

# کمک های اولیه

## قابله و ماماهاى خانواده و پرستاران کودک خانواده و سلامت

**Andrea Hieronimus**

Familienhebamme

Telefon: 0671 47058.

**Christine Berlandy**

Familienhebamme

Telefon: 06724 6106

**Mariya Herrera**

FGKiKP

Telefon: 0151 7242 4869

**Kerstin Weber**

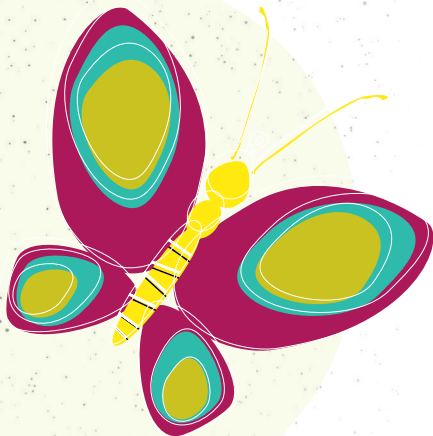
FGKiKP

Telefon: 0176 5699 0046

**Annika Weis**

FGKiKP

Telefon: 0174 3432 378



Gefördert von:

Bundesstiftung  
Frühe Hilfen 



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

# آیا شما ازداشتن نوزاد تازه متولد شده خود خوشحال هستید اما در زمینه فرزند داری آیا شما در این زمینه سوالاتی دارید؟

- شما میتوانید در صورت داشتن سوال و یا احتیاج به کمک با قابله های خانواده به صورت مستقیم تماس بگیرید و یا از طریق اداره دولتی کودکان و نوجوانان اقدام کنید

- قابله ها و ماماهاى خانواده در زمینه های مختلف از جمله مراقبتهای هفتگی از نوزاد تا شیردهی و توصیه های تغذیه ای شما را همراهی و کمک میکنند

- قابله های خانواده همچنین به صورت رایگان و بدون ثبت اطلاعات شخصی شما برای قرارهای ملاقات با دکترو امور اداری و مسائل روزمره و موقعیتهای چالش برانگیز در زمینه رفتار با کودکان و کمک به شکل گیری ارتباط سالم و موثر بین مادر و فرزند به شما کمک میکنند

- چرا و چه زمانی گرفتن یک قرار ملاقات و آماده شدن برای زایمان مهم است؟
- چه چیزهایی در زمان بارداری و پس از آن تغییر میکند؟
- من به عنوان والدین چگونه میتوانم خود را برای فرزندداری آماده سازم؟
- من چگونه میتوانم فرزندم را به شیوه صحیح تغذیه کرده و از او مراقبت کنم؟
- من چگونه میتوانم مایحتاج زندگی خود و فرزندم را تامین کنم؟
- از لحاظ بزرگی فضای خانه و وسایل مورد نیاز خود و نوزادم به چه چیزهایی احتیاج دارم؟
- آیا در این زمینه کمکهای دیگری وجود دارد؟
- در صورتی که فرزندم احتیاجات و نیازمندیهای به خصوصی دارد ( مانند بیماریهای مزمن یا .... ) من به عنوان والدین چه کارهایی باید انجام دهم؟

Netzwerkbüro Frühe Hilfen

0671/800-162

netzwerkbuero@bad-kreuznach.de

www.bad-kreuznach.de/fruehehilfen

