

**Mütter
& Väter
Beratung**



Wir stehen Ihnen
unterstützend
zur Seite.

Lebensnah und lösungsorientiert

**In unseren Beratungsstellen erhalten
Sie professionelle Beratung zu Themen
rund um Ihr Kind, das Elternsein und
zu Erziehungsfragen.**

Haben Sie Kinder zwischen 0 und 5 Jahren?
Wir begleiten Sie individuell und gehen
kompetent auf Ihre Anliegen ein. Nutzen Sie
unser kostenloses Angebot in Ihrer Nähe.
Zudem finden Sie auch hilfreiche Tipps und
Tricks auf unserer Webseite.

Unser Ziel:
Gestärkte Eltern, glückliche Kinder!

**Ihre Beratungsstelle
schnell finden:**

→ [mvbo.ch](https://www.mvbo.ch)



Also available in
16 other languages



Unsere Themenbereiche

**Stillen • Ernährung • Schlafen
Entwicklung • Erziehung • Familienbegleitung
Ferien und Freizeit • Gesundheit • Pflege**

Häufig gestellte Fragen

-
- ? Wie gehe ich mit Schlafproblemen meines Kindes um?

 - ? Wie kann ich meinem Kind eine gesunde und ausgewogene Ernährung bieten?

 - ? Wie gehe ich mit Herausforderungen in der Erziehung meines Kindes um?

 - ? Wie kann ich als Elternteil mit Stress und Überforderung umgehen?

 - ? Wie kann ich mein Baby richtig stillen oder welche Alternativen stehen mir zur Verfügung?
-

Fachstelle Mütter-
und Väterberatung Ost
info@mvbo.ch

Unterstützt durch:

**Kanton St.Gallen
Gleichstellungs- und
Integrationsförderung**



→ mvbo.ch



Also available in
16 other languages