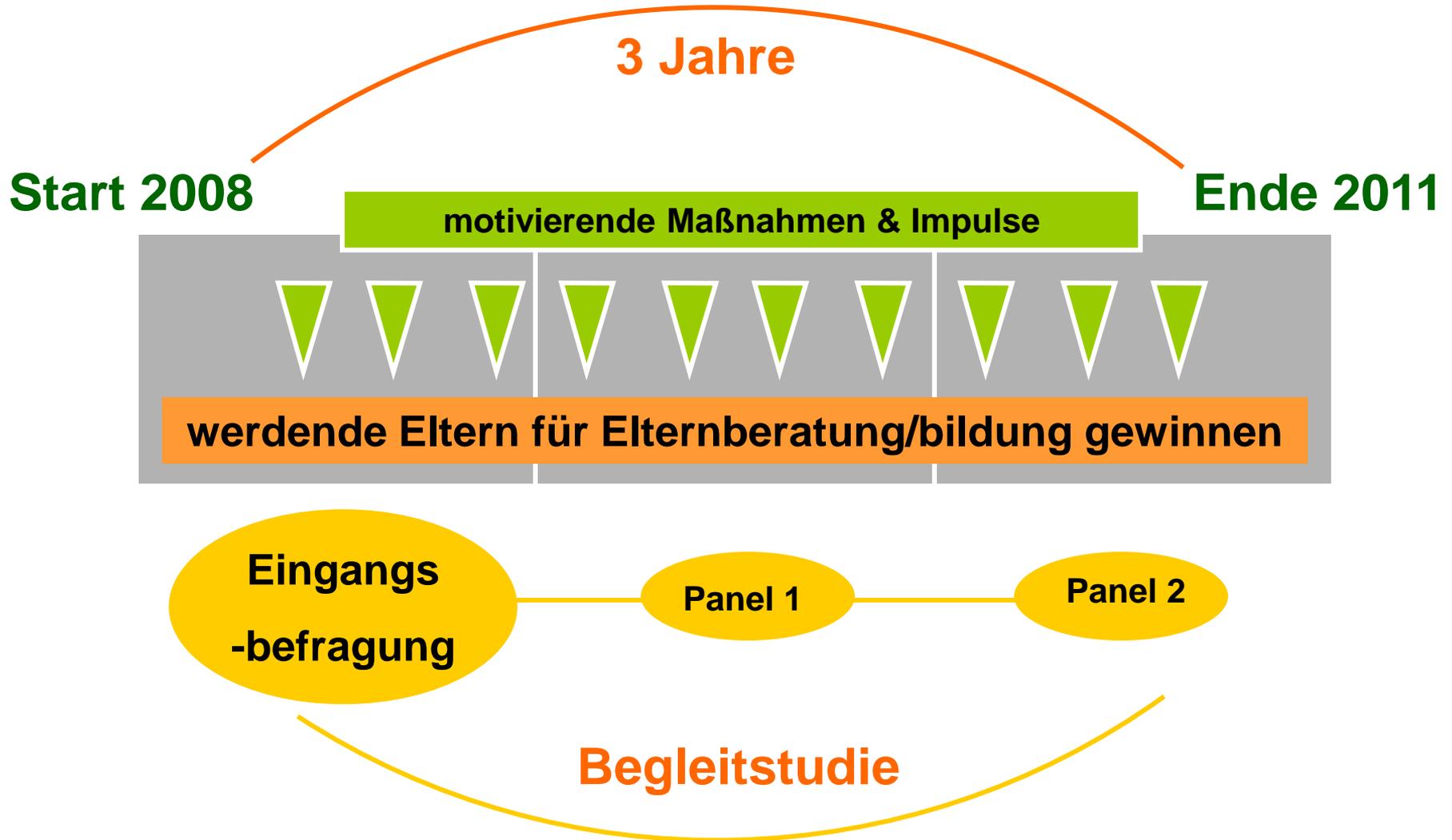
die Chance, alle zu
erreichen – vor allem
jene, die man später
nicht mehr erreicht

Unterstützung für werdende und junge Eltern

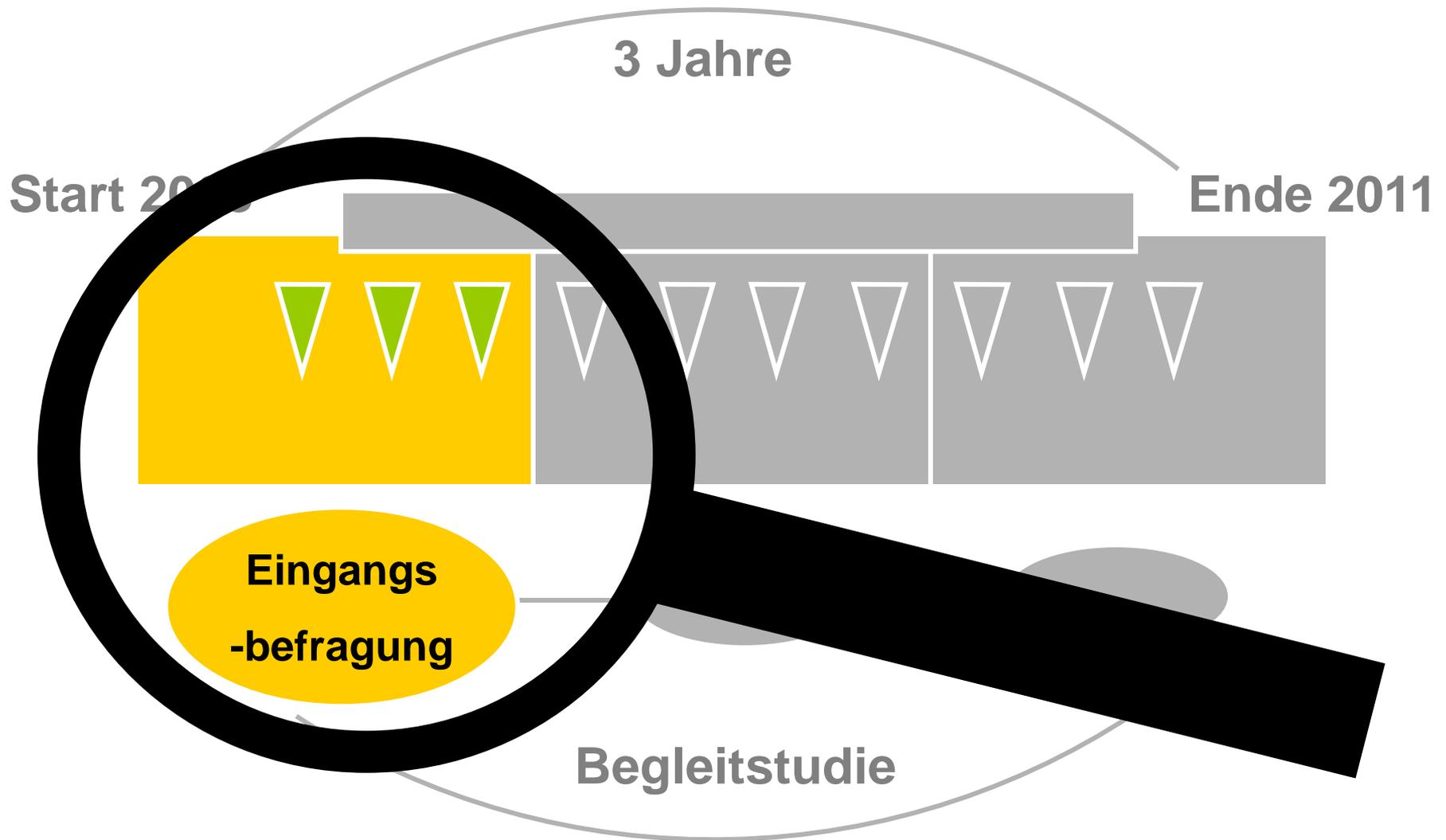
**Frühförderung
Elternbildung
Elternberatung**



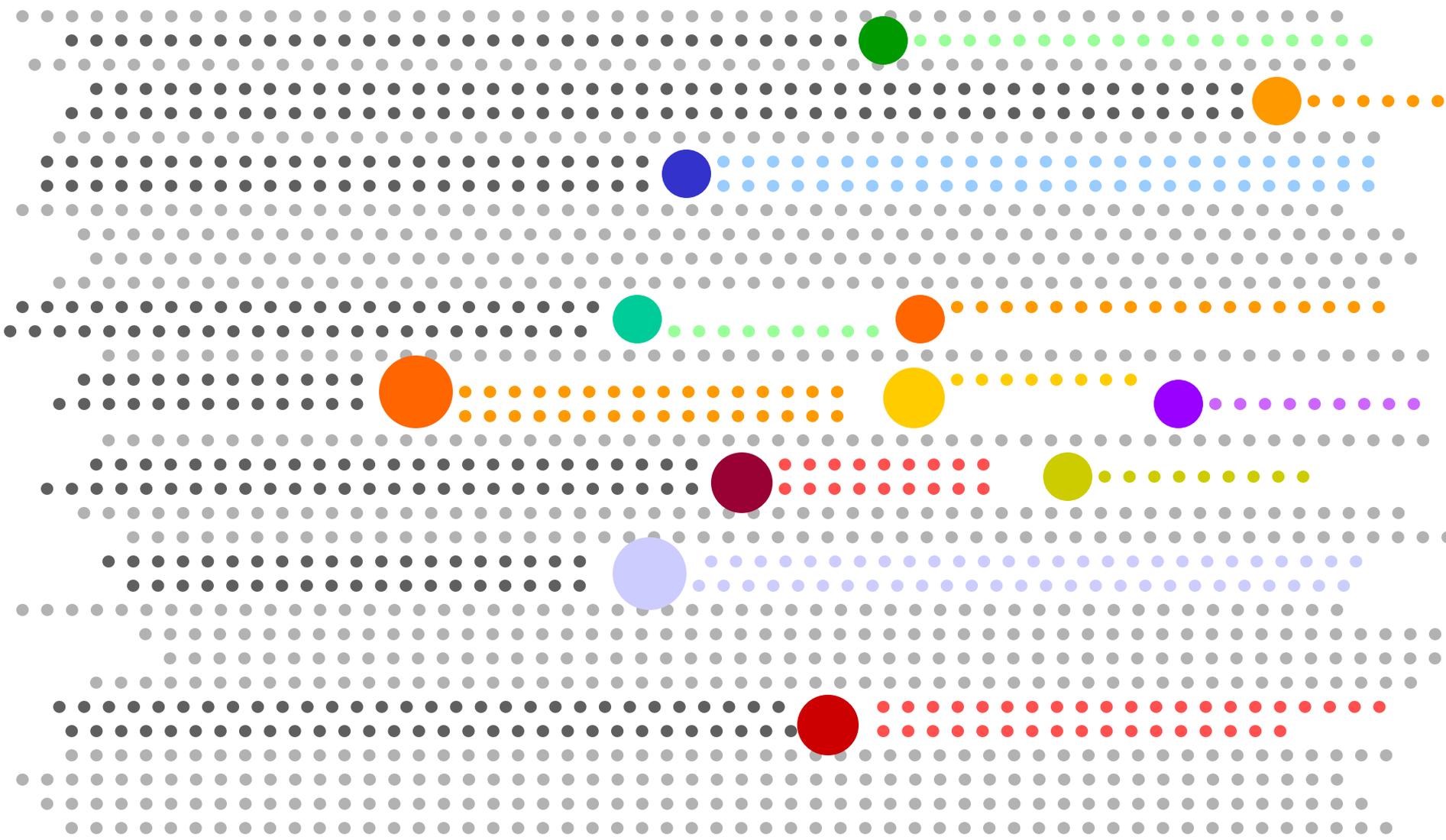
Gesamtüberblick



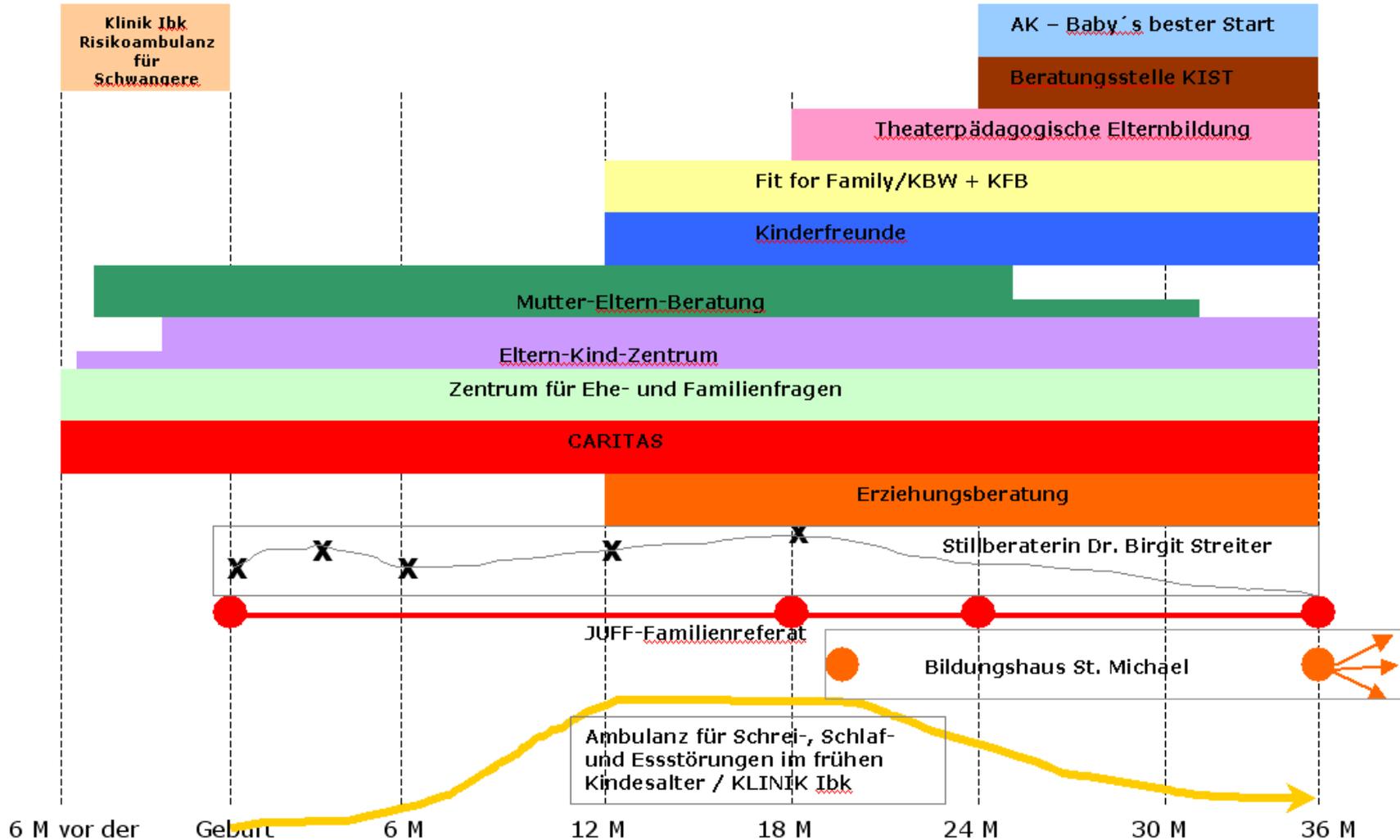
relevante Projektphase



Anbieter und Nutzer



Bestandsaufnahme (Sommer 2007)



Nur ein kleines Segment ...



...aller Eltern ...

... nutzt die Angebote.

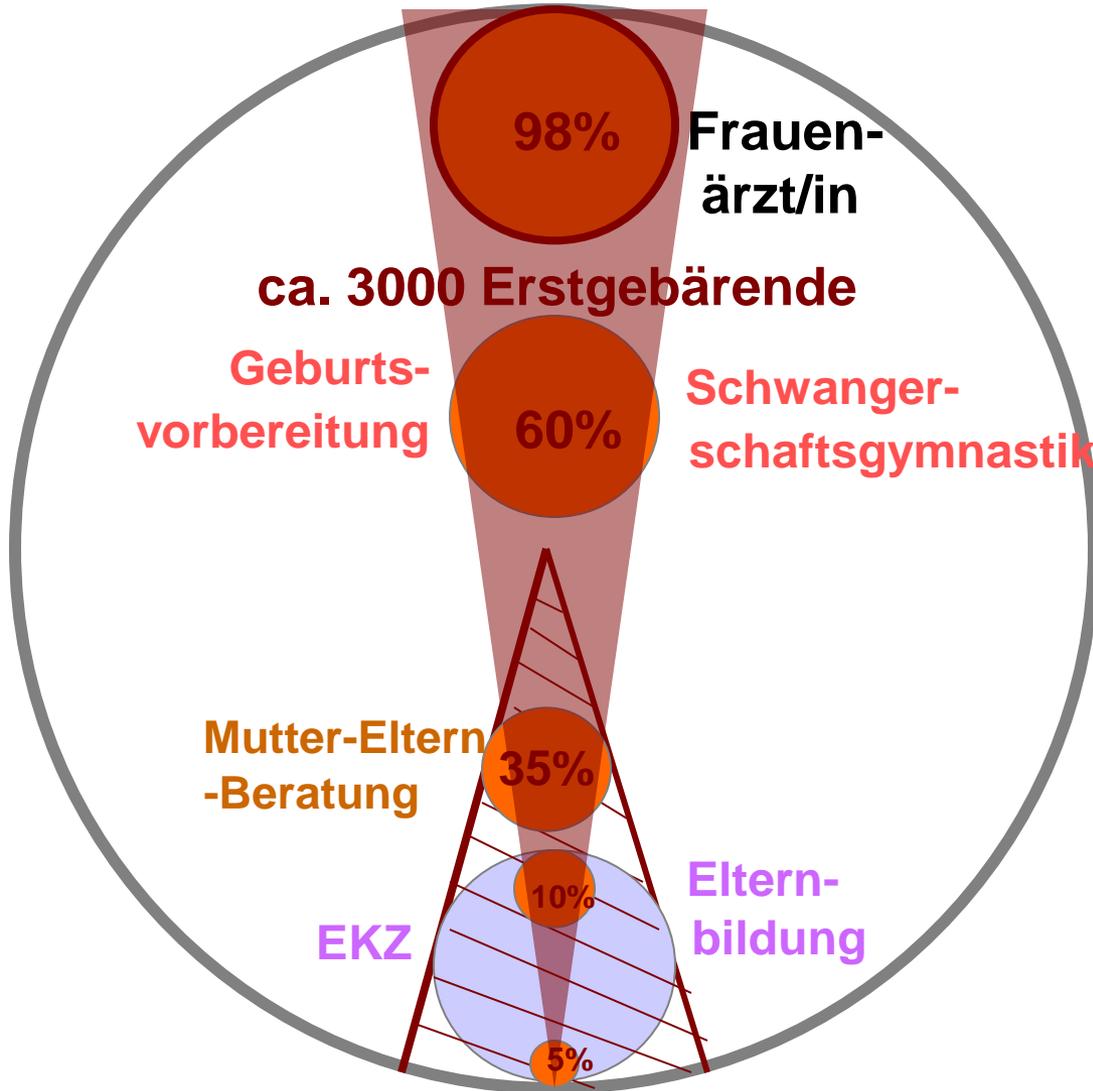


Alle fragen sich:



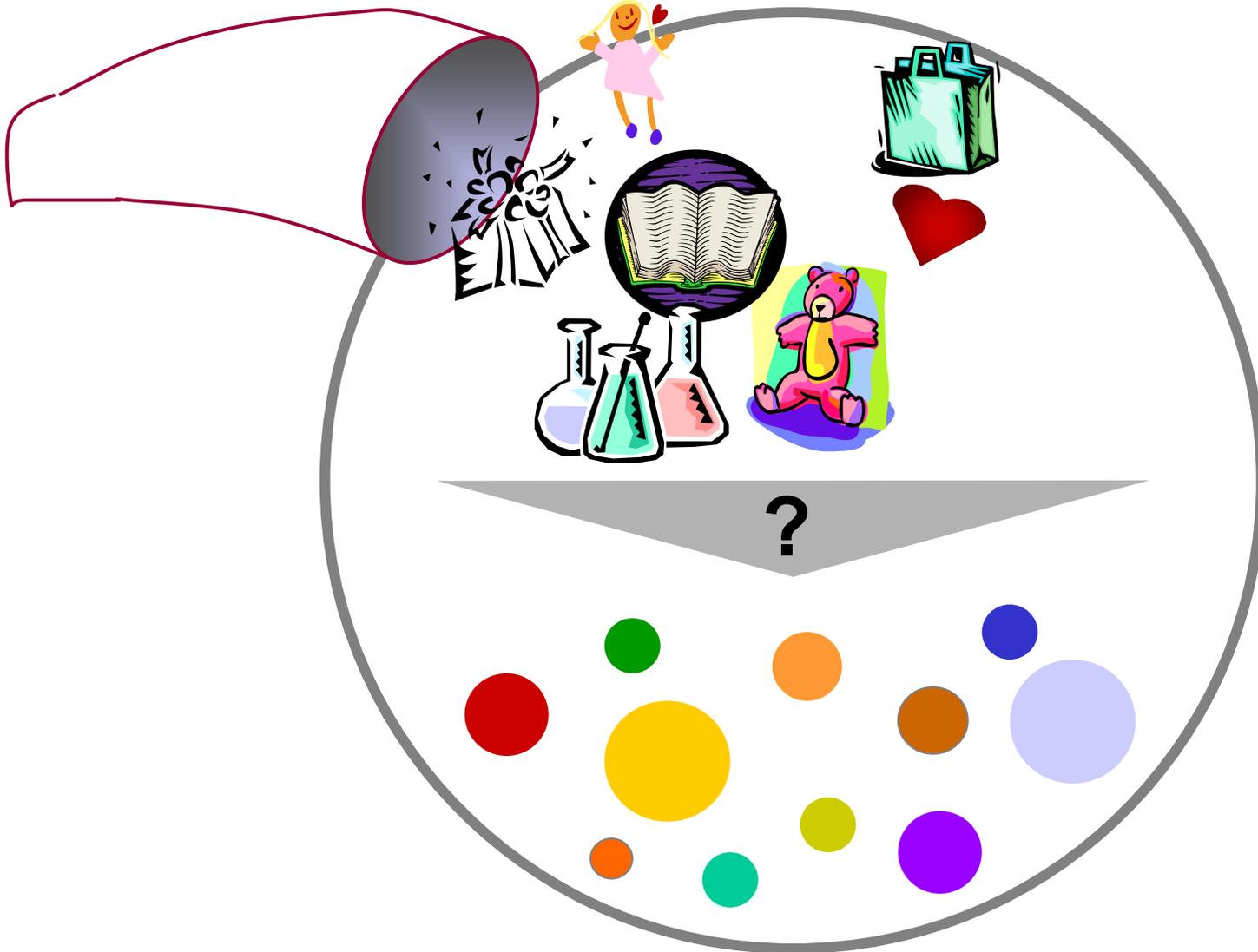
*„Warum verlieren
wir sie?!*

Anfänglich sind (fast) alle da, ...

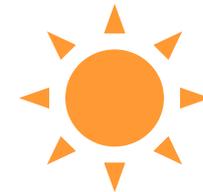
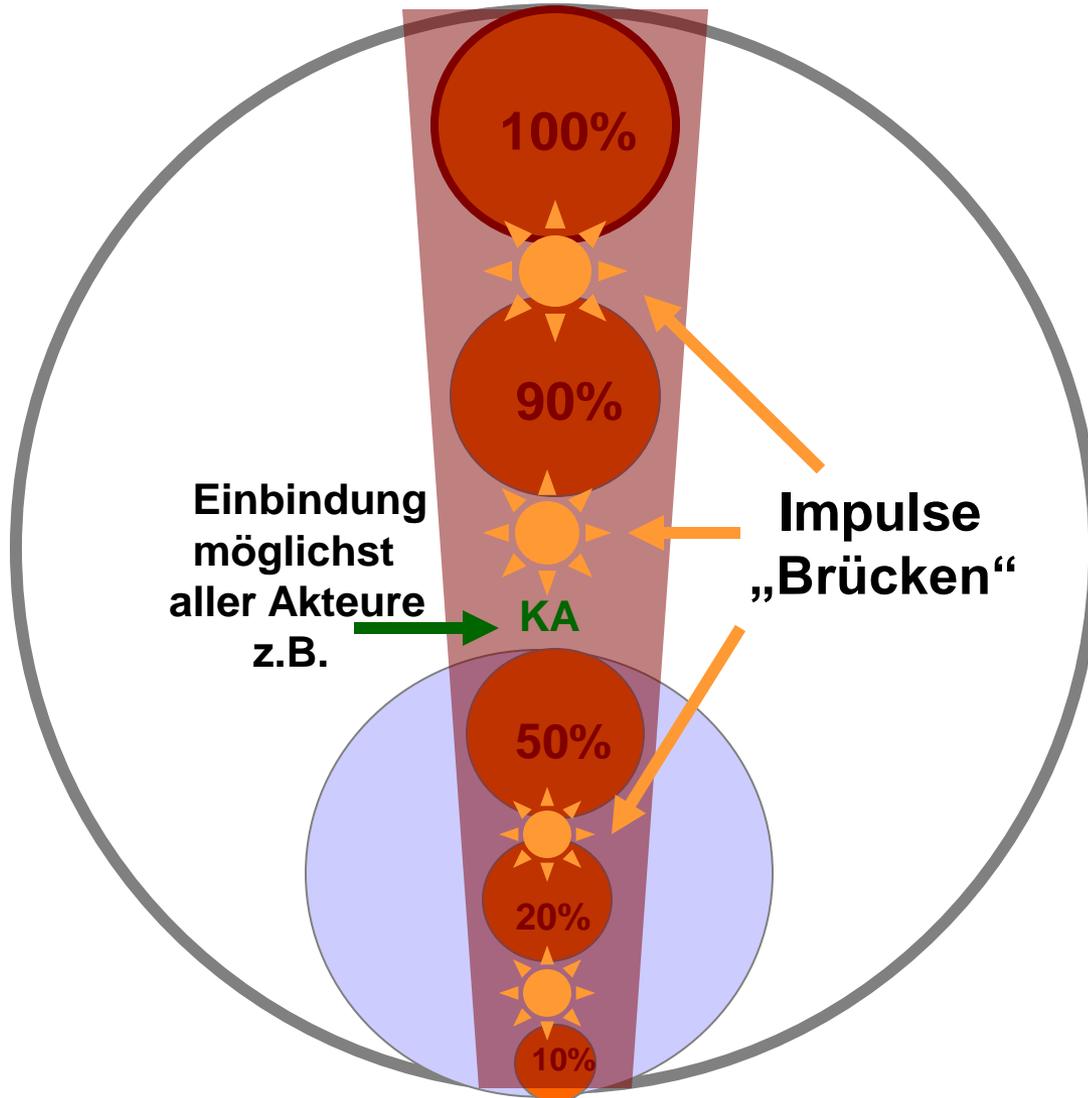


... nur wenige bleiben übrig.

(k)ein Informationsproblem?



Ziel: dem Schwund entgegenwirken

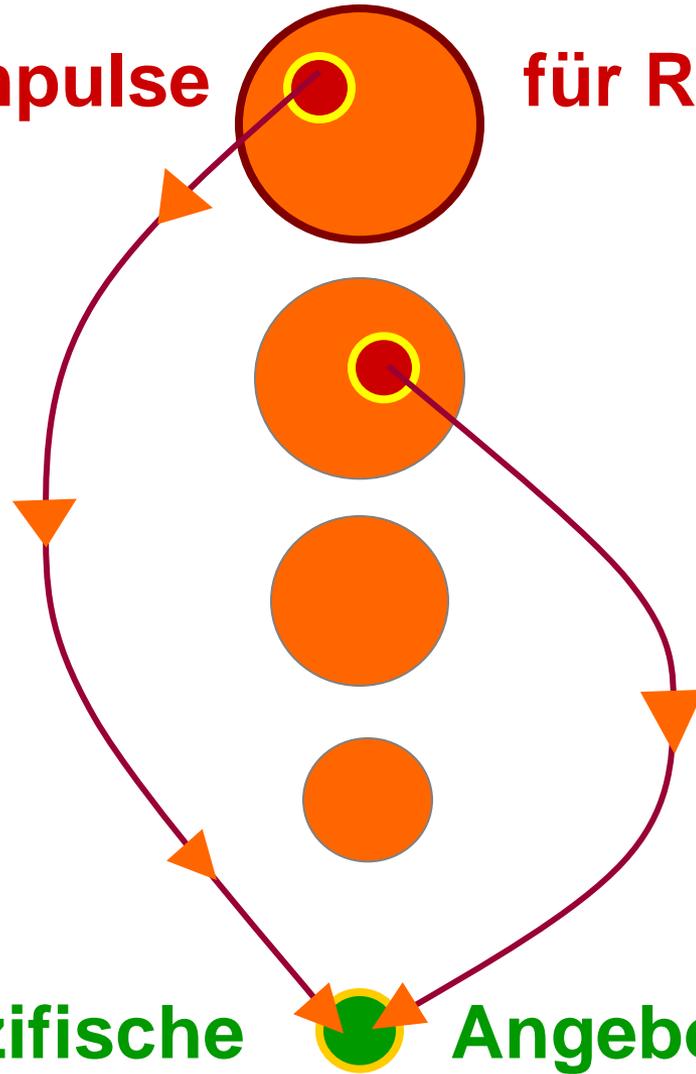


**„punktgenaue“
Information**

(Man kann und muss nicht alle erreichen.)

→ Risikogruppen motivieren

spezifische Impulse für Risikogruppen



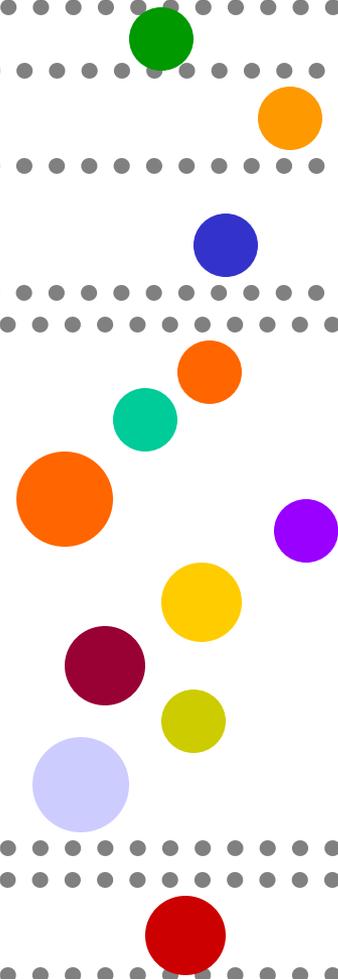
spezifische Angebote

Strategie 1

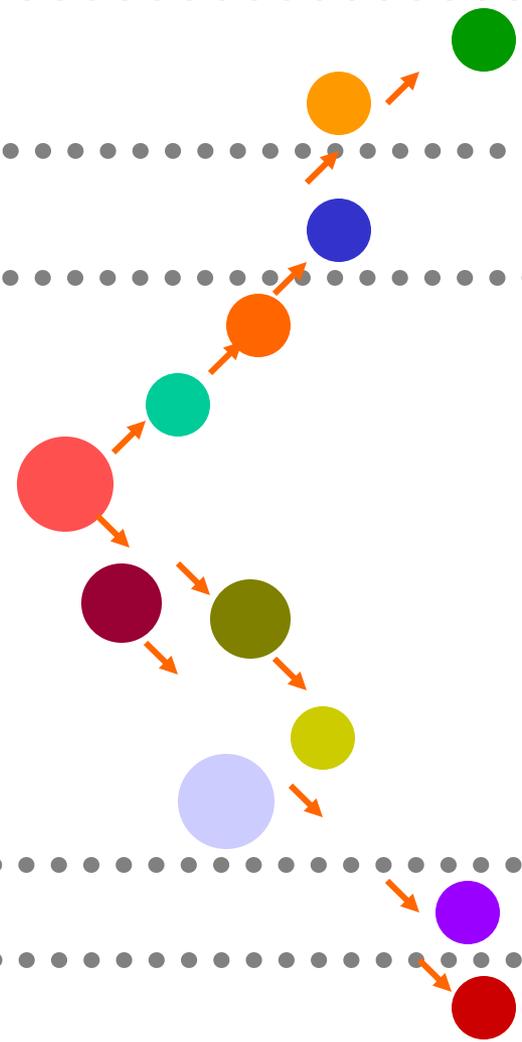


gute Aufstellung

gute Information

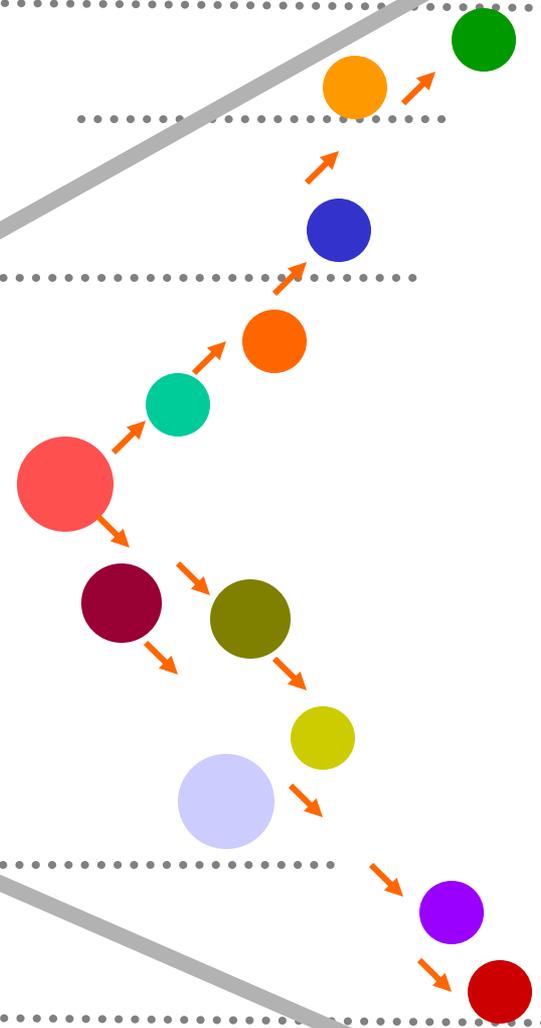
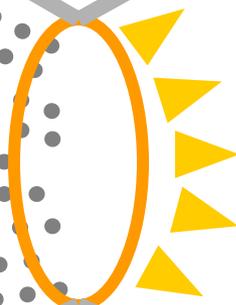


„Wertschöpfungskette“



Strategie 1 + 2 + 3

„Trichter“
&
„Brücke“

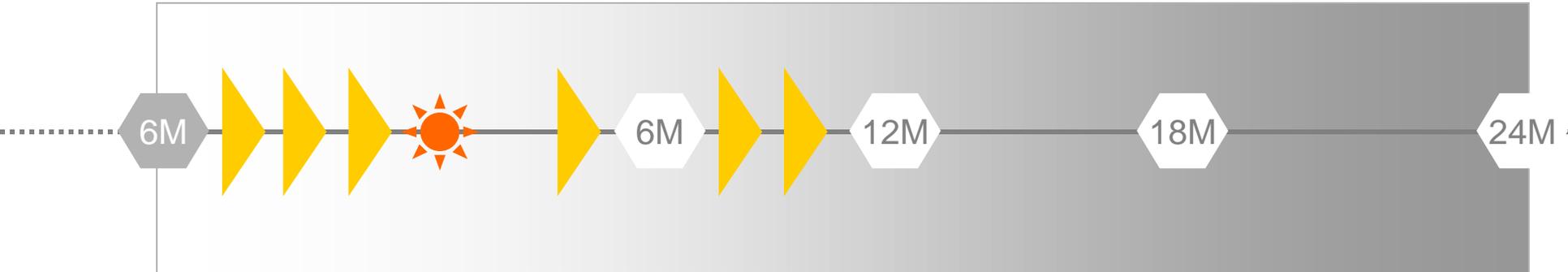


Impulse

Frauenärzte

Hebammen

Klinik



MEB

Kinderarzt

Elternberatung

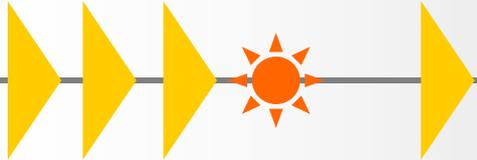
Impulse

Frauenärzte

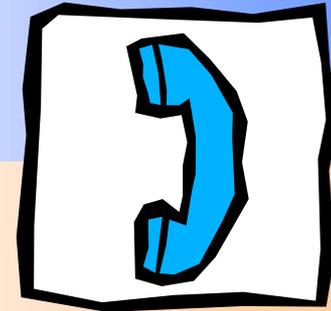
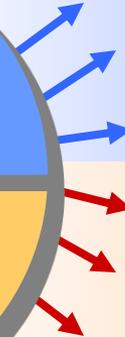
Hebammen

Klinik

6M



**Eltern-
Telefon**



**B
I
L
D
U
N
G**

**B
E
R
A
T
U
N
G**

24M

MEB

Kinderarzt

Elternberatung

Familieninfo & Elterntelefon Tirol



Hallo
bei Kind und Co.



HOME

FAMILIENINFO

KINDER PARADIES

KIDS ARENA

KONTAKT

SILLPARK

Schlagwortsuche A-Z

oder

Suchbegriff eingeben



Familieninfo Tirol - herzlich willkommen!

Die **Familieninfo Tirol** ist eine Einrichtung des Landes und versteht sich als "Filiale" des Familienreferats. Seit Ende Mai 2007 im Neubau des Sillpark angesiedelt, bietet sie für Familien und ihre weit gefächerten Fragen eine ideale Anlaufstelle. Antworten gehen dem Team der Familieninfo niemals aus - und sollte es dennoch einmal der Fall sein, so wissen wir auf alle Fälle darüber Bescheid, wer die



Wir haben Zeit!

Montag bis Mittwoch 9.00-19.00 Uhr

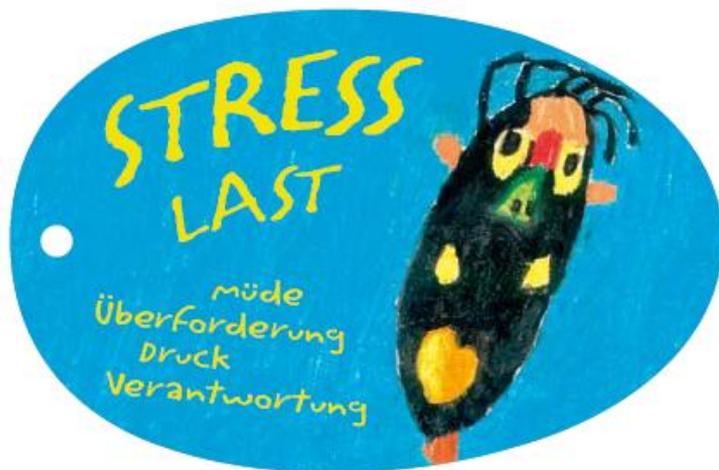
Donnerstag und Freitag 9.00-20.00 Uhr

Samstag 9.00 bis 18.00 Uhr

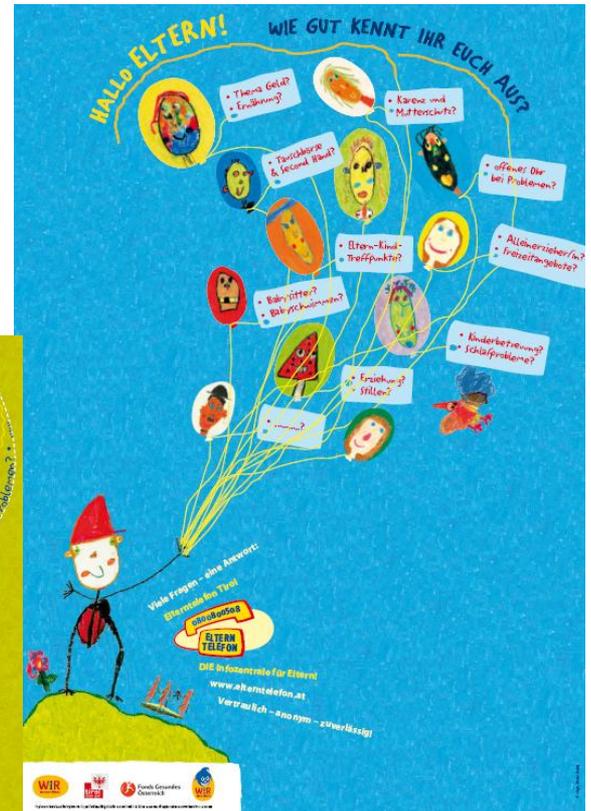
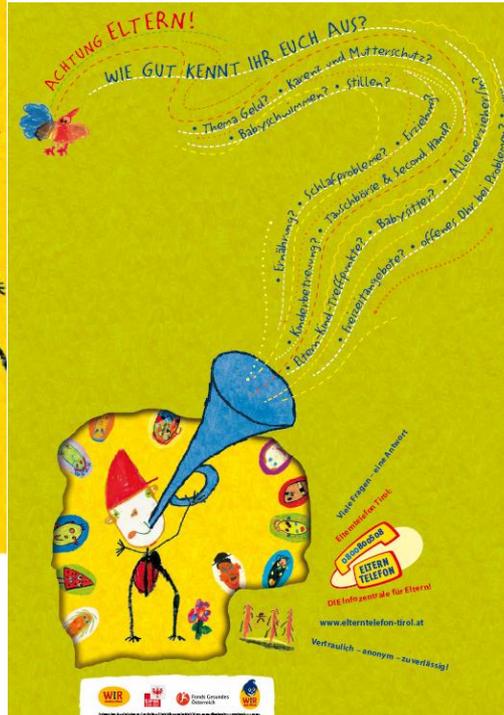
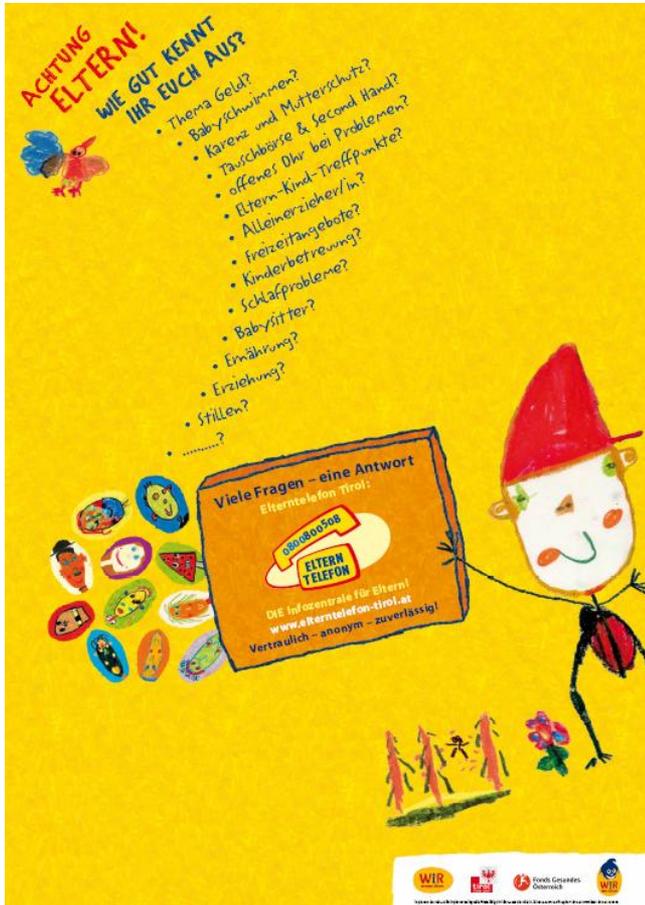
Wir freuen uns auf Ihren/euren Besuch!

Info-Büchlein

WiR
werden Eltern



Plakate



Frauenärzte

Info-Büchlein



B
I
L
D
U
N
G

6M

**Eingangsbefragung
in Tirol**
1.000 Erstschwangere

24M

= Teil 1 der Begleitstudie

B
E
R
A
T
U
N
G

- Hoher Optimismus ohne Hilfe die neue Lebenssituation zu bewältigen
- nicht Bewusst wie stark die Lebensveränderung
- Hoher Informationsbedarf → Internet
- Fokus auf Geburt – Zeit danach nicht präsent

- Rund ein Fünftel** der Schwangeren sind Raucherinnen.
- 90 %** von diesen wollen das Rauchen **aufgeben oder verringern.**
- ca. 7 %** der Schwangeren trinken **regelmäßig Alkohol.**
- 25 %** "überzeugte" Alkoholkonsumentinnen

Falter: Rauchen & Alkohol



LIEBE MAMA BITTE NICHT!

Rauchen,
Alkohol oder
andere Drogen
machen mich krank!

ALKOHOL...

...In der Schwangerschaft kann zu körperlichen, geistigen oder seelischen Beeinträchtigungen des Kindes führen.

Entwicklungsstörungen

Das Fetale Alkoholsyndrom (FAS) und seine schwächere Herausbildung, der Fetale Alkoholeffekt (FAE), sind die häufigsten Ursachen einer Entwicklungsstörung mit unumkehrbaren Folgen für das Kind. Von den erwachsenen FAS-Geschädigten können nur etwa 20 Prozent eigenständig leben. Alle anderen sind ein Leben lang auf Hilfe angewiesen und müssen betreut werden. FAS stellt die häufigste Behinderung bei Neugeborenen dar – sie tritt doppelt so häufig auf wie das Down-Syndrom.

Sicher ist sicher

Die Anfälligkeit für diese Schädigung ist individuell unterschiedlich und unklar. Manche Frauen können Alkohol in der Schwangerschaft trinken, ohne dass dies negative Folgen hat, andere nicht. Die sichere Entscheidung für ein gesundes Kind ist der Verzicht auf Alkohol, sobald die Schwangerschaft feststeht.

Alkoholverzicht

Sollte es Ihnen schwer fallen, keinen Alkohol mehr zu trinken, empfiehlt es sich, die anonyme und kostenlose Alkoholberatung in Anspruch zu nehmen.

Verein BIN: Zentrale 05223/53636-25
Außenstellen in allen Bezirken

ANDERE DROGEN...

...sind ebenso ein großes Gesundheitsrisiko für das ungeborene Kind.

Der Konsum von Cannabis, Amphetamine, Kokain, Ecstasy, LSD u.a. psychotropen Substanzen kann unterschiedliche Schädigungen beim ungeborenen Kind auslösen. Es erhöht sich z.B. das Risiko einer Früh- oder Fehlgeburt, die Gefahr einer Missbildung des Neugeborenen oder eine beeinträchtigte Entwicklung des Kleinkindes mit Langzeitfolgen.

Nach der Geburt

Pflege und Erziehung eines Kindes erfordern alle Aufmerksamkeit: Ein nach der Geburt fortgesetzter oder wieder aufgenommener Drogenkonsum stellt eine Beeinträchtigung dar und ist daher unbedingt zu vermeiden.

Konsumstopp

Wenn es nicht gelingt, den Konsum selbst zu beenden, sollte die anonyme und kostenlose Unterstützung einer Beratungsstelle in Anspruch genommen werden.

Verein B.I.T. Zentrale 05224/56311
Außenstellen in allen Bezirken

SUCHTERKRANKUNG

Im Fall einer bereits eingetretenen Abhängigkeit sind besondere schadensmindernde Vorsichtsmaßnahmen zu treffen.

Beispiel Opiate

Heroin führt gleich nach der Geburt bei den Neugeborenen zu Entzugssymptomen, unter anderem können schwer beherrschbaren Krampfanfälle auftreten. Ein kompletter Entzug von Heroin wird nur in den ersten drei Monaten der Schwangerschaft für das Kind als ungefährlich angesehen. Sowohl für die Frau als auch für das Kind ist es noch das Beste, sich für einige Zeit mit Drogensetzstoffen substituieren zu lassen.

Medizinische Betreuung

Beratungsstellen, Drogenambulanz und die Geburtsabteilungen in den Kliniken arbeiten zusammen, um eine möglichst gesunde Geburt zu gewährleisten.

Soziale Betreuung

Auch suchtkranke Eltern möchten gute Eltern sein. Leider ist dies erfahrungsgemäß oft eine Überforderung. Aus diesem Grund sollten zumindest in den ersten Lebensjahren des Kindes die Unterstützungsangebote vorhandener Sozialdienste unbedingt genutzt werden!

Telefon
0810 810 013

Hebammen

Info-Büchlein



B
I
L
D
U
N
G

30 min

Info & Motivation

Frühe Hilfen

- Elterntelefon
- Mutter-Eltern-Beratung
- Erziehungsberatung
- Schreiambulanz

6M

24M

B
E
R
A
T
U
N
G

Falter: Hilfsangebote

WiR
werden Eltern

Bin zwar noch gar nicht auf der Welt, doch weiß ich schon: Hier braucht man Geld. Wohnen, Essen, Spielzeug, Sport und Spaß, gibt's nicht geschenkt, das kostet was. Auch sonst habt Ihr noch viel zu lernen und so was steht nicht in den Sternen. Drum, Liebe Eltern, macht euch schlau, sonst bleib ich lieber drin im Bau.



HILFSBEREIT?

Sind Sie ein hilfsbereiter Mensch?
Die meisten von uns werden das bejahen.

Nehmen Sie auch gern Hilfe an?
Naja, da tun wir uns schon schwerer. Brauche ich doch nicht - oder?

Vielleicht manchmal?
Muss man wirklich alles auf eigene Faust durchziehen?
Oder jedes Mal „das Rad neu erfinden“, obwohl es schon so viel an guten praktischen Erfahrungen gibt?

GESUNDHEIT MUTTER-ELTERN-BERATUNG

Haben Fragen bezüglich ...
 • diätetischer Vorsorgepflege
 • gemäßer Ernährung
 • rischer Entwicklung
 • Problemen
 • wicklung und Erziehung

Team der Mutter-Eltern-Beratung
 • t Sie gerne zu allen Fragen und bietet auch
 • zielle Kurse an:
 • Rückbildungsgymnastik
 • Säuglingspflege
 • Babymassage

Wo und wann?
 Die Mutter-Eltern-Beratung ist in fast allen Gemeinden vertreten.
Kontakt und Infos:
 Mutter-Eltern-Beratung
 Landesanstaltsdirektion für Tirol
 6020 Innsbruck
 An-der-Lan-Str. 43
 Tel. 0512-260135-0
 Mo - Fr: 8.00 - 12.00



KONTAKTE ELTERN-KIND-ZENTREN

Sie möchten ...
 ...kreative Anregungen für Ihr Kind?
 ...dass Ihr Baby Kontakt mit Gleichaltrigen hat?
 ...sich in angenehmer Atmosphäre mit anderen Eltern austauschen?
 ...praktische Tipps zu Fragen wie Ernährung, Stillen, Babypflege, Entwicklung, usw.
 ...die Beziehung zu Ihrem Kind vertiefen?

Die **Eltern-Kind-Zentren** Tirols bieten:
 • alle Offener Treff (kostenlos, ohne Voranmeldung)
 • Eltern-Kind-Gruppen (von 0-3 Jahren)
 • die meisten: Baby-Treff, Stillgruppen, Babymassage, Babyschwimmen

Wo und wann?
 Eltern-Kind-Zentren gibt es an 26 Standorten in ganz Tirol.
Kontakt und Infos:
 Tel. 05356-63189-3
 www.eltern-kind-zentren-tirols.at
 ekiz@sozialspiegel.kaj.at



HILFE SCHREI-, SCHLAF- UND ESSSTÖRUNGEN

Sie sind verunsichert, ...
 ... ob die Schlaf- und Essgewohnheiten Ihres Säuglings „normal“ sind?
 ... ob Ihr Kind ein Schreibaby ist?
 ... weil das Kind so unruhig ist?

Die **Ambulanz für Schrei-, Schlaf- und Essstörungen** der Innsbrucker Kinderklinik bietet Informationen sowie Beratung und Therapie zu:
 • Schrei-, Schlaf- und Fütterproblematiken
 • allgemeiner Unruhe
 • heftigen Trotzverhalten
 • Spielunlust

Die Beratung wird von eigens ausgebildeten Psychologinnen durchgeführt, dauert in der Regel 5 Sitzungen und ist kostenlos.

Wo und wann?
 Unik-Klinik Innsbruck
 Ambulanzzeiten: Di - Do
 (bitte Termin vereinbaren)
Kontakt und Infos:
 Tel. 0512-504-29364
 Sekretariat 0512-50423502
 andrea.koschier@uki.tirol.at
 maria.hoelwarth@uki.tirol.at



BEZIEHUNG ERZIEHUNGSBERATUNG

Sie wollen ...
 ... Infos zum Entwicklungsstand Ihres Kindes?
 ... nicht nur Eltern sein, sondern auch Partnerschaft leben?
 ... etwas für sich tun, Ihre neue Rolle klarer sehen?
 ... der Geschwisterivalität entgegenwirken?
 ... Konflikten mit Groß- bzw. Schwiegereltern besser in den Griff bekommen?

Die **Erziehungsberatung des Landes Tirol** bietet Informationen, Beratung und Unterstützung zu allen Fragen rund ums Kind und um das Eltern-Sein.

Das Angebot ist kostenlos und vertraulich!

Wo und wann?
 Zentrale: Anichstraße 40,
 6020 Innsbruck
 Mo - Do: 8.00 - 12.00 und
 14.00 - 17.00, Fr: 8.00 - 12.00
 Außenstellen in allen
 Bezirkshauptstädten
Kontakt und Infos:
 Tel. 0512-575777
 erziehungsbearatung-innsbruck@utanet.at



Impulse

Frauenärzte

Hebammen

Klinik

6M



Eltern-



**B
I
L
D
U
N
G**

24M

**Sondernummer
Tiroler Familienjournal
(2009 oder 2010?)**

MEB

Kinderarzt

Elternberatung

**B
E
R
A
T
U
N
G**

MEB

Info-Büchlein



**B
I
L
D
U
N
G**

6M



**Das 10.000
Chancen - Los**

24M

Erziehungsberatung

**B
E
R
A
T
U
N
G**

Impulse

Angebote

Frauenärzte

Hebammen

Klinik

Angebot 1

Angebot 3

6M

6M

12M

18M

24M

MEB

Kinderarzt

Elternberatung

Angebot 2

Angebot 4

Impulse

Frauenärzte

Hebammen

Klinik

mögliche
Angebote

B
I
L
D
U
N
G

6M

6M

12M

18M

24M

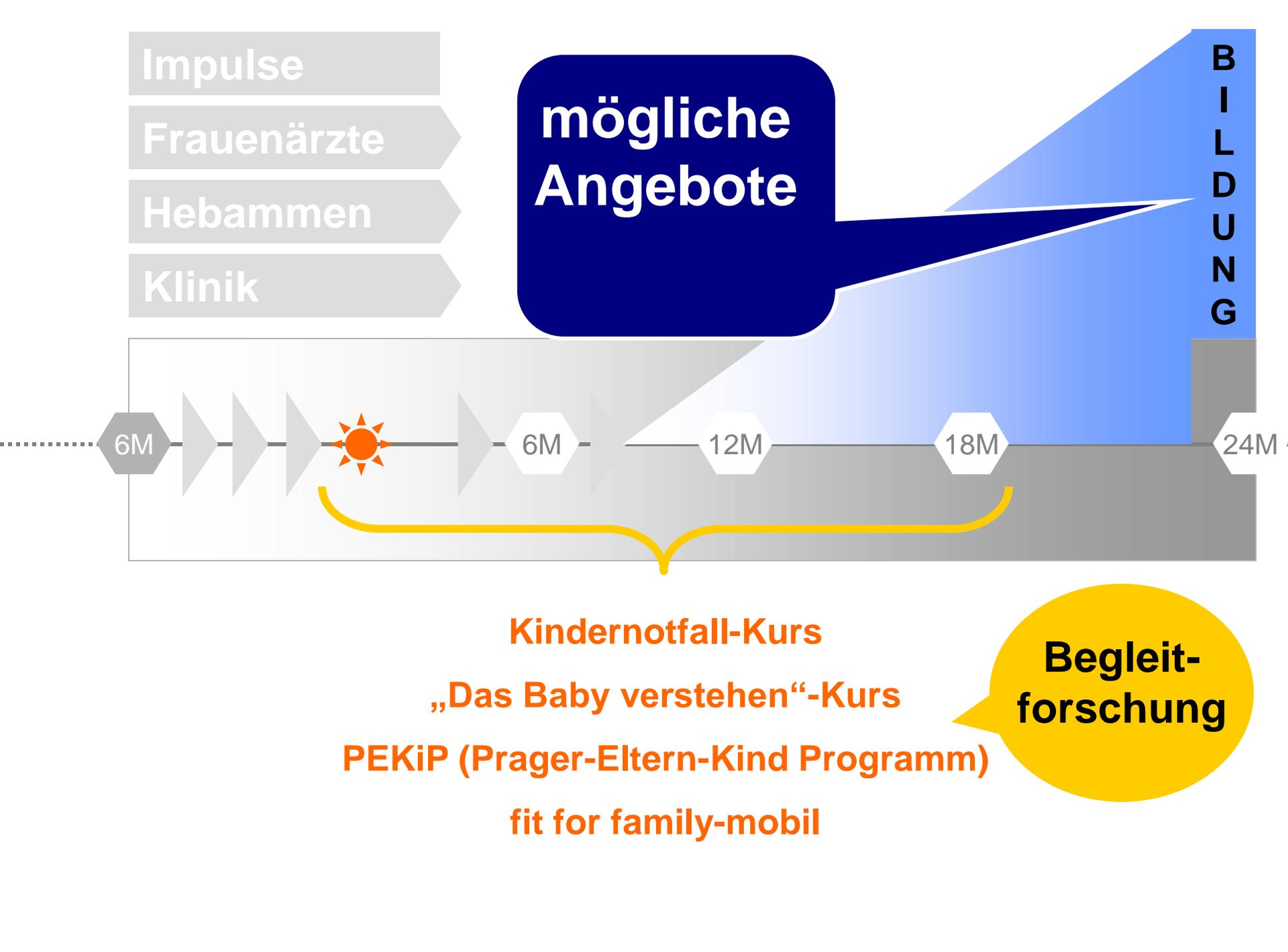
Kindernotfall-Kurs

„Das Baby verstehen“-Kurs

PEKiP (Prager-Eltern-Kind Programm)

fit for family-mobil

Begleit-
forschung



Falter: Elternbildung

WiR
werden Eltern

...and the winner is ...

Das 10.000-CHANCEN-LOS

Liebe Eltern, wir gratulieren herzlich zum Hauptgewinn Ihres Lebens!

Sie sind **Mutter** bzw. **Vater**, und damit haben Sie in den nächsten 15 Jahren mindestens **10.000 Chancen** – nämlich jeden Tag sicher eine bis zwei – etwas über sich selbst und das Leben dazu zu lernen. Es steht Ihnen hierzu der beste Vital-Coach zur Verfügung, den es gibt, nämlich Ihr **Kind**.

Tag für Tag werden Sie vor neue aufregende Aufgaben gestellt, die es zu lösen gilt!
Sie sind die Stars – im hauseigenen Dschungel-Camp!

<p>- WAS TUN?</p> <p>rschlucker Gummistip-isch, ein unbeobachteter – gerade bei kleinem ein kleineres oder t.</p> <p>es gar nicht erst zu einem andekt Gefahren im Freien Maßnahmen, um diesen</p> <p>nen* Erwachsenen 1 Kind dieselbe erste Hilfe hsenen. de. Der Schwerpunkt liegt igen im Säuglings- und h besondere Situationen, le.</p> <p>Sicherheit ine Erste Hilfe geleistet, alsch zu machen - der zu machen! Sicherheit, rasch und rich-Kindernotfällen.</p> <p>(Rotes Kreuz Tirol)</p> <p>ien</p> <p>er? Wann? Wo? Wie viel?</p>	<p>PEKiP</p> <p>Das Prager Eltern-Kind-Programm bietet Spiel und Bewegung mit Babys ab der 7. Lebenswoche und unterstützt das miteinander Vertrautwerden. Die Beziehung zwischen Mutter/Vater und Säugling wird vertieft und gestärkt.</p> <p>Zeit nehmen Wir nehmen uns Zeit, das Baby zu beobachten und es in seinem derzeitigen Entwicklungsstand und in seinen individuellen Bedürfnissen bewusst wahrzunehmen und zu begleiten.</p> <p>Spiel-, Sinnes- und Bewegungsanregungen Wir ermuntern das Baby durch gezielte entwicklungs-gerechte Anregungen sich zu bewegen, unterstützen es in seinen aktiven eigenständigen Bewegungen, spielen mit ihm und fördern seine natürliche Entwicklung.</p> <p>Gelgenheit zu Elterngesprächen Es werden Entwicklungs- und Erziehungsfragen aufgegriffen und das Hineinwachsen in die Elternrolle begleitet. Ebenso gibt es Hilfestellungen für die Gestaltung des Alltags mit Ihrem Baby.</p> <p>Referent/innen: PEKiP-Gruppenleiterinnen (Eltern-Kind-Zentrum Hall)</p> <p>Dauer: 10 Termine, jeweils 1,5 Stunden</p> <p>Telefonisch: Erreichbarkeit: Mo-Mi: 9-19, Do-Fr: 9-20, Sa: 9-18 Uhr</p>	<p>MEIN BABY UND ICH</p> <p>In diesem Kurs für Eltern mit Babys von 0-9 Monaten können Sie sich und ihr Baby besser kennen lernen, sich mit anderen Eltern austauschen sowie die Leichtigkeit und Freude in der Beziehung zum Baby erleben.</p> <p>Das Baby kennen lernen Was braucht das Baby von den Eltern? Was kann es schon selbst? Was bedeuten die Signale, die das Baby sendet? Gemeinsam suchen und finden die Kursteilnehmer/innen Antworten auf diese Fragen.</p> <p>Sich kennen lernen In der Rolle als Mutter und Vater entdeckt man immer wieder neue Seiten an sich. Es geht darum, uns und unsere Fähigkeiten als Eltern besser kennenlernen, sich auf die Spuren des Elternseins zu begeben.</p> <p>Brennende Fragen Muss ein Baby schlafen lernen? Was, wenn das Baby schreit? Wie verläuft die Entwicklung eines Säuglings? Wie verhält es sich mit Nähe und Distanz? Wichtige Fragen, auf welche die Teilnehmer/innen gemeinsam Antworten finden.</p> <p>Referent/innen: Stilberaterin und Elternbildnerin (Eltern-Kind-Zentrum Innsbruck)</p> <p>Dauer: 5 Termine, jeweils 75 min Das Baby ist im Kurs mit dabei.</p> <p>Internet: www.elternbildung-tirol.at</p>	<p>Fit for family: ALLER ANFANG IST SPANNEND</p> <p>Von der ersten Sekunde an ist Ihr Kind eine eigenständige Persönlichkeit mit einem individuellen Aussehen, mit besonderen Anlagen und Fähigkeiten. Erlebe Sie zusammen mit anderen Müttern und Vätern, wie Sie Ihr Kind gut ins Leben begleiten können, ohne sich selbst zu überfordern.</p> <p>fit for family stärkt „Kein Wunder, dass das Baby schreit. Du verwöhnst es viel zu sehr!“ „Du mußt öfter stillen, es hat Hunger!“ ... fit for family hilft Ihnen, trotz vieler Empfehlungen von Freunden, Nachbarn und Erziehungsratgebern Sicherheit zu finden und in die Elternrolle hinein zu wachsen.</p> <p>Kuscheln – Erziehen – Wachsen lassen Was braucht ein Kind, damit es sich gut entwickeln kann? fit for family informiert Sie über die wichtigsten motorischen, emotionalen und sozialen Entwicklungsschritte und unterstützt Sie dabei, den eigenen Erziehungsstil bewusst zu machen.</p> <p>ICH – DU – WIR In der ersten Zeit mit einem Säugling kommt die Partnerschaft häufig etwas zu kurz. fit for family zeigt Ihnen Möglichkeiten auf, wie Sie diese neue Lebensphase mit dem Baby gut meistern und dabei auch Zeit für sich finden können.</p> <p>Referent/innen: fit for family-Elternbildner/innen</p> <p>Dauer: 5 Termine, jeweils ca. 2 Stunden, Das Baby ist mit dabei.</p>
--	---	---	--

- **Pilotphase 1,5 Jahre**
- **Kontakt in den MEB-Sprechstunden**
- **Weiterführendes Angebot im Einzelsetting**
- **Niederschwelligkeit**
- **Hohe Akzeptanz**
- **Angebot wird ausgebaut**

Ziel 2: Risikogruppen erreichen

spezifische Impulse

für Risikogruppen



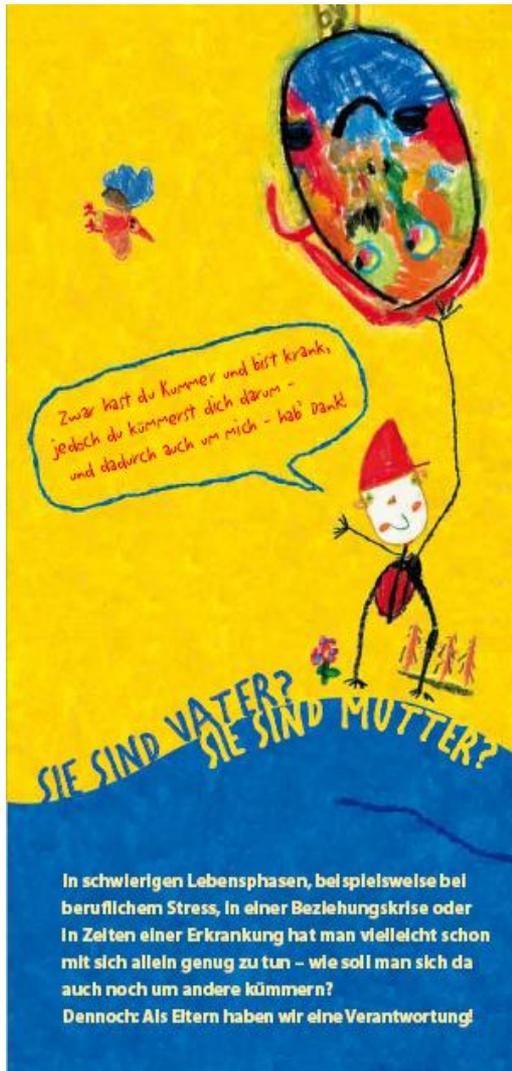
Aufsuchendes Angebot
für schwangere Substituierte
im Gespräch

spezifische

Angebote

Falter: Sind Sie Mutter/Vater?

WiR
werden Eltern



CHANCEN FÜR JEDES KIND

WIE REAGIEREN BETROFFENE KINDER?

Menschen kommen unterschiedlich veranlagt zur Welt, mancher als „Dickkopf“, mancher als „Sunny-Boy“, andere wieder als zaghaftes Wesen. Je nach Typ geht man mit Problemen anders um. Wird die Familienumgebung in erster Linie als belastend wahrgenommen, liegt die Entwicklung von Störungen nahe. Auch ein fröhliches Kind kann belastet sein!

WAS KINDER BRAUCHEN

- Verlässliche Bezugsperson(en)
- Stabilität, Sicherheit, Geborgenheit
- Positive Beziehungserfahrungen (auch außerhalb der eigenen Familie)
- Möglichkeiten zur Entfaltung (z.B. für sportliche oder kreative Aktivitäten)
- Verstehen der vorliegenden Problematik (Erkrankung des betroffenen Elternteils)

DER ERSTE SCHRITT

Sie setzen den ersten wichtigen Schritt, die Situation zu verändern, indem Sie eine Beratungsstelle aufsuchen, um sich mit Ihrem Konsumverhalten auseinanderzusetzen!
Das ist wichtig und gut so!

DER ZWEITE SCHRITT

Sie können einen weiteren Schritt setzen, der Ihnen und Ihrem Kind bzw. Ihren Kindern zu Gute kommt:
Nutzen sie die vorhandenen Angebote für Eltern und Kinder in schwierigen Lebensphasen!

KINDER STARK MACHEN

Das Projekt Taka Tuka – Chancen für ein jedes Kind wurde von der Caritas ins Leben gerufen und richtet sich an Kinder und Jugendliche aus suchtbekanntesten Familien.
Basierend auf den Bedürfnissen Ihres Kindes wird ein Programm zusammengestellt, das Ihrem Kind hilft, mit der familiären Situation gut umzugehen und sich gesund zu entwickeln. Dies kann z.B. durch Hausbesuche oder Kontakt mit anderen betroffenen Kindern in einer speziellen Gruppe geschehen.
Aber: Ein Therapeut kann freilich nie Mutter oder Vater ersetzen, und deshalb ist es sinnvoll und wichtig, auch etwas in eigener Sache als Erzieher/in zu unternehmen.

ELTERN STÄRKEN

Eine ideale Ergänzung ist somit die Inanspruchnahme der Erziehungsberatung des Landes Tirol.
Erfahrene Berater/innen können Sie dabei unterstützen, auf die Bedürfnisse Ihres Kindes einzugehen und aktuelle als auch künftige Herausforderungen des Familienlebens gut zu meistern.

- **Konkurrenz**
(Schleier der „Vernetzung“
statt klares Kooperationsmodell)
- **semiprofessionelle Strukturen
der Elternbildung**

- **tw. Halbherzigkeit der Politik**
→ Familienjournal abhängig von Werbeeinschaltungen

- **„bürgerliche Anbieter für bürgerliche Kunden“**

→ Unterschicht & Working Poor:
eher „Super-Nanny“-Strategie?

→ evtl. Einbindung über dörfliche Netzwerke (Familienverband)?

- **Basis einer positiven Ansprache von Eltern**
- **Elterntelefon Tirol!**
- **mehr Wissen über junge Eltern (Studien)**
- **Elternbildung und -beratung in Bewegung**
- **fundierter Vorschlag bzgl. realistischer Mindeststandards für landesweites Angebot**
- **wesentliche weiterführende Ideen (Filme, Krankenhaus als Basisanbieter/Startbahn)**
→ Folgeprojekt

Fragen?



Kontakt:

Mag. Sandra Aufhammer

Tel 0512 585730

sandra.aufhammer@kontaktco.at

