

# Beratung in familiären Belastungssituationen

Die momentane Situation kann stressig und ängstigend sein. Möglicherweise tauchen Fragen wie folgende auf: Wie gestalte ich den neuen Alltag? Wie motiviere ich mein Kind zu Hause für die Schule zu arbeiten? Wieviel Medienzeit soll ich erlauben?

Für solche und andere Fragen rund ums Miteinander in der Familie steht Ihnen die Schulsozialarbeiterin Martina Stäheli via Telefon oder Mail zur Verfügung.  
Der Elternnotruf ist ein alternatives Beratungsangebot, das rund um die Uhr erreichbar ist.

## Schulsozialarbeit Bettlach

Montag, Dienstag, Donnerstag

9.00-12.00 / 14.00-16.00

Tel: 079 532 53 87

Email: [martina.staeheli@perspektive-so.ch](mailto:martina.staeheli@perspektive-so.ch)

## Elternnotruf

24h Telefonberatung

0848 35 45 55 (Festnetztarif)

E-Mail-Beratung

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

Homepage

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