

Wer ist pro familia?

pro familia

als Deutsche Gesellschaft für Familienplanung, Sexualberatung und Sexualpädagogik steht für ein humanistisches Menschenbild, in dessen Mittelpunkt die Freiheit des Menschen in eigener Verantwortung und die soziale Gerechtigkeit stehen.

pro familia

engagiert sich für die Selbstbestimmung des Menschen und unterstützt eine Kultur, in der sich unterschiedliche sexuelle und partnerschaftliche Lebensweisen entwickeln können und geachtet werden.

pro familia

setzt sich für das Recht auf sexuelle und reproduktive Gesundheit und für eine selbstbestimmte und verantwortliche Sexualität ein – verbunden mit der sozialen Verantwortung, die Persönlichkeitsrechte anderer Menschen, insbesondere von Kindern und Jugendlichen, zu wahren.

pro familia

pro familia berät zu Sexualität und Schwangerschaft unabhängig von Alter, Geschlecht, Religionszugehörigkeit oder sexueller Orientierung.

pro familia

ist föderativ gegliedert und unterhält im Bundesgebiet etwa 170 Beratungsstellen mit einem differenzierten Leistungsangebot und fünf Familienplanungszentren mit einem erweiterten medizinischen Angebot. Den Bundesverband bilden 16 Landesverbände, deren Mitglieder Kreis- und Ortsverbände sind.

Unsere weiteren Angebote

Schwangerschaftskonfliktberatung

auf der Grundlage der §§ 218 ff StGB für Frauen und Mädchen, die sich im Konflikt im Hinblick auf die bestehende Schwangerschaft befinden

Sexual- und Partnerschaftsberatung

bei ungewollter Kinderlosigkeit, nach Tod oder Fehlgeburt, bei sexuellen Schwierigkeiten und Krisen in der Partnerschaft

Beratung und Vermittlung von finanziellen Hilfen für werdende Eltern / Eltern mit Kleinkindern

finanzielle, rechtliche, medizinische und soziale Hilfen im Zusammenhang von Schwangerschaft, Geburt und Elternschaft sowie Unterstützung bei der Geltendmachung finanzieller Rechtsansprüche

Väterarbeit

Wir unterstützen (werdende) Väter u.a. durch Geburtsvorbereitungskurse, Beratung während der Schwangerschaft der Partnerin, Unterstützung in der ersten Zeit der Elternschaft und bei der Förderung der Vereinbarkeit von Familie und Beruf

Beratung zur Familienplanung und Empfängnisverhütung

Rechtliche Informationen

z.B. im Vorfeld von Trennung und Scheidung, bei Problemen mit dem Kindsvater wie Sorgerecht oder Umgangsrecht, zu Mutterschutz, zu Elternzeit, zum Kündigungsschutz während Schwangerschaft und Elternzeit, zum Sozialrecht

Sexualpädagogische Arbeit

schulische und außerschulische Gruppenarbeit, Einzelberatung für Jugendliche und junge Erwachsene, Elternberatung, Elternabende, Beratung und Fortbildung pädagogischer Fachkräfte

Contra Häusliche Gewalt

Täterarbeit bei Gewalt in engen sozialen Beziehungen

Online-Beratung

zu allen pro familia-Themen über www.sextra.de



„Mama-Burn-Out“?

Unterstützung bei Krisen und Erschöpfungszuständen in den Monaten nach der Geburt

pro familia Trier

Balduinstr. 6
54290 Trier
Tel.: 0651 / 463 021-20

Bin ich in einer nachgeburtlichen Krise (postpartalen Depression)?

Die Geburt eines Kindes ist eine entscheidende Veränderung in unserem Leben. Zu den körperlichen Folgen der Geburt kommen oftmals auch noch die hohen Erwartungen an die Mutterrolle, die wir selbst oder unsere Umgebung haben.

Durch diese neue Lebenssituation und die damit verbundenen Belastungen geraten ca. 10 - 20% der Mütter im ersten Jahr nach der Geburt in eine heftige Krise, der so genannten „postpartalen Depression“.

Anzeichen hierfür können u.a. sein:

- inneres Gefühl der Leere,
- Müdigkeit und Antriebslosigkeit,
- Schuldgefühle,
- zwiespältige, teilweise aggressive Gefühle dem Kind gegenüber,
- Konzentrations- und Schlafstörungen,
- Appetitlosigkeit,
- Ängste, Panikattacken sowie Zwangsgedanken,
- Suizidgedanken und
- ständiges Grübeln.

Sie müssen nicht alle diese Anzeichen haben, damit wir Ihnen helfen. Entscheidend ist Ihr persönlicher Wunsch nach Unterstützung in der Zeit nach der Geburt.

Welche Unterstützung erhalte ich in einer solchen Belastungssituation von pro familia?

pro familia bietet betroffenen Müttern, Vätern und Angehörigen u.a.

- entlastende Einzel- oder Paargespräche und psychologische Beratung,
- umfassende Informationen,
- Hilfe bei der Gestaltung der Mutter-Kind-Beziehung,
- Vermittlung von entlastender Unterstützung

Kontaktaufnahme

Vereinbaren Sie einfach telefonisch oder per E-Mail einen Termin für das erste Beratungsgespräch.

Telefon: 06 51 / 463 021-20

E-Mail: trier@profamilia.de

Home: www.profamilia-rlp.de

www.profamilia.de

Das zeichnet unsere Arbeit für Sie aus:

Respekt

Für uns ist selbstverständlich, mit jedem Anliegen respektvoll umzugehen und uns für jede/n Ratsuchende/n ausreichend Zeit zu nehmen.

Professionalität

Die psychologischen Beratungen werden von Diplom-Psychologen/innen oder Diplom-Pädagogen/innen mit entsprechenden Zusatzqualifikationen und mehrjähriger Berufserfahrung angeboten.

Schweigepflicht

Ihr/e Berater/in ist an die gesetzlich vorgeschriebene Schweigepflicht gebunden. Das bedeutet für Sie, dass Informationen oder Auskünfte an Dritte nur nach einer Entbindung von der Schweigepflicht durch Sie selbst weitergegeben werden.

