

## SAFE® – KURSE FÜR WERDENDE ELTERN

In einer Gruppe mit anderen werdenden Müttern und Vätern lernen Sie:

- Sicherheit im Umgang mit dem Baby
- Vertrauen in die natürlichen elterlichen Fähigkeiten
- auch als Eltern die Partnerschaft zu pflegen
- die Sprache des Babys zu verstehen
- feinfühlig auf die Bedürfnisse des Babys einzugehen

Das Baby entwickelt eine sichere Bindung zu Mutter/Vater.  
Das ist die beste Basis, die Eltern ihrem Kind geben können.



## INFO & ANMELDUNG



Mag. Natalie Gmeiner  
Klinische und Gesundheitspsychologin  
Entwicklungspsychologische Beratung, SAFE®-Mentorin  
E-Mail: [n.gmeiner@netzwerk-familie.at](mailto:n.gmeiner@netzwerk-familie.at), T +43 5572 200262-21



Sandra Gohm  
Sozialpädagogin, Entwicklungspsychologische Beratung, SAFE®-Mentorin  
E-Mail: [s.gohm@netzwerk-familie.at](mailto:s.gohm@netzwerk-familie.at), T +43 5572 200262-14

NETZWERK FAMILIE, Am Rathausplatz 4, 6850 Dornbirn, [www.netzwerk-familie.at](http://www.netzwerk-familie.at)

Ein Angebot des Vorarlberger Kinderdorfs, der aks gesundheit und der Vorarlberger Kinder- und Jugendfachärzte.



Das Projekt wird im Auftrag der Vorarlberger Gebietskrankenkasse und des Landes Vorarlberg umgesetzt. Es ist eine Maßnahme im Rahmen der österreichweiten Vorsorgestrategie und wird aus Mitteln der Bundesgesundheitsagentur finanziert.



SAFE® – SICHERE AUSBILDUNG FÜR ELTERN  
Begleitet durch Schwangerschaft, Geburt und erstes Lebensjahr

## LIEBE WERDENDE ELTERN

Schwangerschaft, Geburt und Elternschaft werfen viele Fragen auf:

- Wie werde ich eine gute Mutter, ein guter Vater?
- Was hilft uns, die neuen Herausforderungen gut zu bewältigen?
- Was tun, wenn mein Baby viel schreit oder nicht einschlafen kann?
- Wie kann ich eine gute Beziehung zu meinem Kind entwickeln?
- Müssen Eltern immer da sein?
- Wann fängt Verwöhnung an, wann braucht mein Kind welche Grenzen?



## DAS ANGEBOT VON SAFE®

### ELTERNGRUPPE

- für alle werdenden Eltern, Paare und Alleinerzieherinnen
- Begleitung ab der Schwangerschaft bis zum Ende des ersten Lebensjahres des Kindes
- vier Kurstage vor der Geburt  
praxisorientierte Vorbereitung auf Geburt und Elternschaft
- sechs Kurstage nach der Geburt mit dem Baby  
Begleitung und Unterstützung für die ersten Monate mit dem Neugeborenen
- Austausch in der Gruppe zur gegenseitigen Unterstützung
- Kontakte zu anderen Müttern und Vätern

### FEINFÜHLIGKEITSTRAINING

Anhand von Videos werden alltägliche Situationen besprochen und rückgemeldet. Sie lernen dadurch, die Signale des Babys besser zu sehen, verstehen und richtig zu handeln.



### HOTLINE

Als „sichere Basis“ sind wir in akut schwierigen Situationen telefonisch erreichbar.

### KOSTEN

Selbstbehalt von € 20.- pro Baby und Kurstag, plus Kosten für Verpflegung. Bei Bedarf an finanzieller Unterstützung finden wir eine individuelle Lösung.

### INFORMATION

Gerne informieren wir Sie unverbindlich zu Inhalten und Ablauf der SAFE®-Kurse. Wir freuen uns über Ihren Anruf!

