

## Mütter-Eltern-Beratung

Eltern werden ist nicht schwer, Eltern sein dagegen sehr. Die Mutter-Eltern-Beratung ist eine öffentliche und kostenlose Einrichtung des Landes Tirol und dient der Beratung von Müttern und Vätern zu all den Fragen, die rund um die Geburt sowie beim Zusammenleben mit dem Neugeborenen, mit dem heranwachsenden Säugling und dem immer selbstständiger werdenden Kleinkind auftauchen.

In 13 Osttiroler Gemeinden wird die MEB regelmäßig wöchentlich, halbmonatlich bzw. monatlich angeboten. Neben Wachstums- und Gewichtskontrollen des Säuglings bzw. Kleinkindes bietet man die Beratung zu vielen verschiedenen Themen wie Säuglingspflege, Stillen, Ernährung, Erziehung, Schlafen, motorische Entwicklung, Hausmittel und vieles andere mehr an. Auch die Besprechung von medizinischen Fragen und die ärztliche Untersuchung des Säuglings bzw. Kindes, aber auch der Mutter, sind Bestandteil der MEB.

Ein große Bereicherung sind die Fachkräfte der Avomed-Zahngesundheitsvorsorge sowie eine Psychologin/Psychotherapeutin für Erziehungsberatung, die in regelmäßigen Abständen mit dabei sind und gerne Ihre Fragen beantworten und mit Tipps zur Seite stehen.

Zusätzlich besteht die Möglichkeit von kostenlosen Hausbesuchen zwischen den einzelnen Terminen. Die Eltern können, neben der Beratungsstelle in der eigenen Gemeinde, bei Bedarf auch Beratungsstellen in anderen Gemeinden aufsuchen, um aktuell auftretende Fragen zu besprechen.

In regelmäßigen Abständen werden auch Vorträge mit Diskussion über Schwerpunktthemen wie z. B. Ernährung, Schlafprobleme, Schreikinder, Fragen rund ums Impfen etc. angeboten.

Diese Termine und die MEB-Termine werden wöchentlich im „Osttiroler Boten“ angekündigt!

## MUTTER-ELTERN-BERATUNG 2018

### 2. MONTAG IM MONAT:

**Kals a. Gr.:** Ordination Dr. Oblasser, 08.30 Uhr bis 09.30 h  
**Huben:** Volksschule, Parterre, 10.00 Uhr bis 11.30 Uhr  
08.01./12.02./12.03./09.04./14.05./11.06./09.07./13.08./10.09./08.10./12.11./10.12.2018

### JEDEN DIENSTAG.

**Lienz:** Bezirkshauptmannschaft, Gesundheitsamt, Parterre, Zimmer 018  
08.30 Uhr bis 10.30 Uhr

### JEDEN 2. DIENSTAG IM MONAT:

**Prägraten:** Gemeindeamt, 14.00 Uhr bis 15.00 Uhr  
**Virgen:** Gemeindeamt, 15.15 Uhr bis 16.30 Uhr  
09.01./20.02. (da 13.02.2018 Faschingsdienstag)/13.03./10.04./08.05./12.06./10.07./  
14.08./11.09./09.10./13.11./11.12.2018

### 1. MITTWOCH IM MONAT:

**Sillian:** Gemeindeamt, 08.30 Uhr bis 10.30 Uhr  
03.01./07.02./07.03./04.04./02.05./06.06./04.07./01.08./05.09./03.10./07.11./05.12.2018

### 2. MITTWOCH IM MONAT:

**Assling:** Gemeindeamt, 08.30 Uhr bis 09.30 Uhr  
10.01./14.02./14.03./11.04./09.05./13.06./11.07./08.08./12.09./10.10./14.11./12.12.2018

### 3. MITTWOCH IM MONAT:

**Sillian:** Gemeindeamt, 08.30 Uhr bis 09.30 Uhr  
**Abfaltersbach:** Neue Mittelschule, 10.00 Uhr bis 11.30 Uhr  
17.01./21.02./21.03./18.04./16.05./20.06./18.07./15.08. entfällt Feiertag/19.09./17.10./21.11./19.12.2018

### 4. MITTWOCH IM MONAT:

**Innervillgraten:** Volksschule, 2. Stock, 08.30 Uhr bis 10.30 Uhr  
24.01./28.02./28.03./25.04./23.05./27.06./25.07./22.08./26.09./24.10./28.11./26.12.2018 entfällt Feiertag

### 1. DONNERSTAG IM MONAT:

**Matrei i. O.:** Schulzentrum/Eingang Jugendzentrum, 08.30 Uhr bis 10.00 h  
04.01./01.02./01.03./05.04./03.05./07.06./05.07./02.08./06.09./04.10./01.11. entfällt Allerheiligen/06.12.2018

### 3. DONNERSTAG IM MONAT:

**Matrei i. O.:** Schulzentrum/Eingang Jugendzentrum, 08.30 Uhr bis 10.00 h  
**Hopfgarten i. D.:** Ordination Dr. Oblasser, 10.30 Uhr bis 11.30 Uhr  
18.01./15.02./15.03./19.04./17.05./21.06./19.07./16.08./20.09./18.10./15.11./20.12.2018

### 4. DONNERSTAG IM MONAT:

**Nussdorf-Debant:** Gemeindeamt Debant, 08.00 Uhr bis 09.30 Uhr  
**Kartitsch:** Gemeindeamt, 10.30 Uhr bis 11.30 Uhr  
25.01./22.02./22.03./26.04./24.05./28.06./26.07./23.08./27.09./25.10./22.11./27.12.2018