



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

Migration - Information und Beratung

AOZ Geschäftsstelle
Zypressenstrasse 60
8004 Zürich

Tel. +41 44 415 65 00
Fax +41 44 415 65 01
info@aoz.ch
www.stadt-zuerich.ch/aoz

PsychoSozialer Dienst

Beratung, Begleitung und Vermittlung bei psychosozialen Problemstellungen im Migrations- und Integrationsbereich.

Telefonische Erreichbarkeit:
Mo - Fr 9 - 12 Uhr / 14 - 16 Uhr

www.aoz.ch/psd

AOZ Interkulturelles Dolmetschen
Medios
Albisriederstrasse 164
8003 Zürich

Tel. +41 44 415 66 90
Fax +41 44 415 66 91
medios@aoz.ch
www.aoz.ch/medios

Telefondolmetschdienst

Der Telefondolmetschdienst der AOZ vermittelt innerhalb weniger Minuten zertifizierte Telefondolmetscher/innen für eine telefonische Übersetzung.
Bediente Vermittlungszentrale: Mo - Fr 7 - 19 Uhr, Vermittlung von Telefondolmetscher/innen in rund 50 Sprachen.
Automatisches Vermittlungssystem: Mo - Fr 19 - 7 Uhr, Wochenende und Feiertage rund um die Uhr, Vermittlung von Telefondolmetscher/innen in den 10 wichtigsten Sprachen (Albanisch, Arabisch, Farsi oder Dari, Georgisch, Kurdisch Kurmanci, Russisch, Somalisch, Tamil, Tigrinya, Türkisch).
Kostenpflichtig.

Telefon 0842 422 422 (Anrufe aus der Deutschschweiz)

www.0842-442-442.ch

AOZ Interkulturelles Dolmetschen
Medios

Medios - Interkulturelles Dolmetschen vor Ort

Vermittlung von interkulturellen Dolmetscherinnen und Dolmetschern in über 70 Sprachen für die Bereiche Gesundheit, Bildung und Soziales sowie für Unternehmen der Privatwirtschaft.
Kostenpflichtig.

www.aoz.ch/medios



Migration - Information und Beratung

AOZ Konfliktophon
Zypressenstrasse 60
8004 Zürich

Tel. +41 44 415 66 66
info@konfliktophon.ch
www.konfliktophon.ch

Konfliktophon: Beratung bei Problemen und Konflikten zwischen Einheimischen und Zugewanderten

Beratungsdienst bei Problemen und Konflikten zwischen Einheimischen und Zugewanderten im Bereich öffentlicher Raum, Verwaltung, Nachbarschaft, Schule, Freizeit, Arbeit oder Familie. Hilfe für Opfer von Fremdenfeindlichkeit und rassistischer Diskriminierung. Die telefonische Beratung ist vertraulich und für EinwohnerInnen der Stadt Zürich unentgeltlich.

Telefonzeiten:
Di / Mi 10 - 12.30 Uhr
Do 15 - 18 Uhr
www.konfliktophon.ch

Auslandsschweizer-Organisation ASO
Alpenstrasse 26
3006 Bern

Tel. +41 31 356 61 00
Fax +41 31 356 61 01
info@aso.ch
www.aso.ch

Information und Beratung für im Ausland lebende SchweizerInnen

Vertretung der im Ausland lebenden SchweizerInnen.

Rechtsfragen zu: Sozialversicherungen, Militärdienst, Politisches- und Bürgerrecht, Rückwanderung.

Beratung/Ausbildung in der Schweiz.

Beratungsstelle Infodona
Soziale Dienste Stadt Zürich
Langstrasse 21
8004 Zürich

Tel. +41 44 412 84 00
Fax +41 44 412 84 10
infodona@zuerich.ch
www.stadt-zuerich.ch/infodona

Beratungsstelle für Migrantinnen und Migranten

Kostenlose Beratung zu Familie, Recht, Finanzen, Gesundheit usw. für Migrantinnen und Migranten mit Wohnsitz in der Stadt Zürich. Beratung in verschiedenen Sprachen. Termine nach Vereinbarung.

Beratungsstelle Infodona
Telefon +41 44 412 84 00

Erreichbarkeit:
Mo - Fr 9 - 12 Uhr / 13.30 - 18 Uhr
www.stadt-zuerich.ch/infodona

Beratungsstelle Wohnen im Alter
Wipkingerplatz 5
8037 Zürich

Tel. +41 44 412 11 22
Fax +41 44 412 11 33
wohnenimalter@zuerich.ch
www.stadt-zuerich.ch/wohnenimalter

Femmes-Tische - Gesprächsrunden für Migrantinnen und Migranten ab 55 Jahren

Femmes-Tische im Alter sind Gesprächsrunden für Migrantinnen und Migranten ab 55 Jahren, die in der Stadt Zürich wohnen. Die Teilnahme ist gratis. Die Gruppengespräche finden in verschiedenen Sprachen statt und werden moderiert. Auskunft und Anmeldung bei der Beratungsstelle Wohnen im Alter.



Migration - Information und Beratung

Café Yucca
Zürcher Stadtmission
Häringstrasse 20
8001 Zürich

Tel. +41 43 244 74 88
cafeyucca@stadtmission.ch
www.stadtmission.ch

YUCCA+ / Passantenhilfe - Hilfe für Menschen in Not

Die kirchliche Passantenhilfe leistet unbürokratische Überbrückungshilfe für Passantinnen und Passanten, die in finanzielle und / oder soziale Not geraten sind. Z.B. Arbeitssuchende, die in der Schweiz gestrandet sind, psychisch kranke oder Menschen ohne Wohnsitz in Zürich. Hilfesuchenden wird auf Wunsch Unterkunft, medizinische Versorgung oder Beratung erschlossen. Über Mittag erhalten Gäste eine Suppe oder Sandwiches, abends eine einfache Mahlzeit für Fr. 5.-.

Öffnungszeiten:

Mo - Sa 10.30 - 13 Uhr / 15.15 - 22.15 Uhr
(telefonisch durchgehend erreichbar)
So 15.15 - 22.15 Uhr

Webseite Yucca+

CareInfo
www.careinfo.ch

Informationsplattform für Care-Migrantinnen und Arbeitgebende

Care-Migrantinnen kommen aus wirtschaftlich ärmeren Ländern in die Schweiz und übernehmen hauswirtschaftliche und betreuerische Tätigkeiten. Auskunft, Beratung, Vernetzung für Care-Migrantinnen, Privathaushalte und Unternehmen zu Anstellungsbedingungen, Rechten und Pflichten. Information in deutsch, polnisch, ungarisch, slowakisch und französisch. Die Informationen berücksichtigen auch kantonale Unterschiede. Aktuelle News-Beiträge und eine Facebook-Gruppe.

Caritas Zürich - Beratung
Beckenhofstrasse 16
8006 Zürich

Tel. +41 44 366 68 28
beratung@caritas-zuerich.ch
www.caritas-zuerich.ch/sozialberatung

Sozialberatung für Familien im Kanton Zürich

Beratung für Familien mit wenig Einkommen bei Problemen im Alltag. Kostenlos.

- Psychosoziale Beratung
 - Förderung der Kinder in den Bereichen Schule/Ausbildung und Freizeitgestaltung
 - Unterstützung in der sozialen und beruflichen Integration
 - Budgetberatung, Klärung von finanziellen Ansprüchen
 - Finanzielle Überbrückungshilfe nach festgelegten Kriterien
 - Weitervermittlung an andere Fachstellen
- Keine Beratung für Sozialhilfebeziehende, keine finanzielle Soforthilfe.

Webseite Beratung



Migration - Information und Beratung

Fachstelle für interkulturelle
Suchtprävention und
Gesundheitsförderung FISP
Kehlhofstrasse 12
8003 Zürich

Tel. +41 43 960 01 60
fisp@bluewin.ch
www.fisp-zh.ch

Suchtprävention und Gesundheitsförderung für die
Migrationsbevölkerung

Primäre und sekundäre Suchtprävention sowie
Gesundheitsförderung für Migrantinnen und
Migranten im Kanton Zürich. Information für
Institutionen und Fachpersonen.

- Schriftliches Informationsmaterial in verschiedenen
Sprachen und zu verschiedenen Themen
- Informationsveranstaltungen in
Migrantenorganisationen, Treffpunkten usw.
- Weiterbildung von interkulturellen Vermittlerinnen
und Vermittlern zu verschiedenen Themen auf dem
Gebiet der Suchtprävention und
Gesundheitsförderung

Webseite Angebote FISP

Fachstelle Zwangsheirat /
zwangsheirat.ch
8000 Zürich

Tel. Helpline: 0800 800 007
info@zwangsheirat.ch
www.zwangsheirat.ch

Information und Beratung zu Zwangsheiraten

Information und Sensibilisierung zum Thema
Zwangsheiraten und -ehen.
Persönliche Beratung und Online-Information.
Für Fachpersonen, Gruppen, Vereine und Schulen
werden auch Workshops angeboten.

Kostenlose Helpline: 0800 800 007 oder
info@zwangsheirat.ch

FIZ Fachstelle Frauenhandel und
Frauenmigration
Badenerstrasse 682
8048 Zürich

Tel. +41 44 436 90 00
contact@fiz-info.ch
www.fiz-info.ch

Beratung für Migrantinnen, die von Ausbeutung
betroffen sind

Beratungs- und Informationsstelle für Migrantinnen in
der Stadt und im Kanton Zürich, die Ausbeutung oder
Gewalt ausgesetzt sind. Die Beratungen sind
vertraulich und kostenlos.

Die Fachstelle leistet zudem bildende und politische
Arbeit.

Webseite Beratung

FIZ Makasi Opferschutz
FIZ Fachstelle für Frauenhandel und
Migration
Badenerstrasse 682
8048 Zürich

Tel. +41 44 436 90 00
contact@fiz-info.ch
Webseite FIZ Makasi Opferschutz

Intervention für Opfer von Menschenhandel

FIZ Makasi Opferschutz unterstützt Opfer von
Menschenhandel, die zur Sexarbeit gezwungen oder
in prekären Arbeitsverhältnissen in Privathaushalten
oder Unternehmen ausgebeutet werden.

Krisenintervention, Organisation einer sicheren
Unterkunft, Begleitung im Strafverfahren und in
aufenthaltsrechtlichen Fragen. Beratung auch für
Bezugspersonen und Fachleute.

Webseite FIZ Makasi Opferschutz

Migration - Information und Beratung

Freiplatzaktion Zürich
Rechtsarbeit Asyl und Migration
Dienerstrasse 59
8004 Zürich

Tel. +41 44 241 54 11
Fax +41 44 241 54 65
info@freiplatzaktion.ch
www.freiplatzaktion.ch

Rechtsberatung im Asyl- und AusländerInnenrecht
- Rechtsberatung im Asyl- und AusländerInnenrecht
- Übernahme rechtlicher Vertretungen in asyl- und migrationsrechtlichen Verfahren
- Soziale Begleitung / Integrationshilfe durch freiwillige MitarbeiterInnen der Freiplatzaktion
- Asyl- und migrationspolitische Öffentlichkeitsarbeit

Beratung: Mo ab 14 Uhr, Eintrag in die Terminliste ab 10 Uhr.

Relevante Dokumente sind mitzubringen.
Freiwilligen-Einsätze möglich.

Webseite Rechtsberatung

HEKS Regionalstelle Zürich /
Schaffhausen
Seminarstrasse 28
8042 Zürich

Tel. +41 44 360 89 60
Fax +41 44 360 89 61
rs-zuerich@heks.ch
www.heks.ch

HEKS AltuM - Beratung für Menschen mit
Migrationshintergrund ab 55 Jahren

Das Projekt «HEKS AltuM» bietet Menschen mit Migrationshintergrund ab 55 Jahren Unterstützung bei Fragen zum Älterwerden, beispielsweise zur Altersvorsorge in der Schweiz. Gruppentreffen, Aktivitäten und Tandem-System, bei dem Freiwillige mit einer Migrations- oder Fluchtbiographie regelmässig eine geflüchtete Person besuchen und sie bei Alltagsfragen sowie mit der Vernetzung im Quartier unterstützen.

Webseite HEKS Alter und Migration

Interessengemeinschaft Binational
8000 Zürich

info@ig-binational.ch
www.ig-binational.ch

Beratung und Treffpunkte für binationale Paare

Verbesserung der rechtlichen, sozialen und kulturellen Situation von binationalen Paaren.
Diverse Veranstaltungen.

Treffpunkt für binationale Paare:

Karl der Grosse, Erkerzimmer, Termine siehe Website.

Webseite Treffpunkte

Kantonales Sozialamt
Schaffhauserstrasse 78
8057 Zürich

Tel. +41 43 259 24 51
info@sa.zh.ch
Website Kantonales Sozialamt

Rückkehrberatung für Personen aus dem Asylbereich

Die Rückkehrberatung unterstützt Asylsuchende, vorläufig Aufgenommene und Flüchtlinge aus dem Kanton Zürich bei der Planung, Vorbereitung und Durchführung der Rückreise ins Heimatland und informiert über Möglichkeiten der Weiterwanderung. Die Dienstleistungen sind unverbindlich und kostenlos.

Bürozeiten: Mo / Di / Do / Fr 9 - 12 Uhr oder nach Vereinbarung, Telefon 043 259 52 95.

Webseite Rückkehrberatung

Migration - Information und Beratung

Klinik für Konsiliarpsychiatrie und
Psychosomatik
UniversitätsSpital Zürich
Culmannstrasse 8
8091 Zürich

Tel. +41 44 255 52 80
psy.info@usz.ch
www.psychiatrie.usz.ch

Ambulatorium für Folter- und Kriegsoffer (AFK)

Das AFK bietet sozialpsychiatrische und
psychotherapeutische Hilfe an für Menschen, die
durch Krieg, Folter und Flucht traumatisiert wurden
und in der Schweiz leben, ungeachtet ihres
Aufenthaltsstatus.
Einzel- und Gruppentherapie
Nachbehandlungs-/Selbsthilfegruppen für Frauen/für
Männer.

24-Stunden-Notfalldienst. Übersetzung nach Bedarf.
Webseite Ambulatorium für Folter- ...

Meditrina
Medizinische Anlaufstelle für Sans-
Papiers
Kronenstrasse 10
8006 Zürich

Tel. +41 44 360 28 72
www.srk-zuerich.ch/meditrina

Medizinische Anlaufstelle für Sans-Papiers

Meditrina ist eine registrierte Arztpraxis für
Allgemeinmedizin. Sie bietet vertrauliche
medizinische Grundversorgung und Beratung in
mehreren Sprachen an. Spezielle Abklärungen und
Behandlungen werden für Sans-Papiers durch ein
Netz von Ärztinnen und Ärzten ermöglicht.
Information und Beratung zu Gesundheitswesen, -
vorsorge und Versicherungssystem. Unterstützung
bei Abschluss obligatorische Grundversicherung.

Voranmeldung unter 044 360 28 72.
Telefonzeiten: Mo - Fr 9 - 12 Uhr / 13.30 - 17 Uhr.
Meditrina Website

MIRSAH
Beratungsstelle Migrations- und
Integrationsrecht SAH
Wilhelmstrasse 10
8005 Zürich

Tel. +41 44 291 00 15
mirsah@sah-zh.ch
www.sah-zh.ch/mirsah

Rechtsberatung Migrations- und Integrationsrecht

Rechtsberatung bei Fragen zu Aufenthaltsrecht und -
status, Familiennachzug, Arbeitsbewilligungen,
Besuchervisa.
Keine Beratung zu Asylfragen.
Telefonische Beratung und Vereinbarung von
Terminen: Di / Mi / Do 9 - 12 Uhr und 14 - 17 Uhr
Kosten Fr. 50 pro Stunde.

www.sah-zh.ch/mirsah

Mütter- und Väterberatung Stadt Zürich
Soziale Dienste
Molkenstrasse 5/9
8004 Zürich

Tel. +41 44 412 76 00
mvb@zuerich.ch
www.stadt-zuerich.ch/mvb

Gruppenangebot für fremdsprachige Mütter

In Tramuki-Gruppen können sich fremdsprachige
Mütter mit Kindern bis 3 Jahre über Erziehungsfragen
austauschen und mit den Kindern Deutsch lernen.
Gemeinsamer Besuch von Angeboten und
Einrichtungen des Quartiers.

Webseite Tramuki



Migration - Information und Beratung

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.

NCBI Schweiz Sektion Zürich

Beratung und Begleitung für eritreische Flüchtlinge

Brückenbauer/innen (Schlüsselpersonen) bieten Wohn- und Schulgemeinden im Kanton Zürich einen Beratungs- und Begleitdienst für eritreische Personen auf Tigrinya an. Die Gemeinden können über NCBI eine Brückenbauerin oder einen Brückenbauer beziehen. Diese beraten und begleiten Flüchtlinge aus Eritrea im Alltag und unterstützen sie bei ihrer Integration.

Das Eri-Info Zentrum unterstützt Eritreerinnen und Eritreer bei ihrer sozialen und kulturellen Integration. In Tigrinya gibt das Eri-Info Zentrum unentgeltliche Informationen und Tipps zu Finanzen, Arbeitssuche, Sozialsystem, Gesundheitsversorgung, Schule und Berufswahl sowie Wohnungssuche.

Webseite Eri-Info Zentrum

Sans-Papiers Anlaufstelle Zürich SPAZ
Kalkbreitestrasse 8
8003 Zürich

Tel. +41 43 960 87 77
zuerich@sans-papiers.ch
<https://sans-papiers-zuerich.ch>

Anlaufstelle für Sans-Papiers

Die SPAZ berät MigrantInnen ohne geregelten Aufenthaltsstatus in rechtlichen und sozialen Fragen. Beratung nach telefonischer Voranmeldung: 043 960 87 77

Di 15 - 18 Uhr
Mi 13 - 16 Uhr

Webseite Beratung

Schweizerische Ausgleichskasse SAK
Av. Edmond-Vaucher 18
Postfach 3100
1211 Genf 2

Tel. +41 58 461 91 11
Webseite SAK

Informationen zur Auszahlung von AHV-Renten ins
Ausland

Informationen zur AHV-Rentenüberweisung an in- und ausländische AHV-Versicherte mit Wohnsitz im Ausland, auch für in die Heimatländer zurückgekehrte MigrantInnen (Sozialversicherungsabkommen). Merkblätter und Rechtsgrundlagen in deutscher, englischer, spanischer, französischer und italienischer Sprache.

Webseite SAK Ausgleichskasse



Migration - Information und Beratung

Schweizerisches Rotes Kreuz -
migesplus.ch
Portal für gesundheitliche
Chancengleichheit
Tel. +41 58 400 45 24
info@migesplus.ch
www.migesplus.ch

Gesundheitsförderung für Migrantinnen und
Migranten

migesplus.ch bietet Migrantinnen und Migranten in
der Schweiz einen chancengleichen Zugang zu
Gesundheitsinformationen. Information und
Beratung, Gesundheitswegweiser in 56 Sprachen.
Migesplus.ch ist ein Angebot des Schweizerischen
Roten Kreuzes.

www.migesplus.ch

Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton
Zürich
Kronenstrasse 10
8006 Zürich
Tel. +41 44 388 25 25
Fax +41 44 388 25 26
info@srk-zuerich.ch
www.srk-zuerich.ch

SOS-Beratungsstelle

Die SOS-Beratung steht allen Hilfe suchenden
Menschen aus dem Kanton Zürich offen, unabhängig
von Herkunft oder Aufenthaltsstatus. Triage und
Beratung bei Konflikten im Asyl- und Ausländerrecht,
in den Bereichen Sozialversicherung, Wohnen,
Arbeit, Familie, Gesundheit und Nothilfe. Sprachen:
Deutsch, Englisch, Französisch und Spanisch.
Kostenlos.

Öffnungszeiten: Mo - Fr 9 - 12 Uhr / 14 - 17 Uhr
Terminvereinbarung: +41 44 360 28 53

www.srk-zuerich.ch/sos-beratung

Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton
Zürich Geschäftsstelle
Drahtzugstrasse 18
8008 Zürich
Tel. +41 44 388 25 25
info@srk-zuerich.ch
www.srk-zuerich.ch

"Mitten unter uns" - Integrationsangebot für Kinder
und Jugendliche

Das Integrationsangebot bringt Kinder und
Jugendliche für zwei bis drei Stunden pro Woche mit
deutschsprachigen Gastfamilien und Einzelpersonen
zusammen.

Sprachtreff in einem Gemeinschaftsraum, um zu
lesen, zu basteln, Spiele zu machen oder
Hausaufgaben zu erledigen.

Anmeldung unter: mitten-unter-uns@srk-zuerich.ch

www.srk-zuerich.ch/muu



Migration - Information und Beratung

Soziale Dienste
Stadt Zürich
www.stadt-zuerich.ch/sod

Bestätigung (kein) Sozialhilfebezug

Online-Formular, um die Bestätigung zu bestellen, in den letzten Jahren keine Sozialhilfe bezogen zu haben, zwecks

- eines Einbürgerungsgesuchs
- einer Verlängerung der Aufenthaltsbewilligung (Ausweis B).
- eines Antrags der Niederlassungsbewilligung (Ausweis C).

Wichtig: Es können nur Bestätigungen für die Stadt Zürich ausgestellt werden. Andernorts ist die jeweilige Gemeinde zuständig.
Kostenlose Bestätigung in 5 bis 10 Werktagen per Post.

[Webseite Bestätigung Sozialhilfebezug](#)

Staatssekretariat für Migration SEM
Eidgenössisches Justiz- und
Polizeidepartement
Quellenweg 6
3003 Bern-Wabern

Tel. +41 58 465 11 11
Fax +41 58 465 93 79
www.sem.admin.ch

Informationen zur Einreise und zum Aufenthalt in der Schweiz

Telefonische Auskünfte zu:

- Visum (ohne Rückreisevisum) unter +41 58 465 88 22
 - Arbeitsmarkt (allg. Fragen) unter +41 58 465 88 40
 - Einreise (von Personen) unter +41 58 465 11 11
- Telefonzeiten Mo - Fr 9 - 11 und 14 - 16 Uhr

Rechtsgrundlagen zu Asyl, Aufenthaltsbewilligungen und Einbürgerung online abrufbar.

[Website Kontakte](#)

Zürcher Anlaufstelle Rassismus ZÜRAS
Albisriederstrasse 164
8003 Zürich

Tel. +41 44 415 62 26
info@zueras.ch
www.zueras.ch

Beratung und Unterstützung bei Rassismus und Diskriminierung

Die Zürcher Anlaufstelle Rassismus ZÜRAS unterstützt Personen, die sich wegen ihrer Herkunft, Hautfarbe oder Religion ungerecht behandelt, benachteiligt oder bedroht fühlen oder die bei der Arbeit, in der Freizeit oder in der Nachbarschaft Rassismus und Diskriminierung erleben.

Die Stelle berät Personen und Institutionen, kann weitere Schritte empfehlen und sucht mit den Betroffenen nach Lösungen. Die Beratung ist vertraulich und unabhängig. Für Personen, die im Kanton Zürich wohnen, ist die Beratung kostenlos.

www.zueras.ch/Beratung