为人父母

抚养子女是一项艰巨的任务。许多父母时常会问自己，怎样才是对孩子最好的。为此，与其他父母进行交流非常有价值，还有各种咨询机构可以提供帮助。

聚会地点

对于想要与其他父母交流意见，或与孩子一起参加各种活动的父母来说，这里有很多选择。有些项目的设计，专门旨在让瑞士家长和外国家长建立和加强联系。

- 针对不满 2 周岁的婴幼儿，许多市镇都有幼儿团体，家长也可以在这些团体内彼此接触。亲子体操 MuKi/VaKi/ElKi（MuKi/VaKi/ElKi 体操）供父母与孩子一同游戏、享受乐趣、获得锻炼。大多数社区都提供此类体操课。
- 家庭中心面向家长和孩子开办各种活动。
- 图书馆常有面向各年龄段儿童及家长的服务项目。

强烈推荐在您所居住的市镇了解当地的各种服务项目。

父母培训

在巴塞尔乡村州 (Basel-Landschaft)，家长可以参加各种主题的课程，其中有些专门满足移民需求，例如关于瑞士教育体制的课程。有些课程还可用外语授课。“巴塞尔乡村州父母培训”(Elternbildung Basel-Landschaft) 网站、学校或您所居住的市镇可提供有关项目信息。

教育咨询

如果您在抚养孩子的过程中有任何疑难问题，可以求助于各种咨询机构。所有地区都设有家庭咨询机构，此外，各市镇的父母咨询机构也可提供帮助，包括就婴儿照顾问题。通过家长紧急热线，专家以电话或电子邮件形式向家长提供咨询服务（电话：0848 35 45 55（固定电话资费） www.elternnotruf.ch ww.elternnotruf.ch）。

更多信息

www.hallo-baselland.ch/zh/partnerschaft-und-kinder/eltern-sein