

## Eltern und Kind - Beratungs- und Informationsstellen

---

Soziale Dienste  
Informationszentrum

Die Sozialen Dienste Zürich übernehmen keine Gewähr für die Qualität und Richtigkeit der Auskünfte, die von den aufgeführten Institutionen und Beratungsstellen erteilt werden.

*Tel.*  
*Fax*  
*Email*

---

Arche Beratung für Familien  
Wasserwerkstrasse 17  
8006 Zürich

Die Beratungsstelle richtet sich an Eltern mit Abhängigkeitserkrankungen und/oder psychischen Erkrankungen. Ziel ist die Verbesserung der Lebensqualität der Eltern und der Kinder.

*Tel.* 044 273 31 35  
*Fax*  
*Email* [familien@archezuerich.ch](mailto:familien@archezuerich.ch)  
*Web* [www.archezuerich.ch](http://www.archezuerich.ch)

Beratung und Begleitung.  
Treffpunkt für Eltern mit Kindern.  
Treffpunkt mit Mittagstisch für Eltern mit Kindern.  
Freizeitprogramm.

---

Elternberatungsstelle  
Sozialzentrum Höggerstrasse  
Höggerstrasse 24  
8037 Zürich

Die Elternberatungsstelle der Sozialen Dienste Zürich unterstützt Mütter und Väter von nicht-ehelichen Kindern bei der gesetzlichen Regelung von Vaterschaft, Unterhalt und Sorgerecht.

*Tel.* 043 444 64 70  
*Fax* 043 444 64 79  
*Email* [Kontaktformular online](#)  
*Web* [www.stadt-zuerich.ch/elternberatung](http://www.stadt-zuerich.ch/elternberatung)

Beratung von Eltern vor der Geburt und Triage an geeignete Stellen bei erweiterter Problematik.

---

Elternnotruf Zürich  
Weinbergstrasse 135  
8006 Zürich  
*Tel.* 0848 35 45 55 (\*Festnetztarif)  
*Fax* 044 261 89 03  
*Email* [24h@elternnotruf.ch](mailto:24h@elternnotruf.ch)  
*Web* [www.elternnotruf.ch](http://www.elternnotruf.ch)

24h Hilfe und Beratung.  
Für Eltern und andere Bezugspersonen von Kindern und Jugendlichen in jedem Alter.  
Bei Erziehungsproblemen, Überforderung, Kindsmisshandlung.  
Telefon-, E-Mail und Live-Beratung.  
Elternveranstaltungen, Kurse usw. siehe Website.

---

Fachstelle UND  
Familien- und Erwerbsarbeit für Männer + Frauen  
Postfach 3417  
8021 Zürich  
*Tel.* 044 462 71 23  
*Fax*  
*Email* [info@und-online.ch](mailto:info@und-online.ch)  
*Web* [www.und-online.ch](http://www.und-online.ch)

Beratung für Paare und Einzelpersonen in Fragen partnerschaftlicher Aufteilung von Erwerbs- und Familienarbeit.  
Unterstützung für Betriebe und Institutionen in der Verbesserung der betrieblichen Rahmenbedingungen für die Vereinbarkeit von Familie und Beruf sowie der Gleichstellung von Frau und Mann.

Bildungsangebote zum Thema Beruf und Familie.

## Eltern und Kind - Beratungs- und Informationsstellen

---

IAP Institut für Angewandte Psychologie  
Zürcher Hochschule für Angewandte  
Wissenschaften  
Merkurstr. 43/ Postfach  
8032 Zürich  
Tel. 058 934 83 33  
Fax 058 934 83 00  
Email [therapie.iap@zhaw.ch](mailto:therapie.iap@zhaw.ch)  
Web [www.iap.zhaw.ch](http://www.iap.zhaw.ch)

Psychologische Beratung für Paare, Familien und Einzelpersonen, Abklärung von Kindern und Jugendlichen bei Schwierigkeiten oder Krisen, Erziehungsberatung, Elterncoaching zur Unterstützung und Stärkung der elterlichen Kompetenz.  
Informationen unter Telefon +41 58 934 83 30 oder E-Mail [therapie.iap@zhaw.ch](mailto:therapie.iap@zhaw.ch)

---

Kinderspital Zürich  
Steinwiesstrasse 75  
8032 Zürich  
Tel. 044 266 71 11  
Fax 044 266 71 71  
Email  
Web [www.kispi.uzh.ch](http://www.kispi.uzh.ch)

Das Kinderspital hilft kranken und verunfallten Kindern und Jugendlichen während 24 Stunden an allen Tagen des Jahres.  
Diverse Informationsbroschüren für Eltern.  
Kostenpflichtiges Beratungstelefon: 0900 266 711

---

Mütter- und Väterberatung  
Sozialzentrum Selnau  
Selnaustrasse 17  
8026 Zürich  
Tel. 044 412 67 50  
Fax 044 412 66 17  
Email [mvb.szs@zuerich.ch](mailto:mvb.szs@zuerich.ch)  
Web [www.stadt-zuerich.ch/mvb](http://www.stadt-zuerich.ch/mvb)

Beratung für Eltern mit Kleinkindern (0-5 Jahren) zu Fragen wie Ernährung, Pflege, Entwicklung, Erziehung usw.  
Zuständig für die Kreise 1, 2, 3 (ohne Sihlfeld), 7 und 8.  
Telefonberatung: Mo/Di/Do/Fr, 8.30-10.00 h  
Mütter- und Väterberatungsstellen im Quartier.

---

Mütter- und Väterberatung  
Sozialzentrum Höggerstrasse  
Höggerstrasse 24  
8037 Zürich  
Tel. 043 444 63 65  
Fax 043 444 63 15  
Email [mvb.szh@zuerich.ch](mailto:mvb.szh@zuerich.ch)  
Web [www.stadt-zuerich.ch/mvb](http://www.stadt-zuerich.ch/mvb)

Beratung für Eltern mit Kleinkindern (0-5 Jahren) zu Fragen wie Ernährung, Pflege, Entwicklung, Erziehung usw.  
Zuständig für die Kreise 6 und 10.  
Telefonberatung: Mo/Di/Do/Fr, 8.30-10.00 h  
Mütter- und Väterberatungsstellen im Quartier.

---

Mütter- und Väterberatung  
Sozialzentrum Ausstellungsstrasse  
Ausstellungsstrasse 88  
8005 Zürich  
Tel. 044 447 15 59/67/68  
Fax 044 447 16 52  
Email [mvb.sza@zuerich.ch](mailto:mvb.sza@zuerich.ch)  
Web [www.stadt-zuerich.ch/mvb](http://www.stadt-zuerich.ch/mvb)

Beratung für Eltern mit Kleinkindern (0-5 Jahren) zu Fragen wie Ernährung, Pflege, Entwicklung, Erziehung usw.  
Zuständig für die Kreise 3 (Sihlfeld), 4 und 5.  
Telefonberatung.  
Mütter- und Väterberatungsstellen im Quartier.

## Eltern und Kind - Beratungs- und Informationsstellen

---

Mütter- und Väterberatung  
Sozialzentrum Dorflinde  
Schwamendingenstrasse 41  
8050 Zürich  
*Tel.* 044 318 82 70  
*Fax* 044 318 82 15  
*Email* [mvb.szd@zuerich.ch](mailto:mvb.szd@zuerich.ch)  
*Web* [www.stadt-zuerich.ch/mvb](http://www.stadt-zuerich.ch/mvb)

Beratung für Eltern mit Kleinkindern (0-5 Jahren)  
zu Fragen wie Ernährung, Pflege, Entwicklung,  
Erziehung usw.  
Zuständig für die Kreise 11 und 12.  
Telefonberatung: Mo/Di/Do/Fr, 9.00-11.00 h  
Mütter- und Väterberatungsstellen im Quartier.

Mütter- und Väterberatung  
Sozialzentrum Albisriederhaus  
Albisriederstrasse 330  
8047 Zürich  
*Tel.* 043 336 11 30  
*Fax* 043 336 11 29  
*Email* [mvb.szal@zuerich.ch](mailto:mvb.szal@zuerich.ch)  
*Web* [www.stadt-zuerich.ch/mvb](http://www.stadt-zuerich.ch/mvb)

Beratung für Eltern mit Kleinkindern (0-5 Jahren)  
zu Fragen wie Ernährung, Pflege, Entwicklung,  
Erziehung usw.  
Zuständig für den Kreis 9.  
Telefonberatung: Di/Do/Fr, 8.30-10.00 h  
+ Mo/Mi, 10.30-12.00 h  
Mütter- und Väterberatungsstellen im Quartier.

PINOCCHIO  
Beratungsstelle für Eltern und Kinder  
Hallwylstrasse 29  
8004 Zürich  
*Tel.* 044 242 75 33  
*Fax* 044 242 75 35  
*Email* [info@pinocchio-zh.ch](mailto:info@pinocchio-zh.ch)  
*Web* [www.pinocchio-zh.ch](http://www.pinocchio-zh.ch)

Beratung und Begleitung bei Fragen und  
Unsicherheiten im Erziehungsalltag.  
Für Eltern und Kinder im Vorschul- und  
Primarschulalter.  
Kinderbegleitung und Gruppenprojekte.  
Auch Onlineberatung.

Pro Juventute  
Stiftung  
Thurgauerstrasse 39  
8050 Zürich  
*Tel.* 044 256 77 77  
*Fax* 044 256 77 78  
*Email* [info@projuventute.ch](mailto:info@projuventute.ch)  
*Web* [www.projuventute.ch](http://www.projuventute.ch)

Pro Juventute setzt sich für die Erfüllung der  
Bedürfnisse und die Umsetzung der Rechte von  
Kindern und Jugendlichen in der Schweiz ein. Sie  
hilft in Notfällen, bietet soziale Dienstleistungen an  
und fördert Kinder und Jugendliche in ihrer  
persönlichen Entwicklung. "Für dich da!" lautet der  
Leitsatz von Pro Juventute.

Psychiatrisch-Psychologische Poliklinik  
Stadt Zürich, Städtische Gesundheitsdienste  
Postfach / Walchestrasse 31  
8021 Zürich  
*Tel.* 044 412 48 00  
*Fax* 044 362 12 13  
*Email* [Kontaktformular online](#)  
*Web* [www.stadt-zuerich.ch/ppz](http://www.stadt-zuerich.ch/ppz)

Das ärztlich-psychologische Team bietet bei  
seelischen Problemen, psychischen Krisen und  
Erkrankungen rasche und unkomplizierte Hilfe an.  
In der Poliklinik an der Walchestrasse 31 werden  
Abklärungen und Psychotherapien (Einzel-,  
Familien und Gruppen) und wenn nötig auch  
medikamentöse Behandlungen durchgeführt.  
Diese Dienstleistungen stehen hauptsächlich den  
Klientinnen und Klienten sowie den Mitarbeitenden  
des Sozialdepartements zur Verfügung.  
Das Angebot richtet sich bei genügender  
Kapazität aber auch an Erwachsene, Familien,  
Kinder und Jugendliche, welche in der Stadt  
Zürich wohnen.

4/6

## Eltern und Kind - Beratungs- und Informationsstellen

---

Psychotherapeutisches Zentrum  
des Psychologischen Instituts der Uni Zürich  
Attenhoferstrasse 9  
8032 Zürich  
*Tel.* 044 634 52 55/ 93  
*Fax* 044 635 75 52  
*Email*  
*Web* [www.psychologie.uzh.ch](http://www.psychologie.uzh.ch)

Professionelle Unterstützung zur Bewältigung von  
Lebenskrisen, Belastungen, psychischen und  
psychosomatischen Problemen.  
Beratung und Therapie für Kinder, Jugendliche,  
Familien, Erwachsene.  
Informationen und Veranstaltungen.  
Spezielle Angebote für von Scheidung betroffene  
Familien. Elternkurse. Kindergruppen.

---

Schul- und Sportdepartement  
Schulamtschule Stadt Zürich  
Parkring 4/ Postfach  
8027 Zürich  
*Tel.* 044 413 85 11  
*Fax* 044 413 88 48  
*Email* [Kontaktformular online](#)  
*Web* [www.stadt-zuerich.ch/volksschule](http://www.stadt-zuerich.ch/volksschule)

Verschiedene Informationen zur Volksschule in  
der Stadt Zürich

---

Sozialzentrum Albisriederhaus  
Jugend- und Familienhilfe  
Albisriederstrasse 330  
8047 Zürich  
*Tel.* 043 336 11 10  
*Fax* 043 336 11 01  
*Email* [Kontaktformular online](#)  
*Web* [www.stadt-zuerich.ch/szal](http://www.stadt-zuerich.ch/szal)

Die Jugend- und Familienhilfe unterstützt Sie in  
schwierigen Situationen und Konflikten mit  
Jugendlichen und Kindern Lösungen zu finden  
und gute Bedingungen für das weitere  
Zusammenleben zu erarbeiten.  
Für Bewohner und Bewohnerinnen im Kreis 9.

---

Sozialzentrum Ausstellungsstrasse  
Jugend- und Familienhilfe  
Ausstellungsstrasse 88  
8005 Zürich  
*Tel.* 044 447 15 20  
*Fax* 044 447 15 37  
*Email* [Kontaktformular online](#)  
*Web* [www.stadt-zuerich.ch/sza](http://www.stadt-zuerich.ch/sza)

Die Jugend- und Familienhilfe unterstützt Sie in  
schwierigen Situationen und Konflikten mit  
Jugendlichen und Kindern Lösungen zu finden  
und gute Bedingungen für das weitere  
Zusammenleben zu erarbeiten.  
Für Bewohner und Bewohnerinnen im Kreis 3  
(Sihlfeld), 4 und 5.

---

Sozialzentrum Dorflinde  
Jugend- und Familienhilfe  
Schwamendingenstrasse 41  
8050 Zürich  
*Tel.* 044 318 81 80  
*Fax* 044 318 81 79  
*Email* [Kontaktformular online](#)  
*Web* [www.stadt-zuerich.ch/sd](http://www.stadt-zuerich.ch/sd)

Die Jugend- und Familienhilfe unterstützt Sie in  
schwierigen Situationen und Konflikten mit  
Jugendlichen und Kindern Lösungen zu finden  
und gute Bedingungen für das weitere  
Zusammenleben zu erarbeiten.  
Für Bewohner und Bewohnerinnen im Kreis 11, 12.

5/6

## Eltern und Kind - Beratungs- und Informationsstellen

---

Sozialzentrum Hönggerstrasse  
Jugend- und Familienhilfe  
Hönggerstrasse 24  
8037 Zürich

Tel. 043 444 64 10

Fax 043 444 64 18

Email [Kontaktformular online](#)

Web [www.stadt-zuerich.ch/szh](http://www.stadt-zuerich.ch/szh)

---

Die Jugend- und Familienhilfe unterstützt Sie in schwierigen Situationen und Konflikten mit Jugendlichen und Kindern Lösungen zu finden und gute Bedingungen für das weitere Zusammenleben zu erarbeiten.  
Für Bewohner und Bewohnerinnen im Kreis 6, 10.

Sozialzentrum Selnau  
Jugend- und Familienhilfe  
Selnaustrasse 17  
8026 Zürich

Tel. 044 412 65 59

Fax 044 412 61 92

Email [Kontaktformular online](#)

Web [www.stadt-zuerich.ch/szs](http://www.stadt-zuerich.ch/szs)

---

Die Jugend- und Familienhilfe unterstützt Sie in schwierigen Situationen und Konflikten mit Jugendlichen und Kindern Lösungen zu finden und gute Bedingungen für das weitere Zusammenleben zu erarbeiten.  
Für Bewohner und Bewohnerinnen im Kreis 1, 2, 3 (teils), 7, 8.

Stiftung Mütterhilfe  
Badenerstrasse 18  
8004 Zürich

Tel. 044 241 63 43

Fax 044 291 05 12

Email [Kontaktformular online](#)

Web [www.muetterhilfe.ch](http://www.muetterhilfe.ch)

---

- Sozialberatung für Schwangere, Mütter und Väter z.B. bei Überforderungssituationen, finanzieller Notlage, Konfliktschwangerschaft, minderjährigen Schwangeren und in Rechtsfragen.
- Gratisbörse, Info- und Bibliothek.
- Sozialtherapeutischer Familieneinsatz für Familien, die sich während Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett und Kleinkindzeit in einer akuten Not- und Krisensituation befinden.
- Elternschaftstherapie für Mütter, Väter und Paare, die während der Schwangerschaft oder in der Kleinkindphase in eine Krise geraten sind.
- Anonyme Onlineberatung zu rechtlichen, finanziellen und psychosozialen Fragen.

---

Suchtpräventionsstelle der Stadt Zürich  
Schul- und Sportdepartement  
Röntgenstrasse 44  
8005 Zürich

Tel. 044 444 50 44

Fax 044 444 50 33

Email [suchtpraevention@zuerich.ch](mailto:suchtpraevention@zuerich.ch)

Web [www.stadt-zuerich.ch/suchtpraevention](http://www.stadt-zuerich.ch/suchtpraevention)

---

Information, Beratung und Weiterbildung zu Suchtprävention in den Lebensfeldern von Kindern und Jugendlichen (Schule, Ausbildung, Familie und Freizeit).  
Elternweb: [www.stadt-zuerich.ch/elternweb](http://www.stadt-zuerich.ch/elternweb)

Vergiftungsnotfälle 24 Std.  
Schweiz. Toxikologisches Informationszentrum  
Freiestr. 16  
8032 Zürich

Tel. 145

Fax 044 252 88 33

Email [Kontaktformular online](#)

Web [www.toxi.ch](http://www.toxi.ch)

---

Das Tox-Zentrum gibt rund um die Uhr unentgeltlich ärztliche Auskunft bei Vergiftungsfällen und Vergiftungsverdacht.

Nicht dringende Anrufe: 044 251 66 66

6/6

## **Eltern und Kind - Beratungs- und Informationsstellen**

---

www - Informationsplattform  
für die Familie

*Tel.*

*Fax*

*Email*

[www.all4family.ch](http://www.all4family.ch)  
[www.elternplanet.ch](http://www.elternplanet.ch)  
[www.familienleben.ch](http://www.familienleben.ch)  
[www.kidscorner.ch](http://www.kidscorner.ch)  
[www.profamilia.ch](http://www.profamilia.ch)  
[www.swissfamily.ch](http://www.swissfamily.ch)  
[www.TheStork.ch](http://www.TheStork.ch)  
[www.wireltern.ch](http://www.wireltern.ch)  
[www.zuerichfamilie.ch](http://www.zuerichfamilie.ch)