



## **Informationen zum Kursbaustein 1a " Wir werden Eltern "**

**erstellt von Referentin  
Tanja Kirchberger  
Dipl. Sozialpädagogin (FH)  
(Familienoase Landsberg am Lech e.V.)**



Liebe Eltern,

Die Geburt eines Kindes bringt enorme Veränderungen mit sich und stellt eine große Herausforderung an Sie als Eltern dar. Es gibt dabei aber keinen Richtungsweiser, wie Sie als Eltern diese neuartige Situation am besten meistern können. Sie müssen für sich als Familie den für Sie richtigen Weg erforschen. Viele Institutionen und Personen im Landkreis haben es sich dabei zur Aufgabe gemacht, Ihnen auf diesem Weg hilfreich zur Seite zu stehen. Nehmen Sie diese Hilfe bei Bedarf in Anspruch, denn nur wenn es Ihnen als Eltern gut geht, kann es auch Ihrem Kind gut gehen. Um Ihnen die Suche nach dem richtigen Ansprechpartner von Beginn an zu erleichtern und Ihnen einen Überblick über die Veränderungen zu geben, die sich nun in Ihrem Leben ergeben werden – dafür steht das Landsberger Eltern ABC mit seinem Kursangebot und der Familienfibel.

Der Kursbaustein 1a "Wir werden Eltern" will Ihnen nun praktische Informationen rund um den Zeitraum der Schwangerschaft und der allerersten Zeit mit Ihrem Kind vermitteln. Nachfolgend erhalten Sie diese im Kurs bearbeiteten Informationen in zusammengefasster Form. Die Informationen sind dabei chronologisch angeordnet, so dass sie die Hinweise und Tipps leichter umsetzen können. Natürlich handelt es sich nur um grundlegende Informationen ohne den Anspruch auf Vollständigkeit- dies würde den Rahmen sprengen. Hören Sie sich einfach um, z.B. im Freundeskreis, wenden Sie sich bei Fragen an die Beratungsstellen, Ihren Arzt oder die Hebammen und notieren Sie sich für Sie wichtige Informationen in einem Heft. So haben Sie diese bei Bedarf griffbereit.

Neben alle den Fragen und Unsicherheiten, die Sie vielleicht im Moment begleiten, seien Sie sich bewusst, dass Sie als Eltern am besten wissen, was Ihrem Kind und Ihnen gut tut. Finden Sie ihren eigenen Weg, den Alltag zu dritt zu gestalten und nehmen Sie Abstand von unrealistischen Erwartungen, die vielleicht an Sie gestellt werden oder die Sie sich selbst stellen. Sie können und müssen nicht immer alles "richtig machen". Lassen Sie sich ein auf das größte Abenteuer Ihres Lebens.

Sollten Sie nach dem Kursbaustein 1a "Wir werden Eltern" oder dem Durchlesen der folgenden Seiten noch Fragen oder Anregungen haben, können Sie sich gerne an mich wenden. Meine Daten finden Sie am Ende dieser Zusammenfassung.

Ihre Referentin

Tanja Kirchberger  
Diplom Sozialpädagogin (FH)

*Es ist ein Wunder, sagt das Herz.  
Es ist eine große Verantwortung, sagt der Verstand.  
Es ist viel Sorge, sagt die Angst.  
Es ist eine enorme Herausforderung, sagt die Erfahrung.  
Es ist das größte Glück, sagt die Liebe.  
Es ist ein Kind, sagen wir. Einzigartig und kostbar.  
Willkommen im Leben!*



## Vor der Geburt

Während der Schwangerschaft gibt es viele Dinge, die Sie bereits in dieser Zeit erledigen oder vorbereiten können. Eine gute Vorbereitung erleichtert Ihnen die erste Zeit zu dritt. Die Checkliste im weiteren Verlauf soll Ihnen hierbei als Gedächtnisstütze dienen und beinhaltet die allgemeinen, wichtigsten Bereiche und kann nach Erledigung abgehakt werden. Natürlich können sich in Ihrer Familie individuelle Dinge ergeben, die Sie zusätzlich auf einem zusätzlichen Blatt notieren sollten.

### 1. Gesundheitlicher Bereich:

- Wahrnehmen der Vorsorgetermine (von Beginn der Schwangerschaft)**  
Adressen zu Frauenärzten im Landkreis in der Familienfibel, im örtlichen Telefonbuch oder fragen Sie Freunde und Verwandte.
- Hebamme aufsuchen – (bis spätestens 25 Schwangerschaftswoche)**  
Wichtige Ansprechpartnerin bei Vorsorge, Geburt und Nachsorge  
Adressen von Hebammen finden Sie in der Familienfibel oder fragen Sie im Freundes- und Bekanntenkreis.
- Ort der Geburt wählen**
  - Klinik (nächstgelegene Kliniken z.B. in Landsberg, Schwabmünchen oder Starnberg)
  - Geburtshaus (z.B. Nannhofen, München)
  - Hausgeburt
- Kinderarzt finden**  
Adressen von Kinderärzten und Ärzten im Landkreis finden Sie in der Familienfibel, im örtlichen Telefonbuch oder fragen Sie bei Freunden und Verwandten.

### 2. Finanzieller Bereich:

- Elterngeld**  
Antrag auf Elterngeld gibt es vom Arbeitgeber, von der Stadt/Gemeinde oder als Download unter [www.zbfs.bayern.de](http://www.zbfs.bayern.de). Füllen Sie den Antrag bereits in der Schwangerschaft soweit möglich aus und markieren Sie die fehlenden Stellen z.B. mit einem Post-it, um diese nach der Geburt schneller zu finden. Sie können den Antrag nach der Geburt auch Online unter o.g. Internetadresse senden.  
Bei Fragen können sie sich auch an Frau Kastenhuber im Amt Gesundheit und Prävention in Landsberg am Lech wenden. Die Telefonnummer finden sie unter Ämtern in der Familienfibel.
- Mutterschaftsgeld**  
Diesen Antrag sollten Sie als Arbeitnehmerin in der Schwangerschaft bei Ihrer Krankenkasse stellen, jedoch frühestens 7 Wochen vor dem errechneten Geburtstermin. Anträge erhalten Sie über Ihre Krankenkasse (je nach Krankenkasse auch als Download auf der Internetseite). Zusätzlich benötigen Sie für den Antrag eine Bescheinigung des Frauenarztes über den voraussichtlichen Geburtstermin.
- Kindergeld**  
Das Kindergeld ist bei der Familienkasse schriftlich zu beantragen, welche in der Regel ihren Sitz bei der Bundesagentur für Arbeit hat. Alle notwendigen Informationen erhalten Sie auch unter [www.familienkasse-info.de/kindergeld.html](http://www.familienkasse-info.de/kindergeld.html).
- Lohnsteuerklasse –Steuerfreibeträge**  
Eventuell ändert sich bei Ihnen durch die Geburt die Lohnsteuerklasse (z.B. Alleinerziehende) oder eine Eintragung des Kinderfreibetrages wird sinnvoll. Klären können Sie dies bereits im Vorfeld. Informationen hierzu erhalten Sie bei den Finanzämtern.
- Sonstige finanzielle Unterstützung**  
In schwierigen Lebenslagen gibt es zusätzliche Hilfsmöglichkeiten, wie z.B. Stiftungsgelder, Wohngeld, Unterhaltsvorschuss etc. Wenden Sie sich hierzu an die Beratungsstellen für Schwangerschaftsfragen oder an das Amt für Gesundheit und Prävention. Sie helfen individuell weiter. ( Adressen in der Familienfibel )

**Bayerisches Landeserziehungsgeld ab dem 9. Lebensmonat)**

= eine vom Familieneinkommen abhängige Leistung. Nachweis über die Durchführung der Früherkennungsuntersuchungen U 6 (10. bis 12. Lebensmonat) bzw. U 7 (21. bis 24. Lebensmonat) notwendig. Früheste Antragstellung ab dem neunten Lebensmonat. Infos über die Schwangerenberatungsstellen oder unter [www.zbfs.bayern.de](http://www.zbfs.bayern.de)

**3. Beruflicher Bereich:** **Elternzeit – Art und Dauer**

Machen Sie sich Gedanken zu Ihrer Elternzeit. Wie lange soll diese voraussichtlich dauern, will Ihr Partner ebenfalls die Partnermonate in Anspruch nehmen? Wollen Sie während dieser Zeit weiterhin beruflich tätig sein? Informationen zur Elternzeit erhalten Sie bei den Beratungsstellen für Schwangerschaftsfragen und Familien oder auch im Internet unter [www.zbfs.bayern.de](http://www.zbfs.bayern.de)

 **Betreuung klären**

Sollten Sie bald in den Beruf zurückkehren wollen, ist es sinnvoll, sich bereits in der Schwangerschaft über die spätere Betreuung des Kindes Gedanken zu machen. Es gibt verschiedene Formen der Betreuung:

 **Tagesmutter**

Adressen über das Kinderbüro Landsberg oder fragen Sie im Freundeskreis.

 **Krippe**

mehrere Gemeinden im Landkreis verfügen bereits über Kinderkrippen.

Fragen Sie in Ihrer Gemeinde nach der nächstgelegenen. Aufnahmekapazität beschränkt!

 **Haushaltshilfe/Au pair**

wer eine Betreuung im Haus mit gleichzeitiger Pflege des Haushaltes sucht, benötigt eine angestellte Haushaltshilfe oder ein Au pair. Über Inserate, Au pair Zentralen etc.

 **Verwandtschaft**

auch eine Betreuung durch Verwandte muss im Vorfeld genau abgeklärt werden, da es sich um eine langfristige Betreuung handelt (z.B. Urlaubszeiten etc. bedenken).

**4. Häuslicher Bereich:** **Raumaufteilung**

In der Schwangerschaft können Sie sich schon Gedanken darüber machen, wie die neue Aufteilung in Ihrem Heim aussehen soll. Wo wird das Kind schlafen? Wo soll gewickelt werden? Was muss hierfür verändert werden?

 **Die Erstausrüstung**

Bei der Anschaffung der ersten Dinge für Ihr Kind lässt man sich gerne von Gefühlen leiten – alles ist so klein und süß! Allerdings sollten Sie bedenken, dass Ihr Kind in den ersten Monaten sehr schnell wächst. Viele dieser Artikel sind auch gebraucht in guter Qualität zu bekommen. Gerade die Bekleidung für ihr Baby müssen Sie nicht unbedingt neu kaufen, da die Kleidung am Anfang (Gr. 50/56) nur ca. 3-8 Wochen passt. Es lohnt sich hierbei, nach Angeboten auf Flohmärkten und Secondhand zu suchen. (siehe hierzu Familienfibel, Flohmarktübersicht auf Internetseite der Familienoase, Presseveröffentlichungen)

**Wohnen/Schlafen:** Wiege, Stubenwagen, Korb oder Gitterbett mit Matratze, Schoner und Bettbezügen Stauraum für Babysachen (Schrank, Kommode oder Kisten) Rückengerechter (!) Wickeltisch, Eimer für Windeln  
evtl. mit Wärmelampe und Plastikauflage Krabbeldecke o.ä.**Für Spaziergänge:** Kinderwagen Wickeltasche

**Babyausstattung:**

- Decke o.ä. zum Wärmen
- Kleidung für Innen  
(5-6 Bodies lang- und evtl. kurzärmelig, Strampler und Pullis Gr. 56/62)
- Kleidung für Draußen je nach Jahreszeit
- Windeln
- ein Babymützchen (Größe ca. 34-36)
- Stoffwindeln (2-3 Stück)
- Kleine Waschlappen für die Körperpflege

**Für die Heimfahrt:**

- Auto-Babyschale
- Kleidung für Mutter und Kind (in einer Tüte bereits vorgepackt)  
Mutter: Sachen, die ungefähr im 6. Monat gepasst haben  
Kind: Body, Strampelanzug, Jacke oder Overall, Mütze (alles Gr. 50/56)
- Decke

 **Mutter: Kliniktasche**

Für die ersten Tage in der Klinik ist es notwendig einen sog. "Klinikoffen" bereits im Vorfeld zu packen. Bei Einsetzen der Wehen ist dieser stets griffbereit:

- Wäsche für 3- 4 Tage (Unterwäsche aus Baumwolle, Still-BH ein- zwei Größen größer)
- Bademantel, Badeschuhe
- Nachthemden oder Pyjama (vorne zum Knöpfen)
- weite bequeme Kleidung (z.B. Jogginghosen)
- Hausschuhe und dicke Socken
- Hand- und Duschtuch, Waschlappen
- Körperpflege- und Kosmetikartikel (am besten unparfümiert)
- Schreibmaterial (Stift und Papier)
- Snack (z.B. Butterkekse)
- Lieblingsbuch, Lieblingsmusik
- Evtl. Fotokamera

**Dokumente:**

- Versicherungskarte der Krankenkasse
- Mutterpass
- Personalausweis
- Familienstammbuch (bei Verheirateten)
- Geburtsurkunde (bei Unverheirateten)

 **Sonstiges zur Vorbereitung:**

Folgende Dinge sollten bereits im Vorfeld organisiert bzw. werden:

- Telefonliste erstellen (Nummern für Geburt z.B. Hebamme, Klinik, Notruf, und für Benachrichtigung nach der Geburt z.B. Verwandte und Freunde)
- Urlaub für die Zeit nach der Geburt ankündigen/beantragen (Vater)
- Betreuung nach der Geburt organisieren ; evtl. Haushaltshilfe (Infos über Krankenkasse)
- Betreuung für Geschwisterkind für Geburt organisieren
- Klären, ob Vater bei der Geburt anwesend
- Krankenversicherung für das Kind klären
- Informationen zu Kinderversicherungen einholen
- Evtl. bereits jetzt für Kurse nach der Geburt anmelden (z.B. PEKIP, Babyschwimmen)
- Wünsche für Geburtsgeschenke aufschreiben (kleiner Block zum Abreißen)



## Das Kind ist geboren!

Während sich Mutter und Kind noch von der Geburt in der Klinik erholen, können Partner, Verwandte oder Freunde schon folgendes erledigen

- Verwandtenbesuche koordinieren
- Behördengänge erledigen:
  - evtl. Meldung Einwohnermeldeamt: Familienstammbuch
- Mitteilung bei der Krankenkasse
- Telefonliste abtelefonieren
- Vorbereitete Anträge (Elterngeld, Kindergeld) fertig ausfüllen und abschicken
- Alles für die Heimfahrt mitbringen (auch weite Hose für Frau!)
- Besuche, Einkäufe

## Das braucht Ihr Kind von Anfang an

### 1. Körperliches und Seelisches Wohlbefinden

- Grundbedürfnisse des Kindes
  - Nähe und Geborgenheit
  - Schutz und Sicherheit
  - Zuwendung und Anerkennung
  - Austausch und Anregung
- Die Drei "R" (Ruhe, Rhythmus, Regeln)

### 2. Hygiene und Babypflege

Pflegen ist Liebe. Der Wickeltisch sollte auch als Ort zum Schmusen und Spielen gesehen werden. Nehmen Sie sich hierfür stets viel Zeit. Pusten Sie zum Beispiel in den Bauchnabel, kitzeln Sie ihr Kind ein wenig, massieren Sie ihm den Bauch während Sie es eincremen, singen Sie ihm vor. Diese wertvolle Zeit genießt Ihr Kind in vollen Zügen.

- Babypflege: Was ist wichtig
  - Tägliches Baden nicht notwendig!
  - Wasser und ein weiches Tuch reichen für den Windelbereich
  - Möglichst natürlich – nicht zu viele Cremes und Puder etc.
  - Badezusatz z.B. Olivenöl und Honig
  - Viel frische Luft an Babies Popo = der beste Wundschutz

## Die erste Zeit zu Hause- Wochenbett

Genießen Sie diese innige intensive Zeit mit Ihrem Neugeborenen und kümmern Sie sich in den folgenden Tagen ausschließlich um das Kind und sich. Es ist wichtig, zur Ruhe zu kommen und Kräfte zu sammeln. Machen Sie sich mit den ersten Veränderungen vertraut, wie z.B. veränderter Schlafrhythmus usw. Auch Ängste, Anspannungen sind in dieser Zeit normal und machen sie nicht zu "schlechten Eltern". Sprechen Sie darüber.

Nehmen Sie die Betreuung durch eine Hebamme in Anspruch, die Kosten hierfür werden von den Krankenkassen übernommen.

### Anregungen an die Mutter:

- Geduld mit der Figur (9 Monate)
- Baby-Blues (Heultage) sind normal, lassen sie sie zu
- Hilfe annehmen (z.B. Mitkochen lassen, Einkäufe etc.)
- Viel Ruhe gönnen!
- Auch die Partner, Verwandten in die Kinderpflege einbeziehen (sie können es genauso gut)



### Anregungen an den Partner:

- Geduld für Mutter und Kind mitbringen
- Kind steht nun erst einmal im Mittelpunkt des Interesses der Mutter – diesen Umstand akzeptieren
- Eine Hilfe sein- selbständig mitdenken, wo man Entlastung schaffen kann!

### Stellen Sie das Rauchen im Umfeld Ihres Kindes ein.

Ihr Kind entwickelt sich besser und gesünder in rauchfreier Umgebung. Zudem verringern Sie das Risiko eines "plötzlichen Kindstodes".

### Stillen

Mit der Muttermilch geben Sie Ihrem Kind die beste Nahrung, die es gibt. Zudem ist es praktisch, hygienisch und kostenlos. Lassen Sie sich von Ihrer Hebamme oder dem Frauenarzt unterstützen, falls es nicht gleich klappt. Denn auch Stillen ist ein Lernprozess vom richtigen Anlegen bis zur Trinkdauer. Stillberaterinnen und Stillgruppen in Ihrer Nähe beraten und unterstützen Sie dabei gerne. (Siehe Familienfibel). Besuchen Sie hierzu auch Kursbaustein 1b.

## Bereit für die Herausforderungen mit Kind

Die nun folgende Zeit bringt enorme Veränderungen mit sich. Sie als Familie sind nun gefordert, Ihren gemeinsamen Weg mit Ihrem Kind zu finden. Es werden unterschiedlichste Erwartungen an Sie gestellt, die aber nicht unbedingt auf Sie als Familie passen. Suchen Sie Ihr persönliches Familienkonzept, denn nur wenn es den Eltern gut geht, geht es den Kindern im Allgemeinen auch gut.

Nicht alles, was in Ratgebern steht oder von Freunden und Verwandten empfohlen wird, ist auch für Sie als Familie sinnvoll! Hören Sie aber zu und sortieren sie die Informationen für sich – manchmal ist ja doch der ein oder andere gute Tipp für sie dabei. Haben Sie Vertrauen in Ihre Fähigkeiten als Eltern und überlegen Sie immer, was zu Ihnen passt.

### Termine, die nun anstehen:

- Termin beim Frauenarzt

6-8 Wochen nach der Geburt zur zweiten Untersuchung nach der Entbindung (Mutterpass mitnehmen!)

- Beginn mit der Rückbildung

Bis spätestens 4 Monate nach der Geburt sollten Sie mit der Stärkung Ihres Beckenboden und Ihrer Bauch- und Rückenmuskulatur beginnen. Kurse bieten die Hebammen an, die Kosten werden durch die gesetzlichen Krankenkassen übernommen.

### Allgemein:

- Abhängigkeit akzeptieren!
- Organisationstalent ist gefragt (Aufteilung von Pflichten)
- Keine Spontanaktionen mehr möglich, aber: die Vorbereitung macht's!  
Machen Sie sich eine kleine Checkliste mit allen Dingen die Sie für einen Ausflug benötigen. Mehrmals kopiert oder laminiert dient er als wertvolle Hilfe um schnell alles zu verstauen!

### Alltag:

- Müdigkeit durch veränderten Tagesrhythmus und wenig Erholungsphasen  
– Erholungsphasen für die eigene Erholung nutzen
- Lernen, Haushaltstätigkeiten mit dem Kind zu meistern.
- Eigene Sauberkeitsansprüche überdenken.
- Raus aus dem Alltag – neue Kontakte knüpfen! Evtl. in Familientreffs, Spielgruppen etc.(siehe hierzu Familienfibel)
- Tagesablauf organisieren (Tagesstruktur entwickeln)
- Phasen der Überforderung sind normal. Sprechen Sie darüber mit einer Person Ihres Vertrauens
- Nicht an anderen messen!



## Eltern sein- Paar bleiben

Es ist eine einfache und wahre aber auch zukunftsweisende Tatsache: Wenn das Kind auf der Welt ist, ist man nicht mehr zu zweit sondern zu dritt! Am Anfang dreht sich alles um das Neugeborene, man ist in erster Line "Eltern", aber im Laufe der Zeit wird es wichtig, sich auch wieder als Ehepaar zu fühlen. Die Beziehung zwischen Mann und Frau braucht Pflege

- In den ersten Wochen (Wochenbett) sollte auf Geschlechtsverkehr verzichtet werden – Infektionsrisiko
- Machen Sie sich frühzeitig Gedanken über Ihre Verhütung. Besprechen Sie sich mit Ihrem Frauenarzt
- Schaffen Sie sich Freiräume für die Zeit zu Zweit
  - Babysitting
  - Feste Rituale für das Kind (z.B. Einschlafen)
- neues Herantasten an Partner -Verständnis füreinander (Ängste, Sorgen)
- Sprechen Sie offen miteinander (Wie geht es dir? Wie fühlst Du Dich?)
- Halten Sie Sozialkontakte aufrecht – Erschließen Sie sich neue Kontakte –
- Bauen Sie sich ein soziales Netzwerk auf
- Nehmen Sie sich regelmäßig Zeit zu zweit und planen Sie diese fest ein (z.B. 1x Monat kulturelles Angebot wahrnehmen)
- Nehmen Sie sich auch Zeit für sich selber und geben Sie auch dem Partner frei

## Erziehung von Anfang an

Erziehung beginnt mit dem ersten Atemzug Ihres Kindes. Durch die Aufmerksamkeit und die Liebe, die Sie Ihrem Kind schenken, stärken Sie sein Vertrauen. Durch das Vorleben von gewünschten Verhaltensweisen und festen Ritualen geben Sie ihm Halt und Richtung. Vergessen Sie aber nie, dass Ihr Kind kein Abbild von Ihnen ist, sondern ein eigenständiges Wesen mit eigenen Bedürfnissen.

- Aufbau des „Urvertrauens“ durch Befriedigung der Grundbedürfnisse
- Vermittlung von Grundwerten wie Liebe, Vertrauen
- Immer mal wieder Sichtweise des Kindes einnehmen...

**Eine weitere schöne Schwangerschaft,  
eine glückliche Geburt  
und einen guten Start ins Familienabenteuer  
wünscht Ihnen Ihre Referentin  
Tanja Kirchberger  
Dipl.Sozialpäd. (FH)  
(päd. Leitung Familienoase Landsberg am Lech e.V.)**

Für weitere Fragen, Informationen und Unterstützung stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung!

Sie erreichen mich im  
Offenen Familienzentrum "Familienoase" Landsberg am Lech e.V.  
Hubert-von-Herkomer Straße 14  
86899 Landsberg am Lech  
Persönlich Mittwoch und Freitag von 9-12 Uhr  
Telefonisch unter der Telefonnummer 08191- 42 89 363



## Literaturhinweise

Gerade für die Schwangerschaft und erste Zeit mit Ihrem Kind gibt es eine Vielzahl von Büchern, Ratgebern und auch Internetseiten.

- Die Familienfibel des Landsberger Eltern ABC : Adressenverzeichnis für Eltern mit Kindern bis zu drei Jahren (kostenlos erhältlich an vielen Stellen im Landkreis)
- Sollten Sie spezielle Informationen wünschen, empfiehlt es sich, sich direkt an die entsprechenden Beratungsstellen zu wenden (siehe hierzu Familienfibel) Sie helfen Ihnen individuell weiter.
- Wertvolle Informationsschriften rund um Schwangerschaft, Geburt, Familie und Erziehung erhalten Sie kostenlos von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung. Hier finden Sie Broschüren zu allgemeinen Themen und auch spezielle Publikationen. Einen Überblick geben z.B. folgende Hefte:
  - Rundum – Schwangerschaft und Geburt Best.Nr. 13500000
  - Die erste Zeit zu dritt Best.Nr. 13640000Erhältlich bei der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), 51101 Köln Unter [www.bzga.de](http://www.bzga.de) können Sie sich zudem einen Überblick über alle Publikationen verschaffen und online bestellen.
- Die Krankenkassen verfügen meist ebenfalls über viele Informationsmaterialien rund um Schwangerschaft und Geburt. Fragen Sie dort nach!
- Fragen Sie im Freundes- und Bekanntenkreis. Oft bekommt man von dort auch hilfreiche Informationen oder Bücher.
- Das Familienzentrum "Familienoase" und die Stillgruppe Landsberg bieten zahlreiche Fachbücher im Bücherverleih an. Auch die Büchereien der Gemeinden sind meist gut sortiert.



**Die nächsten Kursbausteine für Sie  
im Rahmen des Landsberger Eltern ABC:**

**Kursbaustein 1b: "Liebe auf den ersten Blick"**

**Kursbaustein 2: „Das Kind ist da“**

**Die genauen Termine und Veranstaltungsorte sowie  
weiterführende Hinweise finden sie  
im jährlichen Kursflyer des Eltern ABC´s oder  
auf der Homepage unter [www.landsberger-eltern-abc.de](http://www.landsberger-eltern-abc.de)**