

# Ein gesunder Start ins Leben!

## Miges Balù: Migrantenfamilien profitieren von der Mütter- und Väterberatung

*Eltern mit Migrationshintergrund sind in der neuen Umgebung oft unsicher, was ihr neu geborenes Kind für sein Wohlergehen braucht. Das Projekt „Miges Balù“ ermöglicht ihnen einen besseren Zugang zur Mütter- und Väterberatung. So werden sie darin unterstützt, ihrem Baby einen gesunden Start ins Leben zu ermöglichen.*

Die Mütter- und Väterberaterinnen geniessen grosses Vertrauen in der Bevölkerung. Fast alle Eltern von Neugeborenen nutzen das kompetente und niederschwellige Beratungsangebot. Jedoch kennen viele zugewanderte Eltern das Angebot noch nicht, oder die Beratung ist durch Verständigungsprobleme erschwert. Dabei sind gerade diese Eltern besonders auf Beratung angewiesen, denn die widersprüchlichen Ratschläge aus ihrer Umgebung verunsichern sie. Statistiken zeigen, dass das Risiko für Übergewicht und Karies bei Kindern mit Migrationshintergrund erhöht ist.



Eine Familie in der Beratung. Foto: Barbara Graf Horka

### Miges Balù - ein bewährtes Projekt

Das Projekt Miges Balù setzt bei diesem Bedarf an. Miges Balù hat sich in verschiedenen Kantonen bewährt und wird im Rahmen des „Aktionsprogramms gesundes Körpergewicht“ gefördert. Das Amt für Gesundheit, unterstützt durch das Amt für Gesellschaft, führen das Projekt von 2012 bis 2014 nun auch im Kanton Appenzell Ausserrhoden durch, in enger Zusammenarbeit mit den Mütter- und Väterberatungsstellen im Kanton und mit weiteren Beteiligten. Die Projektleitung wurde der Caritas St.Gallen-Appenzell übertragen.

### Die Ziele

Miges Balù bezweckt, dass Migrationsfamilien die Mütter- und Väterberatung kennen lernen, und dass sie das Angebot vermehrt nutzen. Beraterinnen und Familien sollen sich befriedigend verständigen können, so dass die Familien die Beratungsinhalte – zum Beispiel zu ausgewogener Bewegung und Ernährung – verstehen und im Alltag umsetzen werden.



Mutter und Kinder in Bewegung. Foto: inspirationbild.ch

### Die Massnahmen

Um diese Ziele zu erreichen, bilden sich die Mütter- und Väterberaterinnen in transkultureller Kompetenz weiter. Zudem werden interkulturelle Vermittlerinnen eingesetzt, und über verschiedene Kanäle wird der Zugang zur Migrationsbevölkerung verbessert. Broschüren und Briefe werden bei Bedarf übersetzt. Der Schwerpunkt liegt zunächst auf den Sprachen Albanisch, Serbisch/Bosnisch/Kroatisch und Tigrinya (Eritrea).

Auskunft:  
Caritas St.Gallen-Appenzell  
Walter Brunner  
Telefon 071 577 50 11  
[w.brunner@caritas-stgallen.ch](mailto:w.brunner@caritas-stgallen.ch)