



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 - Hilfe in Krisen / bei Gewalt

Beratungsstelle kokon
Gemeindestrasse 48
8032 Zürich

Tel. +41 44 545 45 40
Fax +41 44 545 45 49
info@kokon-zh.ch
www.kokon-zh.ch

Beratungsstelle für Jugendliche in Krisen

Hilfe und Beratung für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene, die von Gewalt betroffen sind. Das Angebot steht auch Angehörigen, Vertrauens- und Fachpersonen offen.
Zusammenarbeit mit dem Schlupfhuus und KidsCare.

Telefonische Beratung, E-Mail- und persönliche Beratungen.

Castagna
Beratungs- und Informationsstelle
Universitätstrasse 86
8006 Zürich

Tel. +41 44 360 90 40
Fax +41 44 360 90 49
mail@castagna-zh.ch
www.castagna-zh.ch

Beratung für Opfer von sexueller Ausbeutung

Beratungs- und Informationsstelle für sexuell ausgebeutete Kinder, Jugendliche und in der Kindheit ausgebeutete Frauen und Männer.
Persönliche und telefonische Beratung, Unterstützung und Begleitung im Rahmen der Opferhilfe, Vermittlung einer Rechtsanwältin oder eines Rechtsanwalts und anderen Fachpersonen.
Supervision, Weiterbildung und Fachberatungen zur Thematik der sexuellen Ausbeutung und Missbrauch.
Beratung für Angehörige und Bezugspersonen. Vom Kanton anerkannte Opferhilfeberatungsstelle.

Öffnungszeiten und Terminvereinbarung:
Mo / Mi 14 - 18, Di / Do 9 - 18, Fr 9 - 14

Frauenberatung sexuelle Gewalt
Beratungs- und Fachstelle
Langstrasse 14
8004 Zürich

Tel. +41 44 291 46 46
info@frauenberatung.ch
www.frauenberatung.ch

Beratung für Opfer von sexueller oder häuslicher Gewalt

Die Beratungsstelle ist eine vom Kanton Zürich anerkannte Opferhilfe-Beratungsstelle. Sie unterstützt und berät Frauen, die von sexueller und/oder häuslicher Gewalt betroffen sind sowie ihnen nahestehende Personen und Fachleute. Die Beratungen sind kostenlos und vertraulich.

Telefonzeiten:
Mo / Di / Do / Fr: 9 - 12 und 13 - 17 Uhr
Mi 13 - 17 Uhr

Webseite Beratungsstelle



Jugendliche - Hilfe in Krisen / bei Gewalt

IMPACT SelbstSicherheit
Hardturmstrasse 68
8005 Zürich

Tel. +41 44 440 72 72
info@selbstsicherheit.ch
www.selbstsicherheit.ch

Selbstsicherheit im Umgang mit Bedrohung und Gewalt

Kurse zur Selbstsicherheit und Selbstverteidigung. Alters- und geschlechterspezifische Angebote für Frauen, Männer, Jugendliche und Kinder. Auf Anfrage Kurse für Organisationen (Schulen, Arbeitsteams) oder spezielle Zielgruppen, wie Menschen mit Einschränkungen (physisch oder psychisch).

Mit Wohnsitz in der Stadt Zürich erhalten Frauen Fr. 50.- und Kinder Fr. 70.- einen Unterstützungsbeitrag zu den Kurskosten.

Webseite Kurse

Jugenddienst
Stadtpolizei
Zeughausstrasse 31
8004 Zürich

Tel. +41 44 411 64 60
jugenddienst@stp.stzh.ch
www.stadt-zuerich.ch/pd

Prävention gegen Gewalt bei Jugendlichen

Der Jugenddienst der Stadtpolizei engagiert sich präventiv gegen Gewalt, indem er gezielt Treffpunkte Jugendlicher aufsucht und Gespräche mit Jugendlichen führt und sich mit JugendarbeiterInnen vernetzt. Er ist in interdisziplinären Arbeitsgruppen aktiv und vernetzt in allen Schulkreisen. Der Jugenddienst ermittelt bei banden- und serienmässig verübten Straftaten von Minderjährigen.

Webseite Jugenddienst

Kinderschutzgruppe und
Opferberatungsstelle
Kinderspital Zürich
Steinwiesstrasse 75
8032 Zürich
Tel. +41 44 266 76 46
Fax +41 44 266 76 45
kinderschutz.sekretariat@kispi.uzh.ch
www.kinderschutzgruppe.ch

Kinderschutz und Opferberatung

Die Kinderschutzgruppe und Opferberatungsstelle befasst sich mit Säuglingen, Kindern und Jugendlichen, die Opfer einer Misshandlung wurden oder gefährdet sind, misshandelt zu werden. Kindsmisshandlung umfasst die psychische und physische Misshandlung, die Vernachlässigung und die sexuelle Ausbeutung. Die Kinderschutzgruppe beurteilt eine Misshandlungs-Situation durch medizinische Untersuchung, psychologische Beurteilung und soziale Evaluation.

Die Opferberatungsstelle berät betroffene Kinder und Jugendliche, Angehörige und Fachpersonen.

Die Kinderschutzgruppe ist eine vom Kanton Zürich anerkannte Opferberatungsstelle. Die Beratung ist kostenlos und vertraulich.



Jugendliche - Hilfe in Krisen / bei Gewalt

Mädchenhaus Zürich
Verein Mädchenhaus Zürich
Postfach 1923
8031 Zürich

Tel. +41 44 341 49 45 oder +41 79
478 46 79
info@maedchenhaus.ch
www.maedchenhaus.ch

Krisenintervention und vorübergehender Wohnraum
für Mädchen und junge Frauen

Das Mädchenhaus unterstützt Mädchen zwischen 14
und 20 Jahren, die körperliche, psychische oder
sexuelle Gewalt in der Familie erleben.
Wohnmöglichkeit in WGs im Mädchenhaus mit
fachlicher Betreuung.

Beratung rund um die Uhr:
Telefon +41 44 341 49 45 oder +41 79 478 46 79,
auch anonym

Das Mädchenhaus Zürich ist vom Kanton Zürich und
vom Bund als Opferhilfe-Beratungsstelle anerkannt.

NCBI Schweiz Sektion Zürich
Alte Landstrasse 93a
8800 Thalwil

Tel. +41 44 721 10 50
Fax +41 44 721 12 28
zuerich@ncbi.ch
www.ncbi.ch

Gewaltprävention und Bekämpfung von
Diskriminierung

Das National Coalition Building Institute (NCBI) setzt
sich ein für den Abbau von Vorurteilen, von
Rassismus und Diskriminierung jeglicher Art sowie
für Gewaltprävention und konstruktive Konfliktlösung.
Beratung in den verschiedenen Sprachen,
Krisenintervention, Weiterbildung für Fachpersonen.
Workshops, z.B. Peacemaker auf dem Pausenplatz.

Nemo - Notschlafstelle für Jugendliche
Sozialwerk Pfarrer Sieber
Döltschweg 177
8055 Zürich

Tel. +41 43 336 50 20
nemo@swsieber.ch
www.swsieber.ch

Notschlafstelle mit Beratungsangebot

Notschlafstelle für Jugendliche und junge
Erwachsene im Alter von 16 bis 23 Jahren mit einem
geklärten Aufenthaltsstatus, die ohne Obdach sind.
Während der Aufenthaltsdauer bietet die Einrichtung
Schutz, materielle Grundversorgung und
sozialarbeiterische Beratung. Täglich von 20:00 bis
09:00 Uhr geöffnet. Anmeldung und Aufnahme
zwischen 20:00 und 22:30 Uhr direkt bei Nemo,
Döltschweg 177, 8055 Zürich.

Webseite Nemo



Jugendliche - Hilfe in Krisen / bei Gewalt

Opferberatung Zürich
Fachstelle der Stiftung Opferhilfe Zürich
Gartenhofstrasse 17
8004 Zürich
Tel. +41 44 299 40 50
Fax +41 44 299 40 51
opferberatung@obzh.ch
www.opferberatung-zuerich.ch

Opferberatung
Beratung für Opfer von Gewaltdelikten, von häuslicher Gewalt, von Sexualdelikten bei Frauen, Männern sowie Kindern und für Strassenverkehrsoffer. Unterstützung bei der Bewältigung des erlebten Deliktes oder Unfalls, Vermittlung von TherapeutInnen und RechtsanwältInnen.
Beratung und Unterstützung von Opfern von fürsorglichen Zwangsmassnahmen bis 1981. Die Beratung ist kostenlos und vertraulich. Telefonisch, per Email, Online unter <https://online.obzh.ch> oder persönlich nach Terminvereinbarung.
Übersetzung nach Bedarf.
Telefonisch erreichbar:
Mo - Fr 9 - 12 Uhr / 13.30 - 17 Uhr

Onlineberatung
<https://online.obzh.ch>
Webseite Beratung

Pallas Selbstverteidigung
Rosswöschstrasse 8
6017 Ruswil
Tel. +41 79 646 85 45
admin@pallas.ch
www.pallas.ch

Gewaltprävention und Selbstverteidigungskurse
Kurse für Frauen und Kinder, spezielle Kurse für Seniorinnen und für Frauen mit Gewalterfahrung. Angebote in der ganzen Schweiz. Kursangebote siehe Webseite.

In der Stadt Zürich wohnhafte Frauen und Kinder erhalten einem Beitrag von Fr. 50 (Frauen) bzw. Fr. 70 (Kinder) an die Kurskosten.

Webseite Kursangebote

Pro Juventute
Geschäftsstelle
Thurgauerstrasse 39
8050 Zürich
Tel. +41 44 256 77 77
Fax +41 44 256 77 78
info@projuventute.ch
www.projuventute.ch

Beratung + Hilfe 147 für Kinder und Jugendliche in Not

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 und E-Mail. Auf der Website Texte und Videos zu Themen, die Jugendliche beschäftigen.

Die Beratung ist vertraulich und kostenlos.
www.147.ch



Jugendliche - Hilfe in Krisen / bei Gewalt

Respect! Selbstbehauptung
Trümmenweg 17
8630 Rüti

Tel. +41 76 495 47 70
manser@respect-selbstbehauptung.ch
Webseite

Selbstbehauptungskurse und Gewaltprävention

Jungenspezifische Selbstbehauptungskurse für Jugendhäuser oder Elternbildungsorganisationen. Gewaltprävention und Intervention in Schulen und sozialpädagogischen Einrichtungen. Coachings und Weiterbildungen für Fachpersonen und Eltern

Riesbach - Krisenintervention für Kinder und Jugendliche
Stiftung Zürcher Kinder- und Jugendheime
Neumünsterallee 16
8008 Zürich

Tel. +41 44 383 64 15
info.riesbach@zjkj.ch
www.riesbach.com

Stationäre Krisenintervention für Kinder und Jugendliche

Stationäre Krisenintervention für Aufenthalte von 1 bis 6 Monate. Zielgruppe sind Mädchen und Jungen im Alter von 7 bis 16 Jahre, die sich in einer akuten Krise oder in einer schwierigen Übergangssituation befinden. Durchführung dringender Kinderschutzmassnahmen im Auftrag von Behörden oder Polizei. Interne Schule und Tagesstruktur. Aufnahmebedingungen: Anmeldung und Zuweisung durch Amtsstelle/Behörde, Kostengutsprache.

Schlupfhuus Zürich
Schönbühlstrasse 8
8032 Zürich

Tel. +41 43 268 22 66
Fax +41 43 268 22 67
info@schlupfhuus.ch
www.schlupfhuus.ch

Wohnhaus Schlupfhuus

Vorübergehende Wohnmöglichkeit für Jugendliche zwischen 13 und 18 Jahren, die zu Hause nicht mehr bleiben können. Mit Unterstützung einer Bezugsperson wird die Situation geklärt und nach passenden Anschlusslösungen gesucht.

Webseite Angebot

Schlupfhuus Zürich

Beratung und Hilfe für Jugendliche in Krisen

Telefonische Beratung rund um die Uhr (24 Stunden bedient).

Beratung und Unterstützung für Kinder und Jugendliche bis 25 Jahre, anonym und kostenlos. Verschiedene Sprachen.

Kantonal anerkannte Opferhilfeberatungsstelle. Persönliche Beratung in der Beratungsstelle kokon.

Webseite Beratung

Sozialdienst
Stadtspital Triemli
Birmensdorferstrasse 497
8063 Zürich

Tel. +41 44 416 78 80
www.triemli.ch/sozialdienst

Beratungsstelle für Konfliktschwangerschaften

Unterstützung und Beratung für Frauen (auch unter 16 Jahren) bei ungewollter Schwangerschaft oder ambivalentem Kinderwunsch. Eine Beratung findet nach telefonischer Voranmeldung durch die betroffene Frau selbst oder durch den betreuenden Arzt/ die betreuende Ärztin statt.

Webseite Konfliktschwangerschaften

Jugendliche - Hilfe in Krisen / bei Gewalt

tandem - Beratungsstelle für
schwängere Frauen in Not
Katholischer Frauenbund Zürich
Beckenhofstrasse 16
8006 Zürich

Tel. +41 44 368 55 64
beratungsstelle@frauenbund-zh.ch
www.frauenbund-zh.ch

Beratungsstelle für schwängere Frauen in Not

Tandem berät und begleitet Frauen, die durch ihre Schwangerschaft oder Mutterschaft in einer Konflikt- oder Notsituation sind. Die Beratungsstelle vermittelt Sachhilfe oder Begleitung und Unterstützung durch Freiwillige bei Überforderung im Alltag.

www.frauenbund-zh.ch/beratungsstelle

Therapeutische Dienstleistungen der
psychiatrischen Universitätsklinik Zürich
Lenggstrasse 31
8032 Zürich

Tel. +41 44 384 21 11
info-ats@puk.zh.ch
Webseite Dienstleistungen

Zürcher Erstpsychosen Netzwerk

Das ZEN bietet ein Netzwerk von Fachpersonen und Behandlungsangeboten für Jugendliche und junge Erwachsene vor, während und nach einer psychotischen Krise. Das ZEN unterstützt Betroffene und Angehörige mit einer umfassenden Diagnostik, der Behandlung und dem Umgang mit Psychosen. Das ZEN arbeitet mit einem interprofessionellem Team von Fachärzten*innen, Psychologen*innen, Sozialarbeiter*innen und Peers (Expert*innen mit eigener Erfahrung).
Telefon- Hotline (unverbindlich): Mo- Fr: 08:30- 17:00
- unter 18 Jahren: 043 499 26 26 /
zen.jugendliche@puk.zh.ch
- ab 18 Jahren: 079 566 92 88 / zen@puk.zh.ch

Webseite ZEN

Wen-Do Zürich
Selbstverteidigung von Frauen und
Mädchen
Quellenstrasse 25
8005 Zürich

Tel. +41 79 895 32 85
zuerich@wendo.ch
<https://wendo-zuerich.ch/de/>

Selbstverteidigungskurse für Frauen und Mädchen

Wen-Do ist eine körperliche und verbale Selbstverteidigungsart, welche speziell von Frauen für Frauen und Mädchen entwickelt wurde. Kurse für Mädchen und Jungen in Zusammenarbeit mit dem Verein «Respect! Selbstbehauptung für Jungs».

In der Stadt Zürich wohnhafte Frauen und Kinder erhalten einem Beitrag von Fr. 50 (Frauen) bzw. Fr. 70 (Kinder) an die Kurskosten.



Jugendliche - Hilfe in Krisen / bei Gewalt

Zentrum Inselhof
Verein Inselhof Triemli
Birmensdorferstrasse 505
8055 Zürich
Tel. +41 44 416 23 00
zentrum@zentrum-inselhof.ch
www.zentrum-inselhof.ch

Wohngruppe für junge Mütter und Schwangere
Mutter&Kind-Wohngruppe für Mütter zwischen 14 bis ca. 20 Jahren, vor der Geburt oder mit Säuglingen/Kleinkindern:
- mit sozialen Benachteiligungen und familiären Belastungen sowie schulischen und beruflichen Lücken
- mit leichter kognitiver und/oder körperlicher Behinderung
- mit Gewalterfahrungen, psychischer Erkrankung, Suchterfahrungen und/oder Traumatisierungen
- mit Migrationshintergrund als unbegleitete Minderjährige (Mineurs non accompagnés, MNA).
Sie werden bei der Bewältigung der neuen Lebenssituation intensiv begleitet und bei der Entwicklung von Erziehungs- und Alltagskompetenzen gefördert. Ein besonderes Augenmerk gilt dabei der Wahrung des Kindeswohls. Die jungen Frauen leben in Einzelzimmern mit ihrem Kind. 24-h-Betrieb während 365 Tagen im Jahr, Platz für 6 junge Frauen und ihre Kinder.
Aufnahmebedingungen: Zuweisung durch Amtsstelle/Behörde und Kostengutsprache.
Webseite Mutter&Kind-Wohngruppe