

Ausserschulische Beratungsstellen in Krisensituationen

Für Kinder und Jugendliche

Beratungstelefon Pro Juventute

Auf diese Telefonnummer kannst du rund um die Uhr anrufen oder eine SMS schicken. Du kannst dich über diese Nummer zu deinen Fragen und Problemen auch mit Jugendlichen austauschen und zwar jeden Montag und Dienstag von 19.00 – 22.00 Uhr.

147 (Telefon oder SMS), www.147.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 siehe www.143.ch

Opferberatung

Das ist eine kostenlose Beratungsstelle für Frauen, Männer, Jugendliche und Kinder, die körperliche, sexuelle oder andere Gewalt erleben.

044 299 40 50, www.obzh.ch

Schlupfhuus

Da findest du jederzeit jemanden, mit dem du sprechen kannst. Sie nehmen jedes Problem ernst und versuchen, dir zu helfen. Was du erzählst, bleibt unter euch.

Es ist jeden Tag während 24 Stunden jemand erreichbar. Wenn du zwischen 13 und 18 Jahre alt bist und zu Hause nicht mehr bleiben kannst, besteht die Möglichkeit, vorübergehend dort zu wohnen.

Adresse: Wohnhaus Schlupfhuus, Schönbühlstrasse 8, 8032 Zürich

043 268 22 66, www.schlupfhuus.ch

Kokon

Du kannst auch auf die Beratungsstelle Kokon anrufen. Sie arbeiten mit dem Schlupfhuus zusammen.

Tel. 044 545 45 40, www.kokon-zh.ch

Mädchenhaus

Das Mädchenhaus ist ebenfalls jeden Tag während 24 Stunden erreichbar. Es unterstützt Mädchen zwischen 14 und 20 Jahren, die Gewalt und andere schwierige Situationen in der Familie erleben. Mädchen können dort auch eine Zeit lang wohnen.

044 341 49 45 /079 478 46, 79, www.maedchenhaus.ch