

**Mütter  
& Väter  
Beratung**



**Мы всегда готовы  
вас поддержать.**

Решение реальных жизненных задач

**В наших консультационных центрах вы  
получите профессиональную консультацию  
по вопросам, связанным с вашим ребенком,  
родительством и воспитанием.**

У вас есть дети в возрасте от 0 до 5 лет?  
Мы предоставим вам индивидуальную  
поддержку и дадим грамотные советы по  
вашим вопросам. Воспользуйтесь нашими  
бесплатными консультациями в вашем  
регионе. На нашем сайте вы также найдете  
полезные советы и рекомендации.

**Наша цель: сильные родители,  
счастливые дети!**

Найдите свой  
консультационный центр:

→ [mvbo.ch](https://mvbo.ch)



Also available in  
16 other languages



## Направления консультирования

**грудное вскармливание • питание • сон  
развитие • воспитание • поддержка семьи  
праздники и свободное время • здоровье • уход**

## Часто задаваемые вопросы

- ? Как решить проблемы со сном у ребенка?
- ? Как обеспечить ребенку здоровое и сбалансированное питание?
- ? Как справиться с трудностями в воспитании ребенка?
- ? Как мне справиться со своим стрессом и перегрузкой в роли родителя?
- ? Как наладить грудное вскармливание ребенка или какие существуют альтернативы?

Специализированный центр  
для консультирования матерей  
и отцов, восточный регион  
[info@mvbo.ch](mailto:info@mvbo.ch)

При поддержке:

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



→ [mvbo.ch](https://mvbo.ch)



Also available in  
16 other languages