

## mütter- und väterberatung rheintal



# Wertvolle Unterstützungsangebote für Eltern

■ Die Beratungsstelle der MVB an der Bachstrasse 1 in Au sowie der Warte-/Stillraum der SDM-Geschäftsstelle in Heerbrugg (rechts).

Caroline Lüchinger-Müller

**M**ütter und Väter mit Kindern bis fünf Jahre haben sich sicherlich auch schon einmal gefragt, ab wann ihr Kind in der Nacht durchschläft oder was man bei kleinen Babys tun kann wenn sie erkältet sind. Mit diesen und weiteren Fragen sind Eltern bei der Mütter- und Väterberatung Rheintal (MVB) genau richtig.

Die vielfältigen Angebote dieser Beratung sind freiwillig und dank der Finanzierung durch die politischen Gemeinden auch kostenlos.

Kinder durchlaufen eine rasante Entwicklung von motorischen Fähigkeiten (z.B. laufen, klettern, feinmotorische Arbeiten) über Sprache (z.B. erste Worte, Sätze, komplexere Kommunikation) bis hin zu sozial-emotionalen Kompetenzen (wie Bindung, Selbstbewusstsein, Rollenspiele), wobei die Welt durch Spielen, Nachahmen und Erkunden entdeckt wird. Die Begleitung von Bezugspersonen ist gerade in dieser Phase essentiell. Die Entwicklung verläuft individuell, aber wichtige Meilensteine umfassen Vertrauen aufbauen, die «Trotzphase» durchleben, erste Freundschaften schliessen und zunehmendes Interesse an Symbolen, wie beispielsweise Buchstaben, zu entwickeln.

Die MVB der SDM bietet flexible Kontaktmöglichkeiten. Zum einen gibt es eine Telefonberatung, von Montag bis Freitag, jeweils von 8 bis 16 Uhr.

### Mütter- und Väterberatung Rheintal – ein umfangreiches und bedürfnisorientiertes Angebot

Die MVB der Sozialen Dienste Mittelrheintal (SDM) bietet verschiedene Beratungs- und Unterstützungsangebote für Eltern mit Kindern ab Geburt bis zum fünften Lebensjahr im Rheintal an. In den Beratungsstellen erhalten die Mütter und Väter lebensnahe, lösungsorientierte und professionelle Unterstützung rund um ihr Kind, zum Elternsein und zu Erziehungsfragen.

#### Das Spektrum der Beratung umfasst diese oder ähnliche Themen:

- Stillen und Ernährung
- Säuglings- und Kinderpflege
- Entwicklung von Säuglingen und Kleinkindern
- Schrei- und Schlafprobleme bei Säuglingen
- Erziehung im Kleinkindalter
- Informationen zu Vorsorgeuntersuchungen und Gesundheitsfragen
- Rollenfindung während des Übergangs zur Elternschaft
- Soziale Themen aus dem Lebensbereich der Eltern
- Vermittlung von Fachstellen und Kontaktadressen
- Rückkehr an den Arbeitsplatz

Die Beratungen finden an insgesamt 18 Standorten in den Rheintaler Gemeinden von Staad bis Rüthi statt.

**S-D-M** Soziale Dienste  
Mittelrheintal

Ein sehr komfortables Angebot ist die Möglichkeit der Inanspruchnahme eines einmaligen Hausbesuchs, der über die Telefonnummer 071 727 13 02 vereinbart werden kann. Zudem können Verabredungen mit oder ohne vorige Terminbuchung wahrgenommen werden. Beratungen ohne Termin finden derzeit ausschliesslich am Standort in Widnau statt. Beratungen mit Termin können einfach und zu jeder Zeit über die Website gebucht werden, inklusive Standortauswahl unter: [www.s-d-m.ch](http://www.s-d-m.ch). Einmal im Monat wird eine Abendberatung angeboten.

#### Je ein Standort in Au und Heerbrugg

In Au befindet sich die MVB im Gebäude der Alterswohnungen der Ortsgemeinde an der Bachstrasse 1, in Heerbrugg an der Widnauerstrasse 8. Im Weiteren besteht die Möglichkeit, sich telefonisch beraten zu lassen oder eine E-Mail an [mvb.sdm@hin](mailto:mvb.sdm@hin) zu schreiben. Natürlich ist die MVB auch auf Social Media gebührend vertreten, siehe: [www.instagram.com/mvb.sdm/](https://www.instagram.com/mvb.sdm/) oder [www.facebook.com/mvb.sdm/](https://www.facebook.com/mvb.sdm/). Berührungen sind lebensnotwendig und fördern die Entwicklung des Kindes. Eine wohltuende Babymassage, welche 1,5 Stunden dauert und für die Teilnehmenden kostenlos ist, kann ebenfalls über die Website gebucht werden. Die Anzahl der Teilnehmer pro Kurs beträgt max. vier Babys und teilnehmen kann jeweils eine Betreuungsperson und ein Baby im Alter von ca. vier Wochen bis fünf Monaten.

#### Geschichte und Infrastruktur

Die Mütter- und Väterberatung gibt es in der Schweiz bereits seit vielen Jahrzehnten. Sie ist historisch aus der Säuglings- und Kleinkinderfürsorge entstanden und hat sich stetig weiterentwickelt. Heute ist sie

ein schweizweit etabliertes Angebot der frühen Kindheit und Teil der präventiven Gesundheitsversorgung für Familien mit kleinen Kindern. Das Beratungsangebot der MVB besteht somit in der ganzen Schweiz, es ist kostenlos und basiert auf Freiwilligkeit. Die MVB des Vereins Soziale Dienste Mittelrheintal wurde 1996 von der Leica AG in den Verein SDM integriert. Die SDM bildet die Trägerschaft von verschiedenen sozialen und pädagogischen Angeboten wie Kindertagesstätten/ Tagesfamilien, Schulsozialarbeit, die Beratungsstelle Familie Soziales Sucht, das Jugend-

netzwerk, die Kontakt- und Anlaufstelle «Contact» sowie die MVB. Nähere Details siehe: [www.s-d-m.ch](http://www.s-d-m.ch).

## Visionen und Ziele

Das MVB-Beratungsteam verbindet die Faszination Mensch und die Freude über ein herzliches Kinderlachen. Das Ziel ist es, gemeinsam mit Müttern und Vätern auf den Weg zu gehen und die Familien zu begleiten. Mit ihrem Fachwissen und viel Praxiserfahrung unterstützt das 7-köpfige Team fundiert, professionell und empathisch.



## Interview mit Michelle Eberle - Bereichsleiterin MVB

### Wie und von wem wird die Mütter- und Väterberatung genutzt? Kommen auch häufig Väter vorbei?



Das Angebot wird von Familien mit Kindern ab Geburt bis ins Vorschulalter genutzt. Die Beratung erfolgt je nach Angebot der Gemeinde in Beratungsstellen, bei Hausbesuchen, telefonisch und zunehmend auch digital. Je nach Stelle bestehen auch zusätzliche Angebote. Für die Region Rheintal bietet die MVB der SDM die Möglichkeit zur Teilnahme an einer Babymassage und einmal im Monat auch eine Abendberatung zusätzlich an.

Neben vorwiegend Müttern nehmen auch Väter das Angebot gerne in Anspruch – sei es gemeinsam mit der Partnerin oder auch allein. Gerade bei Erstgeburten oder bei spezifischen Fragestellungen zeigt sich, dass Väter zunehmend aktiv eingebunden sind.

### Erklären Sie uns doch bitte kurz die Beratungsmöglichkeiten. Wie grenzen sich diese ab oder ergänzt das kinderärztliche Angebot dasjenige weiterer Stellen?

Die MVB unterstützt Familien bei Fragen rund um die Entwicklung, Pflege, Ernährung, Erziehung und das Familienleben mit kleinen Kindern. Ein zentraler Fokus liegt auf der frühen Begleitung und Prävention.

Eine Mitarbeiterin der Fachstelle für Familienplanung des Kantons St. Gallen hat das Angebot einmal gut umschrieben: «Die MVB ist fast wie eine gute Tante in der Familie. Sie hört zu und gibt gute Tipps. Man kann sie Dinge fragen, die man näherstehende Verwandte nicht fragen würde und trotzdem besteht eine gewisse Distanz». Im Unterschied zur Kinderärztin/zum Kinderarzt steht nicht die medizinische Diagnose bzw. Behandlung im Vordergrund, sondern die Beratung, Stärkung und Orientierung der elterlichen Kompetenzen im Alltag. Das Angebot ergänzt medizinische, therapeutische und sozialpädagogische Stellen und arbeitet bei Bedarf eng mit diesem zusammen.

### Wie ist ihr Eindruck? Was beschäftigt die Menschen am meisten? Fragen zur Pflege oder Erziehungs- oder Familienthemen?

Die Anliegen der Familien sind vielfältig. Häufig geht es um Fragen der Entwicklung des Kindes, zum Schlaf, zur Ernäh-

rung oder zum Umgang mit neuen Lebenssituationen. Gesamtschweizerisch lagen die Hauptthemen im Jahr 2024 bei Ernährung und Entwicklung.

### Hat sich der Beratungsbedarf- bzw. deren Themen im Laufe der Jahre geändert?

Ja, der Beratungsbedarf hat sich im Laufe der Jahre verändert. Neben den klassischen Themen wie Pflege und Ernährung sind psychosoziale Fragestellungen stärker in den Vordergrund gerückt. Wir nehmen wahr, dass die Komplexität von Familien- und Erziehungsthemen zunehmend ist, z.B. Unsicherheiten im Alltag, der Umgang mit Belastungen oder die Vereinbarkeit von Familie und Beruf. Die Beratung bietet hier einen niederschweligen Rahmen, um Fragen frühzeitig zu klären. Familien sind heute oft mit einer Vielzahl von Informationen, Erwartungen und gesellschaftlichen Anforderungen konfrontiert. Entsprechend steigt der Bedarf an Orientierung, Einordnung und persönlicher Beratung. Auch sind wir stetig bestrebt unser Angebot den Bedürfnissen der Eltern anzupassen. Dies war in den letzten Jahren besonders im Ausbau der digitalen Angebote spürbar. Termine in den Beratungsstellen können z.B. online gebucht werden, neu können uns Eltern auch per WhatsApp kontaktieren und wir sind telefonisch besser erreichbar.

### Wie funktioniert die neu eingeführte WhatsApp-Beratung?

Diese wurde eingeführt, damit Familien uns noch niederschwelliger erreichen können. Sie ermöglicht eine unkomplizierte Kontaktaufnahme, etwa bei konkreten Fragen im Alltag. Das Angebot lässt sich insbesondere gut für kurze Rückfragen oder zur ersten Orientierung nutzen. Für vertiefte Themen bleibt jedoch das persönliche Gespräch zentral.

Eine wichtige Abgrenzung ist hier zu erwähnen: Wir bieten keine Notfallberatung oder ein Chat-Angebot im klassischen Sinne an. Dies bedeutet in der Praxis, dass Nachrichten ausschliesslich an den betreffenden Arbeitstagen der Beraterin beantwortet werden. Mit diesem neuen Beratungssetting möchten wir den Zugang zu einer qualitativ hochwertigen und persönlichen Beratung weiter erleichtern. Gleichzeitig trägt das Angebot dazu bei, Eltern im oft dicht getakteten Familienalltag mit unkomplizierten und effizienten Antworten zu unterstützen.

### Welche neuen oder weiteren Schritte plant die MVB?

Das Angebot wird laufend weiterentwickelt. Dazu gehören der gezielte Ausbau digitaler Beratungsformen, die Stärkung der Vernetzung mit anderen Fachstellen sowie die kontinuierliche Anpassung an die Bedürfnisse der Familien.

Ein Schwerpunkt liegt in diesem Jahr darauf, die bestehenden sowie neu eingeführten Strukturen zu festigen und nachhaltig zu etablieren. Ziel bleibt es, Eltern frühzeitig, niederschwellig und fachlich fundiert zu begleiten und zu unterstützen.

*Frau Eberle, wir bedanken uns für das Interview.*

### Quellen:

– [www.s-d-m.ch/muetter-und-vaeterberatung/](http://www.s-d-m.ch/muetter-und-vaeterberatung/)

