



Familien *Lotse*

Infos für junge Familien



Ravensburg für Familien

Wir möchten, dass Sie gut versorgt sind mit Wissenswerten für eine gesunde Entwicklung von Babys und Kleinkindern. Stillen, Beikost, Ernährung oder gesunder Schlaf - der Familienlotse enthält viele praktische Tipps.



Herzlich willkommen in der Familienstadt Ravensburg

Als Stadt der Türme und Tore, als Spielstadt und als Einkaufsstadt genießt Ravensburg einen guten Ruf. Auch in Sachen Familienfreundlichkeit geben wir unser Bestes, damit Eltern und Kinder sich bei uns wohlfühlen. Der Familienlotse mit Infos, Tipps und Wissenswerten leistet hierzu einen guten Beitrag. Sämtliche Themen werden in dieser Faltkarte kurz beschrieben. Weitere Infos und Kontaktdaten finden Sie im Internet.

www.ravensburg.de/familienlotse

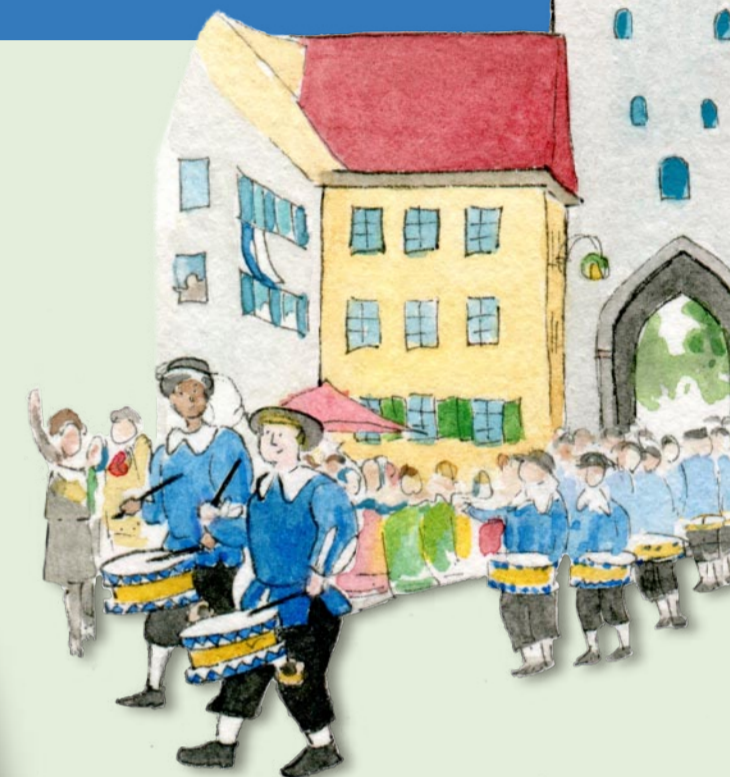
Unterstützt durch das Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration aus den Landesmitteln, die der Landtag von Baden-Württemberg beschlossen hat.

BABY



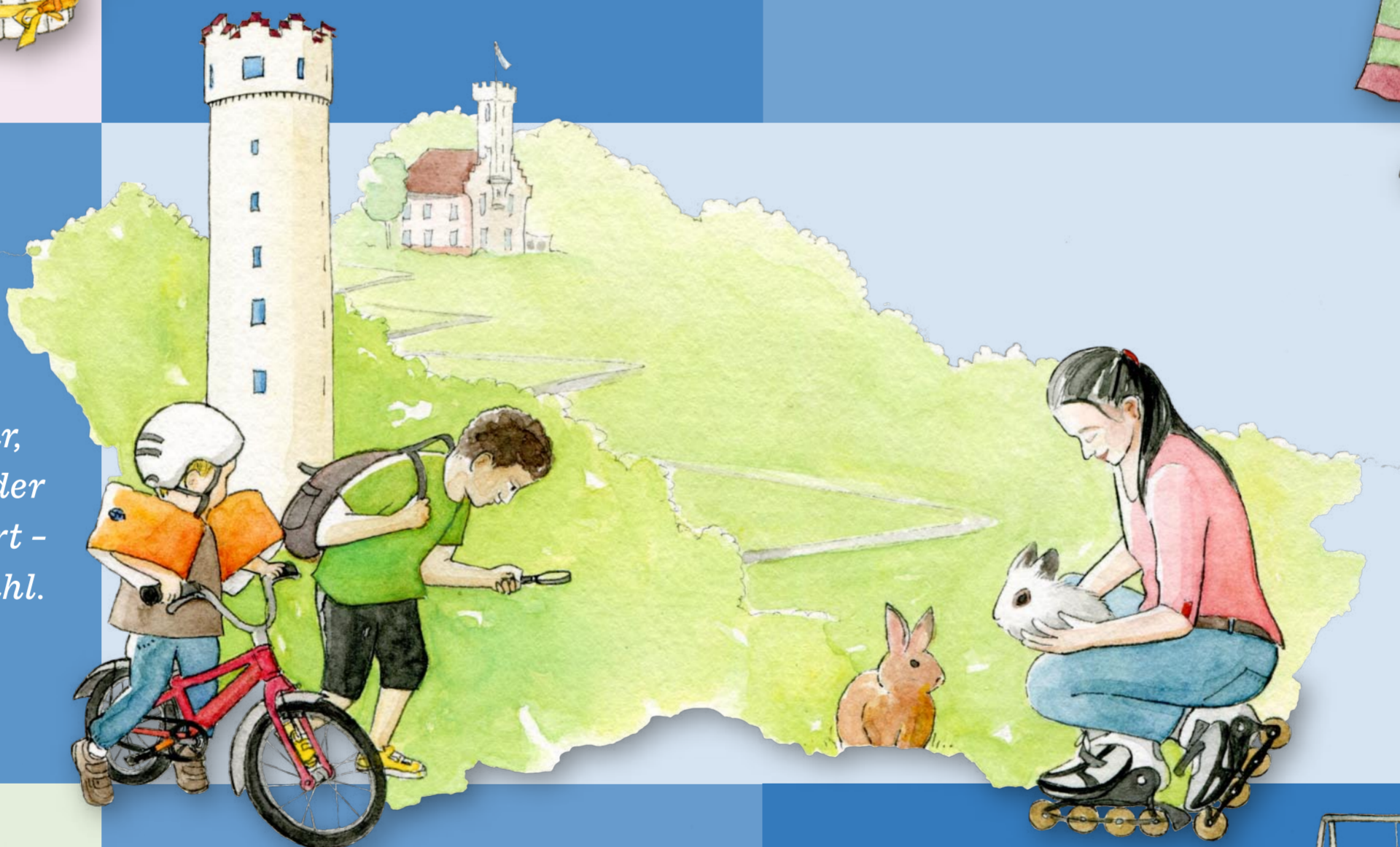
Sind Sie startklar für die spannende Familienzeit, die vor Ihnen liegt? Gerne unterstützen wir Sie als werdende Eltern mit wertvollen Hilfen und Informationen, auch zu finanziellen Förderungen.

In Ravensburg ist viel geboten. Das Rutenfest als traditionelles Schüler- und Heimatfest ist ebenso ein Höhepunkt wie das große Spielefest „Ravensburg spielt“ oder das jährliche Ferienprogramm mit seinen zahlreichen Mitmach-Aktionen.



Entdecken Sie Ravensburg und genießen Sie die vielen Möglichkeiten und Angebote für Familien und Kinder.

Natur, Kultur, Freizeit, Bewegung oder doch lieber Sport - Sie haben die Wahl.



Freuen Sie sich bei unterschiedlichsten Begegnungsmöglichkeiten in Ravensburg auf einen regen Austausch, unabhängig von Alter, Kultur und Generation.

Die professionelle Kinderbetreuung ist uns eine Herzensangelegenheit. Stöbern Sie in Ruhe und finden Sie das passende Betreuungsangebot für Ihr Kind.



www.ravensburg.de/familienlotse



Familien Lotse *Family Guide*

Infos für junge Familien *Information for young families*



www.ravensburg.de/familienlotse

Von der Schwangerschaft bis zum ersten Lebensjahr

From pregnancy to the age of one

Informationen, Tipps und Hilfen rund um Schwangerschaft, Geburt, Stillzeit und Elternsein. Zudem erhalten Sie einen Überblick zu verschiedenen Familien- und Unterstützungsleistungen wie z.B. Kindergeld, Elterngeld... Besuchen Sie diese Rubrik regelmäßig, wir halten Sie auf dem Laufenden.

Information, tips and advice on pregnancy, giving birth, breastfeeding and becoming a parent. In addition, you will get an overview of the different support services for families, such as child benefits or parental allowance. Visit this section regularly for updates.

Ärztliche Versorgung, Erste Hilfe

Medical care, first aid

Kontaktdaten für die ärztliche Versorgung der Kinder und Jugendlichen sowie Erste-Hilfe-Kurse am Kind für Eltern geben Sicherheit rund um die Gesundheit Ihres Kindes. Früherkennung und Vorsorge für die besten Startchancen Ihres Kindes.

Information about medical care for children and adolescents as well as first-aid courses for parents provide assurance on all aspects of your child's health. Screening and early diagnosis to give your child the best start in life.

Baby und Kleinkind aktiv

Baby and toddler active

Wissenswertes zur „Gesunden Entwicklung“ Ihres Babys und Kleinkinds wie Stillen, Beikost, Ernährung und gesunder Schlaf. Praktische Tipps in Elternkursen zu Spiel und Bewegung und weiteren Themen. Stöbern Sie online weiter im Familienlotse-online zum Wohle einer aktiven Entwicklung Ihres Kindes.

All you need to know about your baby or toddler's "healthy development" such as breastfeeding, introducing solid food, nutrition and a healthy sleep. Practical tips for parents on topics like play and movement. Browse our online Family Guide for information on your child's active development.

11 Veranstaltungen

Events

Flohmärkte, das Rutenfest, der Stadtlauf, Ravensburg spielt, der Ravensburger Kinderherbst, das Ferienprogramm, die Kinderfreizeit sowie die integrative Ferienbetreuung und viele weitere Aktionen finden jährlich in Ravensburg statt.

Flea markets, the "Rutenfest" festival, a city run, events for children such as "Ravensburg spielt", "Ravensburger Kinderherbst", holiday programmes and church events, children's camps and inclusive holiday programmes, as well as many other activities are held every year in Ravensburg.

Treffpunkt für Familien, Eltern-Kind-Gruppen

Meeting points for families

In Ravensburg gibt es unterschiedlichste Begegnungsmöglichkeiten für Familien. Hierzu zählen die Familienzentren, Treffpunkte für Alleinerziehende, Eltern-Kind-Gruppen und weitere Gruppierungen. Freuen Sie sich auf einen regen Austausch und ein gutes Miteinander, unabhängig von Alter, Kultur und Generation.

In Ravensburg there are many different places where families can meet, including family centres, single parent clubs, parent-child groups and other gatherings. Look forward to swapping notes and meeting likeminded people, for all ages, cultural backgrounds and generations.

10 Nachhaltig leben

Living sustainably

Familien machen sich zunehmend Gedanken, mit welchen Möglichkeiten sie einen Beitrag für die Umwelt und somit für die Zukunft ihrer Kinder leisten können. Damit Nachhaltigkeit im Familienalltag nicht zur Herausforderung wird, gibt es im Familienlotsen hilfreiche Alltagstipps. Vorbeischauen lohnt sich!

Families are increasingly considering how they can contribute towards protecting the environment and therefore their children's future. To help families cope with the challenges of sustainability in their everyday life, the Family Guide provides useful tips. It's worth having a look!

5 Kinderbetreuung

Childcare

Kinderbetreuung in Kindertagesstätten, Kindertagespflege, Wahl-Oma-Opa-Vermittlung, inklusive Betreuungsmöglichkeiten, Au-pair oder doch einen Babysitter? Im Familienlotsen-online finden Sie Antworten auf Ihre Fragen, Kontaktdaten und Anmelde-möglichkeiten wie das digitale Anmeldeportal für Kita-Plätze LITTLE BIRD.

Do you want to find a day care centre for your child, other childcare facilities, organised nanny services, inclusive care options, an au-pair or a babysitter? In our online Family Guide, you can find answers to your questions, who to contact and where to register for places, such as LITTLE BIRD, the digital registration portal for childcare facilities.

Kultur, Freizeit, Sport

Culture, leisure and sports

Ravensburg ist eine familienfreundliche und lebenswerte Stadt mit vielen Kultur-, Freizeit-, Bewegungs- und Sportmöglichkeiten. Hier finden Sie unterschiedlichste Aktivitäten für die individuellen Interessen Ihrer Familie.

Ravensburg is a family-friendly, vibrant town with a wealth of cultural opportunities and sporting activities. You can find a wide range of things to do, whatever your family's individual interests.

8 Spartipps für Familien

Tips for saving money for families

Sie wollen Geld sparen oder finanzielle Förderungen nutzen? Der Familienlotse-online zeigt Ihnen in Kombination mit der Broschüre „Gut und günstig leben in Ravensburg“ verschiedene Sparmöglichkeiten in Ravensburg auf.

You want to save money or take advantage of financial assistance? The online Family Guide shows you various ways to save money in Ravensburg.

Familien in besonderen Lebenslagen

Families in special situations

Zahlreiche Beratungsstellen und Einrichtungen sowie unterstützende Hilfsangebote bieten Ihnen eine professionelle Unterstützung und helfen Ihnen in besonderen Lebenslagen. Experten sind für individuelle Anliegen, für Ratsuchende oder bei plötzlich veränderten Lebensumständen Ihre Ansprechpartner.

A wide range of advisory services and facilities as well as assistance programmes are available and offer professional support in special situations. You can contact an expert for your individual request, if your circumstances have changed.

Familienbildung, Elternschule

Family education, courses for parents

Impulse und Wissen rund um das Thema „Kind“ helfen im Familienalltag. Vielfältige Angebote und Kurse richten sich an alle Interessierten zu den Themen Familie-Kind-Elterntipps, Entwicklung des Kindes, Gesundheitsfragen und vieles mehr.

Incentives and information about raising children can help you to cope in everyday life. A wide choice of activities and courses are available on the following topics: Tips for families, my child's development, health issues and much more.

