

## والدین بودن

تربیت فرزندان مسأله آسانی نیست. ممکن است گاهی فکر کنید چه چیزی برای فرزندان خوب است. صحبت در مورد آن با والدین دیگر می تواند بسیار مفید باشد. مراکز مشاوره مختلف نیز می توانند به شما کمک کنند.

### مکان های ملاقات

پیشنهادات زیادی برای مادران و پدران وجود دارد. در اینجا می توانید با والدین دیگر صحبت کنید یا با فرزندان کاری انجام دهید.

- گروه های نوپا (Krabbelgruppen) برای نوزادان و کودکان نوپا تا 2 سال می باشد. در اینجا می توانید با والدین دیگری آشنا شوید.
- ژیمناستیک والدین کودک (ژیمناستیک MuKi، ژیمناستیک VaKi یا ژیمناستیک ElKi) برای والدین دارای فرزندان کوچک است. آنها می توانند با هم بازی کنند، حرکت کنند و لذت ببرند. اکثر باشگاه ها ژیمناستیک را ارائه می دهند.
- نقاط ملاقات محله (Quartiertreffpunkte) مناسبی برای والدین و فرزندان دارد.
- کتابخانه ها و کتابخانه های اسباب بازی برای کودکان کوچک و بزرگ و والدین آنها پیشنهاداتی دارند.

### آموزش والدین

در Basel-Stadt دوره هایی برای والدین در مورد موضوعات مختلف وجود دارد. همچنین دوره های ویژه ای برای مهاجران وجود دارد. به عنوان مثال، دوره هایی در مورد سیستم مدارس سوئیس وجود دارد. برخی از دوره ها نیز به زبان های دیگر هستند.

### مشاور تربیتی

اگر در مورد تربیت فرزندان خود سوالی دارید، مراکز مشاوره مختلف به شما کمک خواهند کرد. به عنوان مثال، اگر نوزادان و کودکان کوچک تا 5 سال دارید، می توانید به مشاور والدین (Elternberatung) بروید.

اگر سوال اضطراری دارید، می توانید با شماره اضطراری والدین تماس بگیرید. مشاوره تخصصی را از اینجا دریافت کنید. هنگام تماس، نرخ معمولی تلفن ثابت را پرداخت می کنید. تلفن: 0848 35 45 55 و یا می توانید ایمیل بنویسید. می توانید آدرس را در [www.elternnotruf.ch](http://www.elternnotruf.ch) ببابید.

### اطلاعات بیشتر (لینک ها، نشانی های مهم، مدارک کمکی)

[www.hallo-baselstadt.ch/fa/partnership-and-children/being-a-parent](http://www.hallo-baselstadt.ch/fa/partnership-and-children/being-a-parent)