

Schwanger?



Wir sind für Sie da.

schwanger.li

Impressum

Für den Inhalt verantwortlich:

Mag. Christoph Jochum, schwanger.li

Konzeption: www.bettertogether.com

Gestaltung: www.stecher.at

Fotos: flickr, fotolia, getty images, photocase

Inhalt

| | |
|--|----|
| Schwanger sein..... | 5 |
| Unser Angebot..... | 6 |
| Informiert schwanger..... | 9 |
| Ungewollt schwanger | 11 |
| Pränataldiagnostik-Beratung | 12 |
| Schmerzhaftes verarbeiten | 15 |
| Unerfüllter Kinderwunsch..... | 17 |
| Sexualpädagogik | 18 |
| Wie wir Beratung verstehen | 21 |
| Sophie von Liechtenstein Stiftung..... | 22 |



Schwanger sein

Schwangerschaft und Geburt zählen zu den intensivsten Erfahrungen einer Frau/eines Paares. Sie sind nicht immer nur von Freude, Hoffnung und Dankbarkeit begleitet, sondern meist auch von Fragen, Unsicherheiten und Zweifeln. Manchmal kann eine Schwangerschaft auch Angst auslösen.

Ergänzend zur Betreuung durch Ihren Arzt/Ihre Ärztin bzw. Ihre Hebamme beraten und unterstützen wir Sie in allen Fragen rund um Schwangerschaft und Geburt. Speziell ausgebildete Beraterinnen (Psychologinnen, Sozialarbeiterinnen u.a.) sind für Sie da – persönlich, kostenlos und auf Wunsch anonym.

Unser Angebot

Wir beraten und unterstützen Sie

- wenn Sie sich über die wichtigsten Themen rund um Schwangerschaft und Geburt informieren wollen
- wenn Sie durch Ihre Schwangerschaft in eine Notlage geraten sind, z.B. durch Überlastung, Konflikte mit Ihrem Partner, finanzielle Sorgen, Probleme in der Ausbildung oder am Arbeitsplatz
- wenn Sie ungewollt schwanger sind
- wenn Sie mehr über vorgeburtliche Untersuchungen wissen wollen
- nach Fehlgeburt oder Totgeburt
- nach einem Schwangerschaftsabbruch
- bei unerfülltem Kinderwunsch
- wenn Sie ein sexualpädagogisches Seminar für Kinder oder Jugendliche durchführen wollen





Informiert schwanger

Wir veranstalten regelmässig Informationsabende „rund um Schwangerschaft und Geburt“ zu folgenden Themen:

- Das Recht der Schwangeren sowie der Mutter/des Vaters am Arbeitsplatz
- Finanzielle Unterstützung rund um Schwangerschaft und Geburt
- Was bedeutet schwanger sein für mich als Frau/als Mann bzw. für uns als Paar?
- Wie Hebammen Frauen unterstützen

Ort und Zeit des nächsten Informationsabends erfahren Sie auf www.schwanger.li.

Gerne informieren und beraten wir Sie auch telefonisch oder persönlich an unserer Beratungsstelle.



Ungewollt schwanger

Es gibt viele Gründe, warum eine ungewollte Schwangerschaft zur Belastung oder gar zur Krise werden kann und ein Schwangerschaftsabbruch ernstlich überlegt wird: Probleme mit dem Partner, finanzielle Sorgen, Überlastung, der falsche Zeitpunkt, Angst, usw.

Wenn Sie bald eine Entscheidung treffen müssen, ob Sie die Schwangerschaft fortsetzen oder nicht, ist ein Beratungsgespräch in geschütztem Rahmen hilfreich. Damit Sie in Ruhe IHREN Weg klären und gehen können.

Wir beraten Sie wertschätzend, diskret, professionell und kostenlos. Wir sind für Sie da.

Pränataldiagnostik-Beratung

Im Rahmen der ärztlichen Schwangerenbetreuung sind eine Reihe spezieller Untersuchungen möglich, mit denen eventuelle Fehlbildungen oder Behinderungen des ungeborenen Kindes erkannt werden können. Pränataldiagnostik (pränatal = vorgeburtlich) ist keine Routine, sondern eine zusätzliche Möglichkeit, die Sie wahrnehmen können, aber nicht müssen.

Pränataldiagnostik hat Vorteile: viele Frauen/ Paare fühlen sich beruhigt, wenn die Befunde unauffällig sind. Zudem können bestimmte Probleme in der kindlichen Entwicklung schon während der Schwangerschaft erkannt und gelöst werden. Aber: keine Untersuchung kann ein gesundes Kind garantieren. Und was geschieht, wenn etwas entdeckt wird, das nicht geheilt werden kann? Pränataldiagnostik kann daher auch beunruhigen und überfordern.

Unser Angebot

Neben Ihrem Arzt bzw. Ihrer Ärztin stehen Ihnen unsere Beraterinnen gerne zur Verfügung, wenn Sie

- mehr über Pränataldiagnostik wissen wollen
- Ihre innere Sicherheit in der Schwangerschaft stärken wollen
- für sich klären möchten, ob Sie eine bestimmte Untersuchung wollen oder nicht
- ein beunruhigendes Untersuchungsergebnis erhalten haben und Unterstützung suchen
- für sich klären müssen, ob Sie ein krankes oder behindertes Kind annehmen können oder nicht
- nach der Geburt eines kranken oder behinderten Kindes Beratung oder Unterstützung benötigen
- nach einem Schwangerschaftsabbruch Beratung oder psychotherapeutische Unterstützung in Anspruch nehmen möchten



Schmerzhaftes verarbeiten

Mit einer Schwangerschaften können schmerzhaft Erfahrungen verbunden sein. Eine Fehlgeburt, die Diagnose einer Krankheit des Kindes oder ein Schwangerschaftsabbruch können lange nachwirken. Aber auch das Zerbrechen der Partnerschaft, Existenzängste oder eine traumatische frühere Geburt können eine neue Schwangerschaft belasten.

Es ist hilfreich, diese Gefühle in geschütztem Rahmen zuzulassen und mit Unterstützung einer erfahrenen Beraterin zu bearbeiten. Unser Angebot: Gespräche mit einer erfahrenen Therapeutin, alleine oder gemeinsam mit Ihrem Partner. Wir sind für Sie da.



Unerfüllter Kinderwunsch

Sie wünschen sich ein Kind, aber die Schwangerschaft will sich nicht einstellen?

Ein unerfüllter Kinderwunsch ist eine sehr belastende Erfahrung für Frauen und Paare. Hoffnung und Angst, Hilflosigkeit und Enttäuschung prägen diese Zeit. Und viele Fragen: Was bin ich bereit auf mich zu nehmen, um schwanger zu werden? Was hält unsere Partnerschaft aus? Kann, soll, muss ich diesen Wunsch aufgeben? Und was kommt dann?

Wir informieren Sie, nehmen Sie mit Ihren Gefühlen ernst und begleiten Sie auf Ihrem Weg.

Sexualpädagogik

Unsere Seminar- und Beratungsangebote richten sich an Kinder und Jugendliche verschiedener Altersstufen sowie an Eltern, Lehrpersonen, LehrlingsausbildnerInnen, JugendleiterInnen u. a. Unsere Seminare werden von einem sexualpädagogisch qualifizierten Referentenpaar geleitet und teils gemeinsam, teils nach Geschlecht getrennt durchgeführt. Dabei ist uns die Sensibilität für die unterschiedlichen Entwicklungsstufen der TeilnehmerInnen sowie der respektvolle Umgang mit dem sehr persönlichen Thema „Sexualität“ wichtig.

Unsere Ziele:

1. Vermittlung eines ganzheitlichen, positiven Bildes von Sexualität
2. Fundierte, altersgerechte Körper- und Sexualaufklärung
3. Kommunikationsfähigkeit und Selbstbestimmung
4. Bildung eigenständiger Werte und Haltungen
5. Verantwortungsvolles sexuelles Verhalten





Wie wir Beratung verstehen

- Wir hören Ihnen achtsam und respektvoll zu und fühlen uns in Ihre Situation ein.
- Wir helfen Ihnen, Ihre Gedanken und Gefühle zu klären.
- Wir denken mögliche Lösungen mit Ihnen durch.
- Wir besprechen mit Ihnen medizinische, finanzielle und psychologische Fragen und bieten Ihnen Hilfe an.
- Wir unterstützen Sie darin, selbstbestimmte und tragfähige Entscheidungen zu finden.

Die Beratung ist kostenlos und auf Wunsch anonym. Sie können sich telefonisch, per E-Mail oder in einem persönlichen Gespräch beraten lassen. Wenn Sie wollen, können Sie Ihren Partner oder eine andere Person Ihres Vertrauens zum Gespräch mitbringen.

Sophie von Liechtenstein Stiftung

Träger der Beratungsstelle schwanger.li ist die Sophie von Liechtenstein Stiftung. Sie finanziert sich durch Mittel des Fürstenhauses Liechtenstein und durch Spenden. Präsidentin der Stiftung ist Erbprinzessin Sophie von Liechtenstein.

Sophie von Liechtenstein: „Aus eigener Erfahrung ist es mir wichtig, Frauen und Paare rund um eine Schwangerschaft bestmöglich zu unterstützen. Ein besonderes Anliegen sind mir jene Frauen, die keinen Rückhalt durch ihren Partner oder ihre Familie haben. Keine Frau soll aufgrund schlechter Rahmenbedingungen durch eine Schwangerschaft in Bedrängnis geraten. Jede Schwangere, die zu uns kommt, werden wir unterstützen, wenn nötig auch längerfristig. Wir lassen Sie nicht alleine!“



Sophie von Liechtenstein,
Stiftungspräsidentin



Christoph Jochum,
Geschäftsführer

Wir sind für Sie da.

Persönlich, telefonisch oder per E-Mail.

Beratungsstellen schwanger.li

FL-9494 Schaan

Bahnstrasse 20

Tel. 0848-003344

beratung@schwanger.li

A-6800 Feldkirch

Bahnhofstrasse 18

Tel. 0810-003344

beratung@schwanger.li

Nützliche Informationen

finden Sie auf

www.schwanger.li

Wir sind für Sie da.

schwanger.li