



Arbeitskreis

ANE Elternbriefe

Neue Erziehung e. V.

in Leichter Sprache

1



Herzlichen Glückwunsch zu Ihrem Baby!

Endlich ist Ihr Baby da.

Ein aufregendes Jahr liegt vor Ihnen.

Ihr Baby entwickelt sich ständig. Jeden Tag gibt es etwas Neues.

Und auch Sie entwickeln sich.

Sie haben eine neue Verantwortung.

Gehen Sie die vielen Veränderungen in Ruhe an.

Wir möchten Ihnen einige Tipps und Informationen geben.

Wir sind der Verein Arbeitskreis Neue Erziehung.

Die Abkürzung für den Verein ist ANE.

Gemeinsam mit jungen Eltern haben wir

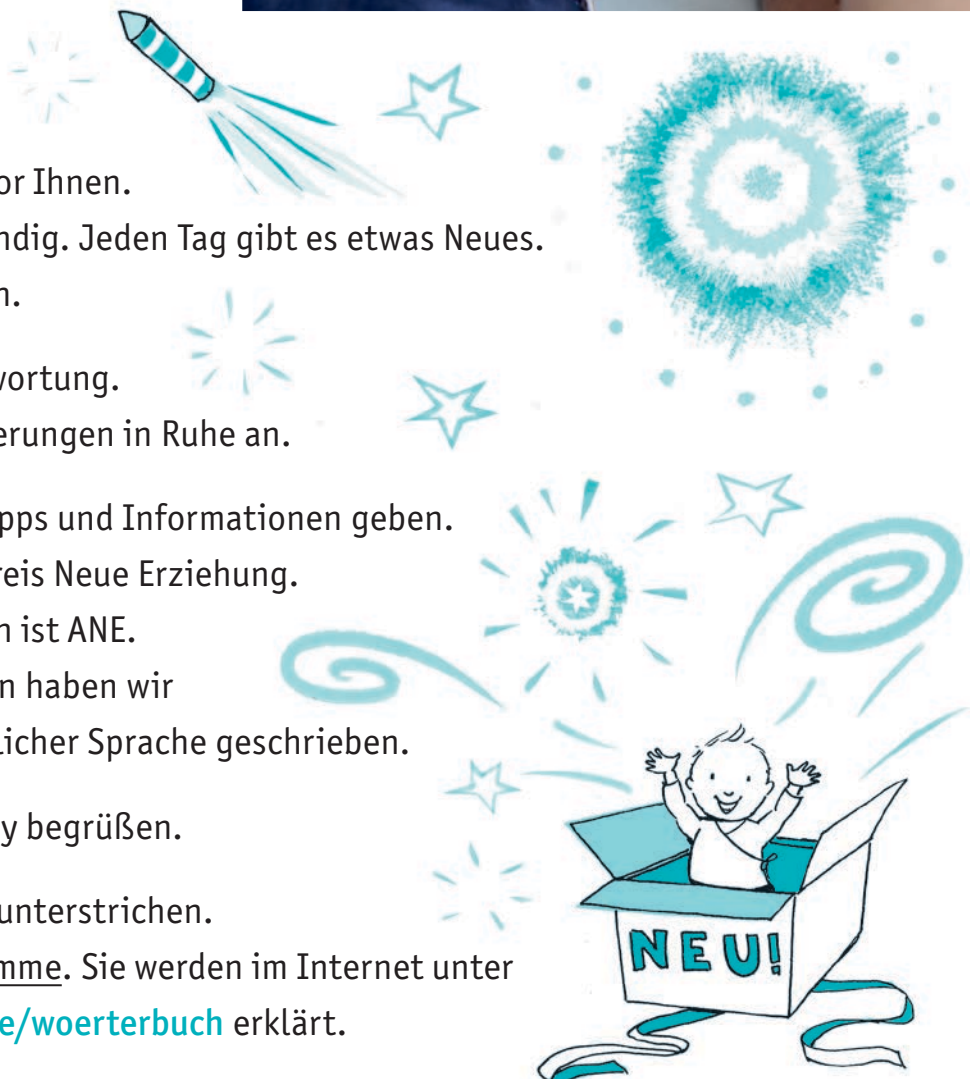
die Briefe in leicht verständlicher Sprache geschrieben.

Wir möchten Sie und Ihr Baby begrüßen.

Manche Wörter sind im Text unterstrichen.

Zum Beispiel das Wort Hebamme. Sie werden im Internet unter

www.a4k.de/leichte-sprache/woerterbuch erklärt.



Welche Hilfen können Sie bekommen?

Sie bekommen 2 Arten von Hilfen: **Beratung und Geld.**

Das steht allen Eltern zu.



Wo bekommen Sie Beratung?

Eine Hebamme kann Sie beraten.

Eine Hebamme können Sie im Internet finden:

www.berliner-hebammenverband.de

Oder fragen Sie im Krankenhaus oder Ihren Arzt oder Ärztin.

Eine Familien-Helferin hilft Ihnen zu Hause.

Die Familien-Helferin müssen Sie beim Jugendamt beantragen.

Sie können eine Haushalts-Hilfe bei Ihrer Krankenkasse beantragen.

Wenn Sie eine rechtliche Betreuerin oder einen rechtlichen Betreuer haben, bitten Sie um Unterstützung!

Sie können Hilfe über die Begleitete Elternschaft bekommen.

Dort bekommen Sie soviel Unterstützung, wie Sie brauchen.

Die Elternbegleiter helfen Ihnen dann, Anträge auszufüllen und mit den vielen Veränderungen zurecht zu kommen.

Fragen Sie Ihr Jugendamt nach passenden Hilfen!

Sie bestimmen selbst, wie viel und welche Unterstützung Sie brauchen. Das ist Ihr gutes Recht.





Wo bekommen Sie Geld?

Diese Gelder können Sie beantragen:

Das Mutterschaftsgeld bekommen Sie 6 Wochen vor der Geburt und 8 Wochen nach der Geburt Ihres Kindes.

Diese Zeit heißt Mutterschutz.

Das Geld beantragen Sie bei Ihrer Krankenkasse.

Das Kindergeld bekommen Sie von der Familienkasse.

Ihre zuständige Familienkasse und den Antrag auf Kindergeld finden Sie unter www.arbeitsagentur.de

Sie bekommen Elterngeld,

wenn Sie das Kind zu Hause erziehen und nicht arbeiten gehen.

Diese Zeit nennt man Elternzeit.

Auch Männer können Elternzeit nehmen.

Das Elterngeld beantragen Sie in der Elterngeld-Stelle in Ihrem Jugendamt.

Mehr dazu erfahren Sie im Internet:

<http://service.berlin.de/jugendaemter>

Beim Jobcenter können Sie Einrichtungsgeld und eine Baby-Ausstattung beantragen.

Wenn Sie eine rechtliche Betreuerin oder einen

rechtlichen Betreuer haben,

fragen Sie nach Hilfe beim Ausfüllen der Anträge.

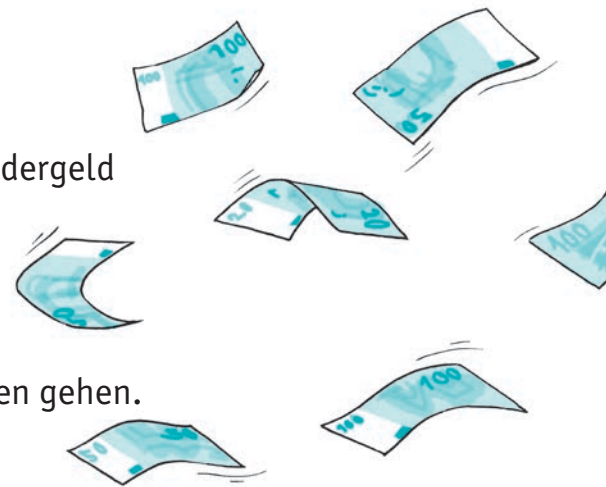
Eine Sozial-Beratungs-Stelle berät Sie

zum Thema Geld und Unterhalt.

Im Internet finden Sie eine Beratungs-Stelle

in Ihrer Nähe unter

www.beratung-kann-helfen.de





Was müssen Sie für die Gesundheit Ihres Babys wissen?

Ihr Kinderarzt oder Ihre Kinderärztin berät Sie gut. Wenn Sie unsicher sind oder etwas nicht verstehen, fragen Sie einfach nach.

Bei der Geburt Ihres Kindes bekommen Sie ein **gelbes Heft** für U-Untersuchungen.



Das Heft müssen Sie gut aufbewahren.

In dem Heft stehen alle Informationen zur Entwicklung Ihres Kindes. Zum Beispiel wie groß und wie schwer Ihr Kind ist. Und ob es sich gut entwickelt.



Hier stehen auch die Termine für die U-Untersuchungen Ihres Kindes.

Die erste Untersuchung Ihres Kindes heißt U1.

Diese erfolgt gleich nach der Geburt im Krankenhaus.

Danach gehen Sie mit Ihrem Baby zu Ihrem Kinderarzt oder Kinderärztin.

Der Kinderarzt oder die Kinderärztin macht die weiteren U-Untersuchungen.

Bis Ihr Kind ein Jahr alt ist, wird es 6 Mal untersucht.

Die 6. Untersuchung heißt U 6.



Wenn Sie noch keinen Kinderarzt oder keine Kinderärztin haben, dann können Sie im Internet danach suchen:

www.kinderaerzte-im-netz.de

Damit Sie die U-Untersuchungen nicht vergessen, bekommen Sie und alle Eltern auch einen Brief nach Hause. Gehen Sie zu allen U-Untersuchungen, denn sie sind wichtig für Ihr Baby.



Was gefällt Ihrem Baby gut?

Ihr Baby braucht Sie!

Ihr Baby mag es, wenn Sie es auf Ihren Arm nehmen.

Berühren, streicheln und küssen Sie Ihr Baby!

Und sprechen Sie mit ihm.

Dann fühlt sich Ihr Baby gut und sicher.

Warum schreit Ihr Baby?

Ihr Baby möchte Ihnen etwas mitteilen.

Finden Sie heraus, was es ist!

Zum Beispiel

- **hat Hunger**
- **ist müde**
- **braucht eine saubere Windel**
- **hat Bauch-Schmerzen**
- **möchte mit Ihnen spielen**
- **oder auf Ihren Arm.**



Der Flieger-Griff ist eine gute Hilfe.



Reden Sie viel mit Ihrem Kind!

Zum Beispiel beim Wickeln:

„Gleich bekommst Du eine neue Windel.

Und ich creme Dich ein. Das wird Dir gefallen.“

Singen oder lesen Sie Ihrem Baby etwas vor.

Ihr Baby hört Ihre Stimme gern.



Wie entwickelt sich Ihr Baby im 1. Lebensjahr?

Im 1. Lebensjahr passiert sehr viel. Vieles passiert von allein und ganz plötzlich. Am Anfang liegt Ihr Baby viel auf dem Rücken. Bald lächelt es Sie an. Mit 4 Monaten hält Ihr Baby den Kopf von alleine. Bald dreht es sich allein vom Bauch auf den Rücken. Mit 7 Monaten kann Ihr Baby vielleicht schon alleine sitzen. Mit einem Jahr kann Ihr Baby klatschen. Es streckt die Arme nach Ihnen aus. Vielleicht macht es jetzt die ersten Schritte. Ihr Baby sagt das 1. Wort: Vielleicht Mama oder Papa.



Jedes Baby entwickelt sich anders. Manche Babys krabbeln sehr früh. Andere Babys krabbeln gar nicht und lernen gleich das Laufen. Vergleichen Sie Ihr Baby nicht mit anderen! Freuen Sie sich über alles, was Ihr Baby gelernt hat.



Was sollten Sie unbedingt wissen?

Legen Sie Ihr Baby zum Schlafen immer auf den Rücken.
Am Tag dürfen Sie Ihr Baby auch mal auf den Bauch legen.
Rauchen Sie auf keinen Fall im Schlafzimmer des Babys.
Lassen Sie Ihr Baby nie allein in der Wohnung!
Es muss immer jemand da sein.
Sonst bekommt Ihr Baby Angst.
Fragen Sie Verwandte oder Freunde,
ob sie auf das Baby aufpassen können.



Es gibt auch ehrenamtliche Familienpaten,
die Ihnen helfen können.
Diese finden Sie im Internet: www.aktivpaten.de

Ihr Baby braucht Ruhe und Ihre Aufmerksamkeit.
Spielen Sie viel mit Ihrem Baby.
Lassen Sie Ihren Fernseher aus.
Gehen Sie mit dem Baby jeden Tag
an die frische Luft.

An manchen Tagen weint Ihr Baby viel.
Das ist für alle sehr anstrengend.
Bleiben Sie ruhig. Gehen Sie für ein paar Minuten in ein anderes Zimmer.
Aber schütteln Sie niemals Ihr Baby!

Mit etwa 5 Monaten krabbelt Ihr Baby.
Ihr Baby nimmt alles in die Hand und in den Mund.
Jetzt muss Ihre Wohnung baby-sicher sein.

Stellen Sie diese Dinge weg:

- **kleine Teile zum Verschlucken**
- **Tassen mit heißem Inhalt**
- **Putzmittel**
- **Aschenbecher**
- **Alkohol**



Wichtige Adressen

Hier finden Sie Hilfen für Sie und Ihr Baby: <http://service.berlin.de/jugendaemter>

Erziehungs- und Familien-Beratungs-Stellen: www.efb-berlin.de

Lernen Sie andere Mütter mit Babys kennen: www.berliner-familienzentren.de

Notfallnummern und Internet-Adressen

	Telefon	Internet
Berliner Feuerwehr	112	
Giftnotruf Berlin	030/19240	www.giftnotruf.de
Kindernotdienst	030/610061	www.kindernotdienst.de
Notmütterdienst Berlin	030/8471160	www.berlin.notmuetterdienst.org
Berliner Krisendienst	030/3906300	www.berliner-krisendienst.de
Sozial-Pädiatrische Zentren (SPZ)		www.kja-spz-berlin.de
Sozialpsychiatrischer Dienst	030/901833268	www.berlin.de/lb/psychiatrie/ansprechpartner_bezirke

Wer hat diesen Elternbrief geschrieben?

Arbeitskreis Neue Erziehung www.ane.de

capito Berlin www.capito-berlin.eu

Landes-Arbeits-Gemeinschaft Begleitete Elternschaft Brandenburg-Berlin

Bestellung

E-Mail an ane@ane.de, Telefon 030 / 25 90 06 - 35, www.ane.de/bestellservice



Internet

Im Internet unter www.a4k.de/leichte-sprache finden Sie eine Hörversion des Briefes, das Wörterbuch zum Brief und die Online-Version des Briefes.



Herausgeber
Arbeitskreis
Neue Erziehung e.V.
Hasenheide 54
10967 Berlin
www.ane.de

Gefördert durch
be **min** **Berlin**

Senatsverwaltung
für Bildung, Jugend
und Wissenschaft

Gestaltung
www.Piktogram.eu

Illustrationen
www.KatharinaBusshoff.de

Fotos
Susanne Tessa Müller

Spendenkonto
Bank für Sozialwirtschaft
BIC: BFSWDE33BER
IBAN: DE33 1002 0500 0003 2963 02
Kennwort: Spende

Druck
Variograph GmbH
1. Auflage 2014
© ANE



Leicht Lesen