

# Starthilfe Elternzeit

## Unterstützung für Familien





### **Was ist «Starthilfe Elternzeit»?**

Das Wochenbett ist die sensible Phase des Kennenlernens und Zusammenwachsens als Familie. Es braucht Zeit, sich an die neue Familienkonstellation zu gewöhnen. Die Mütter sind manchmal erschöpft oder finden sich im neuen Alltag noch nicht zurecht.

Freiwillige des Aargauer Roten Kreuzes begleiten und unterstützen Familien während der ersten Wochen nach der Geburt und verbessern damit das Wohlbefinden der ganzen Familie. Sie bieten Unterstützung bei Fragen und Unsicherheiten. Die Freiwilligen betreuen das Baby oder die Geschwister und entlasten damit die Eltern. Sie haben auch mal Zeit für ein Gespräch oder einen Spaziergang.

### **Für wen ist die «Starthilfe Elternzeit»?**

- Ist der Start in das Familienleben schwierig für Sie aufgrund erschwerter Lebensumstände?
- Ihre Freunde und Verwandten wohnen weit entfernt? Fehlt Ihnen die Unterstützung aus Ihrem Umfeld?
- Hatten Sie eine Mehrlingsgeburt?

Die Unterstützung ist unabhängig davon, ob es das erste Kind ist oder ob es bereits Geschwisterkinder gibt.



«Wir sind sehr dankbar für die geleistete freiwillige Unterstützung von Sibylle. Am Schluss war sie wie ein Familienmitglied.»

B. Sigrist

### **Wie funktioniert «Starthilfe Elternzeit»?**

Die Vermittlung und Anmeldung erfolgt immer über Fachpersonen. Diese sind für uns eine wichtige Schnittstelle für eine professionelle und kompetente Einsatzplanung und zur Findung einer allfälligen Anschlusslösung.

Das müssen Sie tun:

- Vereinbaren Sie einen Termin mit einer Fachperson (Hebamme, Mütter- und Väterberatung, Spital).
- Die Fachperson klärt mit Ihnen Ihre Situation und meldet Sie bei der «Starthilfe Elternzeit» an.

So laufen die Einsätze ab:

- Wir unterstützen Sie bis maximal 14 Wochen nach der Geburt (ab dem Zeitpunkt, ab dem alle zu Hause sind).

- Wir planen die Einsätze zusammen mit Ihnen.
- Die Einsätze dauern zwischen 4 bis maximal 8 Stunden pro Woche.
- Es sind keine regelmässig wiederkehrenden Tätigkeiten wie Putzen, Waschen oder Kochen vorgesehen.

**Die Einsätze sind für die Familien kostenlos.** Das Aargauer Rote Kreuz bezahlt die Anreise der Freiwilligen.

### **Interessiert?**

Wir beraten Sie gerne. Bitte melden Sie sich bei der Rotkreuz-Regionalstelle in Ihrer Nähe. Unsere Kontaktangaben finden Sie auf der Rückseite.

**[www.srk-aargau.ch/starthilfe-elternzeit](http://www.srk-aargau.ch/starthilfe-elternzeit)**

### Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Aargau

Regionalstelle Aarau  
Buchserstrasse 24  
5000 Aarau  
062 835 70 50  
srk-aarau@srk-aargau.ch

### Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Aargau

Regionalstelle Freiamt  
Alte Bahnhofstrasse 2  
5610 Wohlen  
056 621 13 13  
srk-freiamt@srk-aargau.ch

### Öffnungszeiten

Montag bis Freitag  
8.30 bis 11.00 Uhr  
13.30 bis 16.00 Uhr



Wir danken Ihnen  
für Ihre Unterstützung:  
IBAN CH48 0900 0000 5000 3932 6

### Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Aargau

Regionalstelle Baden  
Sonnenbergstrasse 53  
5408 Ennetbaden  
056 222 33 66  
srk-baden@srk-aargau.ch

### Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Aargau

Regionalstelle Fricktal  
Hauptstrasse 69  
5070 Frick  
062 865 62 00  
srk-fricktal@srk-aargau.ch

### Entlastung

- Entlastungsdienste zu Hause
- Kinderbetreuung zu Hause
- Patientenverfügung SRK und Vorsorge
- Rotkreuz-Fahrdienst
- Rotkreuz-Notruf
- Starthilfe Elternzeit
- Tagesstätte für Betagte
- Tageszentrum Aarau

### Soziale Integration

- Besuchs- und Begleitdienst
- Lehrstellen-Coaching
- Nachhilfe
- Schreibdienst

### Bildung

- Pflegehelfende SRK
- Babysitter/-in SRK
- Bevölkerungskurse
- Kurse für betreuende und pflegende Angehörige

Weitere Rotkreuz-Dienstleistungen:  
[www.srk-aargau.ch](http://www.srk-aargau.ch)

Schweizerisches Rotes Kreuz  
Kanton Aargau

