



**ELTERN
NOTRUF**

24/7 BERATUNG

0848 35 45 55 zum Festnetztarif

Unsere Wirkung

Die schönsten Rückmeldungen zur Wirksamkeit unserer Beratungen kommen von unseren Klient*Innen.

«Das Telefongespräch mit Ihnen hat den ersten entscheidenden Schritt in eine neue Richtung möglich gemacht – ich bin sehr dankbar, dass es den Elternnotruf gibt.»

Vater nach der Telefonberatung

«Ich war unendlich froh um eine neutrale Ansprechperson mit Fachwissen. Es tut gut, jemand Aussenstehendem seine Sorgen mitteilen zu können. Zum Glück gibt es den Elternnotruf.»

Mutter nach der Telefonberatung

Beratung bei Erziehungsfragen, Konflikten oder Krisen in der Familie

Zum Familienleben gehören alltägliche Höhen und Tiefen. Viele Eltern rufen uns an, weil sie eine Aussensicht oder einen Austausch zu einer herausfordernden Erziehungssituation wünschen. Oder weil sie sich allein gelassen und am Anschlag fühlen, überfordert oder verzweifelt sind. Nehmen Sie mit uns Kontakt auf, wir sind rund um die Uhr für Sie da. Wir beraten auf Deutsch, Französisch, Englisch, Italienisch und Spanisch.



24 Stunden erreichbar: Am Telefon erreichen Sie unsere ausgebildeten Fachpersonen an 365 Tagen. Von 23 Uhr bis 8 Uhr werden die Anrufe von der Dargebotenen Hand Zürich entgegen genommen.



E-Mail Beratung: Sie können uns Ihre Sorgen und Fragen in einem E-Mail mitteilen. Sie erhalten innert zwei Arbeitstagen eine Antwort.



Chatberatung: Unsere Berater:innen sind auch per Chat für Sie erreichbar. Auf unserer Website finden Sie weitere Informationen.

▶ **Vertraulich und kostenlos:** Unsere Beratung ist vertraulich und auf Wunsch anonym. Telefon-, Mail-, und Chatberatungen sind kostenlos.

▶ **Für alle an der Erziehung Beteiligten:** Wir sind eine Anlaufstelle für Eltern von Kindern und Jugendlichen sowie Bezugspersonen der Familie (Verwandte, Nachbarn etc.) und weitere Fachleute im Umfeld der Familie (Lehrpersonen, Krippenmitarbeitende etc.).

▶ **Bei erzieherischen Belastungssituationen:** Sie können uns z. B. bei Fragen zur Entwicklung Ihres Kindes, dem Umgang mit herausfordernden Situationen oder dem Bedürfnis nach einem Austausch mit einer Fachperson kontaktieren.

▶ **Bei Konflikten, Krisen oder Gewalt:** Wir beraten Sie, wenn Situationen eskalieren, es zum Konflikt, einer Familienkrise oder Gewalt kommt. Das kann psychische, physische oder sexuelle Gewalt in der Familie sein, auch bei reiner Vermutung.

Fachpersonen

Unsere Fachpersonen verfügen über eine Ausbildung in Psychologie, Pädagogik oder Sozialer Arbeit sowie Zusatzqualifikationen in Beratung oder Therapie. Alle sind selbst Eltern.



Joëlle Amstutz



Caroline Bansac



Marielle Donzé



Lena Etienne



Deborah Forster



Rita Girzone



Matthias Gysler



Laura Hegner



Nadine Jositsch



Helen Moubana-Beyeler



Yvonne Müller



Marius Pfund



Chantal Plaar Nicol



Martina Schmid

**ELTERN
NOTRUF**

24/7 BERATUNG

Der Elternnotruf ist eine Anlaufstelle für Eltern oder Bezugspersonen von Kindern und Jugendlichen sowie für Fachleute. Er wurde 1983 als privater, politisch und konfessionell neutraler Verein gegründet.

Ihre Spende sorgt dafür, dass Eltern und Erziehungsberechtigte in Not eine Beratung erhalten.

Postkonto 80-32539-6

IBAN ZKB CH29 0070 0111 4010 1823 1

Ein Angebot von Elternnotruf Zürich und Kanton Graubünden.



ELTERNNOTRUF Graubünden

Weinbergstrasse 135

8006 Zürich

Zentrale: 044 365 34 00

Beratungstelefon: 0848 35 45 55

www.elternnotruf.ch

E-Mail: 24h@elternnotruf.ch