

## Angebotsübersicht für Fachpersonen

### «KipbE.ZO – Kinder von psychisch beeinträchtigten Eltern im Züri Oberland»

<b>Im Notfall</b>	<b>Seite 2</b>
<b>Rund um psychische Erkrankungen – Information, Beratung und Therapie</b>	<b>Seite 4</b>
<b>Fach- und Beratungsstellen zu diversen Themen</b>	<b>Seite 7</b>
<b>Fach- und Beratungsstellen zum Thema Gewalt</b>	<b>Seite 11</b>
<b>Unterstützungs- und Entlastungsangebote für Eltern</b>	<b>Seite 12</b>

Diese Liste erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit und wird einmal jährlich aktualisiert.  
Bitte melden Sie Korrekturvorschläge an: [gwa.wetzikon@ajb.zh.ch](mailto:gwa.wetzikon@ajb.zh.ch)

Stand: Januar 2025

Institution	Telefon	Website	Angebot	Erwachsene	Jugendliche	Kinder	Eltern	Erreichbarkeit	Bezirk	Tarif
<b>Im Notfall</b>										
Internationaler Notruf	112			x	x	x	x	24h	alle	
Ambulanz/Sanität	144			x	x	x	x	24h	alle	
Polizei	117			x	x	x	x	24h	alle	
Feuerwehr	118			x	x	x	x	24h	alle	
Telefon 143 (anonym) Die Dargebotene Hand	143	<a href="http://www.143.ch">www.143.ch</a>	Sorgentelefon, Mail- und Chat-Beratung für Jugendliche und Erwachsene	x	x			24h	alle	keine Kosten
Elternnotruf (auf Wunsch anonym)	0848 35 45 55	<a href="http://www.elternnotruf.ch">www.elternnotruf.ch</a>	Für Eltern in Krisen und Überforderungssituationen und weitere Bezugspersonen. Telefon, Mail, Chat, persönlich.	x			x	24h	alle	keine Kosten
Telefon 147 Pro Juventute	147	<a href="http://www.147.ch">www.147.ch</a>	Beratungstelefon für Kinder und Jugendliche bei Fragen, Problemen und in Notsituationen. Telefon, SMS, Chat, E-Mail, Webservice.		x	x		24h	alle	keine Kosten
Krisen-, Abklärungs, Notfall- und Triagezentrum KANT (PUK)	058 384 66 66	<a href="http://www.pukzh.ch/notfall-fuer-kinder-und-jugendliche">www.pukzh.ch/notfall-fuer-kinder-und-jugendliche</a>	Psychiatrischer Notfalldienst für Kinder und Jugendliche		x	x	x	24h	alle	Festnetztarif
Notfalldienst Clenia - Triagestelle Klinik Schlössli	044 929 83 33	<a href="https://www.clenia.ch/de/eintritt-notfall/">https://www.clenia.ch/de/eintritt-notfall/</a>	Psychiatrischer Notfalldienst	x	x	x	x	24h	alle	Festnetztarif
Notfalldienst Clenia - Psychiatriezentrum Wetzikon	044 931 39 39	<a href="https://www.clenia.ch/de/eintritt-notfall/">https://www.clenia.ch/de/eintritt-notfall/</a>	Psychiatrischer Notfalldienst	x				Mo-Fr 8-18h	alle	Festnetztarif
Notfallzentrale für Erwachsene (PUK)	058 384 20 00		Psychiatrischer Notfalldienst für Erwachsene	x				24h	alle	Festnetztarif
Kriseninterventionszentrum (KIZ) Zürich	058 384 65 00	<a href="http://www.pukzh.ch/krisenintervention">www.pukzh.ch/krisenintervention</a>	Für Erwachsene von 18 bis 65 in aussergewöhnlichen Lebens- und Krisensituationen, auch mit Suizidalität.	x				24h	alle	Festnetztarif
Kriseninterventionszentrum (KIZ) Winterthur	052 264 37 00	<a href="https://ipw.ch/angebot/erwachsene/kriseninterventionszentrum">https://ipw.ch/angebot/erwachsene/kriseninterventionszentrum</a>	Für Erwachsene in aussergewöhnlichen Lebens- und Krisensituationen, auch mit Suizidalität	x			x	24h	alle	Festnetztarif
Kantonales Ärztelefon	0800 33 66 55	<a href="http://www.aerztefon.ch">www.aerztefon.ch</a>	Helpline für nicht lebensbedrohliche und (zahn-) medizinische Notfälle	x	x	x	x	24h	alle	keine Kosten
Apotheken Notfalldienst	0900 55 35 55	<a href="http://www.notfall-apotheken-zh.ch">www.notfall-apotheken-zh.ch</a>	Beratung und Bezug von Medikamenten in Notfällen	x	x	x	x	24h	alle	Fr. 1.50/min

Institution	Telefon	Website	Angebot	Erwachsene	Jugendliche	Kinder	Eltern	Erreichbarkeit	Bezirk	Tarif
Kinderärztlicher Notfalldienst Pfannenstiel (Bezirk Meilen)	T: 0900 900 200 N: 0900 266 711	<a href="http://www.kinderdoctor.ch/notfallflyer">www.kinderdoctor.ch/notfallflyer</a>	Kinderärztlicher Notfalldienst		x	x	x	Tag: 8-22h Nacht:22-8Uhr	Meilen	Fr. 2.-/min
Notfallzentrum Kantonsspital Winterthur	052 266 21 21	<a href="http://www.ksw.ch">www.ksw.ch</a>	Telefonische Beratung, Notfallsprechstunde	x	x	x	x	24h	alle	Fr. 3.23/min
Notfall Kinderspital Zürich	0900 266 711	<a href="http://www.kispi.uzh.ch">www.kispi.uzh.ch</a>	Telefonische Beratung, Notfallsprechstunde		x	x	x	24h	alle	Fr. 3.23/min

Institution	Telefon	Website	Angebot	Erwachsene	Jugendliche	Kinder	Eltern	Erreichbarkeit	Bezirk	Tarif
<b>Rund um psychische Erkrankungen – Information, Beratung und Therapie</b>										
Pro Mente Sana Beratungstelefon	0848 800 858	<a href="http://www.promentesana.ch">www.promentesana.ch</a>	Informationen zu Fragen in Zusammenhang mit psychischen Erkrankungen, Beschreibung verschiedener psychischer Erkrankungen. Telefonische Fachberatung, E-Beratung durch Peer-Berater/innen oder Fachpersonen. Anmeldung erforderlich.	x				Mo, Di, Mi 9-12h / 16.30-19.30h Do, Fr 9-12h/14-17h	alle	Kostenlose Telefonberatung (Normaltarif)
iks – Institut Kinderseele Schweiz - Winterthur - Männedorf	052 208 10 10 052 208 10 10	<a href="http://www.kinderseele.ch">www.kinderseele.ch</a>	Informations- und Anlaufplattform speziell für Kinder und Jugendliche mit einem psychisch belasteten Elternteil. Persönliche, Telefon- und E-Beratung, auch für Fachpersonen. Anlauf- und Triagestelle, edukative Kurzfilme.	x	x	x	x	Mo-Fr 9-12h / 14-16h	alle	Beatung kostenlos
Fachstelle Angehörigenberatung - Psychisch erkrankte Eltern mit minderjährigen Kindern	058 384 38 00	<a href="http://www.pukzh.ch/patienten-angehoerige/">www.pukzh.ch/patienten-angehoerige/</a>	Beratung, Unterstützung und Information von psychisch kranken Eltern und ihren minderjährigen Kindern. Beratung von weiteren Bezugspersonen und Fachpersonen, die psychisch erkrankte Eltern begleiten. Einzel- und Gruppenberatung.	x	x	x	x	Mo-Fr	alle	Normaltarif (Beratung kostenlos)
Clienia Schlössli - Empfang - Anmeldung/Information - Angehörigenberatung	044 929 81 11 044 929 83 33 044 929 83 83	<a href="https://www.clenia.ch/clenia-schloessli">https://www.clenia.ch/clenia-schloessli</a>	Stationäre psychiatrische und psychotherapeutische Behandlung im gesamten Spektrum der Psychiatrie. Beratung und Begleitung für Angehörige von psychisch beeinträchtigten Menschen.	x	x	x	x	Mo-Fr 7-20h Sa, So, Feiertage 9-20h	alle	
Clenia - Psychiatriezentrum Wetzikon - Gruppenpraxis Männedorf - Gruppenpraxis Uster	044 931 39 39 043 843 32 00 044 905 50 00	<a href="https://www.clenia.ch/de/standorte/">https://www.clenia.ch/de/standorte/</a>	Abklärung, Beratung, Hilfestellung und Behandlung bei psychischen Krisen, Problemen und Erkrankungen aller Art für Einzelpersonen, Paare und Familien.	x						
Integrierte Psychiatrie Winterthur IPW - Hauptnummer - Koordinations- und Beratungsstelle	052 264 33 33 052 264 37 64	<a href="http://www.ipw.ch">www.ipw.ch</a>	Ambulante, teilstationäre und stationäre Einrichtung für Jugendliche und Erwachsene mit psychischen Erkrankungen.	x	x				alle	
Psychiatrische Universitätsklinik Zürich	058 384 21 11	<a href="http://www.pukzh.ch">www.pukzh.ch</a>	Behandlung psychischer Erkrankungen über die gesamte Lebensspanne für Personen im Grossraum Zürich.	x	x	x			alle	

Institution	Telefon	Website	Angebot	Erwachsene	Jugendliche	Kinder	Eltern	Erreichbarkeit	Bezirk	Tarif
Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie KJPP - Ambulatorium Zürich - Ambulatorium Uster - Ambulatorium Wetzikon	058 384 66 00 058 384 60 00 058 384 61 50	<a href="https://www.pukzh.ch/ambulatorien">https://www.pukzh.ch/ambulatorien</a>	Ambulante Kinder- und Jugendpsychiatrische Grundversorgung: Untersuchung, Früherkennung und Behandlung von Störungen des Verhaltens und Befindens von Kindern und Jugendlichen. Einzel-, Gruppenpsychotherapie und Familientherapie.		x	x	x	Mo-Fr in Notfällen Ambulatorium Zürich	alle	
Psychotherapeutisches Zentrum der Universität Zürich – Kinder/Jugendliche und Paare/Familien	044 634 52 54	<a href="http://www.psychologie.uzh.ch/de/fachrichtungen/kjpsych/pz.html">www.psychologie.uzh.ch/de/fachrichtungen/kjpsych/pz.html</a>	Beratungs-, Therapie- und Präventionsangebote für Kinder, Jugendliche, Familien und Paare		x	x	x	Di 9-12h	alle	
Verein Postpartale Depression	044 720 25 55	<a href="http://www.postpartale-depression.ch">www.postpartale-depression.ch</a>	Informationsplattform für postpartale Depression				x	Mo, Di, Do, Fr 9-17h	alle	
Psychiatriespitex Kanton Zürich	043 817 21 21	<a href="http://www.psychiatriespitex-zuerich.ch">www.psychiatriespitex-zuerich.ch</a>	Psychiatrischer Betreuungs- und Spitex-Dienst	x				Mo-Mi 11-15h	alle	Tarif je nach Leistung, KK- anerkannt
Zürcher Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie	044 508 36 02	<a href="http://www.therapievermittlung.ch">www.therapievermittlung.ch</a>	Tool zur Suche von Therapeutinnen und Therapeuten	x	x	x	x		alle	
Pro Infirmis Zürich	058 775 25 25	<a href="http://www.proinfirmis.ch">www.proinfirmis.ch</a>	Informationen und Sozialberatung für Menschen mit geistiger, körperlicher oder psychischer Behinderung und ihre Angehörigen	x	x	x	x	Mo-Do 8.30-11.30h/ 13.30-16.30h Fr 8.30-11.30h	alle	
VASK – Vereinigung der Angehörigen von psychisch Kranken - Sekretariat - Beratung	044 240 38 76 044 240 48 68	<a href="http://www.vaskzuerich.ch">www.vaskzuerich.ch</a>	Informationsplattform, Unterstützungs- und Beratungsstelle für Angehörige von psychisch kranken Menschen	x				Di, Do	alle	
FSKZ – Fachstellen Sucht Kanton Zürich	043 543 25 99	<a href="http://www.suchtberatung-zh.ch">www.suchtberatung-zh.ch</a>	Fachstellen zum Thema Sucht im Kanton Zürich. Interaktive Karte zu den verschiedenen Angeboten in den Bezirken.	x	x	x	x	Mi-Fr	alle	
Suchtprävention Zürcher Oberland	043 399 10 80	<a href="http://www.sucht-praevention.ch">www.sucht-praevention.ch</a>	Beratung und Begleitung von Gemeindebehörden, Schulen, Vereinen, Jugendhäusern bei der Planung und Umsetzung von Massnahmen gegen Suchtentwicklung und Gewalt.	x	x	x	x	Mo-Do 14-17h	Hinwil, Pfäffikon, Uster	
feel-ok Gesundheitsplattform für Jugendliche und deren Eltern		<a href="http://www.feel-ok.ch">www.feel-ok.ch</a>	Informations- und Austauschplattform für Jugendliche zu Themen wie psychische Gesundheit, Sucht, Konflikte und Stress		x		x		alle	keine Kosten

Institution	Telefon	Website	Angebot	Erwachsene	Jugendliche	Kinder	Eltern	Erreichbarkeit	Bezirk	Tarif
safezone Online-Beratung zu Suchtfragen		<a href="http://www.safezone.ch">www.safezone.ch</a>	Mail- und Chatberatung rund um das Thema Sucht für Betroffene, deren Angehörige und Nahestehende, sowie Fachpersonen	x	x		x		alle	keine Kosten

Institution	Telefon	Website	Angebot	Erwachsene	Jugendliche	Kinder	Eltern	Erreichbarkeit	Bezirk	Tarif
<b>Fach- und Beratungsstellen zu diversen Themen</b>										
Kinder- und Jugendhilfezentren - kjz Dübendorf - kjz Meilen - kjz Pfäffikon - kjz Rüti - kjz Uster	043 259 76 77 043 258 47 00 043 258 47 70 043 259 76 00 043 258 48 00	<a href="http://www.zh.ch/kinder-und-jugendhilfezentren">www.zh.ch/kinder-und-jugendhilfezentren</a>	Professionelle Beratung und Unterstützung für Eltern bei Fragen zur Entwicklung und Erziehung ihrer Kinder und bei Herausforderungen im Erziehungsalltag: Mütter- und Väterberatung, Erziehungsberatung, Soziale Arbeit und Mandate.		x		x	Mo-Fr	alle	keine Kosten
Einzelfallberatung zu Kinderschutzfragen (Kontakt über zuständiges Kinder- und Jugendhilfezentrum kjz)	siehe oben	<a href="#">siehe oben</a>	Bei Fragen zu einem Einzelfall berät eine interdisziplinäre Fachgruppe bei der Einschätzung einer möglichen Gefährdungssituation und gibt Empfehlungen für das weitere Vorgehen.	x				Mo-Fr	alle	
Kinderschutzgruppe und Opferberatungsstelle am Kinderspital Zürich	044 249 60 66	<a href="http://www.kinderschutzgruppe.ch">www.kinderschutzgruppe.ch</a>	Die Kinderschutzgruppe befasst sich mit Säuglingen, Kindern und Jugendlichen, die gesichert oder vermutlich Opfer einer Misshandlung wurden oder gefährdet sind, misshandelt zu werden.	x	x	x	x		alle	
Arche für Familien - Begegnungsort, Sozialberatung, psychologische Beratung	044 241 63 43	<a href="http://www.archezuerich.ch">www.archezuerich.ch</a>	Beratung, Begleitung und Unterstützung für Schwangere, Eltern mit Babys und Kleinkindern, sowie Familien in mehrfach belastenden Lebensumständen mit Kindern von 0 bis 14 Jahren.			x	x	Mo-Do 9-12h/ 13.30-15.30h	alle	individuelle, einkommens- abgestufte Tarife
Kindes- und Erwachsenenschutzbehörden - KESB Bezirk Hinwil - KESB Bezirk Meilen - KESB Bezirk Pfäffikon - KESB Uster - KESB Dübendorf	055 536 15 00 044 913 39 99 052 355 27 77 044 944 75 20 044 801 60 80	<a href="http://www.kesb-zh.ch">www.kesb-zh.ch</a>	Die Kindes- und Erwachsenenschutzbehörden stellen den Schutz von Personen sicher, die nicht in der Lage sind, die für sie notwendige Unterstützung einzuholen. Mögliche Kindeswohlgefährdungen können anonymisiert vorbesprochen werden.	x	x	x	x	Mo-Fr	alle	
Kescha Anlaufstelle Kindes- und Erwachsenenschutz	044 273 96 96	<a href="http://www.kescha.ch">www.kescha.ch</a>	Informations- und Beratungsangebot für Personen, die von einer Massnahme des Kindes- oder Erwachsenenschutzes betroffen sind.	x	x	x	x	Mo-Do 9-11.30h/ 14-16.30h Fr 14-16.30h	alle	
MIK – mobile Intervention bei Jugendkrisen	043 259 89 39	<a href="http://www.zh.ch/mobile-intervention-bei-jugendkrisen">www.zh.ch/mobile-intervention-bei-jugendkrisen</a>	Das Angebot stellt sicher, dass Kinder und Jugendliche in akuten psychosozialen Krisen sowie deren Familien die notwendige Unterstützung erhalten. Ziel ist die Stabilisierung der Krisensituation und das Finden einer nachhaltigen Anschlusslösung.		x	x		Mo-Fr	alle	kostenlos

Institution	Telefon	Website	Angebot	Erwachsene	Jugendliche	Kinder	Eltern	Erreichbarkeit	Bezirk	Tarif
Berufsinformationszentrum - biz Meilen - biz Uster	043 258 49 49 043 258 49 00	<a href="http://www.zh.ch/berufs-studien-laufbahnberatung">www.zh.ch/berufs-studien-laufbahnberatung</a>	Beratung und Unterstützung in der Berufs- und Studienwahl sowie bei der Gestaltung der beruflichen Laufbahn. U.a. Beratung zu Nachholbildung (Berufsabschluss für Erwachsene), Netz2 - Case Management Berufsbildung, Mentoring Ithaka.	x	x				alle	keine Gebühren für Personen unter 20 Jahre, Erwachsene ohne Abschluss auf Sek II Stufe und Sozialhilfeempfänger
Selbsthilfezentrum Zürcher Oberland und Pfannenstiel	044 941 71 00	<a href="http://www.selbsthilfezentrum-zo.ch">www.selbsthilfezentrum-zo.ch</a>	Kontakt- und Beratungsstelle für Selbsthilfe und Menschen mit einer Hirnverletzung. Zugang zu Selbsthilfegruppen, Unterstützung beim Aufbau und Beratung von Selbsthilfegruppen. Telefon und Einzelberatung.	x			x	Mo, Do, Fr 9-12h Di, Mi 13-17h	alle	
Selbsthilfecenter Stadt Zürich und umliegende Regionen	043 288 88 88	<a href="http://www.selbsthilfecenter.ch">www.selbsthilfecenter.ch</a>	Professionelle Hilfe zur Selbsthilfe, Informations- und Beratungsstelle	x			x	Mo-Fr 10-15h	alle	
Selbsthilfezentrum Region Winterthur	052 213 80 60	<a href="http://www.selbsthilfe-winterthur.ch">www.selbsthilfe-winterthur.ch</a>	Informations- und Beratungsstelle rund ums Thema Selbsthilfe und Selbsthilfegruppen	x			x	Mo 9-11.30h Di, Mi, Do 9-11.30h/14-16h	alle	
Pro Juventute Elternberatung	058 261 61 61	<a href="http://www.projuventute.ch/elternberatung">www.projuventute.ch/elternberatung</a>	Professionelle telefonische oder Online-Beratung für Eltern in Erziehungsfragen und in aktuellen Problemsituationen, hilfreiche Suchmaske für weitere Fachstellen zu diversen Themen.				x	24h	alle	Festnetztarif
Samowar Jugendberatung und Suchtprävention Bezirk Meilen	044 924 40 10	<a href="http://www.samowar.ch/meilen">www.samowar.ch/meilen</a>	Psychologische Beratung für Jugendliche, junge Erwachsene, Eltern und Bezugspersonen bei Fragen oder Problemen im Jugendalter. Ergreifung von Massnahmen, um Suchtgefährdungen zu vermeiden.	x	x		x	Mo, Mi, Do 9.30-12h/ 13.30-17h Di 13.30-17h	Meilen	
Jugendberatungsstellen		<a href="http://www.jugendberatung.me">www.jugendberatung.me</a>	Website mit Adressen verschiedener Jugendberatungsstellen im Grossraum Zürich für Personen zwischen 13 und 25.	x	x				alle	
Space 16.25 in Dübendorf – Anlaufstelle für Jugendliche und junge Erwachsene	044 801 83 48	<a href="http://www.space.kjad.ch">www.space.kjad.ch</a>	Infothek, Beratungsstelle und Schreibwerkstatt für Jugendliche, junge Erwachsene, Kolleg/innen und Bezugspersonen zu unterschiedlichen Lebensbereichen	x	x		x	Di, Do 17-19h Mi, Fr 14-18h	Uster	
Beratung 16.25 in Rüti – Anlaufstelle für Jugendliche und junge Erwachsene	055 240 65 05 055 251 32 73	<a href="http://www.rueti.ch">www.rueti.ch</a>	Informations- und Beratungsstelle für Jugendliche, junge Erwachsene, Kolleg/innen und Bezugspersonen zu unterschiedlichen Lebensbereichen	x	x		x	Di, Fr 17-19h	Hinwil	



Institution	Telefon	Website	Angebot	Erwachsene	Jugendliche	Kinder	Eltern	Erreichbarkeit	Bezirk	Tarif
Pinocchio – Beratungsstelle für Eltern und Kinder	044 242 75 33	<a href="http://www.pinocchio-zh.ch">www.pinocchio-zh.ch</a>	Beratung und Begleitung bei Fragen zur psychischen Entwicklung oder Unsicherheiten im Erziehungsalltag		x	x	x	Mo-Fr 9-17h	alle	
Schulpsychologischer Dienst Adressen der Schulpsychologischen Dienste nach Gemeinde		<a href="http://www.slk-spd.ch/">www.slk-spd.ch/</a>	Schulpsychologische Abklärungen, Durchführung von Beratungen von Schülerinnen und Schülern, Eltern, Lehrpersonen und Schulbehörden.		x	x	x		alle	
Stiftung RgZ – Frühberatungs- und Therapiestellen für Kinder	058 307 10 11	<a href="http://www.stiftung-rgz.ch">www.stiftung-rgz.ch</a>	Förderung und Therapie von Kindern und Jugendlichen mit Bewegungsauffälligkeiten, Entwicklungsbeeinträchtigungen, geistiger oder mehrfacher Behinderung. Beratung, Physiotherapie, Ergotherapie, Logopädie, heilpädagogische Früherziehung. Frühberatungs- und Therapiestellen u.a. in Uster, Wetzikon, Zumikon.		x	x	x		alle	
Entwicklungspädiatrie Kinderspital Zürich	044 249 75 41	<a href="http://www.kispi.uzh.ch/kinderspital">www.kispi.uzh.ch/kinderspital</a>	Entwicklungspädiatrische Poliklinik: Abklärungsangebot bei Entwicklungsstörungen und Verhaltensauffälligkeiten. Therapieangebote am Kispi: Ergotherapie, Logopädie, Physiotherapie, Kunst- und Ausdruckstherapie, Pädaudiologie, Psychomotoriktherapie. Anmeldung i.d.R. durch Kinder- oder Hausarzt oder andere Fachpersonen.		x	x	x	Mo-Fr	alle	
Sozialpädiatrisches Zentrum Kantonsspital Winterthur	Telefonnummer je nach Fachrichtung, siehe Website	<a href="http://www.ksw.ch/sozialpaediatrisches-zentrum-spz">www.ksw.ch/sozialpaediatrisches-zentrum-spz</a>	Multiprofessionelles Abklärungs-, Beratungs- und Therapieangebot nach ärztlicher Zuweisung (Entwicklungspädiatrie, Neuropädiatrie, Sonderpädagogik, Logopädie/Pädaudiologie, Psychosomatik und Kinder-/Jugendpsychiatrie)		x	x	x	Mo-Fr	alle	
Kokon Beratungsstelle	044 545 45 40	<a href="http://www.kokon-zh.ch">www.kokon-zh.ch</a>	Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene bei Schwierigkeiten, Krisen oder Gewalterfahrungen. Persönliche, telefonische und E-Mail-Beratung.	x	x	x		24h	alle	keine Beratungskosten (Festnetztarif)
Tschau.ch – E-Beratung und Jugendinformation		<a href="http://www.tschau.ch">www.tschau.ch</a>	Online-Beratung und Informationen für Jugendliche zu diversen Themen		x				alle	keine Kosten
Du bist du – Beratung für LGBT-Menschen		<a href="http://www.du-bist-du.ch">www.du-bist-du.ch</a>	E-Mail- und persönliche Peer-Beratung für lesbische, schwule, bisexuelle und trans Menschen		x				alle	

Institution	Telefon	Website	Angebot	Erwachsene	Jugendliche	Kinder	Eltern	Erreichbarkeit	Bezirk	Tarif
Paarberatung und Mediation - Männedorf - Uster - Wetzikon	044 790 12 22 044 940 97 42 044 933 56 00	<a href="http://www.paarberatung-mediation.ch">www.paarberatung-mediation.ch</a>	Paar- und Einzelberatung, Mediation, Rechtsauskunft	x				Mo-Fr	alle	Einkommensabhängig, Fr. 60.- bis 240.-/h
RZO – Rechtsauskunftsstelle Zürcher Oberland	044 930 04 27	<a href="http://www.rzo-wetzikon.ch">www.rzo-wetzikon.ch</a>	Unabhängige und unentgeltliche Rechtsauskunftsstelle für die Bevölkerung der Bezirke Hinwil und Pfäffikon sowie einzelner Gemeinden der Bezirke Uster und Meilen.	x				Mo-Fr 8.15-12h	Hinwil, Pfäffikon, teilweise Uster/Meilen	Erstauskunft bis 30 Min. kostenlos (Festnetztarif)
Insieme Zürcher Oberland	044 944 85 55	<a href="http://www.insiemezo.ch">www.insiemezo.ch</a>	Ferien- und Freizeitangebote für Menschen mit einer kognitiven Beeinträchtigung. Weiterbildung und Beratung für mehr	x	x	x	x	Mo-Fr	alle	
Regionaler Rechtsdienst AJB – Vaterschaft, Unterhalt des Kindes und Elterliche Sorge	043 259 80 30	<a href="http://www.zh.ch/rrd">www.zh.ch/rrd</a>	Beratung für nicht miteinander verheiratete Eltern zu Fragen der Vaterschaft, des Unterhalts des Kindes und der elterlichen Sorge.		x	x	x		alle	Bis zu einer gewissen Anzahl Stunden kostenlos.
Invalidenversicherung	044 448 80 00	<a href="http://www.svazurich.ch">www.svazurich.ch</a>	Informationen und Anmeldung für IV	x				Mo-Fr 8-17h	alle	

Institution	Telefon	Website	Angebot	Erwachsene	Jugendliche	Kinder	Eltern	Erreichbarkeit	Bezirk	Tarif
<b>Fach- und Beratungsstellen zum Thema Gewalt</b>										
Stopp Gewalt		<a href="http://www.zh.ch/gewaltpraevention">www.zh.ch/gewaltpraevention</a>	Liste aller Beratungs- und Fachstellen zum Thema Gewalt. Weitere Informationen zu Gewaltthemen.	x	x	x	x		alle	
Fachstelle Gewaltprävention	043 399 10 98	<a href="http://www.gewalt-praevention.ch">www.gewalt-praevention.ch</a>	Informations- und Anlaufstelle zur Gewaltprävention	x	x	x	x	Di-Do	alle	
Okey und KidsPunkt – Fachstelle für Opferberatung und Kinderschutz - Fachstelle - Krisenwohngruppe	052 245 04 04 052 245 04 30	<a href="http://www.okeywinterthur.ch">www.okeywinterthur.ch</a>	Anlauf- und Beratungsstelle für misshandelte und gewaltbetroffene Kinder und Jugendliche, Angehörige und Fachpersonen. Krisenwohngruppe für Kinder und Jugendliche.		x	x	x	Fachstelle: Mo-Fr 9-12h/13-17h Wohngruppe: 24h	alle	
FGM Help - Anlaufstelle weibliche Genitalbeschneidung Kanton Zürich	044 415 76 54	<a href="https://fgmhelf.ch">https://fgmhelf.ch</a>	Beratung, Information und Unterstützung von Betroffenen, Gefährdeten und Angehörigen. Beratung, Vernetzung und Sensibilisierung von Fachpersonen.	x	x	x			alle	Beratung kostenlos
Castagna	044 360 90 40	<a href="http://www.castagna-zh.ch">www.castagna-zh.ch</a>	Beratungs- und Informationsstelle für sexuell ausgebeutete Kinder, Jugendliche und in der Kindheit ausgebeutete Frauen und Männer.	x	x	x	x	Mo, Mi 14-18h Di, Do 9-18h Fr 9-14h	alle	Beratungen dauern i.d.R. 50 Min. (kostenlos)
Opferberatung Zürich	044 299 40 50	<a href="http://www.obzh.ch">www.obzh.ch</a>	Beratungsstelle für Gewaltopfer, Strassenverkehrsoffer sowie Opfer fürsorglicher Zwangsmassnahmen. Beratung telefonisch und online.	x	x	x		Mo-Fr 9-12h/13.30-17h Chat: 12-18h	alle	keine Beratungskosten (Festnetzтарif)
IST – Interventionsstelle gegen Häusliche Gewalt	058 648 14 22	<a href="http://www.zh.ch/haeusliche-gewalt">www.zh.ch/haeusliche-gewalt</a>	Informationen zum Thema Häusliche Gewalt und Stalking, weiterführende Links zu Beratungsstellen für Betroffene oder Ausübende von häuslicher Gewalt, u.a. Mädchen- und Frauenhäuser.	x	x	x	x		alle	
BIF – Beratungsstelle für Frauen gegen Gewalt in Ehe und Partnerschaft	044 278 99 99	<a href="http://www.bif-frauenberatung.ch">www.bif-frauenberatung.ch</a>	Beratungsstelle für Frauen, die in ihrer bestehenden oder ehemaligen Partnerschaft Gewalt erfahren (haben).	x				Mo, Mi, Do, Fr 9-11h/14-16h Di 8.30-11h/16-18h	alle	Beratung kostenlos
Aufsuchender Dienst Forensic Nurses - Institut für Rechtsmedizin	0800 09 09 09	<a href="http://www.forensic-nurses.ch">www.forensic-nurses.ch</a>	Hotline für Spitäler, Praxen und Betroffene von sexualisierter oder häuslicher Gewalt. Spurensicherung, medizinische Betreuung und Beratung. Aufbau von Kontakten zu den Opferhilfe-Beratungsstellen.	x	x	x	x	24h	alle	
mannebüro züri für Männer – gegen Gewalt	044 242 08 88	<a href="http://www.mannebuero.ch">www.mannebuero.ch</a>	Beratungs- und Informationsstelle für Männer mit Schwerpunkt Umgang mit häuslicher Gewalt, Krisensituationen und Konflikten sowie Auseinandersetzung mit der Rolle als Mann und der männlichen Sexualität.	x				Mo-Fr	alle	pro Beratungsstunde 1% des Nettomonatseinkommens

Institution	Telefon	Website	Angebot	Erwachsene	Jugendliche	Kinder	Eltern	Erreichbarkeit	Bezirk	Tarif
<b>Unterstützungs- und Entlastungsangebote für Eltern</b>										
Kind-Eltern Institutionen		<a href="http://www.kindeltern.ch">www.kindeltern.ch</a>	Liste diverser betreuter Wohnmöglichkeiten für Eltern und Kind			x	x		alle	
Entlastungsdienst Schweiz Kanton Zürich	044 741 13 30	<a href="http://www.entlastungsdienst.ch/zuerich">www.entlastungsdienst.ch/zuerich</a>	Der Entlastungsdienst betreut Kinder, Jugendliche, Erwachsene und Senioren mit einer Behinderung, psychischer und körperlicher Einschränkung, bei Demenzerkrankung sowie nach einem Spital- oder Rehabilitationsaufenthalt.	x	x	x	x	Mo-Fr 8-17h	alle	kostenpflichtig
Fachverband Sozialpädagogische Familienbegleitung	079 602 20 85	<a href="http://www.spf-fachverband.ch">www.spf-fachverband.ch</a>	Liste der anerkannten Anbieter sozialpädagogischer Familienbegleitung	x			x		alle	
Familienwegweiser		<a href="http://www.profamilia.ch/familien/familienraetgeber">www.profamilia.ch/familien/familienraetgeber</a>	Online Stichwortverzeichnis. Hilfestellung in rechtlichen, ökonomischen, sozialen und persönlichen Fragen rund um Familien. Links und Kontaktadressen.	x	x	x	x		alle	keine Kosten
Arche Kinderbegleitung - Zürich Langstrasse - Zürich Grünau - Zürich Affoltern - Zürich Seebach	044 242 11 74 078 206 23 30 043 960 14 60 043 960 14 64	<a href="http://www.archezuerich.ch/arche-kinderbegleitung">www.archezuerich.ch/arche-kinderbegleitung</a>	Individuelle Einzelbegleitung für Kinder und Jugendliche. Schulaufgaben bearbeiten, Deutsch üben, diskutieren und spielen.		x	x	x		Stadt Zürich	symbolischer Beitrag pro Quartal
Zeppelin – familien startklar	043 538 82 82	<a href="http://www.zeppelin-familien.ch">www.zeppelin-familien.ch</a>	Begleitung, Bildung und Stärkung von Familien mit herausfordernden Startbedingungen				x	Mo-Do 8.30-12/13.30-17h Fr 8.30-12h	alle	für Familien i.d.R. keine Kosten
KBH – Kinderbetreuung zu Hause	044 360 28 54	<a href="http://www.srk-zuerich.ch">www.srk-zuerich.ch</a>	Kinderbetreuung zu Hause in Notsituationen oder wenn Vater/Mutter krank sind. Betreuung gesunder Kinder bis 12 Jahre.				x	Mo-Fr 9-13h	alle	kostenpflichtig, abgestufte Tarife
Projekt Barca - Zürich - Uster - Winterthur	076 560 86 05 076 571 40 64 079 319 04 89 076 402 88 70	<a href="http://www.kinderprojekt-barca.ch">www.kinderprojekt-barca.ch</a>	Begleitung von Kindern und Jugendlichen mit einem psychisch erkrankten Elternteil (Gespräche und kreative Aktivitäten). Nach Absprache mit Eltern Kontakt auch direkt durch nahe Bezugspersonen möglich.		x	x	x			Fr. 15.-/h
Tagesfamilienverein Zürcher Oberland	076 348 86 20	<a href="http://www.tfzo.ch">www.tfzo.ch</a>	Vermittlung von individueller und flexibler Kinderbetreuung in Tagesfamilien				x	Mo-Do 9-11.30/13.30-16h Fr 9-11.30h	Hinwil, teilweise Pfäffikon, Uster, Meilen	
Muttersprachliche Begleitung für Familien mit Fluchthintergrund	043 259 80 45	<a href="http://www.zh.ch/anmeldung-muttersprachliche-begleitung">www.zh.ch/anmeldung-muttersprachliche-begleitung</a>	Das Angebot beinhaltet die muttersprachliche Beratung und Begleitung für geflüchtete Familien mit Kindern im Vorschulalter.			x	x	Mo-Fr	alle	kostenlos