

## والدین بودن

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

### مکان های ملاقات

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 نوزادان و کودکان تا سن دو سالگی در بسیاری از مناطق گروههای نوپا وجود دارند که والدین نیز می توانند با یکدیگر ارتباط برقرار کنند. مادر – ورزش/ پدر – ورزش/ والدین – فرزند ورزش (MuKi- /VaKi-/ElKi-Turnen) بازی کردن سرگرمی و هیجان برای پدران و مادران به همراه فرزندشان. این برنامه ی ورزشی در بیشتر مناطق برپا می باشد.
- در مرکز خانوادگی (Familienzentrum) برای والدین و فرزندان آنها نیز برنامه های مختلفی وجود دارد.
- کتابخانه ها هم برای کودکان و جوانان و پدران و مادران برنامه ها و پیشنهاداتی دارند.

### آموزش والدین

در ایالت آرگاو 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 ی سیستم تحصیلی سوئیس . برخی از کلاسها و برنامه ها نیز به زبانهای خارجی می باشد. آگاهی بیشتر در مورد این برنامه ها را می توان از وبسایت "آموزش والدین آرگاو" ، از مدرسه ها و یا شهرداری منطقه دریافت کرد.

### مشاور تربیتی

هر فردی که درباره ی مسائل تربیتی کودکان پرسشی دارد، می تواند با مراکز مشاوره خانواده تماس بگیرد. در همه منطقه ها مراکز گوناگونی برای مشاوره خانواده وجود دارد. همچنین مراکز مشاوره مادران و پدران مراکز مشاوره مادران و پدران (Mütter-Väterberatung) در شهرداریهای مختلفی آماده کمک و راهنمایی هستند. حتی درباره ی مراقبت از نوزادان هم شما را راهنمایی می کنند. در مواقع اضطراری افراد متخصصی هستند که از طریق تلفن و یا ایمیل به شما مشاوره ارائه می دهند. تلفن ۰۸۴۸۳۵۴۵۵۵ (خط تلفن شهری) [www.elternnotruf.ch](http://www.elternnotruf.ch)

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

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