

«Wie soll ich das schaffen?»

«Wie sage ich es meiner  
Familie, wie den anderen?»

«Was, wenn er mich  
sitzen lässt?»

«Was kann ich meinem  
Kind bieten?»

«Muss ich die Ausbildung  
abbrechen?»

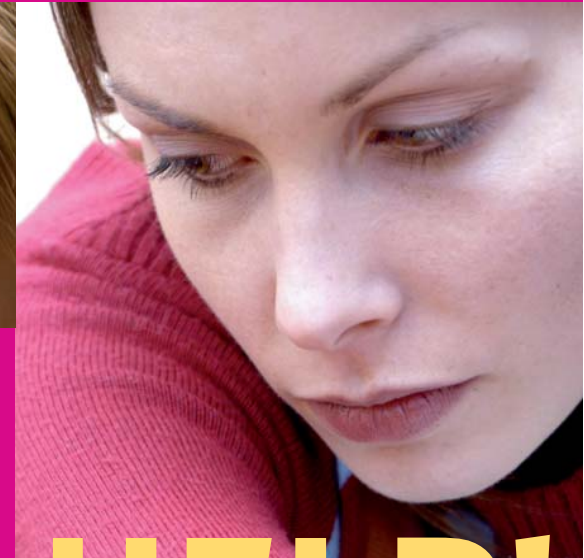
«Muss ich meine  
Arbeitsstelle aufgeben?»

«Wie soll das mit  
den Finanzen gehen?»

«Wie geht es nach  
der Geburt weiter?»

**HELP!**  
**0800 811 100**

**Schwanger?  
Verzweifelt?**



**Sofort.  
Vertraulich.  
Kompetent.**

Schweizerische Hilfe  
für Mutter und Kind (SHMK)  
Postfach, 4011 Basel  
Tel. 061 703 77 77

[www.shmk.ch](http://www.shmk.ch)  
[helpline@shmk.ch](mailto:helpline@shmk.ch)

Postkonto 40-30000-7  
IBAN CH34 0900 0000 4003 0000 7



Schweizerische Hilfe für Mutter und Kind (SHMK)  
Aide suisse pour la mère et l'enfant (ASME)  
Aiuto svizzero per madre e bambino (ASMB)

**HELP!**

**Wir hören zu. Wir helfen.**

## Im Dilemma?



Eine Schwangerschaft bedeutet nicht immer nur Freude und Glücksgefühle. Wir verstehen das. Sie kann auch Ängste und Sorgen auslösen – wenn sie ungeplant und ungewollt ist. Oder bei einer unerfreulichen vorgeburtlichen Diagnose.

## Wir hören zu.



Wir leisten Beratung und Hilfe für Frauen, Paare und Familien, die durch eine Schwangerschaft oder Geburt in Not geraten.

Wir suchen gemeinsam mit Ihnen einen Weg. Wir begleiten Sie. Während der Schwangerschaft oder auch nach der Geburt, solange Sie Hilfe brauchen.

## Wir helfen.



Unsere Fachpersonen aus sozialen und medizinischen Berufen beraten Sie gerne. Kostenlos. Sofort, vertraulich und kompetent.

Bleiben Sie nicht alleine. Rufen Sie uns an:  
**Gratisnummer: 0800 811 100**

Oder schreiben Sie uns:  
**helpline@shmck.ch**

**www.shmk.ch**