

**Die Paar- und Familienberatung Freiburg steht allen Personen, Paaren und Familien offen, welche in einem Lebensabschnitt oder nach einem bestimmten Ereignis Beratung suchen. Sei es bei Elternschaft, bei Paar- oder Familienproblemen oder wenn eine Trennung oder Scheidung gemeinsam vorbereitet werden soll.**

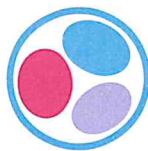


### Mütter- und Väterberatung

Die Mütter- und Väterberatung ist eine spezialisierte Fachstelle für die gesunde Entwicklung des Säuglings und des Kleinkindes bis zu 5 Jahren. Wir arbeiten mit andern Fachstellen zusammen.

Sie finden Unterstützung und Beratung zu allen Fragen wie:

- Stillen
- Ernährung
- Pflege
- Entwicklung
- Erziehung
- Unfallprävention



### Ehe- Partnerschafts- und Familienberatung

Zeit und Raum für Frauen und Männer, Paare, Familien, Eltern, die in einem geschützten Rahmen über Anliegen und Beziehungsprobleme in ihrer Partnerschaft und/oder ihrer Familie sprechen möchten. Die Beratungen ermöglichen es, unterschiedliche Bedürfnisse, Ängste und Schwierigkeiten zum Ausdruck zu bringen und zu klären. Wir unterstützen Sie und legen den Fokus auf Ihre Ressourcen.

Wir bieten verschiedene Beratungsformen an:

- Eheberatung/Paartherapie
- Familienberatung
- Einzelberatung

Sie können sich auch an uns wenden, wenn Sie für die Verarbeitung einer Trennung oder Scheidung Unterstützung benötigen.



### Familienmediation

Die Familienmediation ist ein freiwilliges, aussergerichtliches Verfahren, das die Beteiligten eines Konflikts darin unterstützt, eine für alle möglichst faire Lösung zu finden. Sie fördert den Dialog und die Kompromissbereitschaft, unterstützt die Selbstverantwortung und die Selbstachtung und schafft somit die Basis für eine konstruktive Zusammenarbeit.

Familienmediation ist geeignet:

- bei Trennung oder Scheidung
- bei Schwierigkeiten mit dem Besuchsrecht
- bei Familien- und Geschwisterkonflikten
- in Patchworkfamilien

Wir sind auch für gerichtlich angeordnete Mediationen anerkannt.



### Andere Angebote

#### Seminare

##### Paar bleiben und Eltern werden

Das Atelier „Paar bleiben und Eltern werden“ dient Paaren, die Veränderungen, das Unverständnis und die Schwierigkeiten anzusprechen, die in der Beziehung bei der Ankunft eines Kindes entstehen können. Das Atelier bietet drei Sitzungen an, um gemeinsam ein neues Gleichgewicht zu suchen und den Dialog zwischen den Partnern zu fördern.

##### Wendepunkt im Leben (Für Erwachsene, die sich trennen oder scheiden)

Ein Parcours mit sieben Sitzungen, um diesen neuen Lebensabschnitt in Worten und Gefühlen anzugehen. Der Kurs erlaubt, auf verschiedene Emotionen einzugehen, die bei einer Trennung oder Scheidung nebeneinander bestehen und soll Ressourcen mobilisieren, die erlauben, diesen Prozess zu bewältigen. Je nach Bedürfnis, kann dieser Kurs individuell oder in der Gruppe besucht werden.

##### Meine Familie ganz anders... (Für Kinder, deren Eltern sich trennen)

Ein Kurs, der in Zusammenarbeit mit As'trame Freiburg für Kinder ab 4 Jahren angeboten wird. Bei der Trennung ihrer Eltern fühlen sich Kinder häufig unsicher, traurig, ungerecht behandelt, wütend oder schuldig. Das Ziel dieses Kurses ist, die Ressourcen und Fähigkeiten zu stärken, um den Kindern zu ermöglichen, sich mit der neuen Realität abzufinden. Je nach Bedürfnis, kann dieser Kurs individuell oder in der Gruppe besucht werden.



Office familial Fribourg  
Paar- und Familienberatung Freiburg

**Un espace de paroles pour le couple et la famille  
Raum und Zeit für Paare und Familien**

Puériculture et conseils aux parents  
Mütter- und Väterberatung

Consultation conjugale et familiale  
Ehe- und Familienberatung

Médiation familiale  
Familienmediation

Groupes de paroles et ateliers pour adultes et enfants  
Gesprächsgruppen für Kinder und Seminare für Erwachsene

[www.officefamilial.ch](http://www.officefamilial.ch)

facebook

L'Office familial offre à toute personne, couple et famille des espaces de paroles, de conseils et d'accompagnement, afin de répondre au mieux aux réalités actuelles de la vie relationnelle.

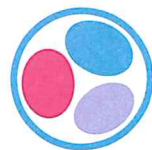


### Puériculture et conseils aux parents

La puériculture et conseil aux parents est un service spécialisé pour toute question liée au développement physique et psychique du nourrisson et du jeune enfant jusqu'à l'âge de 4 ans. Nous collaborons également avec d'autres services spécialisés.

Nous vous donnons des informations utiles et concrètes relatives aux domaines suivants:

- l'allaitement
- l'alimentation
- les soins
- le développement psycho-moteur
- l'éducation
- la prévention des accidents, etc.



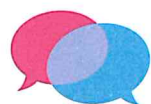
### Consultation conjugale et familiale

La consultation conjugale et familiale propose un espace de paroles à toute personne, couple, parents ou famille en difficultés relationnelles et/ou affectives.

Les entretiens permettent de nommer, dans un cadre protégé, les difficultés et incompréhensions mutuelles et de mobiliser les ressources et compétences des personnes, afin de trouver un équilibre plus satisfaisant, respectueux des valeurs et choix de chacun.

La consultation conjugale et familiale propose différents types de suivis:

- le conseil conjugal/la thérapie de couple
- l'entretien de famille
- l'entretien individuel



### Médiation familiale

La médiation familiale est une démarche qui favorise le dialogue, le respect mutuel et la co-responsabilité. Elle permet la recherche de solutions conjointes afin de parvenir à un projet d'entente qui tient compte des besoins et possibilités de chacun.

La médiation familiale est indiquée lors de :

- processus de séparation ou de divorce
- conflit autour du droit de visite
- conflit intergénérationnel, au sein d'une fratrie, etc.
- conflit au sein de familles recomposées

Nous sommes également reconnus en cas de médiation ordonnée par un Juge.



### Autres offres de l'Office familial

Groupes de paroles | ateliers

« Devenir parents et préserver son couple »

L'Atelier «Couple et Parentalité»: un espace destiné au couple pour nommer les changements, les incompréhensions et difficultés qui peuvent survenir dans leur relation à l'arrivée de l'enfant. Cet Atelier propose trois séances, afin de chercher un nouvel équilibre et de favoriser le dialogue entre les partenaires.

« Ma vie après... » (pour les adultes lors de séparation ou divorce)

Parcours de sept séances pour mettre en mots et en émotions, cette nouvelle étape de vie. Ce parcours permet d'aborder la palette des émotions qui coexistent lors d'une séparation et/ou un divorce et de mobiliser les ressources nécessaires pour vivre ce processus. Selon les besoins, ce parcours peut être suivi en groupe ou en individuel.

« Ma famille autrement... » (pour les enfants lors de séparation)

Parcours de «reliance» proposé en partenariat avec As'trame Fribourg pour les enfants dès 4 ans. Lors de la séparation de leurs parents, les enfants sont souvent sujets à des sentiments d'insécurité, de tristesse, d'injustice, de colère, de culpabilité. L'objectif de ce parcours est de renforcer les ressources et compétences des enfants pour leur permettre de faire avec cette nouvelle réalité. Selon les besoins, le parcours peut être suivi en groupe ou en individuel.



Nos prestations sont toutes assurées par des professionnels-les, spécifiquement formés-es pour ce type de suivis.

All unsere Dienstleistungen werden von Fachpersonen angeboten, die dafür spezifisch ausgebildet sind.

Pour tout renseignement:

Für nähere Auskunft:



026 322 10 14

[www.officefamilial.ch](http://www.officefamilial.ch)

[info@officefamilial.ch](mailto:info@officefamilial.ch)

facebook



Avenue de la Gare 14 | Case postale / Postfach 1131  
1701 Fribourg / Freiburg

Prestations aussi disponibles à Bulle et Morat sauf pour le service de puériculture uniquement accessible aux habitants du Grand Fribourg.

Wir sind auch in Bulle und Murten. Die Mütter- und Väterberatung richtet sich an die Bewohner der Gemeinden Freiburg, Givisiez/Granges-Paccot, Marly und Villars-sur-Glâne.

ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG  
Direction de la santé et des affaires sociales DSAS  
Direktion für Gesundheit und Soziales GSD

Avec le soutien de la  
Loterie Romande