

Eltern sein

Was ist gut für mein Kind? Wie kann ich mein Kind fördern? Wie setze ich Grenzen? Kinder zu erziehen, ist eine grosse Aufgabe. Als Mutter oder Vater haben Sie bestimmt viele Fragen. Der Austausch mit anderen Eltern ist wertvoll. In Appenzell Ausserrhoden gibt es verschiedene Elternangebote und Beratungsstellen.

Angebote für Eltern

Von Krabbelgruppe bis Eltern-Turnen: In Appenzell Ausserrhoden gibt es viele Angebote für Mütter und Väter. Sie können sich mit anderen Eltern austauschen oder gemeinsam etwas unternehmen. Einige Angebote richten sich speziell an schweizerische und ausländische Eltern. Sie unterstützen dabei, neue Familien kennenzulernen.

- Krabbelgruppen: Viele Gemeinden haben Krabbelgruppen für Säuglinge und Kleinkinder bis zu 2 Jahren.
- MuKi, VaKi, ElKi-Turnen: In den meisten Gemeinden gibt es Turngruppen entweder nur für Mütter und Väter oder für Eltern und ihre Kinder.
- Bibliotheken haben Angebote für kleine und grössere Kinder und ihre Eltern.

Fragen Sie Ihre Wohngemeinde, welche Angebot es in Ihrer Nähe gibt.

Elternbildung

In Appenzell Ausserrhoden gibt es Kurse zu verschiedenen Themen für Eltern. Für Migrantinnen und Migranten gibt es spezielle Kurse. Einige Kurse sind in einer anderen Sprache als Deutsch. Mehr Informationen zu den Kursen finden Sie auf der Website «Netzwerk Elternbildung», den Websites der Schulen oder Ihrer Wohngemeinden.

Erziehungsberatung

Mehrere Beratungsstellen unterstützen bei Fragen zur Erziehung. In allen Regionen gibt es Familienberatungsstellen. Mütter- und Väterberatungen bieten in verschiedenen Gemeinden Hilfe und beantworten Fragen zur Säuglingspflege. Notfall- und Beratungsnummern finden Sie [hier](#).

Mehr Informationen (Links, Adressen, Broschüren, Merkblätter)

www.hallo-ar.ch/de_einfach/partnerschaft-und-kinder/eltern-sein