

# FRAGEN STELLEN. ANTWORTEN FINDEN.

Da, um zu helfen.

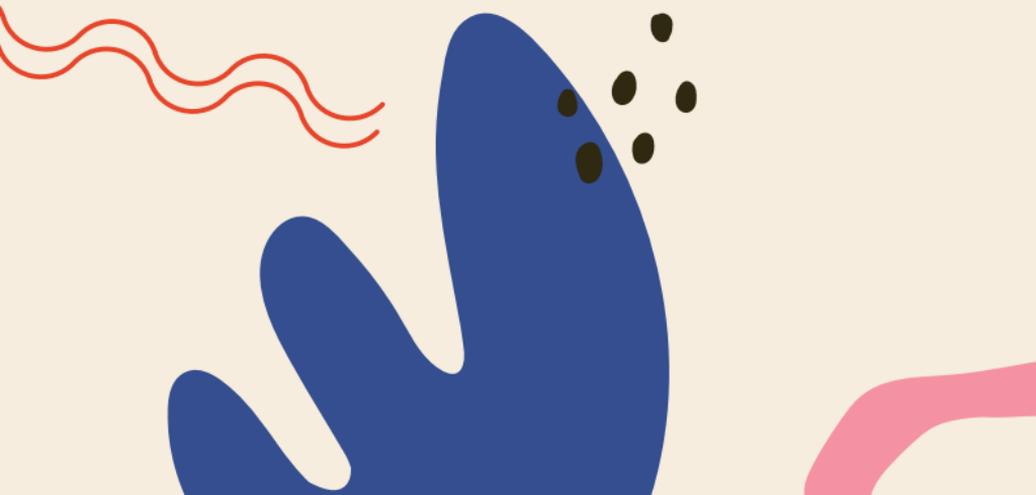
Für Eltern von  
Kindern zwischen  
0-5 Jahren

# ELTERN- BERATUNG



Haben Sie Fragen zur Entwicklung, Erziehung, Ernährung und Gesundheit Ihres Kindes oder zu anderen Familienthemen?

Unser professionelles Beratungsteam ist für Sie da. Wir begleiten und unterstützen Sie bei den grossen und kleinen Herausforderungen im Familienalltag – kostenlos und vertraulich.





## Wir begleiten und unterstützen Eltern in den Themen

### **Entwicklung und Erziehung**

- Wiegen und Messen
- Altersgerechte Entwicklung
- Alltagsfragen  
(z.B. Eifersucht, Schlaf, Beissen, Trotzen)

### **Stillen, Ernährung, Bewegungsförderung**

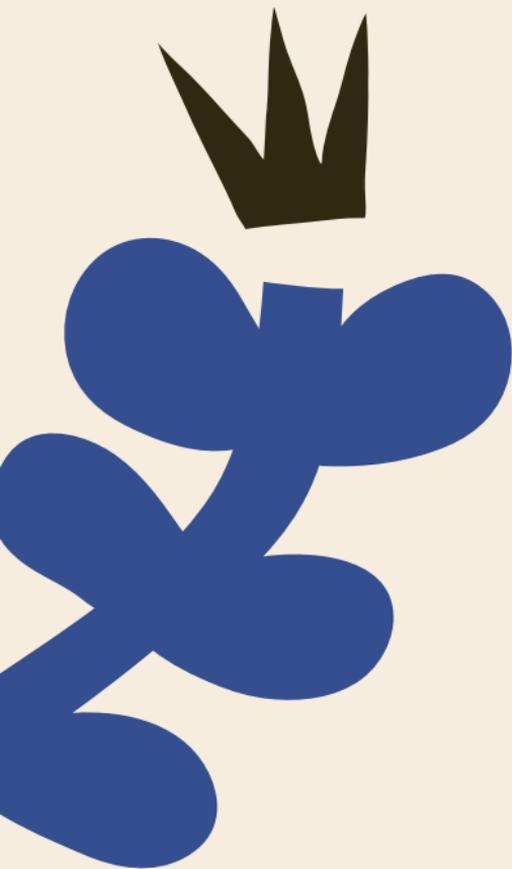
- Stillberatung
- Säuglings- und Kleinkindernahrung, Familientisch
- Bewegungsbedürfnisse des Kindes

### **Gesundheit**

- Pflege von gesunden und kranken Kindern
- Praktische Tipps für Massage, Tragetuch, Wickeln
- Unfallverhütung

### **Kinderschutz und Familie**

- Entlastungsmöglichkeiten
  - Kinderschutz
  - Rollenfindung der Eltern
  - Vernetzung mit anderen Fachbereichen  
(z.B. Logopädie, Osteopathie) und Triage
- 



Wir bieten folgende  
Möglichkeiten:

- Beratung in einer unserer Beratungsstellen
- Beratung bei Ihnen Zuhause
- Telefonberatung
- E-Mail-Beratung
- Regionale Gruppenangebote

## Meine Beratungsstelle

Im Auftrag:



Gesundheitsamt Graubünden  
Uffizi da sanadad dal Grischun  
Ufficio dell'igiene pubblica dei Grigioni



[elternberatung.gr.ch](https://elternberatung.gr.ch)