

## Lebensmittelhilfe & Mahlzeiten

---

### **Anlaufstelle Brot-Egge** – Sozialwerk Pfarrer Sieber

Seebacherstrasse 60, 8052 Zürich, 044 537 58 40, [brot-egge@swsieber.ch](mailto:brot-egge@swsieber.ch)

Öffnungszeiten: Mo – Fr 08.00 – 12.00 Uhr, 13.00 – 16.30 Uhr, Mi 08.00 – 12.00 Uhr

- Für Menschen, die von Armut betroffen sind
- Die Bedürftigkeit wird vorgängig durch die Mitarbeitenden vor Ort überprüft => Es ist ein schriftlicher Nachweis über die finanzielle Situation erforderlich
- Weitere Angebote: Rat und Tat, Kleiderladen, Waschen

Kosten: Kostenlos

<https://www.swsieber.ch/was-wir-tun/auffangen/anlaufstelle/>

---

### **Begegnungslokal Primero** – Verein Incontro

Müllerstrasse 71, 8004 Zürich, [info@incontro-verein.ch](mailto:info@incontro-verein.ch) o

Öffnungszeiten: Mo, Fr, Sa, So 15.00 – 19.30 Uhr

- Kostenloser Kaffee, Kuchen und ein Abendessen
- Begegnung und Beratung
- Zur Ruhe kommen im Raum der Stille
- Jeweils am Montag: Kostenlose ärztliche Beratung ab 15.00 Uhr
- Jeweils am Donnerstag im Primero Atelier an der Rotwandstrasse 40: Deutsch-Kurse von 14.00 – 18.00 Uhr
- Jeweils am Freitag im Primero Atelier an der Rotwandstrasse 40: Unterstützung bei Bewerbung und Jobsuche ab 16.00 Uhr

Kosten: Kostenlos

<https://incontro-verein.ch/unsere-arbeit/#primero>

---

### **Broken Bread Take away** – Verein Incontro

Langstrassenquartier Zürich und beim 25-Hours-Hotel, [info@incontro-verein.ch](mailto:info@incontro-verein.ch)

Durchführung: Täglich 16.45 – 21.15 Uhr, So 16.45 – 20.15 Uhr

- Verteilen von warmen Mahlzeiten im Langstrassenquartier
- Anschliessend findet jeweils eine Mensa unter freiem Himmel statt

Kosten: Kostenlos

<https://incontro-verein.ch/unsere-arbeit/>

---

## **Café Surprise** – Verein Surprise

Verschiedene Cafés, Bars und Restaurants sind Teil des Café Surprise-Netzwerkes

- Gratis-Kaffee, welcher von anderen Gästen spendiert wurde
- Eine Tafel vor Ort zeigt, ob spendierte Kaffees verfügbar sind
- Es muss sich nicht ausgewiesen oder gerechtfertigt werden

Kosten: Kostenlos

<https://surprise.ngo/cafe-surprise/>

---

## **Café Yucca** – Solidara Zürich

Häringstrasse 20, 8001 Zürich, 043 244 74 88, [cafeyucca@solidara.ch](mailto:cafeyucca@solidara.ch)

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

- Kostenlose Suppe
- Günstiges Abendessen
- Weitere Angebote: Sozialberatung

Kosten: Kostenlos und günstig

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

---

## **Chrischtehüsli** – Verein inklusiv

Cramerstrasse 11, 8004 Zürich, 044 241 62 42, [info@chrischtehuesli.ch](mailto:info@chrischtehuesli.ch)

Durchführung: Di und Do 12.30 – 13.30 Uhr

- Mittagessen für Menschen, die von Armut betroffen sind

Kosten: Kostenlos

[www.chrischtehuesli.ch](http://www.chrischtehuesli.ch)

---

## **Essen für Alle**

Allmendstrasse 93, 8041 Zürich

Durchführung: Sa 11.00 – 16.00 Uhr

- Lebensmittelabgabe für Menschen, die auf kostenlose Lebensmittel angewiesen sind
- Lebensmittelbezug mit einer Bezügerkarte und zugeteilten Abholzeit
- Es muss eine eigene Tragetasche mitgebracht werden
- Bei einem Erstbesuch: Krankenkassenkarten aller Familienmitglieder mitbringen, einmalige Anmeldegebühr von 5 CHF bereithalten

Kosten Anmeldegebühr: 5.00 CHF

Weitere Kosten: Kostenlos

<https://www.essenfueralle.org/beziehen/zuerich/>

---

**Gassencafé Sunestube** – Sozialwerk Pfarrer Sieber

Militärstrasse 118, 8004 Zürich, 044 537 58 00, sunestube@swsieber.ch

Öffnungszeiten: Di, Mi, Fr, Sa, So 06.00 – 11.00 Uhr, 12.00 – 14.30 Uhr, Do 06.00 – 11.00 und 12.00 – 13.30 Uhr

Am Montag ist das Gassencafé Sunestube jeweils nur für Frauen geöffnet.

- Für Menschen, die in Not sind
- Einen warmen und sicheren Ort
- Gemeinschaft
- Mahlzeiten, Snacks und Getränke
- Auskunft und Information
- Vermittlung an die interne Sozialberatung
- Gemeinsame Aktivitäten

Kosten: Kostenlos

<https://www.swsieber.ch/was-wir-tun/auffangen/gassencafe/>

---

**Gassenküche Speak-Out**

Häringstrasse 3, 8001 Zürich, 076 815 12 90, mail@speakout-zueri.ch

Öffnungszeiten: Mo - Fr 18.30 – 21.30 Uhr (April bis Oktober: Mittwoch geschlossen)

- Für Menschen, die sich in einer Notlage befinden
- Ab 18.30 Uhr: Kaffee und Tee
- Ab 20.00 Uhr: Warme Mahlzeit
- Weiterführendes Angebot: Regelmässige Ausflüge, Aktivitäten und Versammlungen

Kosten: Kostenlos

<https://www.speakout-zueri.ch/>

---

**Gassenlokal Zueflucht Pace** – Franziskanische Gassenarbeit

Magnusstrasse 20, 8004 Zürich, 043 488 61 29, info@fraga.ch

Öffnungszeiten: Mo – Sa 21.00 – 06.00 Uhr

- Für Menschen ohne Obdach
- Kostenlose Suppe, Tee und Gebäck
- Weitere Angebote: Schlafplatz ohne Betten, Sozialberatung und Begleitung, Kleiderlager

Sommerprogramm 1. April – 31. Oktober:

Sozialberatung und Begleitung für Menschen in Not

Mo 14.00 – 16.00 Uhr Deutschunterricht

Mi 14.00 – 16.00 Uhr Lebensmittelausgabe

Do 14.00 – 16.00 Deutschunterricht

Fr 18.00 – 00.00 Uhr Pace Abend

Winterprogramm 1. November – 31. März:

Sozialberatung und Begleitung für Menschen in Not

Mo – Sa 21.00 – 06.00 Uhr Pace Nacht

Mi 14.00 – 16.00 Uhr Lebensmittelausgabe

Kosten: Kostenlos

<https://www.fraga.ch/>

---

**Imbiss HOPE** – Heilsarmee Zürich Zentral

Ankerstrasse 31, 8004 Zürich, 044 242 53 89, zenti@heilsarmee.ch

Durchführung: Mo und Mi 12.00 – 13.00 Uhr

- Mittagessen und anschliessende Lebensmittelabgabe für Menschen in Not

Kosten: 3 CHF

<https://www.zenti.ch/dienst-am-n%C3%A4chsten/imbiss-hope/>

---

**Imbiss54** – Netz4

Stauffacherstrasse 54, 8004 Zürich, 078 331 88 21, kontakt@netz4.ch

Durchführung: Fr 11.45 – 13.30 Uhr

- Mittagessen und anschliessende Lebensmittelabgabe für Menschen in Not

Kosten: 3 CHF

<https://netz4.ch/imbiss54-2/>

---

**Mittagstisch** – Heilsarmee Zürich Nord

Saatlenstrasse 256, 8050 Zürich, 044 325 10 90, korps.zuerich-nord@heilsarmee.ch

Durchführung: Do und Fr 11.45 – 13.00 Uhr

- Für Menschen, welche in Zürich Oerlikon und Schwamendingen wohnhaft sind

Kosten für ein Hauptmenü: 9 CHF

<https://zh-nord.heilsarmee.ch/>

---

**Suneboge** – Wohn- und Arbeitsgemeinschaft

Gerechtigkeitsgasse 5, 8001 Zürich, 044 202 13 66

Mittagessen: Um 12.00 Uhr

- Für Menschen, die von Armut betroffen sind
- Kostenlose Suppe
- Salatbuffet inklusiv Brot: 5.00 CHF
- Mittag- und Abendessen: 8.00 CHF

Kosten: Kostenlos und günstig

<https://suneboge.ch/angebot/wohnen/>

---

**Tischlein deck dich** – Verein Tischlein deck dich

Rudolf-Diesel-Strasse 25, 8404 Winterthur, 052 224 44 88, info@tischlein.ch

- Lebensmittelbezug durch Bezügerkarte
- Die Bezügerkarte kann von ausgewählten Sozialfachstellen ausgestellt werden
- Dabei muss die finanzielle Situation der Personen im gleichen Haushalt überprüft werden
- Die Karte wird jeweils für ein Jahr ausgestellt und kann nach erneuter Prüfung erneuert werden
- Es kann eine verbindliche Abgabestelle ausgewählt werden
- Der wöchentliche Bezug kostet jeweils 1 CHF
- Es muss eine eigene Tragtasche mitgenommen werden

Kosten Lebensmittelbezug: 1 CHF pro Bezug

<https://www.tischlein.ch/>

---

**Treffpunkt City** – Stadt Zürich Soziale Einrichtungen und Betriebe

Wildbachstrasse 42, 8008 Zürich, 044 415 69 09

Öffnungszeiten: Mo – So 10.15 – 17.30 Uhr

Am Dienstag jeweils nur für Frauen geöffnet.

- Aufenthaltsort für Erwachsene mit sozialen oder psychischen Schwierigkeiten
- Günstige Verpflegungsmöglichkeiten
- Kostenlose Suppe
- Weitere Angebote vor Ort: Dusch- und Waschmöglichkeit, Computer mit Internetzugang, Beratungsmöglichkeit, Kleidertausch

Kosten: Kostenlos und günstig.

<https://www.stadt-zuerich.ch/de/lebenslagen/unterstuetzung-und-beratung/persoenliche-beratung/treffpunkte-drogenkonsumraeume/treffpunkte/city.html#angebot>

---

**Treffpunkt t-alk** – Stadt Zürich Soziale Einrichtungen und Betriebe

Gerechtigkeitsgasse 26, 8001 Zürich, 044 415 36 00

Öffnungszeiten: Mo – So 10.15 – 17.30 Uhr

- Treffpunkt für Menschen mit Alkoholabhängigkeit und sozialen oder psychischen Schwierigkeiten
- Für Personen, die ihre Meldeadresse und/oder den Lebensmittelpunkt in der Stadt Zürich haben
- Günstiges Mittagessen und kostenlose Suppe
- Der Konsum von mitgebrachtem Bier und Wein ist erlaubt
- Weitere Angebote vor Ort: Dusch- und Waschmöglichkeit, Computer mit Internetzugang, Angebot an Freizeitaktivitäten, Unterstützung bei Unklarheiten mit Ämtern, administrativen Angelegenheiten oder der Wohnungssuche

Kosten Mittagessen: 4 CHF

Weitere Kosten: Kostenlos

<https://www.stadt-zuerich.ch/de/lebenslagen/unterstuetzung-und-beratung/persoenliche-beratung/treffpunkte-drogenkonsumraeume/treffpunkte/t-alk.html>

---

**Wohnen und Begleiten Molkenstrasse – Heilsarmee Zürich**

Molkenstrasse 6, 8004 Zürich, 044 298 90 00

Erhältlich: Mo – So 17.00 Uhr, Ausgenommen samstags

- Kostenlose Suppe

Kosten: Kostenlos

<https://xn--wohnen-zrich-klb.heilsarmee.ch/>

---