



# 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

Sie brauchen jetzt Beratung? Oder Sie wollen frühzeitig Schlimmeres verhindern? Unsere Fachpersonen sind für Sie da.

Zu Elternschaft und Familie gehören alltägliche Höhen und Tiefen. Viele Eltern rufen uns an, weil sie sich eine Aussensicht oder einen Austausch zu einer aktuell herausfordernden Erziehungssituation wünschen. Elternschaft kennt auch «strube» Zeiten, in welchen Eltern am Anschlag und verzweifelt sind und in denen sie sich allein und überfordert fühlen. Dann sind wir da. Ein Anruf oder eine E-Mail genügen. 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.

- ▶ **Vertraulich und kostenlos:** Unsere Beratung ist vertraulich und auf Wunsch anonym. Telefon- und Mailberatungen 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

Beim Elternnotruf stehen Ihnen Fachpersonen mit einer Ausbildung in Psychologie, Pädagogik oder Sozialer Arbeit und Zusatzqualifikationen in Beratung oder Therapie zur Seite. Sie sind alle selbst Eltern.



Susanne Stefanoni



Martina Schmid



Marielle Donzé



Nadine Jositsch



Chantal Plaar Nicol



Helen Moumbana-Beyeler



Yvonne Müller



Matthias Gysel



Joelle Amstutz



Emanuele Godenzi



Rita Girzone

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 Bern.



**Kanton Bern**  
**Canton de Berne**

---

**ELTERNNOTRUF Bern**

Weinbergstrasse 135  
8006 Zürich

Zentrale: 044 365 34 00  
Beratungstelefon: 0848 35 45 55

[www.elternnotruf.ch](http://www.elternnotruf.ch)

E-Mail: [24h@elternnotruf.ch](mailto:24h@elternnotruf.ch)