

# Auszeit – Aufatmen – Auftanken

## Ferien für Mütter und ihre Kinder



# Auszeit – Aufatmen – Auftanken Ferien für Mütter und ihre Kinder

Vergessen Sie Ihre Alltagsorgen und geniessen Sie unvergessliche Tage in der Natur mit vielen Erholungsmöglichkeiten!

## Was?

Sie sind eine Mutter mit einem Kind oder mit Kindern von 0–12 Jahren, die sich eigentlich keine Ferien leisten kann. Sie betreuen Ihr Kind / Ihre Kinder alleine oder erhalten keine oder nur geringe Unterstützung durch Ihren Partner oder Ihre Familie. Sie möchten mit Ihrem Kind / Ihren Kindern Ferien machen und wünschen sich, dass die Kinder zeitweise betreut werden, damit Sie sich selber vom Alltag erholen können. Für Mütter in dieser Situation besteht die Möglichkeit, mit dem Kind / den Kindern zwei Wochen unentgeltliche Ferien zu geniessen. Inbegriffen sind Übernachtung, Frühstück, Abendessen und Kinderbetreuung durch qualifizierte Mitarbeitende.

## Wo?

Das Angebot ermöglicht einen zweiwöchigen Aufenthalt in einem geeigneten familienfreundlichen Haus oder Hotel, dessen Infrastruktur sowohl Erholung für die Mutter als auch eine gute Betreuung für das Kind bzw. die Kinder ermöglicht.

## Wer?

Damit Sie in den Genuss eines solchen Ferienaufenthalts aus dem Legat Nesler kommen, erfüllen Sie folgende Voraussetzungen:

- Ihre Einkommensverhältnisse überschreiten das Existenzminimum nicht oder nur wenig; oder Sie leben durch aussergewöhnliche Umstände in einem finanziellen Engpass.
- Sie sind bereit, Einkommen und Vermögen offenzulegen.
- Für alle nicht im Angebot enthaltenen Kosten wie Reisespesen, Getränke usw. kommen Sie selber auf.

## Wie?

- 1 Sie besuchen **eine der zwei Websites**:  
Verein Inselhof Triemli:  
[www.verein-inselhof.ch](http://www.verein-inselhof.ch)  
Frauenklinik des Stadtspitals Triemli:  
[www.stadt-zuerich.ch/triemli/de/index/kliniken\\_institute/frauenklinik.html](http://www.stadt-zuerich.ch/triemli/de/index/kliniken_institute/frauenklinik.html)
- 2 Sie laden einen **Fragebogen** auf einer der beiden Websites herunter und füllen ihn aus. Sie schicken ihn zurück an folgende Adresse:  
*Verein Inselhof Triemli, Sekretariat, Birmensdorferstrasse 505, 8055 Zürich*
- 3 Nach einem **Gespräch** mit einer Vertrauensperson des Vereins Inselhof oder der Frauenklinik des Stadtspitals Triemli wird unbürokratisch entschieden, ob Sie die Kriterien erfüllen. Anschliessend machen wir die Anfrage ans Hotel und buchen Ihren Aufenthalt.

Ein gemeinsames Engagement des Vereins Inselhof Triemli und der Frauenklinik des Stadtspitals Triemli unter Verwendung des Legats Elsa Nesler