

Merkblatt

Ausserschulische Beratungsstellen

Für Eltern und Erziehungsverantwortliche

Elternnotruf

Der Elternnotruf kann rund um die Uhr 24 Stunden, an 7 Tagen die Woche von Familien in schwierigen erzieherischen Situationen angerufen werden.

0848 35 45 55, www.elternnotruf.ch

Dargebotene Hand

Die dargebotene Hand ist rund um die Uhr da für Menschen die ein helfendes und unterstützendes Gespräch benötigen. Auch "kleinere" Sorgen haben Platz.

143 (Telefon) oder Chat, www.143.ch

Opferberatung Zürich

Die Opferberatungsstelle ist für Frauen, Männer, Jugendliche und Kinder, die körperliche, sexuelle oder andere Gewalt erleben.

044 299 40 50, www.opferberatung@obzh.ch

Mannebüro

Das Mannebüro ist eine Beratungs- und Informationsstelle für Männer (auch im Zusammenhang mit häuslicher Gewalt).

044 242 08 88, www.mannebuero.ch

Frauenhaus Zürich Violetta

Das Frauenhaus Zürich hat eine Notunterkunft für Frauen. Es bietet Frauen mit und ohne Kindern Beratung und bei Bedarf Schutz und Sicherheit. Es kann durchgehend (während 24 Stunden) angerufen werden.

044 350 04 04, www.frauenhaus-zhv.ch