

# Normal, dass ich überfordert bin?

Gut zu wissen, an wen ich mich wenden kann.

**Frühe**HILFEN  
unterstützen schon viele Familien



-  während der Schwangerschaft und in den ersten Lebensjahren des Kindes
-  **Kostenlos** und auf Wunsch mit Hausbesuchen
-  **Auch Sie können sich melden:** Auf [fruehehilfen.at](https://fruehehilfen.at) finden Sie Informationen zum Angebot in Ihrer Region. Sie können unverbindlich anrufen, ein Mail schicken oder ein Kontaktformular nutzen:



einfach melden:



[fruehehilfen.at](https://fruehehilfen.at)

Fotos: © NZFH.at, Bruckmüller

**Impressum:** Gesundheit Österreich GmbH (GÖG), Nationales Zentrum Frühe Hilfen, Stubenring 6, 1010 Wien

**Normal**, dass ich so viele  
Fragen habe?

**Gut** zu wissen, wo ich  
Antworten finde.

**In der Schwangerschaft und der ersten  
Zeit mit einem Kind ist vieles neu.**



**Frühe** **HILFEN**  **bieten Informationen**

zu vielen Themen rund um Schwangerschaft, Geburt, frühe Kindheit  
und das Eltern-Sein, aber auch zu administrativen und finanziellen  
Fragen:



Die Informationen stehen nicht nur auf Deutsch sondern auch auf  
Arabisch, BKS, Englisch, Farsi/Dari, Rumänisch, Russisch, Türkisch,  
Ukrainisch und Ungarisch zur Verfügung.

Sie finden auf der Website auch Folder und Broschüren sowie Videos:



einfach melden:



[fruehehilfen.at](mailto:fruehehilfen.at)