

## «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 alleine, 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 wohl zu fühlen. Bringen Sie Ihr Kind mit. Wir suchen nach Möglichkeiten, Trost zu bekommen und Hoffnung zu schöpfen. Wir spielen, erzählen, reden miteinander und lernen voneinander.**

1

### 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:	Jeweils Dienstags 10.00 Uhr bis 12.00 Uhr oder Von 13.30 Uhr bis ca. 15.30 Uhr
Hauptsprache:	Deutsch, Dolmetscher werden punktuell eingesetzt
Gruppengrösse:	bis zu 6 Frauen mit ihrem Kleinkind, ihren Kleinkindern
Abrechnung:	Über die Krankenkasse und über Spendengelder
Leitung:	Dr. med. Antonia Stulz-Koller Lic. phil. Sandra Rumpel MSc. Annina Meyer Neele Gau, Masterstudentin Psychologie
Anmeldung/ Fragen an:	Stefanie Ruef, Tel. 043 243 63 53 E-Mail <a href="mailto:sozialarbeit.family-help@hin.ch">sozialarbeit.family-help@hin.ch</a>
Für Zuweisende:	Nach der Zuweisung von Ihnen 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.

Weitere Informationen über uns: [www.family-help.ch](http://www.family-help.ch) und [www.baby-hilfe.zuerich.ch](http://www.baby-hilfe.zuerich.ch)

### **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