



Baby und Kleinkind

Mütter- und Väterberatung

in Uster

Familienzentrum, Zentralstrasse 32, 8610 Uster

Mütter- und Väterberatung (ohne Anmeldung)

Dienstag, 15.00–17:00 Uhr

Donnerstag, 15.00 – 17:00 Uhr

Ausfälle: 01.01.2026, 02.04.2026, 14.05.2026

Hallo Baby, hallo Alltag (für Eltern mit Babys im Alter von 0-8 Monaten)

Dienstag, 14:00 – 15:00 Uhr (ohne Anmeldung)

Gemeinsam mit anderen Eltern über Freuden und Herausforderungen sprechen, Erfahrungen teilen und Kontakte knüpfen. Eine erfahrene Mütter- und Väterberaterin beantwortet Ihre Fragen und bringt Interessantes rund um das Leben mit einem Baby ein.

Begleiterter Bewegungsraum für Babys (5–12 Monate)

Donnerstag, 14.00–15.00 Uhr

Eintreffen ab 13:45

Anmeldung und Informationen auf unserer Website oder per Telefon 043 258 48 00.



Bitte bringen Sie das Gesundheitsheft in die Beratung mit.



Ihre Möglichkeiten Beratung zu erhalten

Beratungsstellen

Besuchen Sie eine Beratungsstelle in Brüttisellen, Dübendorf, Egg, Fällanden, Greifensee, Maur, Nänikon, Mönchaltdorf, Uster oder Volketswil. Die Öffnungszeiten finden Sie auf unserer Website.

kjz Uster

Buchen Sie einen Beratungstermin im kjz Uster online auf unserer Website, rufen Sie uns an oder schreiben Sie uns.

Silvia Gysel (Dienstag – Donnerstag)

silvia.gysel@ajb.zh.ch, Tel. 043 258 48 19

Daniela Rubin (Montag Vormittag, Dienstag, Donnerstag, Freitag Vormittag)

daniela.rubin@ajb.zh.ch, Tel. 043 258 48 26

Beratungs-telefon

Montag – Freitag, 08.30 – 12.00

Tel. 043 258 48 48

Montag – Freitag, 19.00 – 22.00

Samstag, 09.00 – 11.00

Tel. 044 256 77 99 (In Kooperation mit Pro Juventute)

Chat

Montag – Freitag, 19.00 – 22.00

Samstag, 09.00 – 11.00

In Kooperation
mit Pro Juventute

WhatsApp an Tel. 044 256 77 99

oder Web-Chat unter www.projuventute.ch/mvb-chat

Veranstaltungen und Kurse

Die aktuellen Daten, das Anmeldeformular und weitere Infos auf unserer Website.

Mit Eltern im Dialog

Impulsreferate für Familien mit Babys und Kleinkindern im kjz Uster

Bewegungsraum

Regelmässige Durchführung in Fällanden, Greifensee, Volketswil und Uster.

Baby-massage

Regelmässige Durchführung in Volketswil.



kjz Uster | Schulweg 4 | 8610 Uster

Tel. 043 258 48 00 | kjz.uster@ajb.zh.ch | www.zh.ch/kjz-uster