

## Консультавання батьків

Консультавання батьків — це послуга підтримки сім'ї та перший контакт з усіх питань у сфері раннього розвитку, від народження до п'яти років. Консультанти — освічені професіонали. Консультавання батьків є добровільним, безкоштовним та конфіденційним та підтримується Управлінням охорони здоров'я Граубюндена.

### Ми супроводжуємо та підтримуємо батьків на теми

#### Розвиток і виховання

- Зважування та вимірювання
- Розвиток відповідно до віку
- Повсякденні запитання (наприклад, ревності, сон, кусання, непоко́ра)

#### Грудне вигодовування, харчування, стимулювання фізичної активності

- Поради щодо грудного вигодовування
- Перехідне харчування, сімейний стіл
- Індивідуальні форми харчування
- Потреби дитини у фізичній активності

#### Зміцнення здоров'я та профілактика

- Турбота про здорових і хворих дітей
- Практичні поради щодо масажу, слінгів, сповивання
- Запобігання нещасним випадкам

#### Захист дітей та сім'я

- Варіанти полегшення
- Звернення до фахівців та/або організацій
- Захист дітей
- Пошук ролей для батьків
- Взаємодія з іншими відділами (наприклад, логопедія, остеопатія)

Листи регулярно читаються та на них відповідають. Проте, якщо у вас виникнуть термінові запитання, ми просимо вас зателефонувати нам або зайти.

## **FAQ**

*Чи підлягають консультанти обов'язку зберігати таємницю?*

Так, цілком. Конфіденційність і захист даних гарантується завжди. Консультації також можуть бути анонімними.

*Чи можуть замість матері на консультацію прийти батько чи бабуся?*  
Звичайно.

*Чи можу я привести братів і сестер?*

Це дозволено. Проте ми рекомендуємо приводити на консультацію лише тих дітей з приводу яких виникли питання.

*Чи завжди це безкоштовно, незалежно від того, скільки у мене запитань?*  
Так. Пропозиція завжди безкоштовна.

*У моєї дівчини є запитання, але вона не розмовляє німецькою. Що вона може зробити?*

Ми можемо залучити до консультацій міжкультурних перекладачів. Будь ласка, зверніться безпосередньо до консультанта для подальших дій.

*Що робити, якщо моя дитина потребує невідкладної медичної допомоги?*

Будь ласка, зверніться до свого педіатра. Якщо немає досяжності:  
Консультативна гаряча лінія для дитячих невідкладних ситуацій 0900 25 66 11 (платно)  
Лікар швидкої допомоги 144

## **Що робити, якщо я хочу отримати консультацію?**

*Телефон*

З нами можна зв'язатися Понеділок - п'ятниця в робочий час за телефоном 081 926 59 08

*Електронна пошта*

elternberatung@spitalilanz.ch

## **Elternberatung Graubünden**

Spitalstrasse 4

7130 Ilanz

Telefon 081 926 59 08

elternberatung@spitalilanz.ch

www.spitalilanz.ch

