

# «aacho» Mutter-Kind-Gruppen

## Mutter-Kind-Gruppe für Schwangere und Mütter von Babys und Kleinkindern nach einer Flucht

Sie mussten ihre Heimat verlassen, sind neu in der Schweiz und Sie sind schwanger und/oder haben ein Baby oder Kleinkind. Sie möchten mit Ihrem Baby gerne andere Mütter und ihre Babys kennenlernen. Ihr Baby soll sich gesund entwickeln und glücklich werden. Sie möchten eine gute Mutter und gute Eltern sein. Sie fühlen sich vielleicht zuweilen allein, niedergeschlagen, müde oder sind traurig. Sie können vielleicht nicht gut schlafen oder haben schlechte Träume, sind nervös oder fühlen sich krank. **Wir unterstützen Sie und Ihr Kind dabei, sich in der Schweiz einzuleben und wohlfühlen. Bringen Sie Ihr Kind mit. Wir suchen nach Möglichkeiten, Trost zu bekommen und Hoffnung zu schöpfen. Wir spielen, erzählen, reden miteinander und lernen voneinander.**

### Unser Angebot

- Wir laden Sie einmal in der Woche in einen gemütlichen Raum ein. Sie können sich dort mit anderen Müttern und ihren Kindern aus verschiedenen Ländern treffen und austauschen bis Ihre Kinder 3 bis 4 Jahre alt sind.
- Wir bieten einen geschützten Ort, wo Sie und Ihr Kind willkommen sind, wo Sie fragen, erzählen, zuhören, auftanken, spielen, ausruhen und sich einbringen können.
- Sie erhalten Informationen und Unterstützung als Mutter, als Eltern und Familie und bei der Entwicklung Ihres Kindes.

#### verein family-help

arterstrasse 24 | 8032 zürich | tel. 043 243 63 53 | [verein@family-help.ch](mailto:verein@family-help.ch) | [www.family-help.ch](http://www.family-help.ch)  
Alternative Bank Schweiz | IBAN CH10 0839 0034 7483 1000 8 | BIC: ABSOCH22

## Wichtige Informationen

Ort	Verein family-help Arterstrasse 24 8032 Zürich
Zeit	Zwei Gruppen am Dienstag 10.00 bis 12.00 Uhr 13.30 bis 15.30 Uhr Vorgespräche finden einzeln oder mit der Familie statt
Gruppengrösse	Bis zu 6 Frauen mit ihrem Baby und/oder Kleinkind(ern)
Leitung	Antonia Stulz-Koller; Dr. med. Fachärztin für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie Debora Häberlin, Rebekka Sisson; eidg. anerkannte Psychotherapeutinnen Annina Meyer, Psychotherapeutin i.A. Eva Ott, Sozialpädagogin
Sprache	Deutsch   Dolmetscher:innen werden bei Bedarf eingesetzt
Abrechnung	Über die Krankenkasse und Spendengelder
Für Zuweisende	Nach der Zuweisung nehmen wir mit den Frauen direkt Kontakt auf und erklären ihnen und wichtigen Familienmitgliedern Sinn und Zweck dieser Gruppe. Väter und Geschwister der Kleinkinder werden – je nach Situation – zu einem späteren Zeitpunkt wieder einbezogen.
Fragen und Anmeldung	E-Mail: <a href="mailto:sozialarbeit.family-help@hin.ch">sozialarbeit.family-help@hin.ch</a> Tel.: 043 243 63 53

### verein family-help

arterstrasse 24 | 8032 zürich | tel. 043 243 63 53 | [verein@family-help.ch](mailto:verein@family-help.ch) | [www.family-help.ch](http://www.family-help.ch)  
Alternative Bank Schweiz | IBAN CH10 0839 0034 7483 1000 8 | BIC: ABSOCH22



**verein family-help**

arterstrasse 24 | 8032 zürich | tel. 043 243 63 53 | [verein@family-help.ch](mailto:verein@family-help.ch) | [www.family-help.ch](http://www.family-help.ch)  
Alternative Bank Schweiz | IBAN CH10 0839 0034 7483 1000 8 | BIC: ABSOCH22