



Hilfsangebote und Informationsstellen im Kanton Zürich

Allgemeine Informationen und Beratungsangebote

Tschau	Die Website, wo sich alles um die Jugend dreht. Themen: Sexualität, Beziehung, Lebenswelt, Schule, Sucht + Drogen.	www.tschau.ch
Feel ok	Internetseite für Jugendliche über Aspekte der Gesundheit, Ernährung, Alkohol, Cannabis, Rauchen, Stress, Selbstvertrauen und Sexualität.	www.feelok.ch
Jugendberatung Zürich City	Jugendberatung des Sozialdepartements der Stadt Zürich. Psychologische Beratungsstelle für Jugendliche und Familien mit Jugendlichen.	www.jugendberatung-zuerich.ch
Jugendsekretariate	Jeder Bezirk des Kantons Zürich hat ein Jugendsekretariat. Die Jugendsekretariate bieten ein breites Beratungsangebot für Jugendliche und Familien.	www.lotse.zh.ch
Sorgentelefon 147	Sorgentelefon für Jugendliche bei Problemen in der Familie, Schwierigkeiten in der Schule, Liebeskummer, Zoff bei Freundschaften und Fragen zu Sexualität, Sucht und Gewalt.	Tel: 147 www.147.ch
Schlupfhuus Beratungsstelle	Sorgentelefon 24h, Kriseninterventionsstelle, telefonische, stationäre und ambulante Beratung und Betreuung.	Tel: 044 268 22 68 info@schlupfhuus.ch www.schlupfhuus.ch
Kopfhoch	Online-Beratung für Kinder und Jugendliche, die (zu Hause) Probleme haben. Mit nützlichen Links und Telefonnummern.	www.kopfhoch.ch

Informationen und Beratung speziell für Mädchen

Castagna	Beratungs- und Informationsstelle für Mädchen gegen (sexuelle) Gewalt.	www.castagna-zh.ch
Mädchenhaus	Wohnraum, Schutz und (Opferhilfe-)Beratung für Mädchen und junge Frauen, die von sexueller, seelischer und körperlicher Gewalt betroffen sind.	Tel: 044/ 341 49 45 info@maedchenhaus.ch www.maedchenhaus.ch
Notteléfono für Frauen	Beratungsstelle und Notteléfono für Frauen, gegen sexuelle Gewalt.	Tel: 044 291 46 46 www.frauenberatung.ch
Behinderungen	Beratungs- und Kontaktstelle für junge Frauen und Mädchen mit Behinderung.	www.avantigirls.ch

Informationen und Beratung speziell für Jungen

Opferberatungsstelle für gewaltbetroffene Jungen und Männer	Opferberatungsstelle für gewaltbetroffene Jungen und Männer	www.opferberatungsstelle.ch
Mannebüro	Das mannebüro züri ist eine Beratungs- und Informationsstelle für Männer. Schwerpunkte der Arbeit sind der Umgang mit häuslicher Gewalt, Krisensituationen und Konflikten, sowie die Auseinandersetzung mit der Rolle als Mann und der männlichen Sexualität.	www.mannebuero.ch

Informationen und Beratung zur Sexualität

Lust und Frust	Wissenswertes zum Thema Sexualität für Jugendliche bis 21 Jahre.	www.lustundfrust.ch
Durchblick	Internetberatung für Jugendlichen bei Fragen zur Liebe, Freundschaft, Sexualität und Verhütung.	www.durchblick.ch
Zah	Beratung und Informationen zu Fragen rund um Sexualität, HIV und Aids.	www.zah.ch
Lilli	Info-Seite für junge Frauen und Männer, thematisiert Sexualität und sexuelle Gewalt.	www.lilli.ch
AIDS-Hilfe Schweiz	Die AIDS Hilfe Schweiz beantwortet Fragen zum Thema Homosexualität.	www.drgay.ch
Rainbowgirls	Informationen und E-Beratung für junge lesbische und bisexuelle Frauen	www.rainbowgirls.ch
Achtung Liebe	Sexualaufklärung	http://achtungliebe.ch

Selbstverteidigungsgruppen

Wen-Do Schweiz	Selbstverteidigung und Selbstbehauptung von Frauen für Mädchen und Frauen	www.wendo.ch
-----------------------	---	--