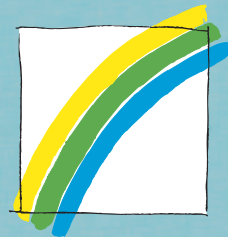


**verzaubert,
glücklich und
übermüdet**



KINDER- UND
JUGENDHILFE ST. GALLEN



bulletin 2018

wellcome – PRAKTISCHE HILFE NACH DER GEBURT

Sehr geehrte Leserin
Sehr geehrter Leser

Mit einer breiten Palette von Angeboten unterstützt die Kinder- und Jugendhilfe St. Gallen die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen und das Zusammenleben von Familien. Die Angebote stellen wir in unserem Bulletin näher vor. Haben Sie im letzten Jahr einen Einblick in die Erziehungsberatung erhalten, so stellen wir Ihnen in diesem Jahr das Angebot wellcome – Praktische Hilfe nach der Geburt vor. wellcome ist im Sommer 2015 gestartet. Über dessen Bedeutung und die Erfahrungen berichten Eltern, freiwillige Mitarbeiterinnen sowie Fachpersonen.



Die Geburt eines Kindes ist für die meisten Eltern eine einzigartige emotionale Erfahrung und die Freude über das Neugeborene in der Regel immens. Diese Freude ist für das Baby wichtig. Babys sind für ihr Überleben existenziell auf Fürsorge angewiesen. Im Lauf der Evolution entwickelten Babys Verhaltensweisen, um auf ihre Bedürfnisse aufmerksam zu machen und zwar auf eine Art und Weise, dass diese auch befriedigt werden: Sie lächeln, suchen Blickkontakt, weinen und greifen mit ihren kleinen Händchen. Zusätzlich hilft Babys ihr Aussehen. Das feine Gesicht mit den grossen Augen weckt bei Erwachsenen das Bedürfnis, sie zu halten, sich ihnen zuzuwenden. Babys benötigen die mehr oder weniger ständige Präsenz eines einfühlsam reagierenden fürsorglichen Menschen. Dieser Mensch muss vertraut, verlässlich und verfügbar sein. In aller Regel ist das die Mutter. Mütter werden in ihrer Aufgabe oftmals, zumindest zeitweise, unterstützt durch den Vater des Kindes sowie Grosseltern oder andere Verwandte des Babys und durch Freundinnen oder Nachbarinnen.

Fehlt die Unterstützung durch nahestehende Menschen ganz oder ist sie wenig vorhanden, weil die Verwandten weit entfernt leben, der Vater von frühmorgens bis spätabends arbeitet und auch die Freundinnen und Nachbarinnen berufstätig sind, fällt die Aufgabe der Mutter alleine zu. Diese Aufgabe kann eine übergrosse Belastung sein.

Wenn zu der Freude in der täglichen Fürsorge und im Zusammensein mit dem Baby vermehrt Müdigkeit entsteht und zur Erschöpfung zu werden droht, kaum mehr Zeit bleibt für eine Pause oder ungestörtes Duschen, besteht die Gefahr, dass die Fähigkeit einer Mutter, gut für ihr Baby zu sorgen, eingeschränkt wird. Wenn die engste

Bezugsperson eines Babys angespannt ist, nimmt das auch das Baby wahr. Eine mögliche Folge davon ist die Verunsicherung des Babys, welches vermehrt unruhig wird und weint, was wiederum bei der Mutter die Anspannung steigen lässt. Aus der anfänglichen Freude über die Geburt ihres Kindes können in einer solchen Situation negative Gefühle wie Enttäuschung und Ärger dem Baby oder Resignation und Schuldgefühle sich selbst gegenüber entstehen. Schamgefühle oder Überforderung können es erschweren oder verunmöglichen, sich anderen Menschen anzuvertrauen und Hilfe in Anspruch zu nehmen.

Aufgrund solcher Erfahrungen ist **wellcome – Praktische Hilfe nach der Geburt** 2002 in Hamburg entstanden.

Was ist wellcome?

Entwickelt wurde es aus der Erfahrung, dass jungen Familien immer öfter ein räumlich nahes, verfügbares Beziehungsnetz (Grosseltern, Nachbarn) fehlt, welches Familien in der ersten Zeit nach der Geburt, bei diesem fragilen Übergang, unterstützt. **wellcome** ist eine moderne Form von Nachbarschaftshilfe und leistet einen Beitrag, Familien mit einem Neugeborenen einen guten Start ins Leben zu ermöglichen. Die Unterstützung ersetzt professionelle,

Die Kinder- und Jugendhilfe St. Gallen sieht wellcome als einen wichtigen Beitrag der Frühen Hilfen. Es überzeugt uns aus verschiedenen Gründen:

- die frühe Entlastung von Müttern/Eltern fördert eine gute Mutter-Kind-Bindung
- ein entspanntes Familienleben fördert die gute Beziehung zwischen den Eltern und zwischen den Eltern und den Kindern
- Unterstützung in der Anfangszeit ist eine präventive Massnahme, die ein sorgfältiges und gewaltfreies Verhalten gegenüber Neugeborenen unterstützt
- das Angebot ist niederschwellig und richtet sich an alle Eltern/Familien, unabhängig von ihrem sozialen Status
- es ermöglicht ehrenamtliches Engagement; u.a. als Ausgleich zwischen den Generationen
- das Angebot ist insgesamt günstig
- das Angebot ist erprobt und bewährt; auf vielfältige Erfahrungen kann Rückgriff genommen werden

bereits bestehende, Angebote wie Haushaltshilfe oder Mütter- und Väterberatung nicht.

Was bezweckt **wellcome**?

Durch die Unterstützung vor Ort werden vor allem Mütter entlastet. Dies wiederum fördert eine gute Bindung zwischen der Mutter und dem Neugeborenen, was auch längerfristig eine positive Auswirkung auf das Familienleben hat. Zudem kann es eine niederschwellige Form von Gewalt-Prävention sein.

Für wen ist **wellcome**?

Die Unterstützung durch **wellcome** können Familien mit einem Baby im 1. Lebensjahr beanspruchen, unabhängig von ihrem sozialen Status oder Einkommen. Ausschlaggebend ist der subjektive Unterstützungsbedarf.

Wie ist **wellcome** organisiert?

wellcome Hamburg arbeitet mit Trägerorganisationen in den Bereichen Familienberatung und Familienbildung. Die Kinder- und Jugendhilfe St. Gallen als Trägerorganisation ist verantwortlich für die Einhaltung der Rahmenbedingungen und die Finanzierung. Je eine Fachperson unserer beiden Beratungsstellen ist **wellcome**-Koordinatorin.

Was machen die **wellcome**-Koordinatorinnen?

Sie suchen freiwillige Mitarbeiterinnen, klären deren Eignung und begleiten sie während eines Einsatzes. Die **wellcome**-Koordinatorinnen nehmen Anfragen von Eltern entgegen und vermitteln nach Möglichkeit eine freiwillige Mitarbeiterin. Zudem stehen sie sowohl den freiwilligen Mitarbeiterinnen wie den Müttern für Fragen zur Verfügung und sind für die Administration zuständig. Wenn **wellcome** nicht das richtige Angebot ist, werden andere Lösungen gesucht.

Was tun die freiwilligen Mitarbeiterinnen?

Nach Absprache mit der Koordinatorin spricht sich die freiwillige Mitarbeiterin direkt mit der Familie ab. Während einiger Wochen bis Monate unterstützt sie die Familie ein- bis zweimal wöchentlich während je zwei bis drei Stunden. Die Aufgaben entsprechen der Un-

terstützung wie sie Angehörige oder Nachbarn erbringen würden. Dazu können Tätigkeiten gehören wie spielen mit dem Geschwisterkind, wachen über den Schlaf des Babys, während sich die Mutter ausruht oder begleiten beim Gang zum Kinderarzt.

Wo gibt es **wellcome**?

In der Schweiz bietet bisher nur die Kinder- und Jugendhilfe St. Gallen **wellcome** an; vorläufig für die Wahlkreise Sarganserland, Werdenberg, Rheintal, Rorschach, St. Gallen und Wil sowie im Kanton Appenzell Ausserrhoden.

Wieviel kostet **wellcome** die Eltern

und wie wird es finanziert?

Für die Vermittlung einer freiwilligen Mitarbeiterin werden den Eltern Fr. 15.00 Vermittlungsgebühr verrechnet. Der Stundenansatz beträgt Fr. 7.00. Finanzielle Gründe sollen jedoch kein Hinderungsgrund für eine Unterstützung durch **wellcome** sein. Bei unzureichenden finanziellen Mitteln kann die **wellcome**-Koordinatorin eine Tarifiereduktion gewähren.

Die Beiträge der Eltern genügen für die Finanzierung nicht. Kosten entstehen für Spesen der freiwilligen Mitarbeiterinnen, Werbung und Drucksachen sowie Löhne der Koordinatorinnen. Bisher leisteten der Kanton St. Gallen und Stiftungen einen Beitrag an das Angebot. Ein erheblicher Teil wird auch in Zukunft über Beiträge von Stiftungen sowie private Spenden finanziert werden müssen.

Ist **wellcome** wirksam?

wellcome wurde 2006 durch die Universität Kiel wissenschaftlich evaluiert. Untersucht wurde die Wirksamkeit der durch **wellcome** angebotenen Unterstützung. Die Ergebnisse zeigen unter anderem eine erhöhte Zufriedenheit und eine Steigerung des Wohlbefindens von Müttern.

Seit nun bald drei Jahren hat sich **wellcome** sehr erfreulich entwickelt. Seit Beginn stellten sich viele engagierte Frauen als freiwillige Mitarbeiterinnen zur Verfügung. Gleichzeitig war die Nachfrage von Müttern und Vätern gross. Dies widerspiegelt sich in der Statistik.

Natürlich interessieren uns die Einschätzungen und Erfahrungen von Fachpersonen, freiwilligen Mitarbeiterinnen und Eltern, die das Angebot genutzt haben. Sie finden deren Rückmeldungen in diesem Bulletin.

Wir bedanken uns bei den Fachpersonen, die helfen, **wellcome** bekannt zu machen sowie den Mitarbeitenden des Kantons St. Gallen und den Spenderinnen für einen Beitrag an die Finanzierung. Ein besonderer Dank geht an die freiwilligen Mitarbeiterinnen, die mit viel Freude und Engagement einen Teil ihrer freien Zeit zur Verfügung stellen. Sie alle haben damit zum guten bisherigen Gelingen von **wellcome** beigetragen.

Christoph Wick, Geschäftsleiter

Interview mit einer Mutter aus Sargans

Wie haben Sie von wellcome erfahren?

Ich habe einen **wellcome**-Flyer in der SRK-Therapiestelle in Buchs gesehen.

Wie war die familiäre Situation, die zur Anfrage für wellcome geführt hat?

Mein Mann war einige Monate von der Familie fort auf Grund einer Erkrankung und da wir uns einiges aufteilten in der Organisation vom Familienalltag, musste ich mich von heute auf morgen neu orientieren. Zudem stand die Geburt unseres 4. Kindes bevor und zu diesem Zeitpunkt war ich sehr verunsichert, ob ich das alles packen würde mit der aktuellen Situation. Mein Mann hatte keine Arbeitsstelle mehr und finanziell konnten wir uns keine kostenpflichtige Unterstützung leisten.

Wie erlebten Sie das Kennenlernen der freiwilligen Mitarbeiterin?

Für das Kennenlerngespräch wurde gemeinsam mit der freiwilligen Mitarbeiterin ein Termin vereinbart. Der fand bei uns zu Hause statt, damit war es für mich mit keinerlei Aufwand verbunden. So konnte sie sich ein Bild von unserer Familie machen und ich hatte die Gelegenheit zu äussern, wo ich Unterstützung brauchen könnte.

Wie haben Sie die Unterstützung erlebt? (was war positiv, was sollte allenfalls anders sein?)

Ich habe die Zusammenarbeit von Anfang an sehr positiv erlebt. Sehr unkompliziert und spontan!!!! Ich musste lernen, diese Hilfe & Unterstützung ohne «schlechtes Gewissen» anzunehmen.

Wie haben Sie die Zusammenarbeit mit der Koordinatorin erlebt?

Die Zusammenarbeit verlief von dem 1. Kontakt (telefonisch) an sehr freundlich, einfach ohne Aufwand oder viel Bürokratie. Es kostete mich Überwindung, Hilfe anzufordern. Diese wurde mir sofort genommen und alles wurde so schnell in die Wege geleitet.

Würden Sie wellcome weiterempfehlen?

Ja, ich würde die Organisation auf jeden Fall weiter empfehlen und empfinde sie als sehr wertvoll. Auch eine so liebevolle Frau während einem Nachmittag in der Woche bei uns zu haben, ist sehr bereichernd für alle Kinder. Vor allem kann sie sich ums Baby kümmern und ich kann während dieser Zeit mit meinem Sohn zur Therapie und noch einkaufen ohne 4 Kinder im Schlepptau zu haben...

Interview mit einem Elternpaar aus St.Gallen

Wie haben Sie von wellcome erfahren?

Von Ihrer Institution haben wir von unserer Hebamme erfahren. Auch die Mütter- Väterberatung St. Gallen haben uns auf Sie hingewiesen. Eventuell wäre es für frisch gebackene Eltern hilfreich, schon im Spital eine kleine Broschüre zu erhalten?

Wie war die familiäre Situation, die zur Anfrage für wellcome geführt hat?

Unsere Situation war grenzwertig. Wir waren vollends mit der neuen Situation überfordert und wussten nicht, was wir tun sollen. Wie erwähnt konnten wir unsere Familien nur schlecht einspannen. Unsere Notrufe bei Familie und dem nahen Umfeld wurden nicht ernst genommen. (Das sei normal. Das sei eben so, wenn man ein Baby hat. Vor allem bei Besuchen war unser Kleiner relativ brav. Das vermittelte den Eindruck, unsere Aussagen seien übertrieben).

Wie erlebten Sie das Kennenlernen der freiwilligen Mitarbeiterin?

Wir waren anfangs natürlich kritisch, jemand Fremden unser Baby zu überlassen. Als aber dann ihre Mitarbeiterin zum Kennenlernen vorbeikam, verflogen unsere Ängste schlagartig. Sie hat uns das Gefühl von Vertrauen und Verlässlichkeit vermittelt. Auch fühlten wir uns das erste Mal verstanden.

Wie haben Sie die Unterstützung erlebt? (was war positiv, was sollte allenfalls anders sein?)

Natürlich war die Übergabe zu Anfang ungewohnt, aber dennoch sehr entlastend. Mehr und mehr wurde auch eine freundschaftliche Beziehung zwischen Ihrer Mitarbeiterin und uns. Wir hatten immer vollstes Vertrauen und haben die «kleine Oase» sehr genossen.

Wie haben Sie die Zusammenarbeit mit der Koordinatorin erlebt?

Auch hier stiessen wir nicht auf taube Ohren. Sie wusste genau, wie uns zumute war. Wir hatten wirklich das Gefühl, willkommen zu sein.

Würden Sie wellcome weiterempfehlen?

Vor allem frischen Eltern, welche noch kein verlässliches Netzwerk haben, können wir **wellcome** sehr empfehlen. Die Voraussetzung ein Schreibaby zu haben, muss nicht einmal gegeben sein. Ein Baby ist sehr aufwendig. In der Schweiz ist es üblich, dass ein Elternteil arbeiten muss. Meist ist dann die Frau allein mit dem Kind zuhause, was auf Dauer sehr belastend sein kann. Die Abhängigkeit des Babys von den Eltern ist vor allem im ersten Lebensjahr extrem. Darum sind «Tapetenwechsel» Gold wert.



Bedeutung von wellcome für Fachpersonen

Fachpersonen, die in ihrer Arbeit mit Müttern und Familien mit einem Baby arbeiten und die wellcome auch schon empfohlen haben, baten wir, auf nachstehende Fragen zu antworten:

A) Was bedeutet «wellcome – Praktische Hilfe nach der Geburt» für Ihre Arbeit?

B) Welchen Nutzen sehen Sie als Fachperson für die Mütter und Familien mit einem Baby im 1. Lebensjahr durch das Angebot von wellcome – Praktische Hilfe nach der Geburt?

**Silvia Ackermann, Mütterberaterin,
Mütter-Väterberatung Sarganserland, Wangs**

A) Wir von der Mütter- und Väterberatung Sarganserland sind froh, **wellcome - Praktische Hilfe nach der Geburt** den Familien anbieten zu können. Sie gibt den Familien eine Sicherheit beim Start mit dem Säugling zu Hause, falls die Belastung zu gross ist und sie diese nicht selber meistern können. Auch wenn die Familien dieses Angebot nicht benötigen, sie haben die Möglichkeit auf ein Entlastungsangebot zurückzugreifen. So erleben wir die Familien mit der Möglichkeit von **wellcome** entspannter in der Beratung.

B) **wellcome** wird vor allem von Familien benutzt, die keine Familie in der Nähe haben, die sie unterstützen

kann. Häufig sind es Familien mit Migrationshintergrund. Aber auch bei Mehrlingsgeburten wird das Angebot sehr geschätzt, wenn Grosseltern fehlen oder als Ergänzung zu ihnen und zu ihrem Umfeld. Das wichtigste ist, dass alle Familien im 1. Lebensjahr Zugriff auf das Angebot haben, dank dem es so kostengünstig ist. **wellcome** können sich alle leisten, auch Familien mit geringem Einkommen. Schön ist, dass die Helferinnen nach Hause kommen. Die freiwilligen Helferinnen werden als freundlich und liebenswürdig beschrieben, was sich natürlich positiv auf das Befinden der Mutter und schlussendlich auf die Entwicklung des Babys auswirkt. Durch die Entlastung einer Drittperson wird Stress abgebaut und die Mutter kann eine gute Beziehung zum Kind aufbauen.

Dr. med. Jacqueline Binswanger, Leiterin Kompetenzzentrum Gynäkopsychiatrie, Oberärztin, Psychiatrie-Zentrum Rheintal, Heerbrugg

A) Das Angebot schliesst eine bestehende Lücke im peripartalen Versorgungsnetz im Kanton St. Gallen. Insbesondere profitieren Mütter mit wenig Unterstützung durch die Grosseltern, sei es durch grosse Entfernung der Wohnorte oder durch dysfunktionale familiäre Beziehungen.



wellcome kann helfen, ein tragendes Milieu für die junge Familie zu schaffen, welches unablässig ist für einen guten Start ins Leben.

B) Für uns Therapeutinnen bedeutet **wellcome** eine Möglichkeit, unsere Patientinnen im Alltag entlastet und unterstützt zu wissen. Dies schafft die Voraussetzung, zusätzliche innere Ressourcen für die Genesung zu mobilisieren. Da das Angebot ausserhalb des medizinischen Kontextes angesiedelt ist, findet keine zusätzliche Invalidierung bzw. Stigmatisierung der jungen Familie statt.

Jrène Bernet, Stellenleiterin, Kinderhütedienst der Frauenzentrale, St.Gallen

A) **wellcome** ist ein niederschwelliges Angebot mit kompetenten Betreuerinnen. Die Vermittlungsstelle nimmt die Ängste der Eltern ernst und bietet ihnen kurzfristig und unkompliziert Entlastung an. Zudem sind die Kosten moderat. Oftmals benötigen Eltern eine längerfristige Lösung. Diese kann dann durch den Kinderhütedienst übernommen werden. Die aktive Zusammenarbeit zwischen den Fachstellen ist deshalb wichtig zum Wohle der Familien.

B) Für die Eltern ist mit der Geburt eines Babys ist plötzlich alles anders. Der Tagesrhythmus, die Essens- und vor allem die Schlafenszeiten verändern sich. Bei den Müttern kommen die Hormonumstellung und das Stillen dazu. Ein Baby bringt nebst sehr viel Freude auch Unsicherheit und Ängste. Eltern versuchen bei ihrem Kind alles möglichst perfekt zu machen. Die Überforderung ist schnell da. Die Unterstützung durch eine erfahrene Betreuerin kann sehr hilfreich sein. Wenn jemand da ist für das Kind und die Eltern in der ersten Zeit aktiv und vor allem praktisch unterstützt, dann ist das äusserst wertvoll.

Manuel Studer, Sozialarbeiter, Frauenklinik am Kantonsspital St. Gallen

A) Das Angebot von **wellcome** kann das entscheidende Puzzle-Teil einer umfassenden Nachsorgeplanung auf der Wochenbettstation oder Neonatologie sein.

B) Die Entlastung durch die freiwilligen Mitarbeiterinnen setzt bei den Eltern Ressourcen frei, führt zu einer ersten Entlastung und folglich einer merklichen Entspannung hinsichtlich des bevorstehenden Austrittes.

**Laura Steiner, Leitende Hebamme BSc,
Spital Walenstadt**

A) Es ist toll, dass wir den Eltern eine Anlaufstelle bieten können, wenn sie Unterstützung nötig haben. Manchmal kommen Eltern (vor allem in der Nacht) erschöpft mit einem weinenden Kind ins Spital. Es ist ein Teufelskreis, das Kind verarbeitet die Eindrücke des Tages, hat Bauchkrämpfe oder braucht einfach Nähe und weint deshalb. Wenn Eltern völlig erschöpft sind und kaum noch Nerven haben, spürt dies das Kind und die Mutter/ der Vater und das Kind schaukeln sich gegenseitig hoch. Im Spital ist man dann etwas gebunden. Wir können ja nicht die Kinder hier behalten und die Eltern zum Ausruhen nach Hause schicken. Wenn wir den Frauen und Paaren jedoch von **wellcome** erzählen können, können wir die Familien beruhigter wieder nach Hause entlassen. Oder im besseren Fall jedoch, könnte eine starke Erschöpfung der Eltern bereits vorgängig mit den Angeboten von **wellcome** abgefangen werden, so dass es gar nicht zu so einem Ereignis kommen muss.

B) Die 24h Betreuung eines oder mehrerer Kindern ist eine anspruchsvolle Aufgabe und kann Eltern an ihre Grenzen bringen. Es ist immens wichtig, dass Eltern in dieser Zeit Unterstützung bekommen. Sie brauchen Zeit für sich, um sich erholen zu können. Es gibt immer wieder Paare, die keine Familie oder Freunde haben, welche sie entlasten können, da ist es umso wichtiger, dass es die Möglichkeit von **wellcome** gibt. Denn ein Kind kann nur rundum glücklich und zufrieden sein, wenn es ausgeglichene Eltern hat.

**Bettina Thaler, Stellenleiterin, Beratungsstelle für
Familienplanung, Schwangerschaft und Sexualität,
Sargans**

A) Für mich in meiner Arbeit bedeutet **wellcome** einfache, aber sehr wichtige und niederschwellige Unterstützung nach einer Geburt. Nachdem ich die Frauen während ihrer Schwangerschaft begleite, kann ich in dieser Zeit bereits feststellen, ob sich eine belastende Situation mit einem Neugeborenen entwickelt. In erster Linie ist es für mich in meiner Arbeit eine enorme Erleichterung und Entlastung zu wissen: da gibt es sehr rasch Hilfe und Unterstützung.

B) Es ist ein sehr niederschwelliges Angebot, neutrale und verlässliche Hilfe und Unterstützung den Müttern anzubieten. Ich habe immer ein gutes Gefühl, wenn ich den Frauen **wellcome** vermitteln kann. Es ist das ideale Angebot für bestimmte Situationen. Die Frauen entlastet es sehr, punktuell Unterstützung zu bekommen.

**Bettina Schneider Keel, freiberufliche Hebamme FH,
Hebammenpraxis St. Gallen und Präsidentin Verein
Sanktgaller und Appenzeller Hebammen**

A) wellcome – Praktische Hilfe nach der Geburt ist ein grossartiges Unterstützungsangebot für Familien, auf das ich als Hebamme gerne in meiner täglichen Arbeit hinweise. Für viele Familien bedeutet ein Kind zu bekommen eine grosse Umstellung, welche viel Energie braucht. Eltern erleben einen neuen Alltag, lernen die Bedürfnisse des Kindes zu lesen und zu verstehen. Diese Umstellung verläuft für viele sehr abrupt, da die meisten Frauen bis kurz vor den Geburtstermin arbeiten und einen komplett andern Tagesablauf haben, als den, den sie in den ersten Wochen zu Hause mit einem Neugeborenen haben werden. Während der Wochenbettbegleitung sehe ich viele Familien, die gerade in der Anfangszeit an ihre Grenzen kommen und die allermeisten erzählen mir, dass man es sich in der Schwangerschaft nicht vorstellen kann, was es bedeutet, für ein Kind präsent zu sein. Damit Eltern ein Kind rundum gut versorgen können, müssen sie jedoch auch Regenerationszeiten für sich haben. **wellcome** ist für mich als Hebamme eine konkrete Unterstützung, die ich den Eltern angeben kann. Ich kann ihnen im Alltag aufzeigen, wie sie dieses Angebot für sich optimal nutzen könnten und ich freue mich, wenn sie mir dann erzählen, wie sie einen erholsamen Mittagsschlaf halten konnten, sich regeneriert haben und auf ihre Anpassungsfähigkeit vertrauen.

B) Ich habe die Möglichkeit, den **wellcome**-Flyer bereits während der Schwangerschaft abzugeben und damit das Thema «Familie werden» im Hinblick auf die erste Zeit zu Hause zu besprechen. Während der Begleitung kann ich erneut auf das Unterstützungsangebot für Familien hinweisen und Beispiele zur Nutzung aufzeigen. Allgemein stelle ich fest, dass die Familien, welche Unterstützung erhalten, körperlich schneller regenerieren, sich gut einleben, Ruhephasen das Stillen fördert, sich Entlastung der Eltern positiv auf die Eltern-Kind-Beziehung auswirkt, einem Geschwisterkind erleichtert, sich zurecht zu finden und somit eine grundlegende Auswirkung hat.

Freiwillige Mitarbeiterinnen – Motivation, Erfahrungen, persönlicher Gewinn

Wir haben auch den freiwilligen Mitarbeiterinnen einige Fragen zu ihrem Engagement gestellt. Hier die Fragen und einige Antworten:

Welche Motivation war für Ihr Engagement bei wellcome ausschlaggebend?

Ich liebe Kinder und arbeite gerne mit Eltern zusammen, die froh um eine Entlastung sind.

Ich suchte schon längere Zeit nach einem Projekt, das ich ehrenamtlich unterstützen konnte. Ich habe von **wellcome** durch einen Zeitungsbericht erfahren und habe sofort gewusst, genau so etwas möchte ich unterstützen. Ich finde die Idee, Familien eine Zeitlang zu begleiten, sinnvoll.

Nach meiner Pensionierung habe ich viel freie Zeit und als ich die Anzeige von **wellcome** im «Benevol» las, hat mich diese Aufgabe sehr angesprochen. Diese 2-3 Stunden an einem oder zwei Tagen pro Woche kann ich mir bestens einrichten. Aus eigener Erfahrung weiss ich, wie stressig die erste Zeit mit einem

Neugeborenen sein kann und möchte gerne einer jungen Mutter meine Unterstützung anbieten und ihr etwas «Luft» verschaffen.

Ich habe selber erlebt, wie es ist, wenn man in Not ist mit der Ankunft eines neuen Babys. Ich weiss nicht, was ich gemacht hätte, wenn meine Mutter mich nicht so unterstützt hätte. Als ich dann von **wellcome** hörte, war es für mich ein grosses Bedürfnis, andere Frauen in der gleichen Situation zu unterstützen und etwas davon zurückzugeben, was ich einfach so erhalten hatte und mir so viel geholfen hat.

Wie war für Sie die Begegnung mit einer Ihnen unvertrauten Familie?

Die Begegnung war für mich ganz herzlich. Die Mutter der Kinder hatte sofort vollstes Vertrauen in mich.

Weil ich offen und vorurteilsfrei auf mir fremde Menschen zugehen kann, empfinde ich die Begegnungen stets freundlich und ich fühle mich willkommen in der Familie.

Die Erstgespräche waren jedes Mal anders, zuerst immer beidseitig

... es ist toll, dass
wir den Eltern
eine Anlaufstelle
bieten können ...



erwartungsvoll, ein wenig vorsichtig, abtastend, ob die «Chemie» passt....

Mit Vorfreude, neugierig und doch ein bisschen nervös ging ich jeweils zum ersten Besuch in die Familien. Trotz der Vorabinformationen weiss man nicht so genau, was einen erwartet.

Was bringt Ihnen Ihr Engagement für wellcome?

Sinnvolle, sehr befriedigende Beschäftigung. Ich fühle mich frei, da ich den Einsatztag, die Anzahl Stunden selber bestimmen kann, so dass es für die Familie und für mich passt. Ich lerne eine andere Kultur kennen und auch schätzen.

Ich freue mich auf den Kontakt und gehe glücklich nach Hause.

Persönliche Zufriedenheit, ich habe mich immer in der Freiwilligenarbeit engagiert und finde dies wichtig und notwendig.

Zeit mit Kindern zu verbringen, finde ich immer bereichernd. Besonders natürlich, wenn ich merke, dass sie sich auf mein Kommen freuen. Wenn ich merke, dass

der Mutter ein wenig Entlastung gut tut, lohnt sich für mich der Einsatz doppelt.

Wie erleben Sie die Zusammenarbeit mit der Koordinatorin?

Diese habe ich bis anhin sehr positiv erlebt. Ich konnte meine Fragen und Anliegen mit der Koordinatorin stets offen und gut klären. Ich fühle mich von ihr in meinen Ansichten und Anliegen ernst genommen.

Sehr gut. Ich wurde im Voraus schon gut informiert. Auch während der Betreuungszeit blieb der Kontakt aufrecht, ich wusste, dass ich mich jederzeit melden kann! Der Kontakt mit der Koordinatorin gibt mir ein sehr gutes Gefühl - ich weiss auch, dass ich nicht für etwas Verantwortung übernehmen muss, was meine Kompetenzen übersteigt!

Die Zusammenarbeit mit der Koordinatorin ist super. Sie hat mich super eingeführt und kümmert sich herzlich um «ihre» Frauen.

Die Zusammenarbeit verläuft sehr gut. Ich weiss, dass ich mich jederzeit an die Koordinatorin wenden kann, falls mich bei **wellcome** etwas bedrückt.

wellcome – Praktische Hilfe nach der Geburt Schirmherrschaft von Regierungsrat Martin Klöti

Familien mit Kindern sind in unserem Kanton herzlich willkommen. Mit der Übernahme der Schirmherrschaft unterstreiche ich deshalb gern die Bedeutung von wellcome im Bereich der Förderung und Unterstützung von Familien. Das ist mir als Vorsteher des Departementes des Innern ein besonderes Anliegen. Die erste Zeit als Familie mit einem Neugeborenen ist oft turbulent, unruhig und kräftezehrend, aber auch aufregend und schön, bereichernd und unvergleichlich. wellcome bietet wertvolle Unterstützung, um dieses fantastische Abenteuer erfolgreich und glücklich zu meistern.

Die Stärkung der Eltern stärkt auch die Kinder. wellcome leistet einen wichtigen Beitrag in der frühen Förderung. Ich bin überzeugt, dass das Engagement der Freiwilligen vielen jungen Familien einen guten Start ermöglicht und eine gute Bindung zwischen den Eltern und dem Neugeborenen fördert.

Martin Klöti, Regierungsrat des Kantons St.Gallen



wellcome
Praktische Hilfe nach der Geburt

www.wellcome-online.ch

Angebote und Statistik

Die Kinder- und Jugendhilfe St. Gallen führt je eine Beratungsstelle in St. Gallen und Sargans.

Die Angebote bestehen aus:

Erziehungs- und Familienberatung

Eltern und andere Bezugspersonen erhalten während der ganzen Familienphase Erziehungs- und Familienberatung, Vermittlung von anderen Angeboten und Informationen zu familienrelevanten Themen.

Jugendberatung

Unterstützung von Jugendlichen bei der Klärung ihrer Fragen und Schwierigkeiten. Vermittlung von weiteren Hilfs- oder Beratungsangeboten.

Kleinkindberatung Sarganserland und Werdenberg

Fachpersonen der Beratungsstelle Sargans stehen Eltern mit Kleinkindern vor Ort in den Gemeinden des Sarganserlandes und in verschiedenen Familienzentren im Werdenberg für Fragen der Eltern zur Verfügung.

Puzzle - leben in Pflegefamilien

Vermittlung und Begleitung von Pflegefamilien für Kinder und Jugendliche in schwierigen Lebenssituationen. Vermittelt werden Plätze für Notsituationen (maximal 6 Monate) und für längerdauernde Aufenthalte. Begleitung der Puzzle-Familien während des Aufenthaltes der Kinder und Jugendlichen.

Begleitetes Wohnen - Wohnraum für Jugendliche

Begleitung und Förderung von Jugendlichen und jungen Erwachsenen hin zu ihrer Selbständigkeit. Sie sind in einer Ausbildung, zwischen 16 und 22 Jahre alt und leben in Wohngruppen, welche die Kinder- und Jugendhilfe St. Gallen zur Verfügung stellt.

Mutter-Kind-Begleitung

Begleitung von Müttern mit Kleinkindern in deren Wohnung, welche Unterstützung in der Bewältigung ihres Alltags benötigen.

wellcome – Praktische Hilfe nach der Geburt

Eltern mit einem Baby im ersten Lebensjahr werden von freiwilligen Mitarbeiterinnen im Sinne von Nachbarschaftshilfe zu Hause unterstützt.

	2017	Vorjahr
Information und Sachhilfe	98	117
Anzahl Klientsysteme:		
Familien/Eltern/Jugendliche	392	440
Einmalige Beratung	114	180
2 - 5 Beratungen	162	140
6 - 10 Beratungen	54	60
Mehr als 10 Beratungen	44	58
Anzahl Beratungsgespräche	2199	2300
Telefonische Beratungen	1254	1349
Büroberatungen	920	901
Auswärtige Beratungen	25	50

Sarganserland		
Besuche vor Ort	18	
Anzahl Beratungen	40	
Werdenberg		
Besuche vor Ort	12	
Anzahl Beratungen	20	

Anzahl Kinder und Jugendliche	64	55
Gründe für Aufenthalte		
Überforderung der Eltern		
(Psychische Erkrankung, Sucht)	38	29
Abwesenheit der Eltern		
(Klink, Spital, Gefängnis)	11	12
Häusliche Gewalt	7	6
Flucht ohne Eltern	4	4
Andere	4	4

Anzahl Jugendliche am 1. Januar	6	7
Austritte	7	5
In eigene Wohnung	2	3
In private WG	2	0
Zurück zu Eltern	2	0
Übertritt in andere Institutionen	1	2
Eintritte	5	4

Anzahl Begleitungen	7	6
Stundenaufwand	439	429

Freiwillige Mitarbeiterinnen am 31.12.	33	34
Einsätze in Familien	74	50
Einsätze abgeschlossen	37	24
Einsatzstunden		
(nur abgeschlossene Einsätze)	1273	857

Spenden | Beiträge | Erträge 2017

Dienstleistungserträge	Fr. 2'262'000
Erträge aus Leistungsvereinbarungen mit Politischen Gemeinden und Kanton St. Gallen	Fr. 284'000
Kirchliche Beiträge: Kath. Konfessionsteil des Kantons St. Gallen / Pfarrämter / Kirchgemeinden	Fr. 271'000
Private Spenden / Legate	Fr. 326'000
Stiftungs- und zweckgebundene Beiträge	Fr. 30'000

Die Jahresrechnung 2017 kann im Sekretariat der Beratungsstelle St. Gallen bestellt werden.

Mittelverwendung 2017

Erziehungs- und Familienberatung St. Gallen	Fr. 228'000
Erziehungs- und Familienberatung Sargans	Fr. 366'000
Begleitetes Wohnen	Fr. 142'000
Puzzle - Leben in Pflegefamilien	Fr. 1'892'000
wellcome - Praktische Hilfe nach der Geburt	Fr. 91'000
Mutter-Kind-Begleitung	Fr. 56'000
Finanzielle Unterstützungen für Kinder und Jugendliche	Fr. 59'000
Verwaltung / Mittelbeschaffung	Fr. 34'000
Zuweisung an Reserven	Fr. 305'000

Dank

Wir bedanken uns herzlich für die Beiträge von Spenderinnen und Spendern sowie die finanzielle und ideelle Unterstützung von kirchlichen Stellen, politischen Gemeinden und beim Kanton St. Gallen.

Folgende Politische Gemeinden leisten für die Erziehungs-, Familien- und Jugendberatung Beiträge:

Bad Ragaz, Buchs, Flums, Gams, Grabs, Mels, Pfäfers, Quarten, Sargans, Sennwald, Sevelen, St. Gallen, Vilters-Wangs, Walenstadt und Wartau Azmoos.

Nur dank finanzieller Unterstützung sind wir in der Lage, Kinder, Jugendliche, Eltern und Familien mit unserem vielfältigen Angebot zu unterstützen.

Dazu tragen auch nachstehende Firmen, Stiftungen und Organisationen bei:

Anny Schoeller Stiftung, Vaduz
daxnet GmbH, St. Gallen
Dompfarramt, St. Gallen
Domus Leuchten und Möbel AG, St. Gallen
Evangelische Kirchgemeinde Tablat, St. Gallen
Evangelische Kirchgemeinde Centrum, St. Gallen
Evangelische Kirchgemeinde, Wil
Familien Looser-Stiftung, Walenstadt
flade Gallusschulhaus, St. Gallen
F. Brändle Immo AG, St. Gallen
Frauengemeinschaft, Steinach

Frauenkloster Grimmenstein, Walzenhausen
Gemeinnütziger Frauenverein, St. Gallen
Grünenfelder + Lorenz AG, St. Gallen
Immo-Treuhand AG, St. Gallen
Imocolor AG, St. Gallen
Inner Wheel Club Sardona, Wangs
Kapuzinerkloster, Mels
Kapuzinerkloster, Wil
Katholische Kirchgemeinde, Pfäfers
Kiwanis St. Gallen Vadian
Kloster Wonnenstein, Niederteufen
Larag AG, Wil
Meyerhans Druck AG, Wil
Motz-Hauser Stiftung, Zürich
Neu-Schönstatt Bildungs- und Erholungszentrum, Quarten
Ochsner + Löhner Copy-Center, St. Gallen
Oesch Sensor Technology AG, Sargans
Pflegeheim St.Otmar, St. Gallen
Politische Gemeinde Au
Politische Gemeinde Jonschwil
Politische Gemeinde Oberuzwil
Politische Gemeinde Wartau
Raiffeisen Schweiz, St. Gallen
Rotary Club, Bad Ragaz
Secli Weinwelt AG, Buchs
Sozialamt Eichberg, Eichberg
Sozialpädagogische Wohngruppe Magellan, Salmsach
Stadt Buchs, Buchs
Steiger Textil AG, St. Gallen
St. Galler Kantonalbank, St. Gallen

Beratungsstelle St. Gallen

■ Stellenleitung

Christoph Wick

■ Sekretariat

Giovanna Mettler, Kauffrau

■ Beratung

Beatrice Truniger Blaser, Sozialarbeiterin FH

Christoph Wick, Sozialarbeiter FH, Paar- und Familienberater

■ Puzzle – Leben in Pflegefamilien

Thomas Bont, Sozialarbeiter FH,

Leiter Puzzle – Leben in Pflegefamilien

Rahel Gerlach, Sozialarbeiterin FH, Familienberaterin

Irene Rüttimann, Sozialarbeiterin FH

Katharina Weber, Sozialpädagogin FH, Paar- und Familienberaterin

■ Begleitetes Wohnen - Wohnraum für Jugendliche

Cornelia Schmitt Wäspe, Dipl.Päd., Paar- und Familienberaterin

■ Wohnbegleitung

Nadja Giger, Sozialpädagogin HF

Sara Roderer, Sozialpädagogin FH

Sandra Köstli, Sozialarbeiterin FH in Ausbildung

■ Mutter-Kind-Begleitung

Cornelia Schmitt Wäspe, Diplompädagogin, Paar- und Familienberaterin

■ wellcome – Praktische Hilfe nach der Geburt

Beatrice Truniger Blaser, Sozialarbeiterin FH

Beratungsstelle Sargans

■ Stellenleitung

Sabina Mannhart

■ Sekretariat

Marlies Frick, Kauffrau

■ Beratung

Stanislaw Henny, Sozialpädagoge FH, Paar- und Familienberater

Sabina Mannhart, Sozialarbeiterin FH, Paar- und Familienberaterin

Anita Pfister, Sozialarbeiterin HFS

■ Kleinkindberatung Sarganserland und Werdenberg

Stanislaw Henny, Sozialpädagoge FH, Paar- und Familienberater

Anita Pfister, Sozialarbeiterin HFS

■ wellcome – Praktische Hilfe nach der Geburt

Sabina Mannhart, Sozialarbeiterin FH, Paar- und Familienberaterin

■ Vorstand

Remi Kaufmann, Dr. iur., St. Gallen, Präsident

Beat Zindel, Geschäftsleiter Sargans, Vizepräsident

Elisabeth Bauer-Hug, lic. iur., Psychotherapeutin ASP/VOPT, Eggersriet

Alfred Widmer, Gemeindepräsident, Wittenbach

Ursi Dommer, Anwaltssekretärin, Buchs

■ Revisionsstelle

Juen Treuhand GmbH, Industriestrasse 24, Wittenbach

■ Geschäftsleitung

Christoph Wick

beratungsstellen st.gallen | sargans



Christoph Wick



Giovanna Mettler



Beatrice Truniger



Thomas Bont



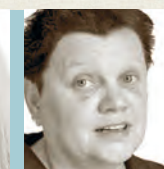
Rahel Gerlach



Katharina Weber



Irene Rüttimann



C. Schmitt Wäspe



Sara Roderer



Nadja Giger



Sandra Köstli



Sabina Mannhart



Marlies Frick



Stanislaw Henny



Anita Pfister

www.kjh.ch



Kinder- und Jugendhilfe St. Gallen
Ein Sozialwerk des Bistums St. Gallen

Kinder- und Jugendhilfe St. Gallen
Frongartenstrasse 11 | Postfach 1120
9001 St.Gallen | 071 222 53 53
beratungsstelle-sg@kjh.ch
Spendenkonto 90-1814-8

Kinder- und Jugendhilfe St. Gallen
Bahnhofstrasse 9 | Postfach 83
7320 Sargans | 081 720 09 10
beratungsstelle-sargans@kjh.ch
Spendenkonto 90-9887-4