



# INFORMIERT SCHWANGER

Informationsabend für schwangere  
Frauen und werdende Väter

---

**Mittwoch 4. September 2019**  
**18.30–20.30 Uhr**

---

Centrum Obertor Welschdörfli 2  
(Gebäude Hotel Chur) 7000 Chur

adebar

Fachstelle für sexuelle Gesundheit  
und Familienplanung Graubünden

# INFORMIERT SCHWANGER

Keine Anmeldung erforderlich.  
Eintritt frei. Wir freuen uns  
auf Ihren Besuch!

## RECHTE UND FINANZEN IN DER SCHWANGERSCHAFT/MUTTERSCHAFT

- Mutterschutz und Schutzmassnahmen
- Informationspflicht und Kündigungsschutz
- Finanzielle Absicherung
- Rechte und Pflichten unverheirateter Eltern

**Referentin: Christine Kreienbühl, Sozialarbeiterin BSc,  
Beratungsstelle Adebar**

## GEBURT, WOCHENBETT

- Begleitung in der Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett und Stillzeit
- Anspruch auf Hebammenleistungen

**Referentin: Ruth Niederreiter-Frei, Hebamme,  
Beratungsstelle Adebar**

## ERSTE LEBENSJAHRE

- Angebote der Mütter- und Väterberatung
- Unterstützung in Erziehungsaufgaben bis zum dritten Lebensjahr

**Referentin: Elena Kündig, Mütter- und Väterberaterin KJBE**

## BERUFLICHER WIEDEREINSTIEG UND KINDERBETREUUNG

- Verschiedene Kinderbetreuungsangebote
- Kosten und Finanzierung
- Vorgehen bei der Organisation von Fremdbetreuung

**Referentin: Martina Götz, Kita-Leiterin KJBE**

## WENN AUS PAAREN ELTERN WERDEN

- Eltern werden – Partner bleiben
- Elternteamwork
- Vereinbarkeit von Beruf, Familie und persönlichem Freiraum

**Referent: Arno S. Arquint, Paarlando,  
Paar- & Lebensberatung Graubünden**

adebar

Fachstelle für sexuelle Gesundheit  
und Familienplanung Graubünden

Telefon Adebar: 081 250 34 38

[www.adebar-gr.ch](http://www.adebar-gr.ch)