



والدین بودن

تربیت یک فرزند مشکل و پیچیده است. بسیاری از والدین هر از گاهی از خود می پرسند، چه چیزهایی برای فرزندشان خوب است. گفتگو با والدین دیگر درباره نظر آنها می تواند مفید و ارزشمند باشد. افزون بر این، مرکز های مشاوره نیز برای راهنمایی هستند.

مکان های دیدار

پیشنهاد و راهکارهای متفاوت و گسترده ای برای پدران و مادران ی که مایلند با والدین دیگر ارتباط برقرار کنند و یا با فرزندشان در فعالیتهایی شرکت کنند وجود دارد. برخی از پیشنهادها و برنامه ها به طور ویژه ای برنامه ریزی شده تا والدین سوئسی و والدین خارجی بتوانند از این راه با هم در ارتباط قرار گیرند. برای کودکان خردسال برنامه های گروهی بسیاری وجود دارند، که سبب ارتباط والدین نیز می شود. یکی از این برنامه ها، ورزش با مادر/ ورزش با پدر/ ورزش با والدین (MuKi-/VaKi-/EIKi-Turnen) است، که با بازی کردن، سرگرمی و هیجان برای پدران و مادران به همراه فرزندشان برگزار می شود. این برنامه ی ورزشی در بیشتر مناطق برپا می باشد. در مرکز خانوادگی (Familienzentrum) برای والدین و فرزندان آن ها نیز برنامه های گوناگونی وجود دارد. کتابخانه ها هم برای کودکان و جوانان و پدران و مادران برنامه ها و پیشنهاداتی دارند.

آموزش والدین

در استان یا ولایت برن، والدین می توانند در دوره ها و کلاسهای مختلف شرکت کنند. کلاسها و دوره هایی وجود دارند که پاسخگوی مسائل مورد نیاز مهاجران می باشند. برای نمونه برگزار کردن دوره های آموزشی درباره سیستم تحصیلی سوئیس. برخی از کلاسها و برنامه ها نیز به زبان خود مهاجران می باشد. آگاهی بیشتر درباره این برنامه ها را می توان از وبگاه خانوادگی برن"، و نیز از مدرسه ها و یا شهرداری های منطقه دریافت کرد. همچنین برنامه های گوناگونی برای آمادگی و همیاری زایمان وجود دارد.

مشاور امور تربیتی

هر فردی که درباره مسائل تربیتی کودکان پرسشی دارد، می تواند با مراکز مشاوره خانواده تماس بگیرد. در همه منطقه ها مرکزها گوناگونی برای مشاوره خانواده وجود دارد. همچنین مرکزهای مشاوره مادران و پدران و پدران (Mütter-Väterberatung) در شهرداریهای مختلفی آماده همیاری و راهنمایی هستند. حتی درباره نگهداری از نوزادان هم، شما را راهنمایی می کنند. هنگام شرایط اضطراری والدین، کارشناسانی هستند که با تلفن و یا با ایمیل مشاوره می دهند. تلفن ۰۸۴۸۳۵۴۵۵۵ (خط تلفن شهری) www.elternnotruf.ch

مشاوره مادران و پدران

"مشاوره مادران و پدران، مشاوره رایگانی را در مورد تغذیه، مراقبت، رشد و تربیت کودکان 0 تا 5 ساله ارائه می دهد. مشاوره در یک مرکز مشاوره، یا از طریق تلفنی یا بصورت آنلاین انجام می شود. در صورتی که مشکلات زبانی دارید، لطفاً با ما تماس بگیرید - ما راه حلی پیدا خواهیم کرد! اطلاعات مربوط به مشاوره مادران و پدران به ۱۶ زبان شماره تماس برای اطلاعات و ثبت نام: 031 552 16 16



Kanton Bern
Canton de Berne

hallo-bern.ch
salut-berne.ch

اطلاعات بیشتر (لینک ها, نشانی های مهم, مدارک کمکی)
www.hallo-bern.ch/fa/partnership-and-children/being-a-parent