

## Administrative Unterstützung

---

### **Besuchsdienst Pontesano** – Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Zürich

Thurgauerstrasse 36/38, 8050 Zürich, 044 360 28 62

Telefonische Erreichbarkeit: Di, Do, Fr 09.00 – 11.00 Uhr

- Besuchsdienst für Menschen mit psychischen Belastungen oder Problemen, die im Kanton Zürich wohnen
- Die gemeinsame Zeit beträgt zwei bis drei Stunden
- Mögliche Aktivitäten: Spaziergänge, kleine Ausflüge, Gesellschaftsspiele, Hobbys, Einkaufen, Kochen, Tee trinken, Essen.
- Mögliche Unterstützung: Administrative Anliegen, Orientierungshilfe im Sozial- und Gesundheitswesen, Hilfe beim Ausfüllen von Anträgen und Formularen, Lösen alltagspraktischer Aufgaben, gemeinsames Entdecken von Wohn- und Tagesstrukturen
- Anmeldung erfolgt telefonisch und meistens durch zuweisende Stellen

Kosten: Kostenlos

<https://www.srk-zuerich.ch/fuer-sie-da/vorsorge-gesundheit/psychische-unterstuetzung-mit-pontesano>

---

### **Computerarbeitsplätze Fachstelle rund um die Arbeit** – SAH Zürich Impuls

Körnerstrasse 12, 8004 Zürich, 044 296 59 42, [impuls@sah-zh.ch](mailto:impuls@sah-zh.ch)

Selbständige Nutzung Mo: 13.30 – 16.30 Uhr

Selbständige Nutzung Di: 08.30 – 11.30 Uhr, 13.30 – 16.30 Uhr

Selbständige Nutzung Mi: 13.30 – 16.30 Uhr

Selbständige Nutzung Do: 08.30 – 11.30 Uhr, 13.30 – 16.30 Uhr

Selbständige Nutzung Fr: 08.30 – 11.30 Uhr

Kosten: Kostenlos

<https://www.sah-zh.ch/impuls/>

---

## **Digi-Treff für Fragen zu Handy und Computer** – Lernlokal Caritas Stellwerk 500

Hohlstrasse 500, 8048 Zürich, 076 745 39 00, [lernlokal@caritas-zuerich.ch](mailto:lernlokal@caritas-zuerich.ch)

Öffnungszeiten: Fr 09.00 – 11.00 Uhr

- Für Menschen aus dem Kanton Zürich, die von Armut betroffen sind
- Computerarbeitsplätze sind vorhanden
- Fragen zum Handy, Laptop oder Computer
- Mögliche Themen: Scannen und Verschicken von Dokumenten, herunterladen von Apps, ausfüllen von Online-Formularen, nutzen von «Mein Konto» und anderen Online-Portalen, suchen nach Informationen im Internet
- Eigener Laptop oder eigenes Handy kann mitgebracht werden
- Keine Anmeldung notwendig
- Kein technischer Support und kein Schreibdienst

Kosten: Kostenlos

<https://caritas-regio.ch/angebote/kurse-bildung/digitale-unterstuetzung#c-offer-location>

---

## **Lernstube Altstetten** – Caritas Zürich, Stellwerk 500

Hohlstrasse 500, 8048 Zürich, 044 366 68 52, [lernstube@caritas-zuerich.ch](mailto:lernstube@caritas-zuerich.ch)

- Vielseitiges Lernangebote: Schreibdienst, Bewerbungsunterstützung, Computer und Handy, Lesen und Schreiben, Beratungen
- Computer vorhanden in der Lernstube
- Zielgruppe: Hauptsächlich Personen zwischen 18 – 65 Jahren

### Lerntreff Lesen & Schreiben:

Do: 14.00 – 17.00 Uhr => Kinderbetreuung vorhanden

Fr: 14.00 – 17.00 Uhr => Kinderbetreuung vorhanden

### Lerntreff Computer & Handy:

Di: 17.00 – 20.00 Uhr

Fr: 14.00 – 17.00 Uhr => Kinderbetreuung vorhanden

### Schreibdienst:

Di: 17.00 – 20.00 Uhr => mit Anmeldung

Fr: 09.00 – 12.00 Uhr

### Bewerbungsunterstützung:

Do: 14.00 – 17.00 Uhr => Kinderbetreuung vorhanden, Voranmeldung notwendig

### Beratung zum Angebot:

Di: 17.00 – 20.00 Uhr

Do: 14.00 – 17.00 Uhr

Fr: 14.00 – 17.00 Uhr

### Kosten: Kostenlos

<https://lernstuben.ch/lernstuben-ueberblick/lernstube-altstetten>

Weitere Lernstuben & Lerntreffe im Kanton Zürich: Andelfingen, Bülach, Dielsdorf, Dietikon, Dübendorf, Embrach, Horgen, Illnau-Effretikon, Kloten, Oberglatt, Ossingen, Pfäffikon, Regensdorf, Rüti, Schwamendingen, Thalwil, Uster, Wallisellen, Wetzikon, Winterthur, Wädenswil, Zürich Affoltern, Zürich Oerlikon, Zürich Selnau

Zu finden unter: <https://lernstuben.ch/angebote#sman-module-list>

---

## **Nachbarschaftshilfe Zürich**

Standort Kreis 4: Bullingerstrasse 9, 8004 Zürich, 043 243 95 16, [kreis4@nachbarschaftshilfe.ch](mailto:kreis4@nachbarschaftshilfe.ch)

Öffnungszeiten: Do 16.30 – 18.00 Uhr, Fr 09.00 – 12.00 Uhr

- Für Menschen, die in der Stadt Zürich wohnen
- Es wird jeweils die Nachbarschaftshilfe in der entsprechenden Region angefragt
- Nachbarschaftshilfe ausserhalb der Stadt Zürich: <https://www.nachbarschaftshilfe.ch/hilfe-finden/standorte-ausserhalb-zuerich>
- Die freiwilligen Mitarbeitenden dürfen jeweils für 2 Stunden pro Woche gebucht werden
- Die Anmeldung erfolgt telefonisch jeweils bei der entsprechenden Nachbarschaftshilfe

### Angebote:

- Besuche
- Austausch und Gespräche
- Spaziergänge
- Einkaufen
- Freizeitaktivitäten
- Tiere hüten und füttern
- Kinderbetreuung
- Übersetzen
- Administrative Unterstützung
- Leichte Gartenarbeit

Kosten: Kostenlos. Die Spesen der freiwilligen Mitarbeitenden müssen jedoch übernommen werden.  
<https://www.nachbarschaftshilfe.ch/>

---

## **Rat und Tat 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-Di 08.00 – 12.00 Uhr, 13.00 – 16.30 Uhr, Mi 08.00 – 12.00 Uhr, Do-Fr 08.00 – 12.00 Uhr, 13.00 – 16.30 Uhr

- Für Menschen in sozialer und seelischer Not
- Sozialberatung, psychosoziale Beratung und Seelsorge
- Computernutzung vor Ort möglich
- Begleitung zu Ämtern, Behörden und weiteren Institutionen
- Triage und Weiterleitung an zuständige Fachstellen
- Ein Ort der Gemeinschaft
- Weitere Angebote: Kleiderladen, Lebensmittelabgabe, Waschen

Kosten: Kostenlos

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

---

**Schreibdienst** – Familienzentrum Uster

Zentralstrasse 32, 8610 Uster, 079 701 39 99, [info@schreibdienst-uster.ch](mailto:info@schreibdienst-uster.ch)

Öffnungszeiten: Mi 10.00 – 12.00 Uhr, 17.00 – 20.00 Uhr

- Unterstützung beim Verstehen und Schreiben von Briefen, beim Ausfüllen von Formularen und Online-Anmeldungen und bei weiteren administrativen Herausforderungen
- Beratung bei der Wohnungssuche
- Keine Anmeldung notwendig

Kosten: Kostenlos

<https://familienzentrum-uster.ch/angebote/schreibdienst-uster/>

---

**Schreibdienst** - Stadt Zürich

Sihlramtstrasse 6, 8001 Zürich, 044 412 84 47

Öffnungszeiten Mo: 10.00 – 12.00 Uhr, 13.00 – 17.30 Uhr

Öffnungszeiten Di: 10.00 – 12.00 Uhr, 15.00 – 19.30 Uhr

Öffnungszeiten Mi: 09.00 – 12.00 Uhr

Öffnungszeiten Do: 10.00 – 12.00 Uhr, 15.00 – 19.30 Uhr

Öffnungszeiten Fr: 09.00 – 12.00 Uhr

- Für Menschen, die in der Stadt Zürich wohnen
- Unterstützung beim Schreiben von Bewerbungen, beim Lesen und Schreiben von Briefen, beim Ausfüllen von Formularen und dem Verstehen von amtlichen und anderen Dokumenten
- Computerstationen vor Ort können maximal 1 Stunde pro Tag genutzt werden
- Bei geringen Deutschkenntnissen sollte eine Übersetzungsperson mitgebracht werden
- Keine Unterstützung bei: Übersetzungen, Antrag auf Sozialhilfe, Pflichtinformationen für Stellensuchende (RAV), Hausaufgaben oder juristische Anfragen, Einsprachen gegen die Sozialen Dienste Zürich
- Unterstützung erfolgt von Freiwilligen
- Terminvereinbarung notwendig

Lern-Begleitung:

- Computer und Smartphone bedienen
- Stellen und/oder Wohnungen suchen
- Onlineformulare ausfüllen
- Unterlagen speichern und hochladen
- E-Mails mit Anhängen senden
- Passwörter verwalten
- Voraussetzungen: Deutsch A2, Lernbereitschaft
- Terminvereinbarung notwendig

Kosten: Kostenlos

<https://www.stadt-zuerich.ch/de/lebenslagen/unterstuetzung-und-beratung/persoенliche-beratung/schreibdienst.html>

---

**Schreibdienst Adliswil** - Stadt Adliswil

Reilstenstrasse 2, 8134 Adliswil, 044 711 78 12

Öffnungszeiten: Mo 18.00 – 19.00 Uhr

- Formulieren und Schreiben von Briefen aller Art
- Verstehen und Ausfüllen von Formularen
- Selbständiges Arbeiten an einem Computer möglich
- Kein Bearbeiten von Steuerformularen
- Keine Anmeldung notwendig

Kosten: Für Menschen, die in Adliswil wohnen ist dieses Angebot kostenlos.

<https://www.adliswil.ch/dienstleistungen/34387>

---

**Schreibdienst Dietikon** - Stadt Dietikon

Bremgartnerstrasse 22, 8953 Dietikon, 079 220 61 46, [rumeroni@swissonline.ch](mailto:rumeroni@swissonline.ch)

Öffnungszeiten: Mo 17.00 – 19.00 Uhr

- Unterstützung beim Schreiben und Verstehen eines Briefes
- Unterstützung beim Schreiben einer Stellenbewerbung
- Unterstützung beim Ausfüllen eines Formulars
- Kein Bearbeiten von Steuererklärungen, Anmeldungen beim RAV, Anträge für Sozialhilfe und Arbeitslosenunterstützung, Gesuche für Ergänzungsleistungen
- Keine Anmeldung notwendig

Kosten: Kostenlos

<https://www.dietikon.ch/dienstleistungen/29238>

---

**Schreibdienst Wädenswil** – Stadt Wädenswil

Seestrasse 157 A, 8820 Wädenswil, 044 789 74 60

Öffnungszeiten: Do 18.00 – 19.00 Uhr, Sa 10.00 – 11.00

- Unterstützung beim Lesen und Erklären von Briefen und Dokumenten, beim Schreiben einfacher Korrespondenz und beim Ausfüllen von Formularen und Verfassen von Bewerbungen
- Keine Anmeldung notwendig

Kosten: Für Menschen, die in Wädenswil wohnen, ist dieses Angebot kostenlos.

<https://www.waedenswil.ch/dienstleistungen/26210>

---

**Schreib-Coaching** - GZ Hirzenbach

Helen-Keller-Strasse 55, 8051 Zürich, 044 325 60 16, 077 426 99 70, [gz-hirzenbach@gz-zh.ch](mailto:gz-hirzenbach@gz-zh.ch)

Öffnungszeiten: Do 14.00 – 16.15 Uhr

- Unterstützung beim Schreiben von Bewerbungen, Briefen oder dem Ausfüllen von Formularen
- In den Schulferien wird das Schreib-Coaching nicht angeboten

Kosten: Kostenlos

<https://gz-zh.ch/gz-hirzenbach/angebote/schreibdienst/>

---

**Schreibstube Regensburg** - Stadt Regensburg

Schulstrasse 56, 8105 Regensburg, [ssr8105@gmail.com](mailto:ssr8105@gmail.com)

Öffnungszeiten: Di 17.30 – 19.30 Uhr

- Unterstützung beim Schreiben und Lesen der deutschen Sprache sowie beim Ausfüllen von Formularen und dem Schreiben von Bewerbungen
- Unterstützung beim Ausfüllen der Steuererklärung für Menschen, die von Armut betroffen sind
- Keine Anmeldung notwendig

Kosten: Kostenlos

Unterstützung bei Steuererklärung: 50 CHF

<https://www.schreibstube-regensburg.ch/>

---

**Social CoWorking** - Streetchurch

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

Öffnungszeiten Coworking: 08.30 – 12.00, 13.30 – 17.00 Uhr

Öffnungszeiten für Kennenlerngespräche und Kurzberatungen: 10.00 – 12.00, 14.00 – 17.00 Uhr

- Coworking mit punktueller Begleitung und Kurzberatung
- Für Jugendliche und junge Erwachsene mit psychosozialen Unterstützungsbedarf
- Laptops, Drucker, Internet sowie ein Getränkeangebot von der Bar dürfen von Besuchenden genutzt werden
- Selbständiges Arbeiten an persönlichen To-Do's
- Bei Bedarf ist Unterstützung von Fachpersonen vorhanden

Kosten: Nach einem Kennenlerngespräch ist das Angebot kostenlos nutzbar.

<https://streetchurch.ch/angebot/socialcoworking>

---

### **Treff54 mit Nähcafé - Netz4**

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

Öffnungszeiten Nähcafé: Mi 14.00 – 16.00 Uhr

Öffnungszeiten Treff54: Anschliessend bis 21.00 Uhr

- Ort der Begegnung und Gemeinschaft
- Austausch, Unterstützung und Kreativität stehen im Mittelpunkt
- Praktische Unterstützung vor Ort: Arbeitsplätze mit Laptops und bei Bedarf kann eine Beratung des Mitarbeitenden-Teams in Anspruch genommen werden

Kosten: Kostenlos

<https://netz4.ch/treff54-mit-naehcafe/>

---

### **Unterstützung in administrativen und finanziellen Angelegenheiten** - Pro Senectute Kanton Zürich

Forchstrasse 145, 8032 Zürich, 058 451 51 00, info@pszh.ch

- Angebote: Treuhanddienst, Rentenverwaltung, Steuererklärungsdienst, Büroassistent, Digital Coach
- Anmeldung über das Dienstleistungszentrum in der Nähe

Kosten Treuhanddienst & Rentenverwaltung: Einkommensabhängig. Für Menschen, die Zusatzleistungen beziehen übernehmen gewisse Gemeinden die Tarifkosten. Allfällige Finanzierungskosten werden abgeklärt.

Kosten Steuererklärungsdienst: Einkommensabhängig. Mindesttarif => 80 CHF, Maximaltarif => 600 CHF

Kosten Büroassistent: Einmalige Abklärung und Beratung: => 65 CHF, Regulärer Stundenansatz => 86 CHF

Kosten Digital Coach: 106 CHF

<https://pszh.ch/administration/>

---