



FACHLICH · HERZLICH · ALLTAGSNAH

Ganzheitliche Beratung & Begleitung für Familien, Eltern und Kinder

Herzensraum ist ein geschützter Ort für Entwicklung, Vertrauen und Wachstum – ein Raum, in dem du und deine Familie sich gesehen fühlen und wieder Zugang zu eigener Kraft, Ruhe und Leichtigkeit finden.

Schwerpunkt: Leben mit ADHS

Begleitung von Familien und Kindern mit ADHS –
verständnisvoll, alltagsnah und ohne Druck. Mit Wissen
aus Fachwelt und eigener Familienerfahrung.

„Komm ins Jetzt – vertraue dir – du bist die wichtigste Person.“

Mehr zu mir und meiner Arbeitsweise auf der Rückseite



Valérie Zaugg

HERZENSRaum



Kurz zu mir



Ich bin Valérie – Mama von drei Kindern, eines davon mit ADHS. Als Fachfrau Gesundheit (FaGe), Sozialpädagogin, Lehrerin und schulische Heilpädagogin begleite ich seit vielen Jahren Menschen.

Ein eigenes Burnout und der Alltag mit einem ADHS-Kind haben mich herausgefordert – und zugleich geformt und gestärkt. Diese Erfahrungen haben meinen Blick in der Begleitung vertieft: Ich weiß, wie sich Überforderung anfühlt – und wie viel Kraft im Mitgefühl liegt.

Mein Herzensthema: ADHS & Familie

♥ Verständnis statt Etiketten

ADHS als Besonderheit sehen – Stärken erkennen, Druck rausnehmen.

♥ Alltag, der trägt

Struktur, Co-Regulation und Strategien, die wirklich umsetzbar sind.

♥ Eltern stärken

Damit ihr gelassener begleiten könnt – aus eigener Erfahrung.

So begleite ich dich

Beratung per Zoom – flexibel und ortsunabhängig
Begleitung im gewohnten Umfeld: zuhause oder dort,
wo sich deine Familie wohlfühlt

FaGe · SOZIALPÄDAGOGIN · LEHRERIN · SCHULISCHE HEILPÄDAGOGIN



WEBSEITE
valeriezaugg.ch

Valérie Zaugg · Herzensraum

079 488 72 95

info@valeriezaugg.ch

Scanne die Codes für Webseite & Instagram



INSTAGRAM
@valerie_zaugg_herzensraum