

Kanton > GSD > DISG > Grüezi

Eltern sein

Ein Kind zu erziehen, ist anspruchsvoll. Viele Eltern stellen sich hin und wieder die Frage, was gut für ihr Kind ist. Der Austausch mit anderen Eltern kann sehr wertvoll sein. Ausserdem gibt es verschiedene Beratungsstellen, die weiterhelfen.

Treffpunkte

Es gibt ein breites Angebot für Mütter und Väter, die sich mit anderen Eltern austauschen oder mit ihrem Kind an Aktivitäten teilnehmen möchten. Einige Angebote sind speziell darauf ausgerichtet, dass schweizerische und ausländische Eltern Kontakt knüpfen können.

- Für Säuglinge und Kleinkinder bis zu 2 Jahren gibt es in vielen Gemeinden Krabbelgruppen, wo auch die Eltern miteinander in Kontakt kommen.
- Das Eltern-Kind-Turnen (MuKi-/VaKi-/ElKi-Turnen) bietet Spiel, Spass und Bewegung für Eltern mit ihren kleinen Kindern. Das Turnen wird in den meisten Gemeinden angeboten.
- Frauenvereine bieten oft Treffpunkte für Eltern und ihre Kinder an.
- Bibliotheken haben Angebote für kleine und grössere Kinder und ihre Eltern.

Es lohnt sich auf jeden Fall, sich bei der Wohngemeinde über die verschiedenen Angebote in der Region zu erkundigen.

[Gemeindeverwaltungen / Gemeindeverzeichnis mit allen Kontakten](#)

Elternbildung

Im Kanton Luzern können Eltern Kurse und Informationsveranstaltungen zu verschiedensten Themen besuchen. Über die Angebote informieren die Internetseite "Elternbildung LU", die Schulen oder die Wohngemeinde.

[Elternbildung LU / Angebote](#)

Erziehungsberatung

Wer Fragen zur Erziehung der Kinder hat, kann sich an verschiedene Beratungsstellen wenden. In allen Regionen gibt es Familien- und/oder Erziehungsberatungsstellen. Weiter bieten die Mütter- und Väterberatungen in verschiedenen Gemeinden ihre Hilfe an, auch zu Fragen der Säuglingspflege. Die Adressen und Telefonnummern der zuständigen Beratungsstellen findet man auf der Internetseite der Sozialberatungszentren (SoBZ). Zuerst muss man die Wohngemeinde auswählen. Danach werden die zuständigen Stellen angezeigt.

- [SoBZ / Zuständige Beratungsstelle finden](#)
- [no-ZOFF.ch / Zuständige Beratungsstelle finden \(DE\)](#)
- [Gesundheitsförderung / Video zur Mütter- und Väterberatung \(EN\)](#)