

**Stillen**  
**Haushalt**  
**Kita**  
**Arbeit**  
**Einkauf**  
**Anträge**

An wen kann ich mich bei Fragen wenden?

Was mache ich, wenn mir alles zuviel wird?



Infos  
Angebote  
Beratung

für Schwangere, Mütter und Väter mit kleinen Kindern in Steglitz-Zehlendorf

Direkter Kontakt zu den lokalen Elternlotsinnen:

Tel:

**030 / 74 77 07 24**

E-Mail:

**info@fruehehilfen-sz.de**



Mit dem Smartphone zur Webseite

**www.fruehehilfen-sz.de**



**Die ersten Schritte gemeinsam**

Infos, Angebote und Beratung für alle (werdenden) Eltern mit kleinen Kindern



# Angebote, Beratung und Vermittlung

- Kurse und Gruppen für Eltern und (Klein-) Kinder
- Säuglings- und Kleinkindsprechstunde für Früh- und Neugeborene
- Erziehungs- und Familienberatung
- Diagnostik und Beratung bei Früh- und Neugeborenen
- Schreibaby-Ambulanz, auch bei Schlaf-, Ess- und Regulationsstörungen
- Unterstützung im Alltag durch Ehrenamtliche
- Stadtteilmütter, Integrationslots\*innen für Familien mit Zuwanderungshintergrund
- Eltern-Kind-Kurse wie Babymassage, PEKIP
- Babyschwimmkurse
- Förderung für kleine Kinder z. B. Musik-, Spiel- und Bewegungsangebote
- Raum für Austausch mit anderen Eltern



# Was tun die Elternlotsinnen für mich?

Sie nehmen sich gern Zeit, um die spezielle Situation der (werdenden) Eltern und ihrer Kinder zu verstehen, um jede Frage mit entsprechender Sorgfalt beantworten zu können.

- Ihr Baby schreit viel?
- Sie suchen Austausch mit anderen Eltern?
- Sie suchen einen Kitaplatz oder Alternativen?
- Ständig Streit mit dem/der Partner\*in?
- Wo finde ich Gruppenangebote im Bezirk?
- Was kann ich wo beantragen?
- Von einer Information zu Angeboten bis zu einer akuten Krise, wir haben stets ein offenes Ohr.



Die Angebote der Frühen Hilfen sind vielfältig.

Diese finden Sie auf der Website oder kontaktieren Sie gern die Elternlotsinnen persönlich:

Tel:

**030 / 74 77 07 24**

E-Mail:

**info@fruehehilfen-sz.de**

Webseite:

**www.fruehehilfen-sz.de**



Mit dem Smartphone zur Webseite