



Das Sozialdepartement der Stadt Zürich übernimmt keine Gewähr für die Qualität und Richtigkeit der Auskünfte, die von den aufgeführten Institutionen und Beratungsstellen erteilt werden.

Jugendliche - Beratungsstellen

Arbeitsgemeinschaft Ess-Störungen
AES
Feldeggstrasse 69
8008 Zürich
Tel. 043 488 63 73
beratung@aes.ch
www.aes.ch

Beratung für Menschen mit Essstörungen
Information und kostenlose Beratung für Menschen mit Essstörungen und für Angehörige und Bezugspersonen, per Email und telefonisch.
Telefonzeiten:
Di / Do 10 - 12 Uhr / 14 - 17 Uhr
Nach Absprache auch ausserhalb dieser Zeiten möglich.
Geleitete Gesprächsgruppen und Selbsthilfegruppen.
Webseite Beratung

Beratungsstelle kokon
Gemeindestrasse 48
8032 Zürich
Tel. 044 545 45 40
Fax 044 545 45 49
info@kokon-zh.ch
www.kokon-zh.ch

Beratungsstelle für Jugendliche in Krisen
Hier finden Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene, die von Gewalt betroffen sind, Hilfe und Beratung - unmittelbar und unkompliziert. Das Angebot steht auch Angehörigen, Vertrauens- und Fachpersonen offen.
Zusammenarbeit mit dem Schlupfhuus und KidsCare.
Telefonische Beratung, E-Mail- und persönliche Beratungen.
Hotline 044 545 45 40 (24h Erreichbarkeit)
www.kokon-zh.ch

Caritas - Finanzielle Bildung
Adligenswilerstrasse 15
Postfach
6002 Luzern
Tel. 041 419 23 44
finanziellebildung@caritas.ch
Caritas Schweiz - Webseite Finanzie...

App «Caritas My Money»
Die App «Caritas My Money» zum Umgang mit Geld hilft Jugendlichen und jungen Erwachsene beim Erstellen eines realistischen Budgets.
Link App



Jugendliche - Beratungsstellen

Internetplattform zur Suchtprävention
feel-ok
RADIX Schweizerische
Gesundheitsstiftung
Pfingstweidstrasse 10
8005 Zürich
Tel. 044 360 41 06
info-zh@radix.ch
www.feel-ok.ch

feel-ok.ch

Interaktive Internetplattform für Jugendliche. Infos, Spiele, Videos, Tests und Animationen zu Themen wie Alkohol, Arbeit / Berufswahl, Medienkompetenz / Online-Sucht, Sport, Cannabis, Ernährung, Sexualität, Tabak usw.

Zahlreiche didaktische Unterlagen zum kostenlosen Download für Lehrpersonen / Jugendarbeiter/-innen und andere Fachpersonen.

Tipps, Informationen und Adressen für Eltern von Teenagern.

www.feel-ok.ch

Job Shop / Info Shop
Anlaufstelle für Jugendliche
Rotachstrasse 24
8003 Zürich
Tel. 044 454 30 95
info-shop@oja.ch
www.info-shop.ch

Anlaufstelle für Jugendliche

Interaktive Jugendinformationsplattform und Infoladen. Unterstützung in allen Alltagsfragen, wie Arbeit, Lehrstellensuche, Bewerbungen, Geld/Budget, Gesundheit. Persönliche Beratung und vertrauliche E-Mail Beratung. Arbeitsvermittlung für kurze oder längere Arbeitseinsätze. Für Jugendliche zwischen 16 und 25 Jahren, die in der Stadt Zürich wohnen.

www.info-shop.ch

Jugendberatung Streetwork
Soziale Einrichtungen und Betriebe
Wasserwerkstrasse 17
8006 Zürich
Tel. 044 415 76 40 / 079 431 70 04
Fax 044 415 76 54
streetwork@zuerich.ch
www.stadt-zuerich.ch/streetwork

Aufsuchende Jugendarbeit

Aufsuchende Jugendarbeit, individuelle Beratung im Treffpunkt und auf der Gasse zu Themen wie Beruf, Schule, Familie, Finanzen, Gesundheit und Drogenkonsum.

Treffpunkt offen und Beratung ohne Voranmeldung:
Mo / Mi / Do 14 - 18 Uhr
Di / Fr 14 - 17 Uhr

www.stadt-zuerich.ch/streetwork

Jugendberatung Streetwork
Soziale Einrichtungen und Betriebe

Risiken des Drogenkonsums vermindern

saferparty.ch informiert neutral über bewusstseinsverändernde Substanzen, Risiken des Substanzkonsums und bietet Beratungen per Mail an.

www.saferparty.ch



Jugendliche - Beratungsstellen

Jugendberatung Zürich-City
Soziale Dienste Stadt Zürich
Röntgenstrasse 44
8005 Zürich
Tel. 044 412 83 50
jugendberatung@zuerich.ch
www.stadt-zuerich.ch/jugendberatung

Beratung für Jugendliche und junge Erwachsene
Psychologische Beratungsstelle für Jugendliche ab 14 und junge Erwachsene bis 25 Jahre sowie deren Eltern und Bezugspersonen.
Die Beratungen finden auf freiwilliger Basis statt und sind vertraulich. Das Angebot ist kostenlos für Jugendliche und junge Erwachsene, die in der Stadt Zürich wohnen.
Gruppenangebote für Jugendliche, Eltern und Fachpersonen.
Öffnungszeiten:
Mo - Fr 10 - 19 Uhr
Telefonische Erreichbarkeit:
Mo - Fr 10 - 12 und 14 - 17 Uhr
In Notfällen ausserhalb der Bürozeiten:
Ärztetelefon 0800 33 66 55

Jugendberatung Zürich-Nord
Soziale Dienste Stadt Zürich
Baumackerstrasse 18
8050 Zürich
Tel. 044 412 83 60
jugendberatung@zuerich.ch
www.stadt-zuerich.ch/jugendberatung

Beratung für Jugendliche und junge Erwachsene
Psychologische Beratungsstelle für Jugendliche ab 14 und junge Erwachsene bis 25 Jahre sowie deren Eltern und Bezugspersonen.
Die Beratungen finden auf freiwilliger Basis statt und sind vertraulich. Das Angebot ist kostenlos für Jugendliche und junge Erwachsene, die in der Stadt Zürich wohnen.
Gruppenangebote für Jugendliche, Eltern und Fachpersonen.
Öffnungszeiten:
Mo - Fr 10 - 19 Uhr
Telefonische Erreichbarkeit:
Mo - Fr 10 - 12 und 14 - 17 Uhr
In Notfällen ausserhalb der Bürozeiten
Ärztetelefon 0800 33 66 55

jugendberatung.me
Portal der Jugendberatungsstellen im
Kanton Zürich
www.jugendberatung.me

Jugendberatungsstelle finden
Das Portal der Jugendberatungsstellen im Grossraum Zürich ermöglicht eine regionale Suche nach der zuständigen Beratungsstelle oder nach Gruppenangeboten. Richtet sich an Jugendliche und junge Erwachsene zwischen 13 und 25 Jahren.

Klinik für Kinder- und
Jugendpsychiatrie/-therapie
Psychiatrische Universitätsklinik Zürich
Neumünsterallee 3
8032 Zürich
Tel. 043 499 26 26
www.pukzh.ch

Ambulante und stationäre psychiatrische Angebote für Kinder und Jugendliche
Medizinische und psychologische Abklärungen sowie Beratungen und Therapien für Kinder und Jugendliche. Ambulante, teilstationäre und stationäre Angebote. Spezialsprechstunden zu diversen Themen wie Essstörungen, Autismus, AD(H)S usw.
Webseite Angebote



Jugendliche - Beratungsstellen

lilli.ch
Minervastrasse 99
8032 Zürich

info@lilli.ch
www.lilli.ch

Online-Beratung / Information für Jugendliche zu Sexualität

Lilli bietet Jugendlichen und jungen Frauen und Männern anonyme Online-Beratung und Information zu Sexualität, sexueller Gewalt, Beziehungen, Frauen- und Männerthemen, Körperfragen, Verhütung und sexuell übertragbaren Infektionen.

Pro Juventute
Geschäftsstelle
Thurgauerstrasse 39
8050 Zürich

Tel. 044 256 77 77
Fax 044 256 77 78
info@projuventute.ch
www.projuventute.ch

Beratung + Hilfe 147

Beratung + Hilfe 147: Hilfe für Kinder und Jugendliche in Not, vertraulich, kostenlos und rund um die Uhr

Die Notrufnummer 147 von Pro Juventute hilft Kindern und Jugendlichen bei Fragen, Problemen und in Notsituationen weiter. Rund um die Uhr. Via Telefon, SMS, Chat, E-Mail und Webservice.

www.147.ch

Schlupfhuus Zürich
Schönbühlstrasse 8
8032 Zürich

Tel. 043 268 22 66
Fax 043 268 22 67
info@schlupfhuus.ch
www.schlupfhuus.ch

Beratung und Hilfe für Jugendliche in Krisen

Telefonische Beratung rund um die Uhr:
043 268 22 66 (24 Stunden bedient)

Beratung und Unterstützung für Kinder und Jugendliche bis 25 Jahre, unkompliziert, anonym und kostenlos. Verschiedene Sprachen.
Kantonale anerkannte Opferhilfeberatungsstelle.
Persönliche Beratung in der Beratungsstelle kokon.

Webseite Beratung

Schuldenberatung Schweiz
Online-Plattform
Kirchstrasse 11
2540 Grenchen

Tel. 079 933 67 02
administration@schulden.ch
www.schulden.ch

Jugend und Geld

HESCHNOCASH ist ein Projekt der Schuldenberatung für Jugendliche mit nützlichen Infos über den Umgang mit Geld und wie man den Überblick über die Finanzen behält. Budgetberatung.

www.heschnocash.ch

Sozialzentrum Albisriederhaus
Soziale Dienste
Albisriederstrasse 330
8047 Zürich

Tel. 044 412 77 77
Fax 044 412 77 78
sz.albisriederhaus@zuerich.ch
www.stadt-zuerich.ch/sozialzentren

Schulsozialarbeit

Die Schulsozialarbeit richtet sich an Kinder, Jugendliche, Eltern und Mitarbeitende der Schule. Sie berät bei sozialen und persönlichen Fragen und Problemen mit Freunden, in der Schule und Familie. Die Schulsozialarbeitenden arbeiten unabhängig, direkt im Schulhaus. Die Beratungen sind kostenlos und vertraulich.

Kontaktangaben nach Schulkreisen / Schulhaus im Internet.

www.stadt-zuerich.ch/schulsozialarbeit



Jugendliche - Beratungsstellen

Sozialzentrum Dorflinde
Soziale Dienste
Schwamendingenstrasse 41
8050 Zürich
Tel. 044 412 82 50
Fax 044 412 82 15
sz.dorflinde@zuerich.ch
www.stadt-zuerich.ch/sozialzentren

Schulsozialarbeit

Die Schulsozialarbeit richtet sich an Kinder, Jugendliche, Eltern und Mitarbeitende der Schule. Sie berät bei sozialen und persönlichen Fragen und Problemen mit Freunden, in der Schule und Familie. Die Schulsozialarbeitenden arbeiten unabhängig, direkt im Schulhaus. Die Beratungen sind kostenlos und vertraulich.
Kontaktangaben nach Schulkreisen / Schulhaus im Internet.

www.stadt-zuerich.ch/schulsozialarbeit

Sozialzentrum Helvetiaplatz
Soziale Dienste
Molkenstrasse 5 / 9
8004 Zürich
Tel. 044 412 85 00
Fax 044 412 85 99
sz.helvetiaplatz@zuerich.ch
www.stadt-zuerich.ch/sozialzentren

Schulsozialarbeit

Die Schulsozialarbeit richtet sich an Kinder, Jugendliche, Eltern und Mitarbeitende der Schule. Sie berät bei sozialen und persönlichen Fragen und Problemen mit Freunden, in der Schule und Familie. Die Schulsozialarbeitenden arbeiten unabhängig, direkt im Schulhaus. Die Beratungen sind kostenlos und vertraulich.
Kontaktangaben nach Schulkreisen / Schulhaus im Internet.

www.stadt-zuerich.ch/schulsozialarbeit

Sozialzentrum Höggerstrasse
Soziale Dienste
Höggerstrasse 24
8037 Zürich
Tel. 044 412 73 00
Fax 044 412 73 15
sz.hoenggerstrasse@zuerich.ch
www.stadt-zuerich.ch/sozialzentren

Schulsozialarbeit

Die Schulsozialarbeit richtet sich an Kinder, Jugendliche, Eltern und Mitarbeitende der Schule. Sie berät bei sozialen und persönlichen Fragen und Problemen mit Freunden, in der Schule und Familie. Die Schulsozialarbeitenden arbeiten unabhängig, direkt im Schulhaus. Die Beratungen sind kostenlos und vertraulich.
Kontaktangaben nach Schulkreisen / Schulhaus im Internet.

www.stadt-zuerich.ch/schulsozialarbeit

Sozialzentrum Selnau
Soziale Dienste
Selnaustrasse 17
8036 Zürich
Tel. 044 412 66 77
Fax 044 412 61 92
sz.selnau@zuerich.ch
www.stadt-zuerich.ch/sozialzentren

Schulsozialarbeit

Die Schulsozialarbeit richtet sich an Kinder, Jugendliche, Eltern und Mitarbeitende der Schule. Sie berät bei sozialen und persönlichen Fragen und Problemen mit Freunden, in der Schule und Familie. Die Schulsozialarbeitenden arbeiten unabhängig, direkt im Schulhaus. Die Beratungen sind kostenlos und vertraulich.
Kontaktangaben nach Schulkreisen / Schulhaus im Internet.

www.stadt-zuerich.ch/schulsozialarbeit



Jugendliche - Beratungsstellen

Stellen für Suchtprävention im Kanton
Zürich
Hirschengraben 84
8001 Zürich
Tel. 044 634 49 99
Fax 044 634 49 77
E-Mail
www.suchtpraevention-zh.ch

samowar.ch

Jugendberatungs- und Suchtpräventionsstellen für
die Bezirke Horgen und Meilen.
Für Jugendliche und junge Erwachsene von 13 - 25
Jahren.

www.samowar.ch

Streetchurch
Reformierte Kirche Zürich
Badenerstrasse 69
8004 Zürich
Tel. 044 552 42 42
Fax 044 552 42 43
info@streetchurch.ch
www.streetchurch.ch

Treffpunkt und Sozialberatung für junge Erwachsene

Jugendliche und junge Erwachsene werden bei der
Bewältigung von anspruchsvollen Lebenslagen
individuell unterstützt und gefördert. Angebote von
Streetchurch: Top4Job, Sozialfirma, Begleitetes
Wohnen, Sozialberatung, Grow Session,
Psychotherapie und Krisenintervention, Seelsorge
und Mentoring, Social Coworking.

Webseite Sozialberatung

tschau.ch
E-Beratung und Jugendinformation
Niklaus-Konrad-Strasse 18
4500 Solothurn
Tel. 031 850 10 90
welcome@infoklick.ch
www.tschau.ch

Online-Jugendberatung

Informationen und Online-Beratung für Jugendliche
zu den Themen: Ausbildung & Job, Beziehung,
Freizeit, Lebenswelt, Wohlfühlen & Gesundheit,
Multimedia usw.

Adressen von Fach- und Beratungsstellen.

www.tschau.ch