Kanton Zürich
Bildungsdirektion
kjz

Sicherer Start ins Leben

Online-Kurs für werdende Eltern



Elternbildungskurs

Ein Kind zu bekommen bedeutet eine grosse Veränderung im Leben und löst viele Fragen aus: Wie wird mein neuer Alltag sein? Verstehe ich, was mein Baby braucht? Welche Freuden und Herausforderungen warten auf mich?

Der Kurs unterstützt werdende Eltern bei der Vorbereitung auf ihren neuen Lebensabschnitt.

Dauer	Der Kurs besteht aus 3 Treffen à 2 Stunden.
Kursaufbau	Im Kurs erfahren Sie, wie Sie die Beziehung und Bindung zu Ihrem Baby stärken können. Sie denken über Ihre neuen Aufgaben und Rollen als Eltern nach. Auch Veränderungen im Paar- und Familienleben werden thematisiert. Sie können Ihre Fragen einbringen und erfahren, wo Sie nach der Geburt bei Unsicherheiten weitere Unterstützung finden.
Kosten	Das Angebot ist kostenlos.

Aktuelle Daten, die Anmeldung und weitere Informationen finden Sie auf unserer Webseite.
zh.ch/sicherer-start-ins-leben

Amt für Jugend und Berufsberatung | Geschäftsstelle Elternbildung
zh.ch/elternbildung | Tel. 043 259 79 30

09/2026