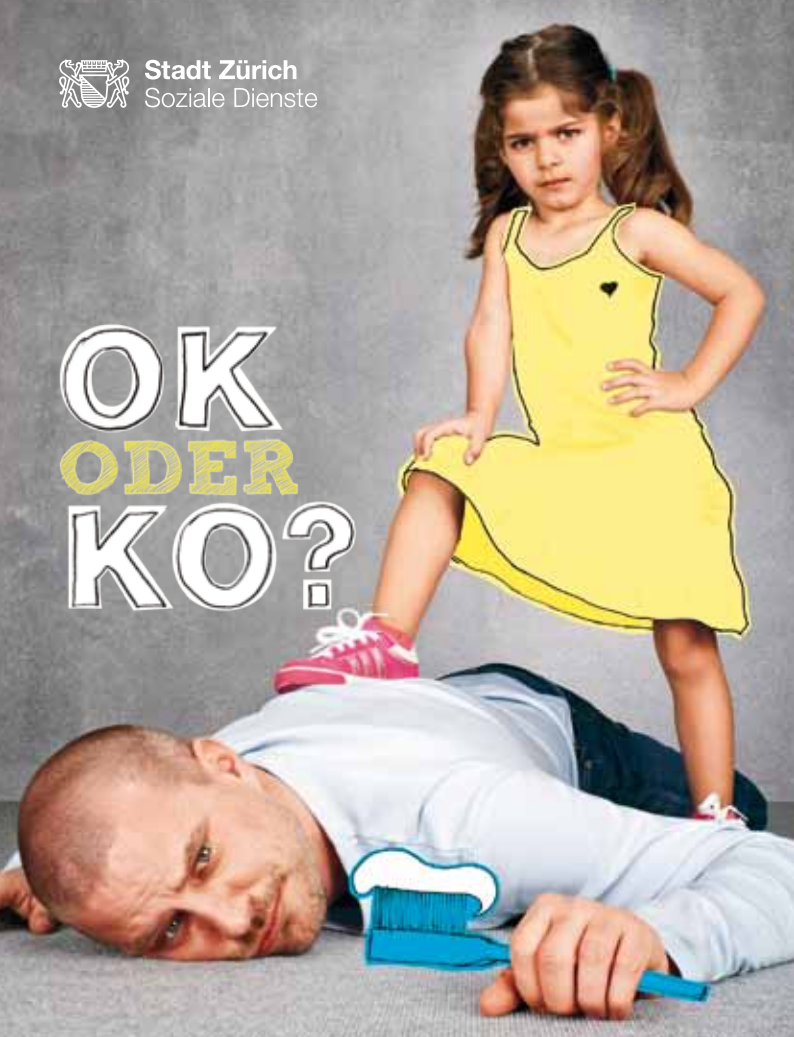


OK ODER KO?



Für Sie da: Ihre Mütter- und Väterberatung

ANTWORTEN!

Blieben Sie mit Ihren Fragen nicht allein! Wir unterstützen und begleiten Sie bei Ihrer Aufgabe als Eltern von Babys und Kleinkindern bis zu 5 Jahren.

Wenden Sie sich an uns bei Fragen zu:

- Entwicklung und Erziehung
- Ernährung und Pflege
- Belastenden Situationen und wie Sie damit umgehen können

Wir informieren Sie auch über:

- Treffpunkte und Entlastungsmöglichkeiten
- Kinderbetreuung
- Kurse und Beratungsangebote
- Kontaktadressen von weiteren Fach- und Beratungsstellen

Die Beratung ist für Sie kostenlos.



FRAGEN?

Ihr Kind entwickelt sich bereits in den ersten Lebensjahren zu einer eigenständigen Persönlichkeit. Das macht viel Freude – und wirft manchmal auch Fragen auf.

Mein Baby weint so viel. Habe ich zu wenig Milch? Wie kann ich es beruhigen?

Unser 4-Jähriger will nur Süßigkeiten essen. Wie können wir das ändern?

Unsere Tochter kommt nachts häufig ins Elternbett. Was sollen wir unternehmen?

Mein 2-jähriger Sohn beißt andere Kinder. Ist er eifersüchtig?

Unsere Tochter weigert sich, in die Krippe zu gehen. Was sollen wir machen?

Meine 3-Jährige spricht undeutlich und nur einzelne Wörter. Ist das normal?

Ich suche Kontakt zu anderen Müttern und Vätern. Welche Angebote gibt es?

KOMPETENT!

Wir beraten Sie in zahlreichen Quartierberatungsstellen, am Telefon oder nach Terminvereinbarung im Sozialzentrum. Wir kommen auch zu Ihnen nach Hause, wenn es die Situation erfordert.

Unsere Beraterinnen sind gut qualifizierte, erfahrene Fachfrauen. Sie sind in Gesundheits- und Krankenpflege für Kinder ausgebildet und verfügen über ein Höheres Fachdiplom oder andere fachliche Weiterbildungen.

Als Spezialistinnen für die körperliche, seelische und geistige Entwicklung des Säuglings und Kleinkinds unterstützen sie Eltern in ihrer anspruchsvollen Aufgabe und stärken und begleiten sie in einer manchmal auch schwierigen Zeit. Die Beraterinnen stehen unter Schweigepflicht.

Adressen, Telefonnummern und Öffnungszeiten aller Beratungsstellen finden Sie unter **www.stadt-zuerich.ch/mvb**





Für BewohnerInnen der Kreise 6 und 10

Sozialzentrum Hönggerstrasse
Mütter- und Väterberatung
Hönggerstrasse 24, 8037 Zürich
Telefon 043 444 63 65
mvb.szh@zuerich.ch



Für BewohnerInnen der Kreise 11 und 12

Sozialzentrum Dorflinde
Mütter- und Väterberatung
Schwamendingenstrasse 41, 8050 Zürich
Telefon 044 318 82 70
mvb.szd@zuerich.ch



Für BewohnerInnen der Kreise 3 (Sihlfeld), 4 und 5

Sozialzentrum Ausstellungsstrasse
Mütter- und Väterberatung
Ausstellungsstrasse 88, 8005 Zürich
Telefon 044 447 15 67
mvb.sza@zuerich.ch



Für BewohnerInnen im Kreis 9

Sozialzentrum Albisriederhaus
Mütter- und Väterberatung
Albisriederstrasse 330, 8047 Zürich
Telefon 043 336 11 30
mvb.szal@zuerich.ch



Für BewohnerInnen der Kreise 1, 2, 3 (ohne Sihlfeld), 7 und 8

Sozialzentrum Selnau
Mütter- und Väterberatung
Selnaustrasse 17/Postfach, 8026 Zürich
Telefon 044 412 67 50
mvb.szs@zuerich.ch

Ein Angebot des Sozialdepartements

NÜTZLICH!

Detaillierte Informationen zur Mütter- und Väterberatung finden Sie unter www.stadt-zuerich.ch/mvb

Weitere Kontaktstellen:

www.stadt-zuerich.ch/kinderbetreuung
Die Anlaufstellen in Ihrem Quartier informieren Sie umfassend über Kinderbetreuungsmöglichkeiten.

www.stadt-zuerich.ch/viventa
Die Fachschule Viventa (Elternbildung) unterstützt Eltern mit einem umfassenden Kursangebot in allen Lebensphasen des Kindes.

www.kispi.uzh.ch
Die Notfallstation des Kinderspitals Zürich ist rund um die Uhr offen. Kostenpflichtiges Beratungstelefon: 0900 266 711 (CHF 3.23 pro Minute).

www.elternnotruf.ch
Die telefonische Soforthilfe für Eltern in Not: Telefon 044 261 88 66.

www.muetterberatung.ch
Die nationale Webseite der Mütter- und Väterberatung mit Links zu Kontaktstellen in Ihrer Nähe.

Conseils pour les mères et les pères: Nous sommes à votre disposition pour toute question concernant vos enfants jusqu'à l'âge de 5 ans. Dans votre quartier. Sans rendez-vous. Service gratuit.

Counselling for Mothers and Fathers: We are at your disposal for all questions concerning your children up to 5 years of age. In your area. Without appointment. Free of charge.

Consultorio per madri e padri: Se avete domande sullo sviluppo dei vostri bambini fino a 5 anni potete rivolgervi a noi. Siamo in tutti i quartieri. Non è necessario prendere appuntamento e il servizio è gratis.

Consulta para madres y padres: Estamos a su disposición para cualquier asunto relacionado con el desarrollo de sus hijos hasta la edad de 5 años. Consulta gratuita y sin cita previa en su barrio.

Aconselhamento para mães e pais: Estamos à vossa disposição para qualquer pergunta relacionada com os vossos filhos, com idades até 5 anos. Atendimento na área de residência, sem marcação prévia e gratuito.

Këshillimore për nëna dhe baba të ndarë: Ne jemi për ju, për të gjitha pyetjet në lidhje me fëmijët e juaj deri në moshën 5 vjeçare. Në lagjen e juaj. Falas dhe pa paralajmërim paraprak.

Savjetovalište za majke i očeve: Za sva pitanja u svezi djece do 5 godina ovdje smo za Vas. U Vašem kvartu. Bez prethodne najave, besplatno.

Anne ve babalar için danışma hizmeti: 5 yaşına kadar çocuklarınızla ilgili bütün konularda bize başvurabilirsiniz. Danışma hizmetimizden bulunduğunuz mahallede yararlanabilirsiniz. Hizmetimiz ücretsiz ve randevusuzdur.

பெற்றோர்களுக்கு ஆலோசனை வழங்கல்: ஐந்து வயதுக்குட்பட்ட உங்கள் குழந்தைகள் சம்பந்தமாக உங்களுக்கு எழும் எந்த சந்தேகங்களுக்கும் எங்களை நீங்கள் அணுகலாம். நீங்கள் இருக்குமிடத்தருகிலேயே நாங்கள் செயல்படுகிறோம். முன்னறிவிப்பின்றி எங்களை அணுகலாம், அதுவும் இலவசமாக.

Info: www.stadt-zuerich.ch/mvb