

# «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.



## Wichtige Informationen

|                         |                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ort                     | Verein family-help<br>Arterstrasse 24<br>8032 Zürich                                                                                                                                                                                                                 |
| Zeit                    | Zwei Gruppen am Dienstag<br>10.00 bis 12.00 Uhr<br>13.30 bis 15.30 Uhr<br>Vorgespräche finden einzeln oder mit der Familie statt                                                                                                                                     |
| Gruppengrösse           | Bis zu 6 Frauen mit ihrem Baby und/oder Kleinkind(ern)                                                                                                                                                                                                               |
| 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<br>Anmeldung | E-Mail: <a href="mailto:sozialarbeit.family-help@hin.ch">sozialarbeit.family-help@hin.ch</a><br>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