

**ELTERN  
NOTRUF**  
24/7 BERATUNG

# Jahresbericht 2022



# Liebe Leserinnen und Leser

Für den Elternnotruf ging mit 2022 das 39. Jahr seines Bestehens zu Ende. Vor uns liegt ein Jubiläumsjahr, das wir wohlverdient gebührend feiern werden. Wir hoffen, auch Sie im Rahmen unserer Anlässe begrüßen zu dürfen. Reservieren Sie sich bereits heute den 7. September 2023, an diesem Tag wird unser grosses Jubiläumfest in Zürich stattfinden.

Bevor wir aber schon bald auf 40 Jahre Elternnotruf zurückblicken können, widmen wir uns in diesem Geschäftsbericht dem vergangenen Jahr. Unsere Beratungsangebote erfreuen sich nach wie vor einer grossen Nachfrage. Weiterhin zeigen uns die vielen Anrufe und Beratungen vor Ort, dass der Bedarf hoch ist. Eltern, Familienmitglieder, Bezugs- und Fachpersonen schätzen das Angebot des Elternnotrufs sehr, weil es sie bei der Bewältigung von Herausforderungen im Familienalltag unterstützt.

Spitzenwerte können wir allerdings nicht mehr vermelden. Wir führen dies unter anderem auf das Ausklingen der Corona-Pandemie zurück. Unsere Zahlen sind leicht rückläufig (siehe Zahlen und Fakten ab Seite 4), was uns erlaubt hat, uns wieder vermehrt dem betrieblich-organisatorischen Ausbau des Elternnotrufs zuzuwenden.

Inhaltliche Schwerpunkte waren die Entwicklung einer Social-Media-Strategie, die Projektierung und Einführung der Chat-Beratung sowie die Weiterbildung des Teams zum Thema «Neue Autorität».

Logistisch stand eine grosse IT-Umstellung im Zentrum: Eine sogenannte All-in-One-Lösung bietet uns nun eine Palette von Funktionen in einer einzigen Datenbank; das heisst: modernes Datenmanagement für Leistungserfassung, Buchhaltung, Adressbearbeitung und Fundraising.

All dies war für den Elternnotruf dringlich, um à jour zu bleiben und den Bedürfnissen der ratsuchenden Eltern sowie den Anforderungen unserer Auftraggebenden weiterhin entsprechen zu können.

Unsere Spenderinnen und Spender, unsere Zusammenarbeitspartnerinnen und -partner sowie unsere Auftraggebenden tragen wesentlich dazu bei, dass der Elternnotruf sein Engagement pflegen und die Dienstleistungen stetig weiterentwickeln kann. Ihnen allen danken wir herzlichst für ihr Vertrauen und ihre Unterstützung.



## Ausblick auf 2023 40 Jahre Elternnotruf

**Neu: Chat-Beratung  
Jubiläums-Special: Webinare**

Infos dazu finden Sie auf  
[www.elternnotruf.ch](http://www.elternnotruf.ch)

Im Arbeitsalltag stellen sich unsere Beraterinnen und Berater immer wieder die Frage nach der Wirksamkeit der Beratungen. Diese Frage ist einerseits wichtig, um die Beratungsqualität überprüfen und weiterentwickeln zu können. Andererseits geht es für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter auch darum, aus dem Erleben von Wirksamkeit Kraft für die eigene berufliche Motivation zu schöpfen.

Eine präzise Definition von Wirksamkeit ist dabei allerdings gar nicht so einfach. Im Artikel von Martina Schmid und Matthias Gysel (Seite 8) erfahren Sie, dass neue Perspektiven, hoffnungsvolle Zukunftsaussichten und Entlastung wichtige Zeichen für Wirksamkeit in der Beratung sind.

Dass der Elternnotruf auch nach 40 Jahren am Puls der Zeit ist, wäre ohne die Co-Leiterinnen, die Mitarbeitenden und die Vorstandsmitglieder nicht möglich. Ihnen allen möchte ich von ganzem Herzen für ihr immenses Engagement danken.



**Renée Giger**

Präsidentin Verein Elternnotruf

## Inhalt

- 2** Editorial
- 4** Zahlen und Fakten
- 8** Wirksamkeit:  
Ein Erfahrungsaustausch
- 12** Chat-Projekt aufgegleist
- 13** 24 Stunden Fachkompetenz
- 14** Praktikantin im Elternnotruf
- 15** Der Elternnotruf in den Medien
- 16** Bericht der Revisionsstelle
- 17** Bilanz
- 18** Betriebsrechnung
- 19** Veränderung des Kapitals
- 20** Anhang und weitere Angaben
- 25** Persönlich: 3 Fragen an ...
- 28** Bildungsangebot:  
Starke Eigenleistung
- 30** Veranstaltungen
- 32** Dankeschön
- 33** Spenden: Wertvolle Beiträge
- 35** Die Mitglieder des Vorstandes

## Impressum

### **ELTERNNOTRUF**

Weinbergstrasse 135, 8006 Zürich

Zentrale: Telefon 044 365 34 00

Beratung: Telefon 0848 35 45 55

E-Mail: [24h@elternnotruf.ch](mailto:24h@elternnotruf.ch)

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

**Texte:** © Elternnotruf

**Gestaltung:** onemarketing, Zürich

**Fotos:** Elternnotruf S. 1, 3, 9, 10, 11, 13, 14, 25, 27, 30, 31, 32, 35, 36 / Tele1 S. 15 / Caritas S. 29

# Die Beratung ist weiterhin gefragt

## Telefonberatungen

2022 ist bei den Telefonberatungen eine leichte Abnahme gegenüber 2021 (–3 %) festzustellen. Dies war nach dem Pandemie bedingten Anstieg von 2021 zu erwarten. Die durchschnittliche Dauer eines Beratungsgesprächs beträgt wie bisher 24 Minuten.



Durchschnittliche Dauer: **24 Minuten**

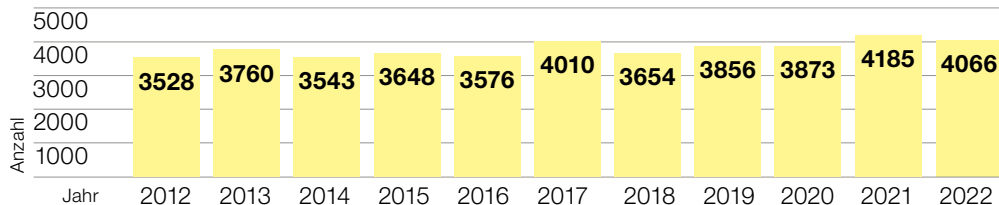
Anzahl: **4066\*/4185** (Vorjahr)

Die Anrufe erreichten den Elternnotruf zur Hälfte während der Bürozeiten, die andere Hälfte wiederum verteilte sich gleichmässig auf Abende sowie Wochenenden und Feiertage. Diese Aufteilung ist über die Jahre unverändert. 45 % der Anrufe erfolgten aus dem Kanton Zürich, 37 % aus unseren anderen Vertragskantonen und 14 % aus deutschsprachigen Kantonen ohne Vertrag. Von den Kantonen ohne Vertrag waren St. Gallen (215 Telefonberatungen) und Luzern (124) die Spitzenreiter.

Kantone und Anzahl Telefonberatungen	2022	2021
Zürich	1818	1897
Aargau	377	370
Basel-Land	85	113
Bern	630	643
Graubünden	85	84
Solothurn	139	131
Thurgau	118	132
Zug	61	83
Nicht-Vertragskantone	583	640
Dargebotene Hand Zürich, 23–8 Uhr	306	296

\* Wenn kein Beratungsmedium erfasst wurde, wird es als Telefonberatung gezählt.

## Anzahl Telefonberatungen im Zehn-Jahre-Vergleich



Von 2017 bis 2020 halfen sich der Elternnotruf und Pro Juventute gegenseitig aus bei Beratungsanfragen. Diese Anrufe sind in den Zahlen nicht ausgewiesen.

## E-Mail-Beratungen

Die Anzahl der Mail-Beratungen blieb mit drei Beratungen weniger etwa auf dem Vorjahresniveau. Offenbar ist die Nachfrage nach Beratung per Mail nach wie vor eher tief. Mail-Anfragen werden häufig telefonisch beantwortet, auch auf den Wunsch der Schreibenden. Auf diesem Weg ist eine inhaltlich präzisere Antwort möglich. In diesem Fall werden die Beratungen bei den Telefonberatungen mitgezählt. Mails werden während der Bürozeiten beantwortet.

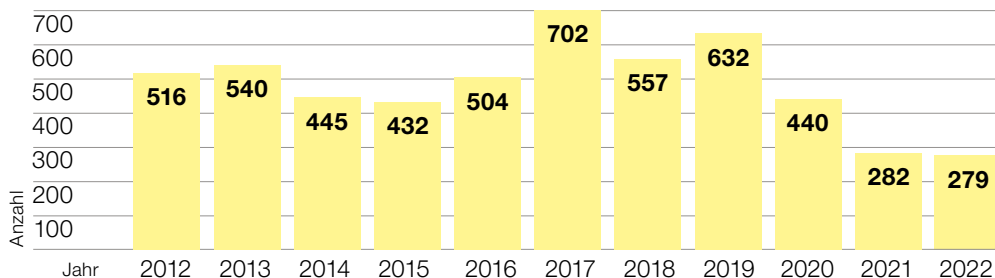


Durchschnittliche Dauer: **28 Minuten**

Anzahl: **279/282** (Vorjahr)

Kantone und Anzahl E-Mail-Beratungen	2022	2021
Zürich	134	125
Aargau	19	29
Basel-Land	5	11
Bern	40	37
Graubünden	7	4
Solothurn	12	6
Thurgau	6	7
Zug	0	1
Nicht-Vertragskantone	40	52

## Anzahl E-Mail-Beratungen im Zehn-Jahre-Vergleich



Nach grossen Schwankungen im Mehrjahresvergleich scheint die Anzahl der Mails nun auf einem tieferen Niveau stabil zu bleiben.

### Face-to-Face-Beratungen

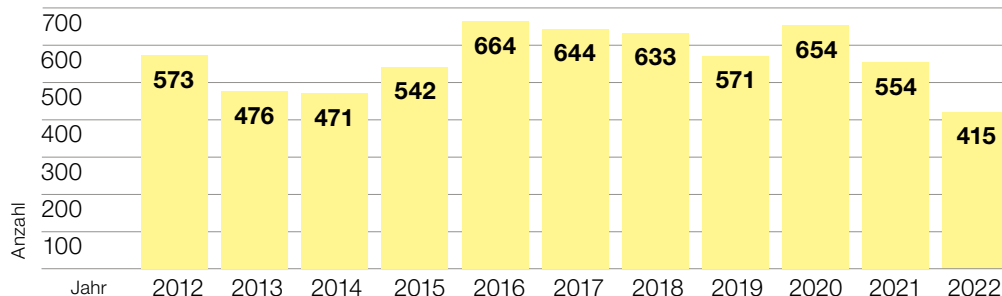
Die Face-to-Face-Beratungen gingen um 25 % zurück. Die Nachfrage nach diesen Beratungen vor Ort oder per Video schwankt von Jahr zu Jahr. Die Gründe für den Rückgang sind für uns nicht ersichtlich. Eine mögliche Erklärung könnte sein, dass die Sozialen Dienste der Stadt Zürich die freiwillige Familienberatung ausgebaut haben und mehr Eltern von dieser kostenlosen Variante der Beratung Gebrauch machen.



Anzahl: **415/554** (Vorjahr)

Kantone und Anzahl Face-to-Face-Beratungen	2022	2021
Zürich	363	508
Aargau	2	1
Basel-Land	0	0
Bern	11	1
Graubünden	2	0
Solothurn	11	0
Thurgau	4	6
Zug	3	0
Nicht-Vertragskantone	17	38

### Anzahl Face-to-Face-Beratungen im Zehn-Jahre-Vergleich



## Überweisungen

Bei 82 % der Telefon- und Mail-Beratungen konnte die Beratung ohne Überweisung an eine weitere Stelle abgeschlossen werden. Knapp 5 % der Anrufenden wurden an Erziehungs-, Jugend- und Familienberatungen überwiesen, bei knapp 3 % wurden therapeutische Angebote vorgeschlagen. Die Zahl der Überweisungen ist deutlich tiefer als in den Vorjahren, weil mit dem neuen Erfassungstool keine Mehrfachnennung mehr möglich ist.

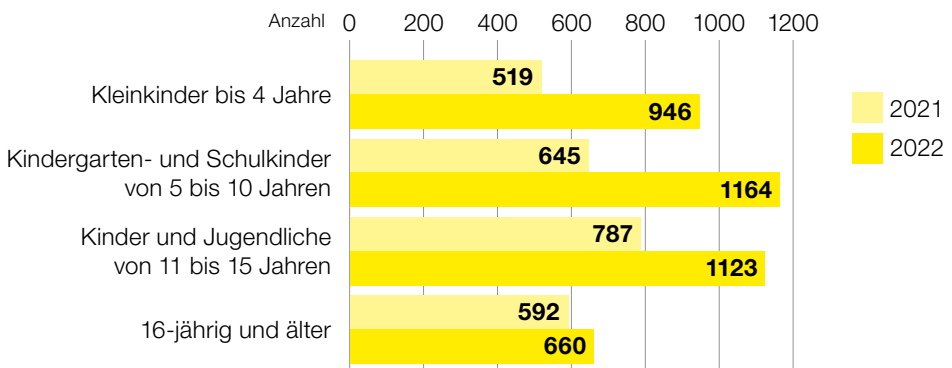
## Art der Beratungen

Mit der neuen IT-Lösung für die Erfassung der Anrufe wurde die Art der Beratungen neu strukturiert: 52 % der Telefon- und Mail-Beratungen können als Erziehungsberatung eingestuft werden. Bei 27 % lag eine familiäre Krise vor. 16 % der Ratsuchenden fragten ausschliesslich nach Informationen. 3 % der Anrufenden (Mail 0 %) suchten nach einer medizinischen Auskunft. In diesen Fällen verweisen die Berater:innen auf die 24h-Beratungslinien der Krankenkassen, der Krankenhäuser oder auf das Aerztefon. Die restlichen 3 % wurden nicht kategorisiert.

	Telefon	Mail
Erziehungsberatung	<b>2062</b>	<b>176</b>
Familiäre Krise	<b>1104</b>	<b>73</b>
Informationsbedarf	<b>671</b>	<b>24</b>
Medizinische Anfrage (ohne Beratung)	<b>118</b>	<b>0</b>

## Alter der betroffenen Kinder

Gegenüber dem Vorjahr nahm die Altersgruppe der Kleinkinder bis 4 Jahre deutlich zu.



# «Kinder müssen dabei weder überzeugt werden noch einverstanden sein.»

**Was nützt es Müttern oder Vätern, wenn sie sich an den Elternnotruf wenden? Die meisten sehen nachher klarer. Über die Wirksamkeit der Telefongespräche unterhalten sich Martina Schmid und Matthias Gysel, Beratende des Elternnotrufs.**

**Martina Schmid:** Die Welt macht momentan belastende Schlagzeilen, und innerhalb der Familien gibt es ebenfalls schwierige Momente. Mich interessiert, ob du bei der Arbeit beim Elternnotruf auch erfreuliche und hoffnungsvolle Situationen erlebst.

**Matthias Gysel:** Ja, die gibt es. Die Eltern rufen zwar in Situationen an, in denen sie sich oft hoffnungslos fühlen. Während des Gesprächs kommt es jedoch häufig vor, dass etwas Positives oder Schönes aufleuchtet.

**MS:** Kommt dir gerade ein Gespräch in den Sinn, in dem dies passiert ist?

**MG:** Ich denke an ein Gespräch mit einem Vater, der sehr verzweifelt war wegen seinem Teenager-Sohn. Im Laufe unseres Gesprächs wurden dem Vater schöne Begegnungen und Situationen mit dem Sohn wieder bewusst. Er kam dadurch in eine andere Stimmung und konnte die Beziehung zu seinem Sohn neu betrachten. Dem Vater wurde bewusst, dass es verbindende und nicht nur schlimme Momente mit seinem Sohn gibt.

**MS:** Du hast ihn also unterstützt, Dinge zu beleuchten, die im Gefühl der Überforderung untergegangen waren?

**MG:** Ja, und ebenso die Vielfalt seines

Sohnes wieder wahrzunehmen, dass er nicht ausschliesslich «ein Problem» ist, sondern es andere Seiten an ihm gibt. Wenn du im Beratungsprozess bist, woran merkst du, dass die Beratung für die Klient:innen wirksam ist?

## **«Ich kann entscheiden, wie ich mich verhalte»**

**MS:** Auch ich beobachte, dass andere Stimmungen aufkommen oder sich neue Perspektiven öffnen. Ausserdem, dass Eltern im Gespräch weicher werden und dadurch wieder in Beziehung zu ihrem Kind gehen können. Manchmal werden Eltern sich auch bewusster, wo die eigenen Möglichkeiten sind. Also vereinfacht ausgedrückt: Ich kann nicht entscheiden, wie sich das wütende Kind verhält, aber ich kann entscheiden, wie ich mich verhalte. Mit dieser Haltung fühlen sich Eltern weniger ausgeliefert. Solche Veränderungen mitzuerleben, sind für mich schöne Momente.

**MG:** Ich kenne diese Momente auch, wenn Eltern sagen: «Jetzt fühle ich mich wieder aktiver. Es fühlt sich weniger hoffnungslos und ausgeliefert an und ich merke, dass ich die Möglichkeit habe, Entscheidungen zu treffen.»

**MS:** Die Ohnmacht und das Gefühl des Ausgeliefertseins werden also kleiner. Gibt es noch weitere Hinweise für dich, dass die Beratung wirksam ist?

**MG:** Oft wechselt der Tonfall, die Stimme wird weicher, die Wortwahl ändert, das Gespräch wird ruhiger, und es gibt mehr Pausen und stille Momente. Die Eltern können





«Durch die Gespräche  
habe ich wieder mehr  
Vertrauen in mich  
und meine Familie  
bekommen.»

Vater nach einer Beratung vor Ort

Symbolbild aus dem Imagefilm des Elternnotrufs

**Face-to-Face** Eltern kommen zum Gespräch auch in unsere Beratungsstelle in Zürich.

zulassen, dass eine Situation sie berührt.

**MS:** Ich erlebe es manchmal so, dass Eltern zu Beginn aufgebracht sind und vor allem davon erzählen, was sich schlimm anfühlt, was sie wütend macht oder worüber sie empört sind. Nach einer Weile, wenn die Eltern wieder mit anderen Gefühlen in Kontakt kommen und berührt sind, fangen sie an zu weinen. So als hätten sie hinter der Wut wieder Zugang zu ihrer Verzweiflung und ihrer Sorge, was in ihrer Familie passiert. Gibt es eigentlich auch Gespräche, die hoffnungslos bleiben?

**MG:** Ja, die gibt es. Dann überlege ich, was ich besser oder anders hätte machen können, was gefehlt hat im Gespräch. Mir ist aber auch bewusst, dass Eltern nicht immer in einem einzigen Telefongespräch in eine Veränderung kommen können.

**MS:** Könnte es auch sein, dass es sie einfach entlastet, wenn sie ihr Leid teilen können?

**MG:** Ja, manchmal kann dies für Eltern hilfreich sein, und ich betrachte dies auch als wichtigen Beitrag in unserer Arbeit. Bis jetzt sprachen wir ja davon, wie sich →

die Beratung für die Klient:innen wirksam anfühlt. Was passiert denn bei dir, wenn du den Eindruck hast, dass die Beratung für die Klient:innen hilfreich war? Und woran merkst du es?

**«... als hätte ich in dieser Familie ein Samenkorn gesät»**

**MS:** Häufig sagen mir die Eltern am Ende des Gesprächs, wie bereichernd, klärend oder entlastend dieser Austausch für sie war. Ich denke, das ist etwas, was viele unterschätzen, wenn sie sich unsere Arbeit vorstellen. Wir hören so viele Worte der Dankbarkeit und positive Rückmeldungen und erfahren am Ende des Gesprächs oft, was Eltern daraus mitnehmen. Sie beschreiben, was mit ihnen während des Gesprächs passiert ist, was ihnen gutgetan hat, welche neuen Perspektiven oder Ideen sie gewonnen haben oder dass wieder Hoffnung oder Kraft spürbar ist.

**MG:** Hast du ein Beispiel dafür?

**MS:** Vor kurzem hatte ich ein Telefongespräch mit einer Mutter. Ihr Empfinden war, dass ihre vierjährige Tochter alles gegen



**Martina Schmid**

«Sie sind die erste,  
die mich und meine  
Ressourcen in den  
Vordergrund stellt.»

Mutter nach einer Mail-Beratung

sie mache, sie absichtlich mit ihren Wut- anfällen provoziere und extra nicht aufhöre zu schreien. Während unseres Gesprächs gelang es der Mutter je länger, umso mehr, ihre eigenen Emotionen sowie die Bedürfnisse ihrer Tochter zu erkennen und vor allem auch zu unterscheiden. Sie realisierte, dass Anschreien, Erklären, auf Verständnis pochen etc. eine destruktive Dynamik auslösen und dass ihre Tochter in erster Linie Verständnis und Unterstützung braucht, um diese heftigen und überwältigenden Gefühle einzuordnen und zu regulieren. Dann fing diese, zuerst sehr wütende, Mutter heftig an zu weinen und sagte, dass dies für sie vieles verändere und sie ihr Kind nun ganz anders verstehen könne und begleiten möchte. Nach diesem Gespräch hatte ich bildlich das Gefühl, als hätte ich in dieser Familie ein Samenkorn gesät, aus dem etwas Neues und Verbindendes wachsen kann.

**MG:** Es berührt, wenn Eltern neue Perspektive oder Wahlmöglichkeit mit auf den Weg bekommen.

**«... dass sie der Situation nicht ausgeliefert sind»**

**MS:** Gibt es Themen, bei denen dies nach deiner Erfahrung einfacher gelingt?

**MG:** Oft, wenn ich mich als Berater sicherer fühle, zum Beispiel, wenn es um Jugendliche geht. Da gelingt es mir gut, die Eltern in die Wirksamkeit zu begleiten. Ich erlebe jeweils viel Ohnmacht, verbunden mit dem Gefühl der Hoffnungslosigkeit, dass es nun für immer so schlimm bleiben würde. Eltern erleben dann im Gespräch, dass sie etwas ändern können und der Situation nicht ausgeliefert sind.

**MS:** Es geht also auch um Verantwortung, wer wofür und für wen zuständig ist.

**MG:** Genau, dass Eltern realisieren, dass sie ihr eigenes Verhalten ändern und dadurch Situationen mit dem Kind beeinflussen können.



**Matthias Gysel**

**MS:** Dieses Thema erlebe ich auf allen Altersstufen. Es gibt Entscheidungen, die Eltern fällen sollten und den Kindern dadurch Halt geben. Kinder müssen dabei weder überzeugt werden noch einverstanden sein. Diese Klarheit, wer was entscheidet, sowie die Erkenntnis, dass Eltern selbst für ihr Wohlergehen und ihre Kräfte verantwortlich sind, kann Entlastung bringen.

**«... dass ihre eigenen Bedürfnisse zu kurz kommen»**

**MG:** Mir ist auch wichtig, dass Eltern darin unterstützt werden, in Beziehung zum Kind zu bleiben und wieder zu spüren, dass sie ihr Kind gernhaben, also dass durch das Gespräch mit uns diese Ebene wieder berührt wird. Immer wieder höre ich Eltern am Telefon sagen, dass sie ihre Kinder so nicht mehr gernhaben können und dass sich das schrecklich anfühlt. Oft spüren Eltern während diesen Gesprächen auch, dass ihre eigenen Bedürfnisse zu kurz kommen und sie das unzufrieden macht.

**MS:** Wenn Eltern unterstützt werden, ihre Bedürfnisse ernst zu nehmen und →

«Gemeinsam konnten wir Lösungen und Erklärungen erarbeiten.»

Mutter nach einer Telefonberatung

anzugehen, dann entlastet dies letztendlich auch das Kind.

**MG:** Ja, es gibt den Eltern Handlungsmöglichkeiten zurück. Natürlich ist es so, dass man mit Kindern eigene Bedürfnisse zurückstellt und im Familienalltag stark eingebunden ist. Oft höre ich zu Beginn des Gesprächs, dass es keine Möglichkeit zur Entlastung gibt. Im Laufe des Gesprächs kommen dann aber Ideen auf. Ich mache die Erfahrung, dass es sich lohnt, die eigene Scham zu überwinden und sich selbst und anderen gegenüber einzugestehen, dass man die Entlastung braucht und diese aktiv zu organisieren und anzunehmen.

**MS:** Ein schöner Gedanke. Ich danke dir für dieses Gespräch.

**MG:** Auch ich danke dir für diesen Austausch.

### Chat: Es kann losgehen

Im Mai 2021 startete Matthias Gysel mit den Vorbereitungen fürs Chat-Projekt des Elternnotrufs. Ab Februar 2022 unterstützte ihn dabei Belinda Oser, Praktikantin und Studentin der Sozialen Arbeit, ZHAW in Zürich. Zusammen erstellten sie das Konzept, legten die inhaltlichen und zeitlichen Ziele fest und definierten die Zeitfenster für die künftige Chat-Beratung. Im Oktober 2022 fiel der Entscheid für die passende Chat-Plattform. Die Berater:innen des Elternnotrufs wurden in die Chat-Beratung eingeführt und neue Mitarbeitende befristet für das Projekt eingestellt.



**Ab Januar 2023 wird die Chat-Beratung nebst Telefon- und Mail-Beratung im Elternnotruf angeboten, jeweils am Montag von 8.00 bis 12.30 Uhr, am Mittwoch von 17.00 bis 23.00 Uhr und am Freitag von 12.30 bis 17.00 Uhr (siehe [elternnotruf.ch](http://elternnotruf.ch)). Das Projekt wird kontinuierlich ausgewertet.**

# Schnell und unkompliziert

Beim Elternnotruf stehen Ihnen an 365 Tagen Fachpersonen zur Seite, vertraulich und auf Wunsch anonym. Sie haben eine Ausbildung in Psychologie, Pädagogik oder Sozialer Arbeit sowie Zusatzqualifikationen in Beratung oder Therapie (siehe auf [www.elternnotruf.ch/fachpersonen](http://www.elternnotruf.ch/fachpersonen)). Als Eltern können sie nachempfinden, was Ratsuchende beschäftigt. Erreichbar sind sie von 8.00 bis 23.00 Uhr. Danach werden Anrufe von der Dargebotenen Hand Zürich entgegengenommen. Telefon-, Mail- und unsere neue Chat-Beratung sind kostenlos.

Der Elternnotruf ist eine Beratungsstelle, in der auch ein persönliches Gespräch vor Ort oder per Video möglich ist. Die Kosten für diese Face-to-Face-Beratungen sind einkommensabhängig. Wir beraten auf Deutsch, Französisch und Englisch, telefonisch auch auf Italienisch und Spanisch. Die Chat-Beratung ist ein Pilotprojekt und erfolgt auf Deutsch. Ob bei Erziehungsschwierigkeiten und Konflikten, bei Krisen in der Familie oder drohender Gewalt: Zuhören und zusammen Lösungen finden – das ist unser Ziel.

## Das Beratungsteam des Elternnotrufs 2022



Joëlle Amstutz



Marielle Donzé



Lena Etienne



Rita Girzone



Emanuele Godenzi



Matthias Gysel



Nadine Jositsch



Helen Moubana



Yvonne Müller



Chantal Plaar



Martina Schmid



Susanne Stefanoni

# Gut unterwegs

**Im Rahmen ihres Bachelorstudiums in Sozialer Arbeit hat Belinda Oser im Elternnotruf ein Praktikum absolviert. Sie blickt zurück auf eine spannende Zeit.**

Was macht man als Praktikantin beim Elternnotruf? Das habe ich mich vor Beginn meines Praktikums gefragt. Ich wusste nicht, ob und wie ich selbst Beratungen durchführen werde oder ob es einen Leitfaden oder Gesprächsablauf gibt. Was ich aber wusste: Es wird meine Aufgabe sein, bei der Entwicklung eines Chat-Beratungsangebots mitzuwirken.

Als ich im Februar mit dem Praktikum begann, war ich von der hohen Fachlichkeit der Mitarbeitenden beeindruckt. Da wurde mir schnell klar, dass es keinen allgemeingültigen Ablauf für Beratungsgespräche gibt und jede:r Berater:in einen eigenen Beratungsstil hat. Die Situationen der Anrufenden sind so individuell, dass eine Beratung nur dann hilfreich sein kann, wenn sie persönlich und individuell durchgeführt wird. Alle Mitarbeitenden vertreten jedoch eine gemeinsame Erziehungshaltung: die der Neuen Autorität.

Neben der Beratungstätigkeit konnte ich im Elternnotruf Projekte übernehmen oder daran mitwirken. Dazu zählen das Einrichten und die Bewirtschaftung diverser Social-Media-Kanäle oder die Selektion einer passenden Plattform für das geplante neue Chat-Beratungsangebot im Jahr 2023. Sehr geschätzt habe ich, dass ich in meinen



**Belinda Oser**

Sie hat im Elternnotruf Spuren hinterlassen.

Stärken gefördert wurde und diese in den Projekten einbringen konnte. Ich freue mich, dass der Elternnotruf nun Kanäle auf diversen Social-Media-Plattformen besitzt und die Chat-Beratung wie geplant starten kann.

Den Elternnotruf verlasse ich mit einem weinenden und einem lachenden Auge. Ich finde es schade, dass ich nicht mehr mit diesem grossartigen Team zusammenarbeiten kann, das mir so vieles ermöglicht hat, mir so flexibel gegenübertrat und mich so viel gelehrt hat. Aber ich finde es schön, dass ich mein Praktikum in einem so spannenden und anregenden Umfeld absolvieren konnte. Meine Erziehungshaltung wurde nicht nur in der Beratung am Telefon, sondern auch im Umgang mit meiner eigenen Tochter beeinflusst. Und daher nun zur Beantwortung der Einstiegsfrage: Ich konnte – nach einer intensiven Einarbeitungsphase – auch selbst Telefonberatungen durchführen.

Daher sage ich zu guter Letzt: Danke, Elternnotruf, dass ich ein so spannendes Jahr mit euch erleben durfte.

# Fachwissen mit anderen teilen

## Der Elternnotruf erhielt auch 2022 viele Anfragen von Zeitungen und Magazinen, von Radio und Fernsehen.

Jährlich beraten wir mehrere tausend Personen oder Familien in erzieherischen Belastungssituationen per Telefon, Mail oder im Gespräch in unserer Beratungsstelle – und seit Januar 2023 auch per Chat. Wir sind nahe an den erzieherischen Anforderungen unserer Zeit. Elternberatung und Kinderschutz gehen dabei sozusagen Hand in Hand. Unsere Erfahrungen sind wiederum in Artikel und Interviews eingeflossen.

Mehrmals standen unsere Beraterinnen und Berater Medienschaffenden als Gesprächspartner zur Verfügung, wie Yvonne Müller zum Thema «Wie spricht man mit Kindern über den Krieg?» für die NZZ, für

Radio SRF 1 und Radio Berner Oberland. In Tele Züri gings ums Babyfenster, in SRF Puls um Eltern am Limit und in Tele 1 im Dezember um Streit an Weihnachten. Zudem wurden Yvonne Müller und Matthias Gysel für eine Online-Mini-Serie der «Schweizer Illustrierten» interviewt.

Unsere Beraterinnen und Berater zeichneten auch selbst als Autorinnen und Autoren, zum Beispiel für «Fritz+Fränzi». Behandelte das Elternmagazin Themen, zu denen der Elternnotruf sonst ebenfalls berät, wurde neu jeweils am Dienstag nach Erscheinen des Hefts eine Hotline angeboten, unter anderem im Juni zum Thema Konflikte. Dazu beantworteten Mitarbeitende von uns Fragen per Telefon oder schriftlich über [24h@elternnotruf.ch](mailto:24h@elternnotruf.ch). Die Zusammenarbeit mit «Fritz+Fränzi» wird 2023 fortgesetzt.



**Zu Gast bei Tele 1** Co-Leiterin Yvonne Müller (rechts) im Gespräch mit News-Redaktorin Carmen Zettel.

# Bericht der Revisionsstelle



Tel. +41 44 444 35 55  
Fax +41 44 444 35 35  
www.bdo.ch

BDO AG  
Schiffbaustrasse 2  
8031 Zürich

## BERICHT DES WIRTSCHAFTSPRÜFERS

An den Vorstand des Verein Elternnotruf, Zürich

Auftragsgemäss haben wir eine Review (prüferische Durchsicht) der Jahresrechnung (Bilanz, Betriebsrechnung, Rechnung über die Veränderung des Kapitals und Anhang) des Verein Elternnotruf für das am 31. Dezember 2022 abgeschlossene Geschäftsjahr vorgenommen. In Übereinstimmung mit Swiss GAAP FER 21 unterliegen die Angaben im Leistungsbericht keiner Prüfungspflicht des Wirtschaftsprüfers.

Für die Aufstellung der Jahresrechnung in Übereinstimmung mit Swiss GAAP FER ist der Vorstand verantwortlich, während unsere Aufgabe darin besteht, aufgrund unserer Review einen Bericht über die Jahresrechnung abzugeben.

Unsere Review erfolgte nach dem Schweizer Prüfungsstandard 910. Danach ist eine Review so zu planen und durchzuführen, dass wesentliche Fehlaussagen in der Jahresrechnung erkannt werden, wenn auch nicht mit derselben Sicherheit wie bei einer Prüfung. Eine Review besteht hauptsächlich aus der Befragung von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern sowie analytischen Prüfungshandlungen in Bezug auf die der Jahresrechnung zugrunde liegenden Daten. Wir haben eine Review, nicht aber eine Prüfung, durchgeführt und geben aus diesem Grund kein Prüfungsurteil ab.

Bei unserer Review sind wir nicht auf Sachverhalte gestossen, aus denen wir schliessen müssten, dass die Jahresrechnung kein den tatsächlichen Verhältnissen entsprechendes Bild der Vermögens-, Finanz- und Ertragslage in Übereinstimmung mit Swiss GAAP FER vermittelt.

Wir halten fest, dass ein gemäss den Vorschriften des Kanton Bern, Gesundheits-, Sozial- und Integrationsdirektion, Amt für Integration und Soziales, erstelltes internes Kontrollsystem vorhanden ist.

Zürich, 27. März 2023

BDO AG

Helene Lüscher  
dipl. Wirtschaftsprüferin

Philippe Baumann  
dipl. Wirtschaftsprüfer



# Bilanz

Die Erläuterungen zu den einzelnen Positionen in der Bilanz und der Betriebsrechnung finden Sie auf den folgenden Seiten. Gerne senden wir Ihnen auf Wunsch den ausgedruckten Jahresbericht zu.

		2022		2021	
<b>Aktiven</b>		CHF	%	CHF	%
<b>Umlaufvermögen</b>					
Flüssige Mittel	1.1	1'201'578	88.2%	853'879	90.8%
Forderungen aus Lieferungen und Leistungen	1.2	56'694	4.2%	16'354	1.7%
Aktive Rechnungsabgrenzungen	1.3	9'536	0.7%	5'459	0.6%
<b>Total</b>		<b>1'267'808</b>	<b>93.1%</b>	<b>875'692</b>	<b>93.1%</b>
<b>Anlagevermögen</b>					
Mietzinsdepot	1.4	10'467	0.8%	10'467	1.1%
Mobile Sachanlagen	1.5	37'950	2.8%	37'300	4.0%
Immaterielle Werte	1.5	46'101	3.4%	16'801	1.8%
<b>Total</b>		<b>94'518</b>	<b>6.9%</b>	<b>64'568</b>	<b>6.9%</b>
<b>Total Aktiven</b>		<b>1'362'326</b>	<b>100%</b>	<b>940'260</b>	<b>100%</b>
<b>Passiven</b>					
		CHF	%	CHF	%
<b>Kurzfristiges Fremdkapital</b>					
Verbindlichkeiten aus Lieferungen und Leistungen		30'055	2.2%	26'782	2.8%
Passive Rechnungsabgrenzungen	1.6	59'278	4.4%	52'870	5.6%
<b>Total</b>		<b>89'334</b>	<b>6.6%</b>	<b>79'652</b>	<b>8.5%</b>
<b>Fondskapital (zweckgebundene Fonds)</b>	1.7	<b>10'000</b>	<b>0.7%</b>	<b>10'000</b>	<b>1.1%</b>
<b>Organisationskapital</b>					
Grundkapital		450'000	33.0%	450'000	47.9%
Gebundenes Kapital		426'600	31.3%	151'700	16.1%
Freies Kapital		386'392	28.4%	248'908	26.5%
<b>Total</b>	1.8	<b>1'262'992</b>	<b>92.7%</b>	<b>850'607</b>	<b>90.5%</b>
<b>Total Passiven</b>		<b>1'362'326</b>	<b>100.0%</b>	<b>940'260</b>	<b>100.0%</b>

# Betriebsrechnung

		2022		2021	
		CHF	%	CHF	%
<b>Erhaltene Zuwendungen</b>					
davon zweckgebundene Spenden		28'700	1.9%	60'000	5.5%
davon freie Spenden		933'398	61.7%	507'223	46.5%
Mitgliederbeiträge		8'500	0.6%	8'250	0.8%
<b>Total</b>	2.0	<b>970'598</b>	<b>64.2%</b>	<b>575'473</b>	<b>52.7%</b>
<b>Beiträge für erbrachte Leistungen</b>					
Beiträge Kantone		473'983	31.3%	458'538	42.0%
Beiträge Dritter		53'851	3.6%	57'844	5.3%
Beiträge für Öffentlichkeitsarbeit		14'753	1.0%	0	0.0%
Veränderung Delkredere		-1'035	-0.1%	-580	-0.1%
<b>Total</b>	2.1	<b>541'551</b>	<b>35.8%</b>	<b>515'802</b>	<b>47.3%</b>
<b>Betriebsertrag</b>		<b>1'512'149</b>	<b>100.0%</b>	<b>1'091'275</b>	<b>100.0%</b>
<b>Betriebsaufwand</b>					
Personalaufwand		781'665	51.7%	716'011	65.6%
Miete und Unterhalt		50'310	3.3%	52'585	4.8%
Büro- und Verwaltungsaufwand		86'297	5.7%	72'333	6.6%
Externe Kommunikation		147'397	9.7%	180'800	16.6%
Abschreibungen		33'020	2.2%	22'040	2.0%
<b>Total</b>	2.2	<b>1'098'688</b>	<b>72.7%</b>	<b>1'043'770</b>	<b>95.6%</b>
<b>Betriebsergebnis</b>		<b>413'461</b>	<b>27.3%</b>	<b>47'505</b>	<b>4.4%</b>
Finanzertrag	2.3	0	0.0%	10	0.0%
Finanzaufwand	2.4	-1'077	-0.1%	-957	-0.1%
<b>Ergebnis vor Veränderung Fondskapital</b>		<b>412'384</b>	<b>27.3%</b>	<b>46'558</b>	<b>4.3%</b>
Zuweisung an zweckgebundene Fonds		28'700		60'000	
Entnahme aus zweckgebundenen Fonds		-28'700		-60'000	
<b>Jahresergebnis vor Veränderung Organisationskapital</b>		<b>412'384</b>	<b>27.3%</b>	<b>46'558</b>	<b>4.3%</b>
Zuweisung in gebundenes Organisationskapital		330'000		0	
Entnahme aus gebundenem Organisationskapital		-55'100		0	
		<b>137'484</b>		<b>46'558</b>	
Zuweisung an Freies Kapital		-137'484		-46'558	
<b>Jahresergebnis</b>		<b>0</b>		<b>0</b>	

# Veränderung des Kapitals

	Anfangsbestand 1.1.2022	Zuweisung	Interne Transfers	Verwendung	Zuweisung Finanzergebnis	Total Veränderung	Endbestand 31.12.2022
<b>Mittel aus Eigenfinanzierung</b>	CHF	CHF	CHF	CHF	CHF	CHF	CHF
Grundkapital	450'000					0	450'000
Freies Kapital	248'908	137'484				137'484	386'392
<b>Freies Kapital</b>	<b>698'908</b>	<b>137'484</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>137'484</b>	<b>836'392</b>
<b>Gebundenes Kapital</b>	<b>151'700</b>	<b>330'000</b>	<b>0</b>	<b>55'100</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>426'600</b>
Fonds IT und Datenbank	10'000	80'000		10'000			80'000
Fonds Datenbank (ab 2023 integriert in IT)	35'100			35'100			0
Fonds Fundraising und Öffentlichkeitsarbeit	40'200	50'000					90'200
Fonds OE-Entwicklung	20'200	60'000					80'200
Fonds Personal	10'000	10'000		10'000			10'000
Fonds Mobilien / Anschaffungen	10'000	30'000					40'000
Fonds Projektentwicklung	26'200	100'000					126'200
<b>Organisationskapital</b>	<b>850'608</b>	<b>467'484</b>	<b>0</b>	<b>55'100</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>1'262'992</b>
<b>Mittel aus Fondskapital</b>							
Fonds «Dranbleiben»	10'000						10'000
Fonds «Gesundheitsförderung»	0	28'700		28'700			0
Fonds «Kanton Graubünden»	0						0
<b>Fondskapital mit einschrän- kender Zweckbindung</b>	<b>10'000</b>	<b>28'700</b>	<b>0</b>	<b>28'700</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>10'000</b>

## Bezüge des Vorstandes

Alle Vorstandsmitglieder arbeiten ehrenamtlich.  
Die Rechnungslegung erfolgt in Übereinstimmung mit Swiss GAAP FER  
(Kern-FER und FER 21).



# Anhang und weitere Angaben

## Grundlagen zur Rechnungslegung

Die Rechnungslegung des Vereins Elternnotruf erfolgt in Übereinstimmung mit den Fachempfehlungen zur Rechnungslegung Swiss GAAP FER (Kern-FER und FER 21) und vermittelt ein den tatsächlichen Verhältnissen entsprechendes Bild der Vermögens-, Finanz- und Ertragslage (true and fair view) und entspricht auch den Standards der Zewo. Zudem werden die Vorschriften zur Rechnungslegung gemäss Schweizerischem Obligationenrecht (OR) eingehalten.

## Bewertungsgrundsätze

Grundsätzlich gilt das Anschaffungskostenprinzip. Dieses richtet sich nach dem Grundsatz der Einzelbewertung von Aktiven und Passiven. Für die in der Bilanz ausgewiesenen Positionen gilt Folgendes:

- Flüssige Mittel: zum Nominalwert
- Forderungen: zum Nominalwert abzüglich Wertberichtigung
- Sachanlagen: zum Anschaffungswert abzüglich Abschreibungen
- Finanzanlagen: zum Anschaffungswert abzüglich Wertberichtigung
- Verbindlichkeiten: zum Nominalwert

## Erläuterungen zur Bilanz

### Aktiven

<b>1.1 Flüssige Mittel</b>	<b>2022</b>	<b>2021</b>
Kassa	298	474
Postguthaben	158'215	528'635
Bankguthaben	1'043'062	324'770
<b>Total</b>	<b>1'201'578</b>	<b>853'879</b>

### 1.2 Forderungen aus Lieferungen und Leistungen

Die Forderungen bestehen im Wesentlichen aus Spendenzusagen sowie Forderungen im Zusammenhang mit der Leistungserbringung. Darin enthalten ist ein Delkredere für mutmassliche Verluste.

### 1.3 Aktive Rechnungsabgrenzung

Die Position enthält zeitliche Abgrenzungen für Miete, Weiterbildung, Familienzulagen, Softwaregebühren und Zeitschriftenabonnemente.

## 1.4 Mietzinsdepot

Hinterlegung Mietkaution (seit 2002) für die Miete der Räumlichkeiten an der Weinbergstrasse 135 in Zürich.

## 1.5 Mobile Sachanlagen / Immaterielle Werte

Die Sachanlagen werden zu Anschaffungskosten abzüglich betriebswirtschaftlich notwendiger Abschreibungen bilanziert. Es werden lineare Abschreibungen vom Anschaffungswert entsprechend der Nutzungsdauer vorgenommen. Diese betragen für Soft- und Hardware 4 Jahre und für Mobilien 5 Jahre.

## Passiven

### 1.6 Passive Rechnungsabgrenzung

In den CHF 59'278 sind im Wesentlichen CHF 29'170 für Überzeit- und Ferienguthaben des Personals inkl. Sozialleistungen, CHF 22'000 für variablen Besoldungsbestandteil des Personals inkl. Sozialleistungen und CHF 8'000 für die Erstellung des Jahresabschlusses und den Review abgegrenzt.

### 1.7 Fondskapital (zweckgebunden) *(siehe Rechnung Kapitalveränderung)*

Das Projekt «Dranbleiben» ist noch nicht abgeschlossen. Es gab im Jahr 2022 keine nennenswerten Tätigkeiten in diesem Zusammenhang. Zudem erhielt der Elternnotruf im Jahr 2022 zweckgebundene Zuwendungen von der Gesundheitsförderung Schweiz über CHF 28'700 für die Chat-Beratung und Beratungsthemen.

### 1.8 Organisationskapital *(siehe Rechnung Kapitalveränderung)*

Der Überschuss von CHF 137'484 wird dem Freien Kapital gutgeschrieben.

Im Gebundenen Kapital sind die folgenden Fonds enthalten:

- Fonds IT und Datenbank: Sichert die absehbaren Weiterentwicklungskosten in den Bereichen Leistungserfassung, Buchhaltung und Fundraising sowie die Amortisation der Soft- und der Hardware.
- Fonds Datenbank: Wird per 31.12.2022 in den Fonds IT und Datenbank integriert.
- Fonds Fundraising und Öffentlichkeitsarbeit: Ermöglicht, bei Bedarf kurzfristig dringliche Fundraising- und Öffentlichkeitsmassnahmen zu lancieren.
- Fonds OE-Entwicklung (ehemals OE-Beratung): Stellt eine Reserve für externe Beratung sowie Organisationsentwicklung sicher.

- Fonds Mobilien und Anschaffungen: Ermöglicht die Erneuerung von Büromöbeln und Büroinstallationen.
- Fonds Personal: Stellt einen kleinen Puffer für unerwartete Kosten im Zusammenhang mit Personalmassnahmen dar.
- Fonds Projektentwicklung: Sichert ungedeckte Entwicklungskosten für wichtige Projekte ab.

Der Vorstand beschliesst über Äufnung und Verwendung des Gebundenen Kapitals.

## Erläuterungen zur Betriebsrechnung

### 2.0 Erhaltene Zuwendungen

Die Spendeneinnahmen erfolgten hauptsächlich über Einzelspenden, Mitgliederbeiträge sowie Zuwendungen von Stiftungen, Vereinen, politischen Gemeinden (öffentliche Hand) und Kirchgemeinden. Der Elternnotruf erhielt im Jahr 2022 ein beachtliches Legat.

### 2.1 Beiträge für erbrachte Leistungen

Die Erträge beinhalten hauptsächlich Beiträge der Kantone. In dem Total der Kantonsbeiträge sind CHF 72'933 Beitrag des Kantons Bern enthalten. Die Bedingungen sind in Leistungsvereinbarungen sowie in einer Verfügung geregelt. Im Weiteren berät der Verein Eltern in persönlichen Gesprächen in der Beratungsstelle gegen Entgelt und führt Bildungsveranstaltungen durch.

### 2.2 Administrativer Aufwand

Im Administrativen Aufwand, welcher nach effektiven Kosten berechnet wird, werden die Aufwände für jene Tätigkeiten bezeichnet, die lediglich indirekt einen Beitrag an die Erreichung der Angebotsziele leisten. Wird ein Angebot/Projekt eingestellt, so bleiben diese Kosten zumindest mittelfristig weiterhin bestehen.

Der Anteil des Administrativen Aufwandes betrug im Jahr 2022 im Verhältnis zum Betriebsaufwand 11.8% (Vorjahr 11.0%). Die administrativen Kosten stellen Dienstleistungen dar, welche die eigentlichen Angebotstätigkeiten unterstützen. Die Kostenstruktur wurde nach der Zewo-Methode berechnet.

	<b>2022</b>	2021
Personalaufwand	88'997	77'714
Miete und Unterhalt	5'886	5'784
Büro- und Verwaltungsaufwand	20'272	23'160
Externe Kommunikation	10'170	5'614
Abschreibungen	3'863	2'424
<b>Total</b>	<b>129'188</b>	<b>114'696</b>

### **Fundraising- und allg. Werbeaufwand**

Die Berechnung des Fundraising- und allg. Werbeaufwandes erfolgt nach effektiven Kosten. Im Berichtsjahr betrug der Anteil im Verhältnis zum Betriebsaufwand 15.1 % (Vorjahr 12.6 %). Die Kostenstruktur wurde nach der Zewo-Methode berechnet.

	<b>2022</b>	2021
Personalaufwand	79'877	57'896
Miete und Unterhalt	5'283	5'258
Büro- und Verwaltungsaufwand	7'851	7'174
Externe Kommunikation	69'600	59'250
Abschreibungen	3'467	2'204
<b>Total</b>	<b>166'078</b>	<b>131'782</b>

### **2.3 Finanzertrag**

Der Ertrag entspricht Zinserträgen aus Bank- und Postguthaben.

### **2.4 Finanzaufwand**

Der Aufwand besteht hauptsächlich aus Bank- und Postgebühren.

## **Weitere Angaben**

### **Erhaltene Fremdleistungen**

Die Dargebotene Hand und der Elternnotruf kooperieren seit 1. Januar 2021 im Bereich der Telefonberatung. Die Dargebotene Hand übernimmt die Nachtdienste (23.00 – 8.00 Uhr) für den Elternnotruf und wird jährlich mit CHF 17'000 entschädigt (Vertragsanpassung April 2022).

### **Entschädigungen an Mitglieder der Leitenden Organe**

Beim Verein Elternnotruf wurden im Berichtsjahr keine Entschädigungen, Sitzungsgelder oder Spesen an die Vorstandsmitglieder entrichtet. Der Vorstand leistete im Berichtsjahr 388 (Vorjahr 320) ehrenamtliche Stundeneinsätze.

### **Entschädigungen an Mitglieder der Geschäftsleitung**

Gesamtentschädigung der Co-Geschäftsleitung Yvonne Müller und Ilona Segessenmann beträgt im Jahr 2022 brutto CHF 165'457.

### **Anzahl Vollzeitstellen**

Der Verein verfügt über insgesamt 570 (Vorjahr 520) Stellenprozente.

### **Ereignisse nach Bilanzstichtag**

Es bestehen keine offenen Rechtsfälle. Auch sind keine wesentlichen Ereignisse nach dem Bilanzstichtag bekannt, welche die Rechnung 2022 beeinflussen könnten.

### **Jahresrechnung**

Der Vorstand hat die Jahresrechnung 2022 zuhanden der Mitgliederversammlung genehmigt.



## 3 Fragen an ...

**In lockerer Folge beantworten Menschen, die hinter dem Elternnotruf stehen, drei persönliche Fragen. Diesmal die Beraterin Rita Girzone und das Vorstandsmitglied Christoph Walder.**

### Rita, warum arbeitest du für den Elternnotruf?

Noch während meines Masterstudiums in den USA war ich in der Elternberatung und Elternbildung tätig. Nach meinem Umzug in die Schweiz im Jahr 1991 arbeitete ich viele Jahre in verschiedenen sozialpädagogischen Einrichtungen mit Säuglingen, Kindern und Eltern. Danach arbeitete ich 16 Jahre lang mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen als Psychologielehrerin und Schüler:innen-Beraterin. Parallel dazu begann ich, mich mit Achtsamkeit und Selbstmitgefühl zu befassen, und liess mich anschliessend zur Lehrerin für «Mindful Self-Compassion» und «Mindful Parenting» ausbilden.

Als ich Anfang 2021 auf der Suche nach einer neuen beruflichen Herausforderung war, weckte die offene Stelle beim Elternnotruf mein Interesse. Während der Bewerbungsgespräche wurde mir immer klarer, dass der Elternnotruf und ich gut zusammenpassen könnten, was sich in den letzten rund anderthalb Jahren bestätigt hat. Bei der Beratung von Eltern mit Kindern unterschiedlichen Alters kann ich auf meine Erfahrungen aus den letzten dreissig Jahren zurückgreifen. Auch die Haltungen und Praktiken der Achtsamkeit und des

Selbstmitgefühls kann ich in meine Beratungsarbeit einfließen lassen. Ich finde es spannend und erfüllend, Eltern telefonisch, persönlich, aber auch per Mail und durch Bildungsveranstaltungen auf ihrem Weg zu unterstützen. Den Austausch und die gegenseitige Unterstützung im kleinen und hochkompetenten Team empfinde ich als sehr bereichernd.



**Rita Girzone**

«Ich versuche, Eltern ihre Ressourcen bewusst zu machen.»

### Was möchtest du Eltern mit auf den Weg geben?

Alle Eltern, die sich an uns wenden, wollen es mit ihren Kindern gut machen. Sie möchten eine positive Familienatmosphäre schaffen, in der sich ihre Kinder gesund entwickeln können. Manchen Hilfesuchenden fehlt es vielleicht an Wissen – zum Beispiel über Kindesentwicklung – oder an praktischen Werkzeugen, wie sie die guten Ideen im Alltag umsetzen können. Andere sind zuweilen überfordert, weil →

zum Beispiel viele Herausforderungen auf einmal auftreten oder weil ihr Kind ein besonders schwieriges Verhalten zeigt. Andere sind erschöpft, weil sie versuchen, ihren Kindern so viel wie möglich zu geben und sich dabei selbst vergessen.

In allen Fällen möchte ich den Eltern vermitteln, dass ich sie, ihre Gefühle und Bedürfnisse wahr- und ernst nehme und dass diese verständlich sind. Ich möchte sie daran erinnern, dass sie mit ihrer Überforderung oder Unsicherheit nicht allein sind, sondern dass diese zum Menschsein und zum Elternsein dazugehören. Ich versuche, Eltern ihre Ressourcen bewusst zu machen und ihnen einfache Werkzeuge mitzugeben, um selbst in sehr herausfordernden Situationen präsent und verbunden zu bleiben, sowohl mit sich selbst als auch mit ihren Kindern. Denn aus dieser Präsenz und Verbundenheit heraus können Eltern – wie auch Kinder – wirksame Lösungsschritte entwickeln.

### Woraus ziehst du persönlich Kraft?

Die Natur gibt mir viel Kraft. Ich gehe so oft wie möglich im nahe gelegenen Wald spazieren und versuche – mit mehr oder weniger Erfolg –, so achtsam wie möglich zu sein und die Bäume, das Vogelgezwitscher und meine eigenen Schritte bewusst wahrzunehmen. Auch meine morgendlichen Körperübungen und Meditation tun mir sehr gut. Meine nahen Beziehungen, zu meinem Mann, zu guten Freundinnen und Familie, geben mir ebenfalls Kraft. Tanzen

und Lachen tun mir sehr gut, und mein wöchentlicher Betreuungstag mit meinen beiden kleinen Enkelkindern hält mich frisch und macht viel Spass.

## 3 Fragen an ...

### Christoph, warum arbeitest du für den Elternnotruf?

Als Kinder- und Jugendpsychiater in der Praxis kenne ich die Nöte von Eltern mit herausfordernden Kindern und Jugendlichen aus meiner täglichen therapeutischen Arbeit. Wir Psychiater und Psychologen versuchen, für unsere Klientinnen und Klienten da zu sein, wenn sie uns brauchen; ein regelmässiges 24-Stunden-/365-Tage-Angebot können wir aber nicht leisten. Vor allem können wir keine Aufgaben für Eltern in einer Notlage übernehmen, die nicht bereits unsere Klienten sind.

Ich bin deshalb sehr froh und dankbar für das Rund-um-die-Uhr-Beratungsangebot des Elternnotrufs. Es steht allen Eltern jederzeit offen, sei es in einer einmaligen Krisensituation oder für eine längere schwierige Phase der Familienentwicklung.

Gerne helfe ich darum im Vorstand mit, für die professionellen und engagierten Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in der Beratung möglichst optimale Rahmenbedingungen zu schaffen und zu erhalten, sodass Eltern in einer Notlage schnell und erfolgreich die Unterstützung bekommen, die ihnen weiterhilft.



**Christoph Walder**

«Das Angebot des Elternnotrufs macht sehr viel Sinn.»

*Du arbeitest schon seit ein paar Jahren für den Elternnotruf...*

Ich übernahm die Aufgabe 2014 von meiner Vorgängerin, einer Kinderpsychiaterin und Kollegin. Zunächst musste ich dazu von ihr wie auch vom damaligen Geschäftsführer, der mich aus einem beruflichen Kontext kannte, mehrfach angeschubst werden – ich fürchtete die zusätzliche zeitliche Belastung. Unterdessen möchte ich die interessante Aufgabe nicht mehr missen. Zusammen mit den anderen Vorstandsmitgliedern, der Präsidentin und den Geschäftsführerinnen die Geschicke des Elternnotrufs begleiten zu dürfen, die Entwicklung mitzugestalten, sich über Erfolge freuen zu können und auch mal Rückschläge verkraften zu müssen, macht im Hinblick auf das wichtige Angebot des Elternnotrufs sehr viel Sinn.

*Woraus ziehst du persönlich Kraft?*

Gerne wandere ich auf den Wegen «unseres» abgelegenen Bündner Tals, besuche ich Konzerte mit alter Musik, lerne seit meiner Teilpensionierung ein neues Instrument; ich lese gerne und koche für mich und meine Frau, die noch intensiv im Arbeitsleben steht. Auch zu erleben, welche Wege unsere erwachsenen Töchter gehen, macht Freude.

Fachlich sind mir neben der Arbeit im Team meine langjährig vertrauten Kollegen und Kolleginnen in Supervisions- und Interventionsgruppen wichtig sowie die gelegentlichen Sitzungen bei meinem Therapeuten, der mich seit vielen Jahre begleitet und gut kennt.

# Starke Eigenleistung

**Eltern und Fachpersonen haben auch 2022 wieder von unserem Bildungsangebot profitiert.**

Die Beraterinnen und Berater des Elternnotrufs sind gefragt als Expertinnen und Experten für Vorträge, Kurse und Workshops. Engagiert wurden sie im Berichtsjahr von Schulen, Vereinen, sozialen Institutionen und Kirchgemeinden zu unterschiedlichen Themen:

- «Das kann ich doch nicht durchlassen!» Wege aus dem Machtkampf
- «Chill mal!» Wie können Eltern ihre Kinder in der Adoleszenz begleiten?
- Familienglück – was können wir dazu beitragen?
- Kinder stärken

Bei einer Veranstaltungen für Lehrpersonen gings – wie schon in der Elterngruppe – um «Neue Autorität».

Die Anlässe dauerten zwischen zwei und drei Stunden und fanden meistens in Zürich statt, zudem in Zug, Bern, Winterthur, Effretikon und Wallisellen.

Durch diese Eigenleistungen – 16 Veranstaltungen für Eltern und weitere Interessierte, zwei für Fachpersonen sowie vier Treffen der Elterngruppe – generierte der Elternnotruf fast 10000 Franken an Einnahmen.



## **Elterngruppe «Neue Autorität»**

Im Jahr 2022 boten wir eine neue Elterngruppe zum Thema «Neue Autorität» an, die viermal im Jahr mit einer konstanten Elterngruppe von fünf Müttern und einem Vater stattfand. Jedes Treffen beinhaltete Input und Austausch zu einem Thema der Neuen Autorität, basierend auf der Arbeit des Psychologen Haim Omer, sowie eine gesellige Pause mit Tee und Knabberereien. Die Gruppe befasste sich mit den Hauptthemen: elterliche Präsenz, Ausstieg aus Eskalationen, gewaltfreier Widerstand und Versöhnungs- und Beziehungsgesten. Die Eltern erkannten im Verlauf des Jahres, dass die Beziehung das Herzstück der Erziehung ist und wie sie mit ihren Kindern liebevoll sein, ihnen aber auch Grenzen setzen können.

Die Gruppe, geleitet von Rita Girzone, wurde von den Eltern sehr geschätzt, sowohl für die Anregungen als auch für die

Möglichkeit, etwas für sich selbst zu tun und gegenseitige Unterstützung zu erfahren. Eine Mutter schrieb nach dem ersten Abend: «Die gegenseitige Offenheit hat mir sehr gut getan und ich bin mit einem guten Gefühl nach Hause gegangen. Auch der theoretische Input zur elterlichen Präsenz war hilfreich und begleitet mich seither durch meinen Mama-Alltag.»

Eine andere Mutter schrieb: «Ich mache fast täglich diese kleine Körperübung, um mich zu beruhigen, was mir hilft, präsenter und ausgeglichener mit den Kindern zu sein.» Noch jemand teilte mit: «Es tut mir gut, zu erkennen, dass ich zwar viel Neues lernen kann, aber auch schon vieles gut kann.»

Wir freuen uns darauf, die Elterngruppe im Jahr 2023 wieder anzubieten.

## Brückenbauer

Die Caritas bietet im Projekt «Co-Pilot» sozial benachteiligten Eltern der Stadt Zürich Unterstützung zu Themen rund um Schule, Freizeit und Erziehung an. Diese Unterstützung können interessierte Eltern einerseits als Mentoring-Programm bei sich zu Hause beantragen, andererseits wird in drei Schulen der Stadt Zürich wöchentlich ein Treffen in «Info-Cafés» angeboten. Dort erhalten die Eltern in verschiedenen Sprachen (Tigrinya, Arabisch, Englisch, Spanisch, Deutsch) Informationen zum

Schulalltag und zu den Quartierangeboten. Zudem bietet sich die Gelegenheit für einen Austausch zu Erziehungsfragen.

In diesem Zusammenhang wurde der Elternnotruf eingeladen, sein Angebot vorzustellen und einen kurzen Input zu einem Erziehungsthema zu geben. Die Anlässe fanden im Schulhaus Leimbach, im GZ Grünau und im Stellwerk an der Hohlstrasse 500 statt. Unsere Beraterin Joëlle Amstutz gab einen Input zum Thema «Konflikte» und führte im Anschluss durch die Diskussion. Es nahmen jeweils zwischen fünf und zwölf Teilnehmer:innen aus verschiedenen Nationen teil.

Die Kooperation mit «Co-Pilot» wird weitergeführt, und zwar zweimal pro Jahr an allen Standorten. Dabei kann jeweils ein aktuelles Erziehungsthema vorgestellt und diskutiert werden.

Die Anlässe bieten zum einen die Möglichkeit, den Elternnotruf und seine Haltung zu Erziehungsthemen vorzustellen und zum anderen, eine Brücke zwischen den Kulturen zu bauen und das gegenseitige Verständnis zu erweitern.



# Zukunft gestalten

«Erbfolge, Vorsorgeauftrag und Patientenverfügung geregelt – ein gutes Gefühl» lautete der Titel unserer kostenlosen Informationsveranstaltung am 23. März 2022 in Zürich.

Gerade richtig als Vorbereitung auf die Erbrechtsänderung per 1. Januar 2023 stiess unsere Einladung auf grosses Interesse. Testamente, Vorsorgeaufträge und Patientenverfügungen helfen, Missverständnisse und Streitigkeiten unter Angehörigen zu vermeiden. Dr. iur. Daniel Trachsel von der Kanzlei Trachsel Bortolani Partner in Zürich zeigte auf, worauf es bei der Begünstigung des überlebenden Ehegatten oder beim Verfassen eines Testaments ankommt. Auch die wichtigen Themen Vorsorgeauftrag und Patientenverfügung kamen zur Sprache.

Aufschlussreich war nicht nur der Vortrag – der Referent verfügt über langjährige Erfahrung in Fragen der Nachlassplanung und der Beratung von Erben bei der Verwaltung von Nachlässen –, sondern auch die Frageunde im Anschluss an die Kaffeepause mit spannenden persönlichen Gesprächen. Nochmals austauschen konnten sich die Teilnehmenden während des Apéros am Schluss der Veranstaltung.

Wir danke allen, die zum Gelingen dieses Anlasses beigetragen haben: unseren Gästen und Dr. iur. Daniel Trachsel sowie Jürg Wachter vom Online-Portal DeinAdieu.ch für die Organisation.



**Co-Leiterin Ilona Segessenmann (Mitte), Joëlle Amstutz und Matthias Gysel** Sie gaben gerne Auskunft über den Elternnotruf.



**Dr. iur. Daniel Trachsel**  
Gastreferent an unserer Info-Veranstaltung

## Hilfe ermöglichen

Wer den Elternnotruf in seinem Testament bedenkt, setzt ein Zeichen über seinen Tod hinaus: Er sichert damit, dass wir Familien auch in Zukunft kompetent beraten können. Dein Adieu leistet kostenlose Erstberatung durch Erbrechtsspezialisten unter Telefon 044 500 52 37 und per Mail unter [info@deinadieu.ch](mailto:info@deinadieu.ch).

# Elternnotruf trifft Dargebotene Hand

**Im Mai 2022 fand unsere Jahresveranstaltung «Elternnotruf trifft Dargebotene Hand» im Zürcher Theater Stadelhofen statt.**

Der Elternnotruf und die Dargebotene Hand Zürich (DHZ) arbeiteten im Frühling 2022 bereits seit eineinhalb Jahren zusammen. Zwischen 23.00 und 8.00 Uhr nimmt die DHZ die Anrufe für uns entgegen. Diese Kooperation haben wir zum Anlass genommen, Interessierten Einblick in die Arbeit der beiden Institutionen zu gewähren.

Wo liegen die Unterschiede, die Gemeinsamkeiten? Wie hat Corona die Beratung

verändert? Wie spüren wir den Ukraine-Krieg in unseren Beratungen? Wo liegen die Schwerpunkte unabhängig von der Aktualität? Fragen, die Matthias Herren, Leiter Dargebotene Hand Zürich, und Yvonne Müller, Co-Leiterin Elternnotruf, während eines Podiumsgesprächs beantworteten. Berater Matthias Gysel moderierte die Diskussion.

Beim anschliessenden Apéro wurde zwar bedauert, dass weniger Besucher:innen gekommen waren als erwartet. Die gute Stimmung liessen sich die Anwesenden aber nicht verderben. Für sie waren Treffen und Austausch ein Gewinn.



**Matthias Herren, Leiter Dargebotene Hand Zürich, Berater Matthias Gysel und Co-Leiterin Yvonne Müller vom Elternnotruf** Interessantes Gespräch in lockerer Runde

# Liebe Gönnerinnen und Gönner, liebe Spenderinnen und Spender

Durch die Unterstützung auf allen Ebenen haben wir unsere Ziele übertroffen und blicken auf ein finanziell erfolgreiches Jahr zurück. Die Beiträge unserer Vertragskanaltonne Zürich, Bern, Graubünden, Solothurn, Thurgau, Zug, Aargau und Baselland decken in der Regel rund die Hälfte unserer Betriebskosten, Zuwendungen von Stiftungen, Institutionen, Kirchen und Gemeinden sowie von privater Seite rund die andere Hälfte. 2022 durften wir uns aber über ein besonders grosszügiges Legat im Namen von Henriette Gertrud Luise Sarauw freuen, das uns finanziell Luft verschafft.

Dank diesem erfreulichen Ergebnis konnten wir lange zurückgestellte Investitionen tätigen. Zum Beispiel die komplett neue Datenbank (Soft- und Hardware), neue Bildschirme, eine Videokamera – unter anderem für unsere Webinare – und ein TV-Gerät für Sitzungen sowie längst fällige Mobilien durch neue ersetzen.

Zeitintensiver als erwartet war die Implementierung der neuen Datenbank. Investiert haben wir auch in unsere Social-Media-Präsenz. Und für unser neues Beratungsangebot Chat – sehr erfolgreich gestartet am 9. Januar 2023 – mussten weitere Mitarbeitende rekrutiert werden.

All dies war mit Mehrkosten auf verschiedenen Ebenen verbunden. Aber schliesslich wollen wir unseren Klientinnen und Klienten attraktive Beratungsformen bieten – und

unseren Mitarbeitenden angemessene Arbeitsbedingungen.

Spannend gehts 2023 weiter. Dann stehen die Auswertung der Chat-Beratung an, die Vorbereitung der Wirkungsmessung unserer Beratungskanäle sowie unser 40-Jahr-Jubiläum. Bleiben Sie uns treu!



**Ilona Segessenmann Schenker**  
Co-Leiterin Betrieb

Sie erreichen mich unter  
Telefon 044 365 34 08 und unter  
[ilona.segessenmann@elternnotruf.ch](mailto:ilona.segessenmann@elternnotruf.ch)

## **Spenden**

PC-Konto 80-32539-6  
IBAN ZKB CH29 0070 0111 40101823 1  
oder direkt über unsere Website  
[www.elternnotruf.ch](http://www.elternnotruf.ch)  
Spenden sowie Vermächtnis





# Wertvolle Beiträge

**Sie alle tragen mit ihren Spenden dazu bei, dass wir Eltern von früh bis spät beraten können.**

## Stiftungen und Vereine

---

Anna Maria und Karl Kramer-Stiftung, Arthur Waser Stiftung, Däster-Schild Stiftung, David Bruderer Stiftung, Elisabeth Nothmann Stiftung, Ernst & Theodor Bodmer Stiftung, Frauenverein Wiesendangen, Frauenzentrale Zug, Gemeinnützige Gesellschaft der Bezirke Zürich und Dietikon, Gemeinnütziger Frauenverein Aarau, Gemeinnütziger Frauenverein Küsnacht, Gemeinnütziger Frauenverein Rheinfelden, Geschwister Albert und Ida Beer Stiftung, Gesundheitsförderung Schweiz, Hans Konrad Rahn-Stiftung, Hans Vollmoeller Stiftung, Hedy und Fritz Bender-Stiftung, Hilfsgesellschaft in Zürich, Kirschner-Loeb-Stiftung, Krokop-Stiftung, Olga Mayenfisch Stiftung, René und Susanne Braginsky-Stiftung, Stiftung Fondation enfance sans frontières, Stiftung Kastanienhof, Winterhilfe Zürich

## Gemeinde- und Stadtverwaltungen

---

Adliswil, Effretikon, Maur, Zollikon

## Kirchgemeinden

---

**Evangelisch-reformierte Kirchgemeinden:** Bassersdorf-Nürens Dorf-Gerlisberg, Brugg, Bülach, Ittigen, Kilchberg, Küsnacht, Meilen, Reformierte Kirche Kanton Zug OeME-Kommission, Stäfa, Thalwil, Uster, Verband der stadtzürcherischen evangelisch-reformierten Kirchgemeinden, Wald, Winterthur-Stadt, Zumikon

**Römisch-katholische Kirchgemeinden:** Lenzburg, Wohlen, Römisch-katholische Körperschaft des Kantons Zürich, St. Konrad Zürich, Vereinigung der Katholischen Kirchgemeinden des Kantons Zug

Aus Platzgründen sind Institutionen aufgeführt, die mehr als 1000 Franken gespendet haben.

## Private

---

R. Allebes, G. u. J. Bachmann, B. Bänninger, B. u. D. Berti Mätzler, R. Bottinelli, E. Brenner-Suter, P. u. T. Briner-Lienhard, J. Burgi, S. Dürst, R. Eckert, M. u. B. Edelmann, H. Fährdrich, M. L. u. B. Fahrni Bachmann, B. Fäh-Vogt, U. u. C. Frehner, J. W. Fuchs, J. Greuter, Dr. R. Gundelfinger, B. Gürtler Jossi, B. u. H. S. Häfelin Löschmann, A. Hanimann-Sulzer, Y. Hegi, P. Hirt Locher, R. Ineichen Guerra, J. Juran, S. M. Kamer Byland, St. Karlen, C. Klaus Rüesch, C. Landolt, F. u. M. Liès-Multone, F. u. Ch. Mathies Wiesendanger, R. u. Ch. Meier-Krebs, I. Messerli, A. u. R. Michel, R. Müller, Pfr. K. Müller u. E. Haymoz, R. A. Ott, J. Rais, F. Rasche, Ch. u. J. Reich Helbling, S. u. P. Reif, Dr. F. M. Rudolf, J. u. M. Schmidheiny-Zanetti, A. Schneider, S. u. U. Schoch, B. Stokar von Neuforn, S. Suter, P.-L. u. U. von Allmen-Gross, P. Wehrli, U. Wigert Tondeur, Ch. Wolff Frank, E. u. C. Zanetti Lazzarini, G. u. F. Ziegler-Meyer, Dr. M. A. Zulliger

## Firmen

---

Altra Vista GmbH, Gemeinschaftspraxis Rümliang, Relnex GmbH, Robatech AG, Zindel Beratung Revision Treuhand GmbH

## Legat

---


Henriette Gertrud Luise Sarauw

Aus Platzgründen sind Privatpersonen und Firmen aufgeführt, die ab 250 Franken gespendet haben.

## Weiterer Dank

---

Unser Dank gilt auch allen Spender:innen, die nicht genannt wurden, sowie den Mitgliedern des Vereins Elternnotruf, die durch ihre Beiträge unser vielfältiges Angebot ermöglichen.



«Ich habe die  
Gespräche als sehr  
entlastend und  
inspirierend erlebt.»

Mutter nach einer Telefonberatung

**Möchten auch Sie Mitglied werden?**

**Es würde uns freuen! Weitere Infos: [www.elternnotruf.ch](http://www.elternnotruf.ch)**

# Die Mitglieder des Vorstandes

**Renée Giger**, Sozialarbeiterin FH, Paar- und Familientherapeutin,  
Präsidentin Elternnotruf (Mitglied im Vorstand seit 2009, Präsidentin seit April 2015)

**Léonie Balmer**, Rechtsanwältin (seit 2017)

**Dagmar Madelung**, Journalistin (seit 1998)

**Brigitte Müller**, Dr. phil., Psychologin FSP (seit 2020)

**Christoph Walder**, Dr. med., Facharzt Kinder- und Jugendpsychiatrie  
und -psychotherapie (seit 2014)

**Christine Wolff Frank**, Betriebswirtin, Quästorin (seit 2020)

Der Vorstand traf sich 2022 mit der Co-Leitung des Elternnotrufs zu sechs Sitzungen in der Beratungsstelle. Hinzu kamen zwei Arbeits- und Informationsveranstaltungen, an denen auch alle Mitarbeitenden teilnahmen. Einzelne Themen wurden zusätzlich in Gruppen aus Team- und Vorstandsmitgliedern vorbereitet.

Die Mitgliederversammlung im Mai erfolgte nochmals schriftlich.



**Stelldickein des Vorstandes zum Fototermin 2021:** Dagmar Madelung, Brigitte Müller, Renée Giger, Christoph Walder, Christine Wolff Frank (von links). Es fehlt Léonie Balmer.

Der Elternnotruf ist eine Anlaufstelle für Eltern oder Bezugspersonen von Kindern und Jugendlichen sowie für Fachleute. Er wurde 1983 als privater, politisch und konfessionell neutraler Verein gegründet.

**Ihre Spende sorgt dafür, dass Eltern und Erziehungsberechtigte bei Konflikten, Krisen in der Familie oder bei drohender Gewalt eine Beratung erhalten können.**

Postkonto 80-32539-6

IBAN ZKB CH29 0070 0111 4010 1823 1



## **ELTERNNOTRUF**

Weinbergstrasse 135

8006 Zürich

Zentrale: Telefon 044 365 34 00

Beratung: Telefon 0848 35 45 55

E-Mail: [24h@elternnotruf.ch](mailto:24h@elternnotruf.ch)

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



Lernen Sie uns  
besser kennen:

