



BERATUNG --- CONSULTATIONS --- COUNSELLING

TELEFONISCHE BERATUNG // CONSEIL PAR TÉLÉPHONE // COUNSELLING ON THE PHONE

Baby Hotline: 36 05 98 (LU/DE/FR/ENG)

Dieser kostenlose Service richtet sich an werdende und junge Eltern, die uns anrufen können, wenn sie **Fragen rund um Schwangerschaft, Geburt, Stillen, Alltag mit Baby/Kleinkind, gesetzliche Bestimmungen, usw. haben oder auch Hilfe und Unterstützung bei bestimmten Problemen brauchen.** Unser Baby Hotline Team, bestehend aus erfahrenen und speziell ausgebildeten Fachfrauen, informiert und berät Sie gern, kostenlos und anonym.

Erreichbar ist die Baby Hotline immer montags bis freitags von 9 Uhr bis 11:30 Uhr oder per E-Mail: berodung@liewensufank.lu. Außerhalb dieser Öffnungszeiten können die Eltern jederzeit eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter hinterlassen. Sie werden schnellstmöglich zurückgerufen.

• • •

(FR) Ce service gratuit s'adresse aux futurs et jeunes parents. Ils peuvent nous appeler pour **des questions sur la grossesse, l'accouchement, l'allaitement, le quotidien avec le bébé/enfant, la législation ou en cas de besoin d'aide et de soutien dans des situations difficiles.** L'équipe de la Baby Hotline est composée de femmes spécialement formées et expérimentées qui vous informent de façon gratuite et anonyme.

La Baby Hotline peut être consultée en direct du lundi au vendredi de 9h00 à 11h30, ou par mail: babyhotline@liewensuffank.lu. En dehors des heures d'ouverture, les parents peuvent laisser un message sur le répondeur en ayant la garantie d'un rappel dès que possible.

• • •

(ENG) This service is free of charge. It aims at expecting and new parents who have **questions concerning pregnancy, birth, breastfeeding, everyday life with the baby / toddler, legal regulations a.s.o. or who need help and support during specific situations.** Our Baby Hotline Team - composed of experienced and specially trained experts - is looking forward to support you. This service is free of charge and anonymous.

You can reach our Baby Hotline from Monday to Friday (9 a.m. to 11:30 a.m.) or via email: berodung@liewensufank.lu. Outside opening hours, parents can leave a message on our answering machine. They will be contacted as soon as possible.



Eliane Streitz



Sabine Haupt



Ute Rock

PERSÖNLICHE BERATUNG // CONSEIL FACE À FACE // FACE TO FACE COUNSELLING

Persönliche Beratung (LU/DE)

Die persönliche Beratung kann zu jedem Zeitpunkt vor, während oder nach der Schwangerschaft stattfinden. Verschiedene Aspekte zu den Themen Schwangerschaft, Geburt und Babys können hier besprochen werden:

Kinderwunsch, Schwangerschaftskonfliktberatung, Entscheidungsfindung bei Pränataldiagnostik, Beratung bei schwieriger Schwangerschaft, körperlichen Beschwerden, Information und Beratung zu Geburtszulagen, Mutterschutz, Elternurlaub, Beratung zum Geburtsverlauf, bei vorangegangenen traumatischen Geburtserfahrungen, Beratung vor und nach Kaiserschnittgeburt, Säuglingsberatung zu Themen wie Babypflege, Schlafverhalten, Gewichtskontrolle, Ernährung, u.s.w.

• • •



Consultation personnelle (FR)

La consultation personnelle peut avoir lieu à tout moment avant, pendant ou après la grossesse. Les sujets suivants concernant la grossesse, la naissance et la vie avec bébé peuvent être discutés :

Désir d'enfant, grossesse non-désirée, diagnostic prénatal, grossesse problématique, informations sur les allocations, la protection de la maternité, le congé parental, les méthodes et le déroulement de l'accouchement, expérience d'accouchement mal vécue, avant ou après un accouchement par césarienne, soins du bébé, sommeil du bébé, contrôle du poids, alimentation, etc.

• • •

Face to face counselling (ENG)

Face to face counselling can take place at any time before, during or after pregnancy. Various aspects of pregnancy, childbirth and babies can be discussed: Getting pregnant, unwanted pregnancy, decision-making related to prenatal diagnosis, advice on difficult pregnancy, physical discomfort, information and advice on birth allowances, maternity leave, parental leave, information about the birth process, traumatic birth experiences, counseling before and after c-section, baby care, sleep behavior, weight control, nutrition, a.s.o.

PERSÖNLICHE BERATUNG // CONSEIL FACE

Stillberatung (DE/LU)

Sind Sie schwanger? Möchten Sie stillen?
Wir können Sie dabei unterstützen. Wir
bieten Stillberatung ab der Schwanger-
schaft bis zum Abstillen bei allen kleinen
und großen Fragen und Schwierigkeiten.

Eine individuelle Beratung ist jederzeit
möglich. Sie können einen Termin nach
Absprache vereinbaren. Wir besprechen
Ihre Probleme und versuchen gemeinsam eine Lösung zu finden.

Still-Abo: Mit diesem Abo haben Sie Anrecht auf 6 Stillberatungen bei einer Laktationsberaterin IBCLC, Hebamme oder Stillberaterin der Initiative Liewensufank. Diese wird Sie während Ihrer gesamten Stillzeit begleiten. (Termine: während der Schwangerschaft / 1 T.-3 Wo./ 5-8 Wo./ 5-6 Mo./ während des Abstillens / „Joker-Termin“).



Consultation d'allaitement

Etes-vous enceinte ? Voulez-vous allaiter ? Nous pouvons vous soutenir. Nous proposons des consultations en allaitement à partir de la grossesse jusqu'au moment du sevrage pour répondre à vos questions et incertitudes.

Une consultation individuelle est possible à n'importe quel moment à l'Initiative Liewensufank. Ainsi les problèmes peuvent être analysés pour trouver une solution ensemble.

Abo Allaitement : Cet abonnement vous donne droit à 6 consultations d'allaitement chez une consultante en lactation IBCLC, conseillère en allaitement / ou sage-femme de l'Initiative Liewensufank. Elle vous accompagnera tout au long de votre période d'allaitement. (RDV: pendant la grossesse / 1j-3sem / 5-8sem / 5-6m / au moment du sevrage / «joker»).

• • •

Breastfeeding counselling

Are you pregnant? Would you like to breastfeed? We can support you. We offer breastfeeding counselling starting already during pregnancy until weaning.

An individual counselling is possible at any time. You can ask for an appointment in order to analyse your problem and to find a convenient solution.

Breastfeeding counselling package: This entitles you to 6 breastfeeding counselling sessions with a lactation consultant IBCLC, midwife or breastfeeding consultant of the Initiative Liewensufank. She will accompany you throughout your breastfeeding journey. (Date: during pregnancy / 1d-3we / 5-8we / 5-6m / weaning / "joker appointment").

À FACE // FACE TO FACE COUNSELLING

Tragetuchberatung (DE/LU)

Das Tragen im Tuch hat viele Vor-
teile sowohl fürs Baby als auch für
die Eltern.

In dieser Beratung stellen wir einige
Bindetechniken vor und erklären wichtige
Regeln zum Einbinden. Sie haben
auch die Möglichkeit verschiedene
Tragehilfen auszuprobieren. Unsere

Beratung gibt ebenfalls Informationen zur Entwicklung der Wirbelsäule und Hüften des Babys, zu Grundbedürfnissen eines Säuglings, zu angepasster Kleidung für Eltern und für das Kind u.v.m. Bei Bedarf liefern wir Informationen und bieten Hilfe fürs Tragen von Kindern mit Hüftdysplasie, von Frühgeborenen und Zwillingen.



Consultations de portage

Le portage en écharpe a beaucoup d'avantages non seulement pour les bébés mais aussi pour les parents.

Nous vous proposons une démonstration de certaines techniques de nouages et nous vous expliquons les règles pour bien nouer l'écharpe de portage. Il y a aussi la possibilité d'essayer d'autres porte-bébés physiologiques. Nos consultations vous donnent également des informations supplémentaires sur le développement du bébé, la colonne vertébrale et les hanches, les besoins du nouveau-né, le choix de vêtements adaptés pour le bébé et les parents etc. En cas de besoin : nous abordons le portage d'enfants atteint d'une dysplasie des hanches, de bébés prématurés ou de jumeaux.



PERSÖNLICHE BERATUNG // CONSEIL FACE

Stoffwindelberatung (LU/DE)

Sie haben schon gehört, dass manche Babys heutzutage mit Stoffwindeln gewickelt werden? Sie haben vielleicht daran gedacht, dass das eventuell auch für Sie und Ihr Baby eine Option sein könnte? Sie fragen sich, ob die Verwendung von Stoffwindeln nicht zu umständlich, arbeitsaufwändig und altmodisch ist?

In dieser Beratung werden folgende Themen behandelt: Vorteile von Stoffwindeln für Ihr Baby, eventuelle Nachteile, finanzielle, praktische und ökologische Aspekte, erster Einblick in die verschiedenen Wickelsysteme.

Babys sind herzlich willkommen.

• • •

Couches lavables (FR)

Vous avez entendu dire que certains bébés portent des couches lavables?

Vous avez peut-être pensé que cela pourrait être une option pour vous et votre bébé? Vous vous demandez si l'utilisation de couches en tissu n'est pas trop compliquée, laborieuse et démodée?

Cette consultation porte sur les thèmes suivants: Avantages des couches lavables pour votre bébé, les inconvénients possibles, les aspects financiers, pratiques et écologiques, le premier aperçu des différents systèmes de couches.

Les bébés sont les bienvenus.



À FACE // FACE TO FACE COUNSELLING

Psychologische, psychosoziale und Erziehungsberatung (LU/DE)

Die Beratung konzentriert sich auf Fragen zur Entwicklung des Kindes, Erziehung, Bindungsaufbau und Verhalten. Bei belastenden Situationen während der Schwangerschaft und nach der Geburt kann diese Beratung für die Mütter auch sehr hilfreich sein.

Erziehungsberatung nach „**Marte Meo**“

Methode“ ist ebenfalls möglich. Dabei werden alltägliche Situationen zwischen Mutter/Vater und Kind gefilmt, von der Beraterin analysiert und danach gemeinsam mit den Eltern besprochen. Auf diesem Weg können Eltern darin bestärkt werden, konkrete Lösungsansätze für Erziehungsprobleme zu finden.

• • •

Consultation psychologique, psychosociale et pédagogique (FR)

La consultation porte sur les questions concernant le développement de l'enfant, l'éducation, l'attachement et le comportement. Dans des situations de stress pendant la grossesse et après la naissance, cette consultation peut également être très utile pour les mères.

Une consultation „**Marte Meo**“ est également possible. Des situations typiques entre les parents et l'enfant seront filmées et analysées par une consultante et discutées avec les parents. Cette méthode aide les parents à trouver eux-mêmes des solutions concrètes aux problèmes éducatifs.

• • •

Psychological, psychosocial and child-rearing counselling (ENG)

The counseling focuses on questions about the development of the child, education, attachment and behavior. In case of stressful situations during pregnancy and after birth, this consultation can also be very helpful for mothers.

Education counseling according to the “**Marte Meo method**” is also possible. Everyday situations between mother/father and child are recorded, analyzed by the counselor and then discussed together with the parents. In this way, parents can be encouraged to find concrete solutions for educational problems.



© iStockphoto.com

PERSÖNLICHE BERATUNG // CONSEIL FACE

À FACE // FACE TO FACE COUNSELLING

Doula Service (LU/DE)

Schwangerschaft, Geburt und Leben mit dem Baby wird oft als eine schwierige Umstellungsphase erlebt. Fragen, Unsicherheiten, Erschöpfungsgefühle und Überforderung können die Freude über das Baby manchmal überschatten. Dann sollten Sie Hilfe annehmen, auch schon ehe es zur Krise kommt.

Die Doula kommt zu Ihnen nach Hause, ganz gleich in welcher Ecke des Landes Sie wohnen. Sie hört Ihnen zu, beantwortet Ihre Fragen, bespricht mit Ihnen Ihre Probleme und sucht mit Ihnen nach Lösungsmöglichkeiten. Sie unterstützt Sie emotional und praktisch, berät Sie bei Stillproblemen und im Umgang mit dem Baby und begleitet Sie auch in sehr schwierigen Situationen wie Krankheit, Wochenbettdepression und beim Verlust eines Babys.



Service Doula (FR)

La grossesse, l'accouchement et la vie avec le bébé sont souvent ressentis comme une phase de changements importants. Beaucoup de questions, manque d'assurance, épuisement et surmenage peuvent ombrager les joies avec le bébé. Demandez de l'aide avant qu'une crise n'advienne.

La Doula vient vous voir à domicile, quel que soit l'endroit où vous vivez au Grand-Duché. Elle vous écoute, répond à vos questions, discute vos problèmes avec vous et vous aide à trouver, si possible, des solutions. Elle vous offre un soutien émotionnel et pratique. Elle vous donne des conseils en cas de problèmes d'allaitement ou dans les rapports avec le bébé. Elle vous accompagne également dans les situations très difficiles comme une maladie, une dépression postnatale ou lors du décès d'un bébé.

1

Doula Service (ENG)

Pregnancy, birth and life with the baby is often experienced as a difficult transition phase. Questions, uncertainties, feelings of exhaustion and personal overload can sometimes overwhelm the joy of the baby. Ask for help, even before the crisis occurs.

The Doula comes to your home, no matter what corner of the country you live in. She listens to you, answers your questions, discusses your problems with you and looks for possible solutions with you. She supports you emotionally and practically, advises you on breastfeeding and coping with the baby and also accompanies you in very difficult situations such as illness, postnatal depression and the loss of a baby.



PERSÖNLICHE BERATUNG // CONSEIL FACE

Krisenbegleitung (DE/LU)

Für Eltern von Babys und Kleinkindern bis 3 Jahre, die Probleme mit ihren Kindern haben oder sich überfordert fühlen. Für Schwangere, die Ängste und große Unsicherheiten haben.

Die Krisenbegleitung kann hilfreich sein bei: einer problematischen Schwangerschaft, der Verarbeitung eines negativen Geburtserfahrung, Schrei-Babys, Bindungsproblemen zwischen Mutter und Baby, Schlafproblemen von Kleinkindern u.s.w.

Es ist eine konkrete Hilfe, damit die Eltern und das Kind zur Ruhe kommen, wieder inneren Halt finden und neue Hoffnung schöpfen können.

• • •

Accompagnement de crise

Pour parents de bébés et petits enfants jusqu'à 3 ans, qui ont des problèmes avec leurs enfants ou se sentent débordés. Pour femmes enceintes qui ont des incertitudes et peurs.

L'accompagnement de crise peut aider : en cas de grossesse problématique, après un accouchement difficile, quand un bébé pleure chaque jour pendant des heures et que ses parents ont du mal à le consoler, en cas de problème d'attachement mère-bébé, sommeil problématique des enfants etc.

Cette consultation est une aide concrète pour que les parents et le bébé parviennent à se détendre et à retrouver à nouveau un équilibre et à faire renaitre l'espoir.



À FACE // FACE TO FACE COUNSELLING

Crisis management

For parents of babies and infants up to 3 years, who have problems with their children or feel overwhelmed. For pregnant women who have fears and great uncertainties.

Crises management can be useful in those cases: a difficult pregnancy, to cope with a negative birth experience, when baby cries for hours, bonding problems between mother and baby, sleeping problems of small children a.s.o.

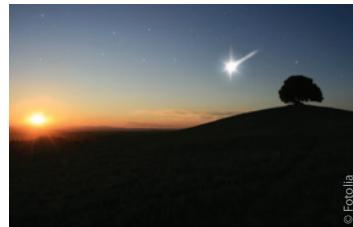
It is a specific help for parents and the child in order to calm down, to find a new balance and to develop new hope.



PERSÖNLICHE BERATUNG // CONSEIL FACE À FACE // FACE TO FACE COUNSELLING

Eidel Äerm – wenn das Leben mit dem Tod beginnt (LU/DE)

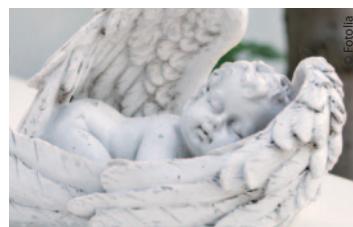
Der Verlust eines Babys in der Schwangerschaft, bei der Geburt oder kurze Zeit später ist eine einschneidende Erfahrung für die Eltern. Für die verwaisten Eltern bietet die Initiativ Liewensufank, in Zusammenarbeit mit der Elterngruppe "Eidel Äerm", eine individuelle Beratung und monatliche Treffen in der Selbsthilfegruppe in Itzig an.



© Fotolia

Eidel Äerm – quand la vie s'éteint avant même d'avoir vu le jour (FR)

La perte d'un bébé au cours de la grossesse, à la naissance ou peu de temps après est une expérience traumatisante pour les parents. L'Initiativ Liewensufank organise en collaboration avec le groupe de parents « Eidel Äerm » (les bras vides) des consultations individuelles et des rencontres mensuelles du groupe d'entraide pour parents endeuillés dans nos locaux à Itzig.



© Fotolia

Eidel Äerm – when life ends before it has started (ENG)

The loss of a baby during pregnancy, during birth or shortly afterwards is a traumatic experience for the parents. Initiativ Liewensufank offers together with the parents group « Eidel Äerm » (empty arms) individual counselling and monthly meetings in a support group in Itzig.

www.liewensufank.lu

www.facebook.com/InitiativLiewensufank