



*fasd-netzwerk.at*

*gemeinsam stark - gemeinsam sichtbar*



Foto: Andrew Martin auf pixabay

# FASD

## Tipps von Eltern für Eltern

## Inhalt

FASD - wie Kommunikation gelingen kann.....	3
FASD - Konsequenzen und positives Feedback.....	4
FASD - Struktur und Routine.....	6
FASD - Veränderung und Übergänge.....	8
FASD - Supervision.....	9
FASD - "Anwalt sein" .....	10

## Quellen

[https:// www.proofalliance.org/wp-content/uploads/2019/06/Parenting-children-with-FASD.pdf](https://www.proofalliance.org/wp-content/uploads/2019/06/Parenting-children-with-FASD.pdf)

[https:// fosteringperspectives.org/fpv20n1/FASD.htm](https://fosteringperspectives.org/fpv20n1/FASD.htm)

[https:// www.nhs.uk/media/5702/fasd-info-for-parents-carers-online.pdf](https://www.nhs.uk/media/5702/fasd-info-for-parents-carers-online.pdf)

[https:// parent2parent.org.nz/fetal-alcohol-spectrum-disorder-fasd/](https://parent2parent.org.nz/fetal-alcohol-spectrum-disorder-fasd/)

[https:// fafasd.org/always-remember-the-brain-30-strategies-for-parents-of-children-with-a-fetal-alcohol-spectrum-disorder/](https://fafasd.org/always-remember-the-brain-30-strategies-for-parents-of-children-with-a-fetal-alcohol-spectrum-disorder/)

[https://www.researchgate.net/publication/225491936\\_Parenting\\_with\\_Fetal\\_Alcohol\\_Spectrum\\_Disorder](https://www.researchgate.net/publication/225491936_Parenting_with_Fetal_Alcohol_Spectrum_Disorder)

[https:// indiananofas.org/wp-content/uploads/2017/12/daily\\_guide\\_for\\_living.pdf](https://indiananofas.org/wp-content/uploads/2017/12/daily_guide_for_living.pdf)

[https:// www.nofasd.org.au/wp-content/uploads/2018/02/toolkit-2017-nov.pdf](https://www.nofasd.org.au/wp-content/uploads/2018/02/toolkit-2017-nov.pdf)

[https:// www.cbc.ca/parents/learning/view/understanding-our-daughters-fasd-and-how-we-parent-through-it-daily](https://www.cbc.ca/parents/learning/view/understanding-our-daughters-fasd-and-how-we-parent-through-it-daily)

[http:// come-over.to/FAS/PDF/TorontoStrategiesParents.pdf](http://come-over.to/FAS/PDF/TorontoStrategiesParents.pdf)

[https:// www.todayparent.com/family/special-needs/i-said-i-wouldnt-adopt-a-child-with-fasd-and-now-i-have-four/](https://www.todayparent.com/family/special-needs/i-said-i-wouldnt-adopt-a-child-with-fasd-and-now-i-have-four/)

Haftungshinweis: Die Inhalte dieser Broschüre wurden mit größter Sorgfalt von unserer Redaktion erstellt. Der Verein fasd-netzwerk.at kann dennoch keinerlei Gewähr für die Richtigkeit, Vollständigkeit, Korrektheit, letzte Aktualität und Qualität sämtlicher Inhalte sowie jeglicher von ihm erteilter Auskünfte und jeglichen von ihm erteilten Rates übernehmen. Eine Haftung für Schäden, die durch Rat, Information und Auskunft des Vereins fasd-netzwerk.at verursacht wurden, ist ausgeschlossen.

Impressum:

Verein fasd-netzwerk.at (Fetale Alkoholspektrumstörung)Bühlgründe 4, 7100 Neusiedl/See, ZVR-Zahl 1578338791 Mobil +43 (0)677 63456400

Landesstelle Wien, Anton Baumgartner Straße 31, Mobil: +43 664/4514419 email [info@fasd-netzwerk.at](mailto:info@fasd-netzwerk.at) <https://www.fasd-netzwerk.at>

Konzept und Text: fasd-netzwerk.at

Gestaltung: fasd-netzwerk.at

# FASD - Wie Kommunikation gelingen kann

*Wenn du einem Kind etwas tausendmal gesagt hast und es versteht immer noch nicht, dann ist es nicht das Kind, das langsam lernt.*

*Walter Barbee*

Denk immer daran, dass alle Kinder, ob von FASD betroffen oder nicht, individuell verschieden sind. Dinge, die bei einem Kind Wunder wirken, können für ein anderes Kind gänzlich ungeeignet sein. Wir stellen hier einige Strategien vor, die zu einer besseren Kommunikation beitragen können. Die Vorschläge basieren auf Beiträgen vieler Eltern und Fachkräfte. Beachte, dass es nur Vorschläge sind, keine abschließende, vollständige Liste. Du bist der Experte für dein Kind, du weißt am besten, was funktionieren könnte und was nicht.

- Beginne alle Gespräche mit dem Namen deines Kindes und stell Augenkontakt her.
- Sei ganz genau, wenn du dem Kind sagst, was zu tun ist, z. B. „setze dich auf diesen Stuhl“ anstatt „komm aus der Küche“ oder „hänge den Mantel an den Kleiderbügel im Schrank“ anstatt „häng den Mantel auf“ usw.
- Beachte, dass viele Wörter oder Ausdrücke mehr als eine Bedeutung haben. Du musst diese Bedeutungen erklären oder



Foto: Christine Sponchia auf pixabay

zweideutige Wörter vermeiden. Kinder mit FASD verstehen oft sehr wörtlich.

- Verwende möglichst immer dieselben Wörter, wenn du Anweisungen für den Alltag gibst, z. B. „Zieh deinen Mantel und die Schuhe an.“ statt „Mach dich fertig zum Weggehen oder „Zieh dich an.“
- Halte dich immer kurz. Die Kinder haben eine sehr kurze

Aufmerksamkeitsspanne, auch wenn es so aussieht, als würden sie zuhören. Gib mehrstufige Anweisungen immer schrittweise und nur, wenn das Kind in der Lage ist, komplexeren Anweisungen zu folgen.

- Wenn du zu einer Gruppe von Kindern sprichst, gib dem Kind mit FASD separate Anweisungen unter Verwendung seines Namens. Das Kind kann möglicherweise nicht erkennen, dass es Anweisungen, die an eine Gruppe gerichtet sind, befolgen soll.
- Sprich langsam und mache zwischen den Sätzen Pausen, um die Verarbeitung zu erleichtern. Die auditive Verarbeitung kann langsamer sein als die Sprechgeschwindigkeit. Wiederhole die Informationen nach Bedarf.

- Damit sich das Kind auf eine Aufgabe konzentrieren kann, ist es vielleicht nötig, die Umgebung möglichst frei von Ablenkungen zu halten (z. B. Fernseher, Radios, Videospiele, andere Personen usw.)
- Für ältere Kinder eignen sich auch Listen, die einfache Schritt-für-Schritt Anweisungen für alltägliche Routinen oder auch für unerwartete Situationen enthalten. Bring deinem Kind bei, eine Liste zu benutzen und übe es in Rollenspielen.
- Wenn das Kind nicht weiß, was es als nächstes tun soll, dann hilf seinem Gedächtnis auf die Sprünge. Versuche es mit Hinweisen, in dem du etwas erzählst, etwas vorzeigst oder Ähnliches. Hilft das nicht, dann erinnere es einfach daran.
- Sanfte Hinweise geben kann dem Kind helfen, eine positive Einstellung zu behalten.
- Verknüpfe eine Aufgabe mit einer anderen, um Abläufe festzulegen (z. B. Abendessen nach den Hausaufgaben; Bus nach dem Frühstück; Geschichte vorlesen nach dem Bad).
- Setze auch Körpersprache bei der Kommunikation ein. Ausdrucksstarke Gesten können hilfreich sein. Versuche einfach Lautstärke und Intonation in Verbindung mit Handsignalen zu variieren.
- Verwende so viele visuelle Hinweise wie möglich. Das hilft meist dem Erinnerungsvermögen und verbessert das Verständnis. Wenn du unangemessenes Ver-



Foto: Nghanh Vu auf pixabay

halten aufzeigen möchtest, dann mach das ganz spezifisch (z. B. Sage mit ruhiger aber bestimmter Stimme: "Felix - nicht treten" und verbinde es mit einem übertriebenen Kopfschütteln). Füge noch visuelle Hinweise hinzu, um die gewünschte Aktion hervorzuheben.

- Berührungen können hilfreich sein, um angemessene soziale Distanz zu anderen zu vermitteln. (z. B. Lege deine Hand gerade auf die Schulter des Kindes und sage: „Hier stehen wir, wenn wir miteinander sprechen.“)
- Gib deinem Kind Hinweise (verbal oder visuell), damit es weiß, wann es mit einer Sache beginnen soll. Du kannst den Hinweis mit „jetzt“ beenden. Verwende dazu auch Körpersprache und deutliche Gesichtsausdrücke. Du kannst auch Handzeichen mit Sprache verbinden.
- Hilf deinem Kind dabei, Verhaltensweisen anderer zu interpretieren. (z. B. "Diese Person sieht glücklich aus, weil ...") Ermutige dein Kind, den Zusammenhang von sozialen Hinweisen (zB. Gesichtsausdrücken, Tonfall, Haltung usw.) mit seinem eigenen Gefühls-

zustand zu beobachten und zu erkennen. Übe diese Fähigkeiten (z. B. „Wie geht es dir (mir) gerade? Die Dinge werden gerade ein wenig zu viel. Du (ich) müssen es langsamer angehen und zehn tiefe Atemzüge machen, ohne etwas zu tun.“)

- Hilf deinem Kind, damit es lernen kann, seine Emotionen auf akzeptable Weise auszudrücken.
- Ermutige dein Kind zu positivem Selbstgespräch: „Ich kann das!“ „Ich muss aufpassen.“ „Ich bin schlau!“ „Ich kann das herausfinden!“
- Hilf deinem Kind, Fähigkeiten zu entwickeln, damit es seine Gefühle verbalisieren und ange-

messen auszudrücken lernt. Dazu eignen sich zB die Verwendung von Metaphern, Kunst, Rollenspiele oder Wutbewältigungsstrategien.



## FASD - Konsequenzen und positives Feedback



***Verknüpfung von Verhalten mit Konsequenzen und Feedback fällt oft schwer.***

Auf Grund der neuronalen Schädigungen fällt es Kindern mit FASD oft schwer, Konsequenzen und Rückmeldungen mit ihrem Verhalten in Verbindung zu bringen.

Strukturen in Bezug auf Erwartungen und Konsequenzen können dem Kind helfen, Ergebnisse vorherzusagen und sich in seiner Umgebung sicher zu fühlen. Es kann verschiedene Gründe haben, wenn Kinder mit FASD Anweisungen nicht befolgen:

- mangelndes Verständnis
- Gedächtnisstörung (kann sich nicht erinnern)
- absichtlicher Ungehorsam, so wie bei jedem anderen Kind auch.

Du musst herausfinden, was der

Grund ist, damit du die richtige Unterstützung geben kannst. Wie könnte man helfen? Hier findest du einige Vorschläge:

- Kinder mit FASD haben oft Schwierigkeiten mit Fragen vom Typ „Warum“. Hilf ihnen, dieses Format zu lernen, indem du alternative Formulierungen wie "Was ist der Grund?" oder „was hat das verursacht?“ oder detailliere wer, was, wo, wie und zeige es mir, damit das Kind leichter antworten kann.
- Sprich über Ursache-Wirkungs-Beziehungen. Bleib geduldig dabei. Sage dem Kind, was zu tun ist, nicht nur, was nicht zu tun ist. Wenn Kinder wissen, was zu tun ist, gibst du ihnen eine Richtung, um das Verhalten zu ändern. Konzentriere dich auf das Positive, entschärfe das Negative (z. B. „Manuel, stell deine Füße auf den Boden, nicht auf den Tisch.“).
- Ermutige das Kind zu Hause bei allen möglichen Dingen mit-zuhelfen, so kann es sich leichter als geschätztes Familienmitglied fühlen.
- Belohnungen oder Konsequenzen müssen sofort und unmittelbar erfolgen, und erinnere das Kind daran, wofür die Belohnung/Konsequenz ist.  
Eltern von Kindern mit FASD stellen häufig fest, dass Belohnungen ihre Wirksamkeit verlieren und suchen ständig nach neuen Wegen, um Verhalten zu motivieren. Bei einigen Kindern funktionieren Sterne und Auf-

kleber auf einer Karte gut, während bei anderen die Zeit am Computer oder für Videos motivierend ist. Bei älteren Kindern kann auch negative Konsequenz (z. B. keine Telefonprivilegien oder kein Kinobesuch uÄ) zielführend sein.

- Bleibe bestimmt. Setze klare, konsistente Grenzen. Diskutiere oder streite nicht über Regeln. Mache Familienregeln in vereinfachten Wörtern und / oder mit Bildern sichtbar.
- Trenne das Kind von seinem



Verhalten. Die Verhalten mag „schlecht“ sein, aber das Kind darf niemals das Gefühl haben, eine „schlechte“ Person zu sein.

- Wenn das Kind „schlechtes“ Verhalten zeigt, dann führe es aus der Situation heraus, damit es sich beruhigen kann. Du sagst zB.: "Dein Verhalten zeigt mir, dass du etwas Ruhe brauchst, geh an deinen sicheren Ort." Wenn es ruhig ist, dann zeige ihm, dass du es liebst und dass es kein „schlechter“ Mensch ist.
- Drohe nie mit Dingen, die du nicht ausführen kannst. Kinder mit FASD nehmen dich in der Regel wörtlich. Wenn du Dinge

androhst, die du dann nicht umsetzen kannst oder willst, dann ist es für ein Kind mit FASD noch schwerer, den Zusammenhang von Handlung und Konsequenz zu lernen.

- Sei mit Lob und Kritik sehr spezifisch, sage nicht nur "du bist brav", oder "gut gemacht." (z. B. "Anna, du bist heute sehr ruhig gegessen" oder "Susi, du hast heute gut zugehört". Bekräftige es mit einem Lächeln und einer Berührung.
- Das ist die schwierigste Aufgabe: Intervention, bevor unangemessenes Verhalten eskaliert. Du musst immer darauf achten, auf den Gefühlszustand und die

Verhaltensmerkmale des Kindes abgestimmt zu sein.

- Bestimme einen Ort an dem sich das Kind zurückziehen kann, wenn es sich überfordert fühlt. Ermutige das Kind, einen Ort zu wählen, an dem es sich wohl und sicher fühlen kann.
- Zeig deinem Kind, dass du es liebst, so wie es ist, zeig ihm aber auch Anerkennung für wünschenswertes Verhalten.

## FASD - Struktur und Routine

### **Struktur hält die Welt von Menschen mit FASD zusammen.**

Baue einen strukturierten Alltag auf. Struktur, Routine und Beständigkeit gibt deinem Kind Sicherheit, macht das Leben vorhersehbar und nimmt Ängste und Unsicherheit. In einem klaren Rahmen mit überschaubaren Auswahlmöglichkeiten kann sich dein Kind gut bewegen und sicher handeln.

- Damit das Kind weiß, was bei der Ausführung einer Aufgabe genau zu tun ist, ist es hilfreich, die einzelnen Schritte aufzuschreiben oder aufzuzeichnen. Man kann auch Fotos während der Ausführung der Tätigkeit



Foto: Gert Altmann auf pixabay

machen und diese dann an die Wand hängen, damit sich das Kind daran orientieren kann.

- Teile die täglichen Aktivitäten in bestimmte Schritte auf - plane Mini-Routinen innerhalb der größeren Routine ein. Mach jeden Tag alles auf die gleiche Art und Weise und in der gleichen Reihenfolge (z. B. wecke das Kind

jeden Morgen auf die gleiche, vorhersehbare Weise). **Nach dem Motto: "Und täglich grüßt das Murmeltier!"** Dies kann dazu beitragen, dass sich das Kind zwischen den Aktivitäten wohler fühlt und unabhängiger arbeiten kann.

- Ermutige dein Kind, tägliche Aktivitäten nachzuahmen.



- Vermeide Situationen, in denen dein Kind durch Menschen, Geräusche, Licht oder Bewegung überreizt wird.
- Ein Platz für alles, und alles hat seinen Platz. Lass nur den/die Gegenstände gleichzeitig offen zugänglich, die dein Kind für eine bestimmte Tätigkeit tatsächlich benötigt. Sieht dein Kind viele verschiedene Dinge, kann es leicht abgelenkt oder übermäßig stimuliert und überfordert werden. Das Ablegen von Dingen nach einem System (z. B. nach Typ, Größe, Farbe usw.) kann deinem Kind helfen, Unabhängigkeit in seiner eigenen Umgebung zu entwickeln. Es kann dann leichter Dinge ohne deine Hilfe finden.
- Beschriftung von Schubladen, Schränken, Regalen usw. ist sehr wichtig. Für viele Menschen mit

FASD gibt es Dinge nicht, wenn sie die Dinge nicht sehen. Verwende einzelne Wörter oder Bilder, um den Inhalt von Schubladen usw. anzuzeigen.

- Hat dein Kind Schwierigkeiten, Grenzen und private Bereiche zu verstehen, kann es hilfreich sein, Bereiche mit Klebeband zu markieren.
- Gestalte eine Hausaufgaben-Arbeitsecke an einem ruhigen Ort. Achte immer darauf, dass nur die wirklich nötigen „Werkzeuge“ griffbereit verfügbar sind. Überlege dir eine Bezeichnung, um diesen separaten, persönlichen Bereich zu benennen (z. B. dein „Büro“, deine „Werkstatt“, deine „Privatbibliothek“ usw.).
- Achte darauf aktive Zeiten mit Entspannung abzuwechseln.
- Versuche Kontakte zu anderen Kindern herzustellen, die positive Vorbilder für dein Kind sein können.





# FASD - Veränderung und Übergänge



## Veränderungen können für Menschen mit FASD eine große Herausforderung sein.

Veränderungen wie ein Umzug oder der Schulbeginn können für manche Kinder traumatisch sein. Kinder mit FASD können aber auch mit den einfachen Änderungen, die jeden Tag auftreten, wie dem Wechsel von einer Aktivität zu einer anderen, Schwierigkeiten haben. Probleme können sogar auftreten, wenn das Kind aufgefordert wird, seine Aufmerksamkeit von einer weniger angenehmen Aufgabe auf eine angenehmere zu lenken. Hier findest du einige Strategien, die dazu beitragen können, dass Veränderungen besser bewältigt werden können und Übergänge einfacher werden.

### Für große Veränderungen

- Entwickle „Begrüßungs-“ und „Abschiedsrituale“ mit deinem Kind.
- Um einen Umzug in ein neues Zuhause, den Besuch beim Zahnarzt / Arzt, den Besuch im Krankenhaus oder den Wechsel in

eine neue Schule vorzubereiten, kannst du Fotos verwenden (Fotos von Personen, dem Gebäude, den Räumen usw), so kann sich dein Kind ein gutes Bild von dem „Neuen“ machen.

- Hat dein Kind Probleme damit, wenn ein Familienmitglied nicht anwesend ist, kannst du ebenfalls mit Fotos von der Person und dem Ort, wo sich diese gerade befindet, leichter die Abwesenheit erklären.
- Wenn eine besonders große Veränderung bevorsteht (zB.: Wechsel zu einer anderen Familie oder Wechsel des Wohnheimes) oder das Kind woanders übernachten soll, dann versuche, die täglichen Abläufe so normal wie möglich zu halten. Konsistenz und Routine minimieren die negativen Auswirkungen.
- Nimm die Ängste des Kindes vor



Verlassenwerden und Trennung ernst. Vermittle so viel Sicherheit wie möglich, bereite das Kind rechtzeitig und langsam darauf vor.

## Für kleine Veränderungen

- Richte Routinen ein, damit dein Kind kommende Ereignisse besser vorhersehen kann. Biete gute, strukturierte und begrenzte Auswahlmöglichkeiten an und versuche die Entscheidungsfindung zu fördern.
- Hilf deinem Kind, seine Umgebung zu gestalten.
- Vereinbare mit deinem Kind einen visuellen oder verbalen Hinweis, damit es versteht, dass es Zeit ist, mit einer Aufgabe zu beginnen.
- Eieruhren haben sich bewährt, um

die Länge einer Aktivität klar zu definieren.

- Gib schon vor dem Ende einer Aktivität einen Hinweis, dass diese beendet werden muss.
- Bereite das Kind schon am Abend zuvor auf die Schule vor. Lass das Kind so viel wie möglich selbst machen und entscheiden. Biete ihm beispielsweise für die Kleidung eine begrenzte Auswahlmöglichkeiten an.

## FASD - Supervision



### Das Kind „im Auge“ behalten

Es ist sehr wichtig, dass du für dein Kind ein Mentor, Begleiter und Supervisor bist. Das Kind „im Auge behalten“ kann verhindern, dass es in Schwierigkeiten gerät oder sich in gefährliche Situationen begibt. Wie eng diese „Überwachung“ sein muss, ist von Fall zu Fall verschieden. Es ist aber immer eine große Herausforderung, besonders dann, wenn das Kind das Teenageralter erreicht hat und es

sich ähnliche Privilegien wünscht, die auch andere Gleichaltrige haben.

- Achte darauf, dass Strukturen deine „Aufsicht“ unterstützen, denn es ist unmöglich, dass du immer und überall bist.
- Bedenke, dass auch du schlafen musst. Ein möglichst spärlich eingerichtetes Kinderzimmer kann dazu beitragen, nächtliche „Katastrophen“ zu minimieren. Für ein Kind mit Tendenzen zu nächtlichen Wanderungen kann ein Alarm an der Tür des Schlafzimmers hilfreich sein.
- Dein Kind wurde wieder bei etwas „erwischt“? Das kommt bei Kindern mit FASD häufig vor, da sie Schwierigkeiten damit haben, den Zusammenhang von Verhalten und Konsequenzen zu verstehen.

Meist sind sie jedoch gar nicht das Kind, das die Aktion initiiert oder ausgeführt hat. Denk daran!

- Kinder mit FASD sind häufig sehr vertrauensselig und haben keine Scheu vor fremden Menschen. Lehre dein Kind, dass es beim Umgang mit Fremden vorsichtig sein muss. Wenn sich dein Kind Fremden nähert,

schreite sofort ein (z. B. „Dies ist ein Fremder, dies ist jemand, den wir nicht kennen. Wir sprechen nicht mit Leuten, die wir nicht kennen.“) Auch wenn das für dich schwierig und peinlich ist, hilft es deinem Kind zu lernen, dass man beim Umgang mit Fremden vorsichtig sein muss.

## FASD - "Anwalt sein"



### Erweitere deine „anwaltlichen“ Fähigkeiten

Es kann eine große Herausforderung sein, mit Schulen, Ärzten, Hilfskräften, Ämtern usw. effektiv zusammenzuarbeiten, es ist aber von entscheidender Bedeutung. Du bist als Elternteil ziemlich sicher der beste Anwalt für dein Kind. Es ist deshalb sehr gut, wenn du deine „anwaltlichen“ Fähigkeiten erweiterst. Du kannst in deinem unmittelbaren Umfeld oder im Internet nach Ressourcen und Workshops zum Thema Interessensvertretung suchen oder in einer Bibliothek nach Büchern zum Thema Selbstvertretung stöbern.

- Informiere dich über FASD. Lerne alle Besonderheiten von FASD. Suche in Zeitschriften, Büchern, Newslettern, Filmen und im Internet nach Informationen und Unterstützung. Nimm an Workshops und Konferenzen teil. Gib dein Wissen auch an Fachleuten weiter, die mit deinem Kind arbeiten.
- Lass die Diagnose FASD nicht als Beschreibung von Einschränkungen zu. Geh darüber hinaus. Jedes Kind hat ein anderes Potenzial. Das Ziel ist, die Entwicklung zu erleichtern, mit seinen Stärken zu arbeiten, damit es sein volles Potenzial ausgeschöpft kann.
- FASD ist ein relativ neuer Bereich, und es wird einige Zeit dauern, bis sich ein formelles „System“ entwickelt, das betroffenen Personen und ihren Familien hilft. Finde Personen, die mit FASD konfrontiert sind

und Interesse daran haben, dass sich rasch Hilfsangebote entwickeln. Tausche dich aus und hilf mit, das Thema FASD bekannt zu machen. Nur gemeinsam kann man etwas bewirken.

- Schließe dich einer Selbsthilfegruppe an und teile deine Informationen. Es gibt auch in Österreich Selbsthilfegruppen. In der derzeit schwierigen Pandemiesituation gibt es auch Online-Angebote On Demand. Wende dich per e-mail an [info@fasd-netzwerk.at](mailto:info@fasd-netzwerk.at) - ein Austausch wird kurzfristig organisiert.
- In manchen Bereichen ist es sinnvoll einen Anwalt einzuschalten, um Rechte für dein Kind durchzusetzen. Auch Vereine wie zB „Chronisch krank“ können gut unterstützen, wenn es zB um Rehabilitationsgeld oder Pflegegeld geht. Du kannst auch die

Unterstützung eines informellen Anwalts in Anspruch nehmen - zum Beispiel kann dich ein Freund/eine Freundin in das Büro des Schulleiters begleiten, wenn du dich für eine bessere Unterstützung deines Kindes in der Schule einsetzt.

- Du kannst aktiv werden bei der Gestaltung der Gesetzgebung, Forschungsbemühungen unterstützen, oder auch einen Verein fördern, der sich für die Interessen der FASD-Betroffenen einsetzt. **Wir, fasd-netzwerk.at, würden uns sehr über deine Unterstützung freuen!**
- Achte darauf, dass du Unterstützung für dich selbst bekommst!



*fasd-netzwerk.at*

Bühlgründe 4  
7100 Neusiedl am See  
Tel.: +43 677 63456400

Landesstelle Wien  
Anton Baumgartner Straße 31  
1230 Wien  
Tel.: +43 664 4514419  
E: [info@fasd-netzwerk.at](mailto:info@fasd-netzwerk.at)

Österreich



[www.fasd-netzwerk.at](http://www.fasd-netzwerk.at)