



Familienbüro

Der Wegweiser für werdende und junge Familien



Ostschweizer Verein
für das



Schweizerischer Hebammenverband
Fédération suisse des sages-femmes
Federazione Svizzera delle levatrici
Federaziun svizra da las spendrinas



st.gallen

*frau
en*

Frauenzentrale
St.Gallen

Aktiv für Frauen in Familie,
Beruf und Politik

Das Familienbüro St. Gallen ist Ihre erste Anlaufstelle für alle Fragen für werdende Eltern und Familien mit Kindern bis zum Schuleintritt. Hier erhalten Sie umfassende Informationen zu allen Themen, die für junge Familien wichtig sind. Nach einer Bedarfsanalyse vermitteln wir Sie, wenn nötig, gezielt an die passende Fachstelle weiter. Unsere Beratungen sind durch die Stadt St. Gallen finanziert und somit für Sie kostenlos.

Hier sind einige Beispiele, wie das Familienbüro St. Gallen Ihnen in verschiedenen Lebenssituationen Unterstützung bieten kann:

Schwangerschaft

- Ich bin schwanger und habe noch keine Hebamme. Wer kann mir helfen?
- Wo finde ich Geburtsvorbereitungskurse in der Stadt St. Gallen?
- Ich bin ungewollt schwanger. Wer kann mich zu einem Schwangerschaftsabbruch beraten?

Nach der Geburt

- Das Stillen fällt mir schwer. Wer kann mir helfen?
- Papa sein ist herausfordernd. Wer kann mich bei den verschiedenen Bedürfnissen beraten?
- Meine Energie ist erschöpft. Wer kann mich entlasten?

Bis zur Einschulung

- Ab wann kann mein Kind feste Nahrung zu sich nehmen?
- Ich bin unsicher, ob sich mein Kind altersgerecht entwickelt. Wer kann mir helfen?
- Wie bereite ich mein Kind auf ein Geschwisterchen vor?
- Mein Kind ist 2 Jahre alt und schläft noch nicht durch. Ist das normal?
- Ich halte das ständige Schreien meines Kindes nicht mehr aus. Was kann ich tun?



Familienbüro

Haus Olé
Spisergasse 12
9000 St. Gallen

071 220 20 70

info@familienbuero-sg.ch

Öffnungszeiten

| | |
|-------------|-----------------|
| Montag: | 14.00–17.00 Uhr |
| Dienstag: | 08.00–11.00 Uhr |
| Mittwoch: | 14.00–17.00 Uhr |
| Donnerstag: | 08.00–11.00 Uhr |
| Freitag: | 14.00–17.00 Uhr |
| Samstag: | 13.00–16.00 Uhr |