

# **Beratung / Familienbegleitung**



Kanton Zürich  
Bildungsdirektion



**kjz** Kloten

# Kinder- und Jugendhilfezentrum



# Kinder- und Jugendhilfezentrum (kjz)

- Erste Anlaufstelle bei Fragen zum Familienalltag
- Kostenlose Beratung
- Hilfe bei Notlagen und familiären Konflikten
- Veranstaltungen und Kurse



# Beratungsangebote

## Mütter- und Väterberatung

Zentrum 130, Opfikon  
Dienstag, 14.30 – 16.30 Uhr

Beratung zu Ernährung, Pflege und Schlafverhalten von  
Babys und Kleinkindern

## Erziehungsberatung

Beratung und Begleitung zu Fragen der  
Erziehung, Entwicklung und zum familiären  
Zusammenleben

➔ Beratungen auch im kjz Kloten, per Video, per Email  
und bei Ihnen zu Hause!



# Online-Magazin «Fürs Leben gut»



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



@fuerslebengut.ch



## Kontakt

Margrit Geertsen  
Leiterin kjz Kloten

[margrit.geertsen@ajb.zh.ch](mailto:margrit.geertsen@ajb.zh.ch) / 043 259 98 40

[www.zh.ch/kjz](http://www.zh.ch/kjz)

kjz Kloten: 043 259 98 30



# Kinderärzt/innen

- ❖ Notfälle
- ❖ Krankheiten
- ❖ Impfungen
- ❖ Vorsorgeuntersuchungen im Alter von 1, 2, (3), 4 Jahren
- ❖ Seh- und Hörtest
- ❖ Fragen zu Gesundheit, Entwicklung und Ernährung
- ❖ [Liste Kinderärzt/innen Bezirk Bülach](#)



zeppelin   
familien startklar



Frühe  
Förderung  
ab Geburt

**zeppelin – familien startklar**  
begleitet, bildet und stärkt  
Familien von Anfang an.

## Was macht zeppelin - Frühe Förderung ab Geburt ?

- ↳ Eltern bei ihrer wichtigen Aufgabe unterstützen. Informationen und Anleitung im Familienalltag geben – bei Ihnen zu Hause.
- ↳ Kinder in ihrer Entwicklung fördern und beim spielerischen Entdecken unterstützen – bei Ihnen zu Hause
- ↳ Andere Familien treffen und Erfahrungen austauschen zum Beispiel im zeppelin- Gruppentreffen – zeppelin unterstützt Sie dabei

### Wie geht das und was kostet das?

- ↳ Hausbesuche alle 2 Wochen für ca. 1 Stunde – mit Ihrer Elterntrainerin
- ↳ Sie sprechen noch wenig deutsch – wir kommen mit einer Übersetzung
- ↳ zeppelin ist für die Familien kostenlos, der Kanton trägt die Kosten

FEDERATION FÜR ELTERN  
Frühe Förderung ab Geburt  
Kanton des Saubers, Hygiene, Sicherheit und Gesundheit



## Passt zeppelin für meine Familie?

- ↳ Sie haben ein Baby oder sind schwanger
- ↳ Sie wünschen sich regelmässig Informationen zur Entwicklung ihrer Kinder
- ↳ Sie wünschen sich Spielideen und Anregungen für die Förderung ihrer Kinder
- ↳ Sie möchten Fragen zum Alltag mit Kindern stellen
- ↳ Sie sind häufig alleine mit den Kindern
- ↳ Manchmal ist alles auch einfach viel und Sie wünschen sich Unterstützung

Hier können Sie sich für ein Informationsgespräch melden:  
[www.zeppelin-familien.ch](http://www.zeppelin-familien.ch)

zeppelin  
familien startklar

Frühe  
Förderung  
ab  
Geburt

zeppelin – familien startklar  
begleitet, bildet und stärkt  
Familien von Anfang an.



## Kontakt und unverbindliches Info-Gespräch

- ↳ [www.zeppelin-familien.ch](http://www.zeppelin-familien.ch) für mehr Informationen
- ↳ Klick auf «Unverbindliches Informationsgespräch», Ihren Namen und Ihren Kontakt angeben
- ↳ Eine Elterntainerin wird Sie anrufen und die zeppelin-Begleitung vorstellen
- ↳ Sie entscheiden danach, ob Sie bei zeppelin mitmachen wollen

In Opfikon zuständig sind:



**Sandra Zünd**

Heil- und Sozialpädagogin UH  
PAT-Elterntainerin



**Lilian Zumsteg**

Sozialpädagogin FH  
Fachleitung / PAT-Elterntainerin



*femmes*TISCHE  

---

*männer*TISCHE

Zürcher Unterland



SUCHT  
**PRÄVENTION**  
BEZIRK BÜLACH

# Gesprächsrunden in kleinen Rahmen



- **Wo:** zuhause, Spielplatz, Migros Restaurant etc.
- **Wann:** flexibel, gemeinsam bestimmen
- **Sprache:** Muttersprache, Deutsch oder Englisch
- **Beispielthemen:**
  - Mehrsprachig aufwachsen
  - Fit für Kindergarten
  - Gesund sein usw.
- **Ziel:** Austausch, lernen und vernetzen
- **Kostenlos** für die Teilnehmenden



**femmes**TISCHE  
**männer**TISCHE

Zürcher Unterland

## Kontakt:



Möchtest Du an einer Gesprächsrunde teilnehmen?

SCAN ME



**Boriana Hilti**

Standortleiterin

Femmes-Tische & Männer-Tische

Zürcher Unterland

Tel. Direkt: 044 872 77 37

[b.hilti@praevention-fabb.ch](mailto:b.hilti@praevention-fabb.ch)

[www.praevention-fabb.ch/angebote/femmes-tische](http://www.praevention-fabb.ch/angebote/femmes-tische)

# Bereich Frühe Förderung



Inputs und praktische Tipps zu  
diversen Themen

- **Mediennutzung im frühen Kindesalter:** Welcher Umgang mit Medien ist gut für mein Kind?
- **Regeln und Grenzen:** Warum sie wichtig sind und wie man sie liebevoll setzt.
- **Stärkung des Kindes:** Wie können Eltern die Entwicklung ihres Kindes unterstützen?
- **Emotionsregulierung:** Emotionen bei Kleinkindern

## Kontakt:



### **Miriam Tregilgas**

Fachperson Gesundheitsförderung und (Sucht-)prävention  
Ressorts Frühe Förderung und Volksschule  
Bezirk Bülach

Tel. Direkt: 044 872 77 34

[m.tregilgas@praevention-fabb.ch](mailto:m.tregilgas@praevention-fabb.ch)

[www.praevention-fabb.ch](http://www.praevention-fabb.ch)