

## Sozialberatung

---

### **Beratungsstelle & Begegnungsort** – Arche für Familien

Zeughausstrasse 60, 8004 Zürich, 044 241 63 43, fuerfamilien@archezuerich.ch

Öffnungszeiten: Mo und Do 09.00 - 12.00 Uhr, Di und Mi 13.30 - 15.30 Uhr

- Beratungen, Treffs, Kinder- und Kleiderzubehörbörse

Kosten: Kostenlos

[www.archezuerich.ch/arche-fuer-familien/fuer-ratsuchende/sozialberatung](http://www.archezuerich.ch/arche-fuer-familien/fuer-ratsuchende/sozialberatung)

---

### **Beratungsstelle tandem** – Katholischer Frauenbund Zürich

Beckenhofstrasse 16, 8006 Zürich, 044 368 55 64, beratungsstelle@frauenbund-zh.ch

Öffnungszeiten: Mi und Do 09.00 – 12.00 Uhr

- Beratung und Begleitung für Frauen mit Wohnsitz im Kanton Zürich, unabhängig von Alter, Konfession, Zivilstand, Staatsangehörigkeit.
- Probleme um Schwangerschaft, Geburt und Kinderzeit
- Lebenskrisen, Übergangsphasen, Neuorientierung
- Alterseinsamkeit, Altersarmut
- Mit Terminvereinbarung

Kosten: Kostenlos

<https://www.frauenbund-zh.ch/ueber-uns/frauengemeinschaften-im-kanton-zuerich>

---

### **Café Yucca** – Solidara Zürich

Häringstrasse 20, 8001 Zürich, 043 244 74 88, cafeyucca@solidara.ch

Öffnungszeiten: Mo - Sa 10.30 – 13.00 Uhr, 15.15 – 22.00 Uhr

- Sozialberatung vor Ort
- Themen: Suchen einer Übernachtungsmöglichkeit, Organisieren einer Mahlzeit und bei Bedarf medizinische Versorgung, Begleitung & Unterstützung bei Institutionen und Ämtern, Fragen zur Lebensgestaltung, seelsorgerische Anliegen und finanzielle Sorgen
- Keine Terminvereinbarung notwendig

Kosten: Kostenlos

<https://www.solidara.ch/cafe-yucca/>

---

## **Caritas Sozialberatung**

Beckenhofstrasse 16, 8006 Zürich, 044 366 68 68, [beratung@caritas-zuerich.ch](mailto:beratung@caritas-zuerich.ch)

Öffnungszeiten: Mo – Fr 08.30 – 11.30 Uhr, Mo, Di, Do und Fr 13.30 – 17.00 Uhr

- Persönliche Beratung
- Bei Problemen im Alltag und bei finanziellen Schwierigkeiten
- Vermittlung zu Angeboten von anderen Fachstellen
- Für Familien mit wenig Geld und Wohnsitz im Kanton Zürich
- Für Familien, welche keine Sozialhilfe oder Asylfürsorge beziehen
- Telefonische Kurzberatung für Familien und Personen in Not: Mo – Do 13.30 – 17.00 Uhr, 044 366 68 28

Kosten: Kostenlos

<https://caritas-regio.ch/ueber-caritas/zuerich>

---

## **DFA Sozialberatung** - Die kirchliche Fachstelle bei Arbeitslosigkeit

Badenerstrasse 41, 8004 Zürich, 044 298 60 80, [zuerich@dfa.ch](mailto:zuerich@dfa.ch)

Öffnungszeiten: Mo – Fr 09.00 – 10.00 Uhr, 14.00 – 16.00 Uhr

Telefonnummer bei Erstkontakt: 044 298 60 81, Mo – Fr 10.00 – 12.00 Uhr

- Beratung & Unterstützung vor allem zu den Themen: Konflikte bei der Arbeit, Verlust der Arbeitsstelle, Stellensuche
- Aber auch: Administrative Hilfe, Überprüfung der finanziellen Situation und bei Fragen zu Sozialversicherungen

Kosten: Kostenlos

<https://www.dfa.ch/sozialberatung.php>

---

## **Evangelischer Frauenbund Zürich Sozialberatung**

Brahmsstrasse 32, 8003 Zürich, 044 405 73 35, [sozialberatung@vefz.ch](mailto:sozialberatung@vefz.ch)

Öffnungszeiten für Beratungen: Mo – Mi 08.30 – 17.00 Uhr

Telefonische Erreichbarkeit: Mo – Do 08.30 – 12.00 Uhr

- Beratung für Frauen
- Anlaufstelle in den Themen: Persönliche Situation, Finanzen und Administration, Partnerschaft und Familie, Aus- und Weiterbildungen
- Abklärungsgespräche zu den Themen: Anregung von ersten Schritten zur Problemlösung, Unterstützung bei Abklärungen mit Ämtern und Administration, Vermittlung von weiterführenden Informationen, Triage an spezialisierte Beratungsstellen
- Terminvereinbarung notwendig

Kosten: Kostenlos

<https://www.vefz.ch/sozialberatung>

---

### **HEKS AltuM** - Sozialberatung

Seminarstrasse 28, 8042 Zürich, 044 360 89 62, aida.kalamujic@heks.ch

Öffnungszeiten: unbekannt

- Informationen und Unterstützung bei Fragen zum Älterwerden
- Für Menschen mit Migrationshintergrund ab 55 Jahren

Kosten: Kostenlos

[www.heks.ch/was-wir-tun/heks-alter-und-migration-zuerich](http://www.heks.ch/was-wir-tun/heks-alter-und-migration-zuerich)

---

### **ICF Foundation Sozialberatung**

Zürichstrasse 131, 8600 Dübendorf, 043 366 76 76

Öffnungszeiten Sekretariat: 09.00 – 12.00 Uhr, 13.30 – 16.30 Uhr

- Themen: Finanzen & Budget, administratives, Stellensuche, Beziehungen, Ehe, Familie, praktische Hilfe, Seelsorge
- Kontaktformular auf Homepage ausfüllen

Kosten: Kostenlos

<https://www.icf.church/zuerich/de/hilfe/>

---

### **Infodona**

Sihlramtstrasse 6, 8001 Zürich, 044 412 84 00, infodona@zuerich.ch

Öffnungszeiten und telefonische Erreichbarkeit: Mo - Fr 09.00 –12.00 Uhr, 14.30 –17.30 Uhr

- Eine auf Integration und Migration spezialisierte Beratungsstelle
- Beratung in verschiedenen Sprachen
- Themen: Familie, Recht, Finanzen oder Gesundheit
- Terminvereinbarung notwendig

Kosten: Kostenlos

[www.stadt-zuerich.ch/infodona](http://www.stadt-zuerich.ch/infodona)

---

## **Sans-Papier Anlaufstelle SPAZ**

Kalkbreitestrasse 8, 8003 Zürich, 043 960 87 77, [zuerich@sans-papiers.ch](mailto:zuerich@sans-papiers.ch)

Öffnungszeiten: Mo - Do 10.00 – 12.00 Uhr, 14.00 – 16.00 Uhr

- Sozial- und Krankenversicherungen
- Bildungsangebote und Schulpflicht
- Ehe / Familie / Familiennachzug
- Aufenthaltsstatus, allfällige Legalisierung
- Arbeitsbedingungen
- Zivilstandsrechtliche Fragen
- Eingabe von Gesuchen und Beschwerden und Übernahme juristischer Vertretungen in asyl- und migrationsrechtlichen Verfahren.

Kosten: Kostenlos

[www.sans-papiers-zuerich.ch](http://www.sans-papiers-zuerich.ch)

---

## **Schweizerische Hilfe für Mutter und Kind - SHMK**

080 081 11 00, [helpline@shmk.ch](mailto:helpline@shmk.ch)

Öffnungszeiten: 7 Tage 24 Stunden

- Beratung und Direkthilfe für Frauen, Paare und Familien zum Thema Schwangerschaft, Abtreibung und Geburt

Kosten: Kostenlos

[www.shmk.ch/ueber-uns/wir-helfen/](http://www.shmk.ch/ueber-uns/wir-helfen/)

---

## **Sozialberatung - Streetchurch**

Badenerstrasse 69, 8004 Zürich, 044 552 42 42, [info@streetchurch.ch](mailto:info@streetchurch.ch)

Öffnungszeiten: Mo - Fr 08.30 – 12.00 Uhr, 13.30 – 17.00 Uhr, Mi 08.30 – 12.00 Uhr

- Sozialberatung für Menschen (16-65 Jahre)
- Beratung, Begleitung, Vermittlung
- Beratung in Themen wie Finanzen, Administration, persönliche Lebenssituation
- Auch ein Finanzcoaching- und eine Budgetberatung möglich
- Terminvereinbarung nötig

Kosten: Kostenlos

[www.sozialberatung.streetchurch.ch](http://www.sozialberatung.streetchurch.ch)

---

### **Soziale Beratungsstelle Heilsarmee Zürich**

Luisenstrasse 23, 8005 Zürich, 044 273 90 01, [sozial.zh@heilsarmee.ch](mailto:sozial.zh@heilsarmee.ch)

Öffnungszeiten: Mo - Fr 10.00 – 12.00, 13.30 – 16.30 Uhr

- Offenes Ohr, Raum und Zeit
- Beratung & Begleitung in finanziellen und administrativen Fragen
- Budgetberatung
- Einfache Schuldenberatung
- Vermittlung zu geeigneten Stellen

Kosten: Kostenlos

[www.sozialberatung-zuerich.heilsarmee.ch/](http://www.sozialberatung-zuerich.heilsarmee.ch/)

---

### **Sozialwerk Pfarrer Sieber Sozialberatung**

Stauffacherstrasse 101, 8004 Zürich, 044 537 58 10, [sozialberatung@swsieber.ch](mailto:sozialberatung@swsieber.ch)

Öffnungszeiten: Mo - Fr 08.30 – 12.00 Uhr, 13.30 – 17.00 Uhr

- Für Menschen in schwierigen Lebenssituationen
- Vermittlung von Informationen, Vermittlung an geeignete Fachstellen, Unterstützung in administrativen Angelegenheiten, Durchsetzung finanzieller Ansprüche, Abklärungen & Begleitung bei Ämtern und Behörden, materielle Nothilfe, Vermittlung finanzielle Unterstützung

Kosten: Kostenlos

[www.swsieber.ch/was-wir-tun/auffangen/sozialberatung/](http://www.swsieber.ch/was-wir-tun/auffangen/sozialberatung/)

---

### **SRK Zürich Sozialberatung**

Kronenstrasse 10, 8006 Zürich, 044 360 28 53, [info@srk-zuerich.ch](mailto:info@srk-zuerich.ch)

Öffnungszeiten: Mo – Fr 09.00 – 12.00 Uhr, 14.00 – 17.00 Uhr, Donnerstagmorgen geschlossen

- Angebot für Menschen in Not
- Beratungen in Deutsch, Französisch, Italienisch, Englisch und Spanisch
- Terminvereinbarung notwendig

Kosten: Kostenlos

<https://www.srk-zuerich.ch/fuer-sie-da/notsituationen/schnell-und-einfach-hilfe-erhalten>

---