

## Opferberatung, sexuelle Gewalt & häusliche Gewalt

---

### **Belästigt.ch – Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz**

info@belaestigt.ch

- Online-Beratung in verschiedenen Sprachen
- Tipps auf der Webseite für Betroffene und das Umfeld
- Links zu Anlaufstellen
- Für eine Online-Beratung kann wie Kontaktformular angefragt werden

Kosten: Kostenlos

<https://belaestigt.ch/>

---

### **Beratungsstelle Frauen-Nottelefon**

Technikumstrasse 38, 8401 Winterthur, 052 213 61 61, info@frauennottelefon.ch

Öffnungszeiten: Mo, Di, Do, Fr 10.00 – 17.00 Uhr, Mi 13.00 – 17.00 Uhr

Dringende Hilfe (24 Stunden erreichbar) der Opferhilfe Zürich: 044 455 21 42

In Notfällen bei sexueller und/oder häuslicher Gewalt für die Spurensicherung und Erstversorgung (ohne Polizei/Anzeige, 24 Stunden erreichbar) der aufsuchende Dienst Forensic Nurses: 0800 09 09 09

- Beratung und Unterstützung für Frauen, die körperliche, sexuelle oder psychische Gewalt erlitten haben
- Beratungen möglich vor Ort oder telefonisch
- Terminvereinbarung notwendig
- Auch Angehörige können dieses Beratungsangebot in Anspruch nehmen

Kosten: Kostenlos

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

---

### **Beratungsstelle für Frauen gegen Gewalt in Ehe und Partnerschaft (BIF)**

Quellenstrasse 31, 8005 Zürich, 044 278 99 99, info@bif.ch

Öffnungszeiten: Mo - Fr 09.00 - 11.00 Uhr, 14.00 - 16.00 Uhr, Di 08.30 - 11.00 Uhr, 16.00-18.00 Uhr

- Beratung per Telefon, Onlineberatung oder vor Ort mit Termin
- Für Frauen, welche körperliche, psychische oder sexuelle Gewalt in ihrer Ehe oder Partnerschaft erfahren haben
- Beratung und Unterstützung in folgenden Themen: Schutz und Sicherheit, rechtliche Möglichkeiten, Anzeigeberatung und Begleitung während des Strafprozesses, Trennung oder Scheidung, Unterstützung bei der Geltendmachung von finanzieller Hilfe, Vermittlung von Rechtsanwaltschaft, Therapie und weiteren Fachstellen, Probleme von mit betroffenen Kindern, Kontakt mit Behörden, Bewältigung der Gewalterfahrung
- Beratung vor Ort, telefonisch oder online
- Terminvereinbarung notwendig
- Auch Angehörige können dieses Beratungsangebot in Anspruch nehmen

Kosten: Kostenlos

<https://www.bif-frauenberatung.ch/>

---

## **Beratungsstelle Kokon**

Aemtlerstrasse 17, 8003 Zürich, 044 545 45 40 (24 Stunden erreichbar), [beratung@kokon-zh.ch](mailto:beratung@kokon-zh.ch)

- Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene
- Beratung bei Schwierigkeiten oder einer akuten Krise zuhause, mit Freund:innen, bei der Arbeit, in der Schule oder in der Freizeit
- Die Beratung ist vertraulich und kann auch anonym durchgeführt werden
- Die Beratung ist auch für Eltern und Bezugspersonen von Kindern, die Gewalt erlebt und miterlebt haben
- Wenn sich Jugendliche und junge Erwachsene selbst bei Kokon melden, wird das Umfeld nur auf ihren ausdrücklichen Wunsch hin miteinbezogen. Ohne ihre Einwilligung wird kein Kontakt mit den Eltern, anderen Stellen oder Drittpersonen aufgenommen.

Kosten: Kostenlos

<https://kokon-zh.ch/>

---

## **Castagna** - Beratungs- und Informationsstelle für in der Kindheit/Jugend sexuell ausgebeutete Menschen

Universitätstrasse 86, 8006 Zürich, 044 360 90 40, [mail@castagna-zh.ch](mailto:mail@castagna-zh.ch)

Öffnungszeiten: Mo, Di, Do 09.00 – 12.00 Uhr, 13.30 – 17.00 Uhr, Mi 13.30 – 19.00 Uhr, Fr 09.00 – 16.00 Uhr

- Beratung und Begleitung in folgenden Themen: Unterstützung im Umgang mit den Folgen der sexuellen Ausbeutung, Aufklärung über Rechte und Informationen zum Opferhilfegesetz, Krisenintervention, Begleitung im Strafverfahren, Vermittlung zu psychologischen, juristischen und medizinischen Fachpersonen
- Die Beratungen können vor Ort, telefonisch oder online erfolgen
- Auf Wunsch kann eine Beratung auch anonym erfolgen
- Terminvereinbarung notwendig
- Auch Angehörige können dieses Beratungsangebot in Anspruch nehmen

Kosten: Kostenlos

<https://castagna-zh.ch/>

---

**FIZ** - Fachstelle Frauenhandel und Frauenmigration

### **Opferschutzprogramm Menschenhandel**

Hohlstrasse 511, 8048 Zürich, 044 436 90 00, [contact@fiz-info.ch](mailto:contact@fiz-info.ch)

Telefonische Erreichbarkeit: Mo – Fr 09.00 – 12.00 Uhr, 13.30 – 17.00 Uhr

- Für Personen, die von Menschenhandel betroffen sind
- Angebot: Beratung und Information gemäss Opferhilfegesetz, Erschliessung finanzieller Hilfe gemäss Opferhilfegesetz, Krisenintervention und psychosoziale Beratung und Unterstützung bei Traumatisierung, sichere Unterkunft, Vermittlung und Zusammenarbeit mit Behörden und Fachpersonen, Beratung zum Ablauf eines Strafverfahrens und Verfahrensbegleitung als Vertrauensperson, rechtliche Beratung und Intervention zu Aufenthaltsrecht, Vermittlung zu Integrationsangeboten, Unterstützung bei der freiwilligen Rückkehr

Kosten: Kostengutsprache und Zuweisung durch eine Stelle notwendig.

<https://www.fiz-info.ch/de/FIZ-Angebot/Opferschutz-Menschenhandel>

### **Frauenmigration**

Hohlstrasse 511, 8048 Zürich, 044 436 90 00, [contact@fiz-info.ch](mailto:contact@fiz-info.ch)

- Für Frauen mit Migrationshintergrund, die von Gewalt und Ausbeutung betroffen sind
- Beratung in folgenden Themen: Aufenthaltsrecht, Arbeitsrecht, Ehe- und Scheidungsrecht, Opferhilferecht, rechtliche Rahmenbedingungen von Sexarbeit in der Schweiz
- Unterstützung: Bei der Suche nach tragfähigen Lösungen in schwierigen Situationen, bei der Durchsetzung von Interessen und Rechtsansprüchen, beim Kontakt mit Ämtern, Behörden usw.
- Beratung in verschiedenen Sprachen möglich

Kosten: Kostenlos

<https://www.fiz-info.ch/de/FIZ-Angebot/Beratung>

---

### **Frauenberatung sexuelle Gewalt**

Letzigraben 89, 8003 Zürich, 044 291 46 46, [info@frauenberatung.ch](mailto:info@frauenberatung.ch)

Telefonische Erreichbarkeit: Mo - Fr 09.00 – 12.00 Uhr, 13.00 – 16.00 Uhr, Mi 13.00 – 16.00 Uhr

- Für Personen, die eine Form von sexualisierter Gewalt und/oder häusliche Gewalt erlebt haben oder
- Beratung findet vor Ort statt
- Terminvereinbarung notwendig
- Auch Angehörige können dieses Beratungsangebot in Anspruch nehmen

Kosten: Kostenlos

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

---

## **Frauenhaus Violetta**

044 350 04 04 (24 Stunden erreichbar), kontakt@frauenhaus-zhv.ch

- Stationäres Kriseninterventionsangebot
- Für Frauen, die von häuslicher Gewalt betroffen sind mit und ohne Kinder und Jugendliche
- Angebot: Schutz und Unterkunft, umfassende psychosoziale und rechtliche Beratung
- Notunterkunft, Schutz und Sicherheit, psychosoziale Beratung, juristische Informationen und Vernetzung
- Weiteres Angebot: Nachbetreuung Vista Nova als teilbegleitete Anschlusslösung nach dem Aufenthalt im Frauenhaus

Kosten: Kostengutsprache durch kantonale Opferhilfe

<https://www.frauenhaus-zhv.ch/>

---

## **Frauenhaus Winterthur**

052 213 08 78, info@frauenhaus-winterthur.ch

- Geschützter Ort für Frauen und Kinder, die von Gewalt betroffen sind
- Rund um die Uhr werden gewaltbetroffene Frauen und ihre Kinder aufgenommen oder am Telefon beraten
- Wohnen in einer Wohngemeinschaft
- Jede Frau hat einen eigenen Hausschlüssel und kann sich frei bewegen

Kosten: Einkommensabhängig oder Kostengutsprache durch die Opferhilfestelle oder die Gemeinde notwendig

<https://www.frauenhaus-winterthur.ch/>

---

## **Hilfe in Krisen / bei Gewalt – Stadt Zürich**

- Online-Verzeichnis zu Anlaufstellen bei folgenden Themen: Häusliche Gewalt, Opferhilfe, sexuelle Gewalt, Zwangsheirat, Selbstverteidigung, Gewaltprävention, Menschenhandel oder Krisenintervention
- Im Notfall ist die Polizei zu kontaktieren

Kosten: Kostenlos

[https://www.stadt-zuerich.ch/de/lebenslagen/unterstuetzung-und-beratung/izs/wegweiser/beratung\\_und\\_hilfeimalltag/hilfe\\_in\\_krisen\\_beigewalt.html](https://www.stadt-zuerich.ch/de/lebenslagen/unterstuetzung-und-beratung/izs/wegweiser/beratung_und_hilfeimalltag/hilfe_in_krisen_beigewalt.html)

---

### **Kinderschutzgruppe** - Kinderspital Zürich

Lenggstrasse 30, 8008 Zürich, 044 266 76 46, kinderschutz.sekretariat@kispi.uzh.ch

Telefonische Erreichbarkeit: Mo – Fr 09.00 – 17.00 Uhr

Zentrale (24 Stunden erreichbar): 044 249 49 49

- Für Säuglinge, Kinder und Jugendliche, die Opfer einer Misshandlung wurden
- Angebot: Abklärung von Kindesmisshandlungen, Arbeitsweise und Intervention und Beratungsangebot

Kosten: Kostenlos

<https://www.kispi.uzh.ch/kinderspital/fachkompetenzen/angebot-fuer-patientinnen-und-patienten/kinderschutz>

---

### **Männer- und Väterhaus** – Verein ZwüscheHalt

056 552 08 70, zuerich@zwueschehalt.ch

- Für Männer ab dem 18. Lebensjahr, die in der Lage sind eigenständig einen Haushalt zu führen
- Unterbringung erfolgt in einer Wohngemeinschaft in einem Einzel- oder Doppelzimmer
- Kinder sind als Besucher am Wochenende im Rahmen des Besuchsrechts willkommen
- Weiteres Angebot: Soziale Fachberatung und Vernetzung, psychosoziale Beratung, themenbezogene Bildung
- Das Beratungsangebot steht auch Männern zur Verfügung, die sich nicht im Männerhaus aufhalten

Kosten: Finanzierungsmöglichkeiten werden nach Möglichkeit abgeklärt.

<https://www.zwueschehalt.ch/zuerich/>

---

### **Nothilfe Zwangsheirat Schweiz**- Verein Sabatina

8570 Weinfelden, 044 500 22 33, hilfe@sabatina-schweiz.ch

- Beratung und Coaching für Betroffene von Zwangsheirat, Liebesverbot, Zwangsehe oder anderen Formen von Ehrgehalt durch die Familie oder Glaubensgemeinschaft
- Beratung in Krisensituationen, Schutzunterkunft in akuten Notsituationen, Begleitung bei rechtlichen Fragen oder Behördengängen
- Beratung in verschiedenen Sprachen möglich

Kosten: Kostenlos

<https://www.sabatina-schweiz.ch/nothilfe-zwangsheirat-schweiz/>

---

**Okey Opferberatung und Kinderschutz**– Stiftung für das Kind in Not  
General-Guisan-Strasse 47, 8400 Winterthur, 052 245 04 04, WhatsApp 078 343 33 25,  
fachstelle.okay@hin.ch  
Öffnungszeiten: Mo – Fr 09.00 – 12.00 Uhr, 13.00 – 17.00 Uhr

- Für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene, die Schwierigkeiten haben, nicht mehr weiter wissen und/oder körperliche, psychische, sexuelle Gewalt erlebt haben
- Auf Wunsch kann eine Beratung auch anonym erfolgen
- Auch Angehörige können dieses Beratungsangebot in Anspruch nehmen
- Ohne Einwilligung werden die Eltern nicht informiert
- Weitere Angebote: Krisenintervention, Familienwohnen

Kosten: Kostenlos  
<https://okeywinterthur.cmsbox.ch/beratung>

---

**Opferberatung** – Nationales Kompetenzzentrum Alter ohne Gewalt  
Kirchstrasse 24, 3097 Liebefeld bei Bern, 0848 00 13 13, [info@alterohnegewalt.ch](mailto:info@alterohnegewalt.ch)

- Für Personen die von Misshandlung, Gewalt oder Diskriminierung im Alter betroffen sind
- Vertrauliche und auf Wunsch auf anonyme Beratung und Unterstützung in drei Sprachen (Französisch, Italienisch, Deutsch)

Kosten Anrufe: Normaltarif  
Kosten Beratung: Kostenlos  
<https://alterohnegewalt.ch/>

---

## **Opferberatung Zürich**

Gartenhofstrasse 17, 8004 Zürich, 044 299 40 50, [opferberatung@obzh.ch](mailto:opferberatung@obzh.ch)

Telefonische Erreichbarkeit: Mo - Fr 09.00 – 12.00 Uhr, 13.30 – 17.00 Uhr

Erreichbarkeit Online-Chat: Mo – Fr 08.00 – 18.00 Uhr

Telefonnummer (24 Stunden erreichbar): 044 455 21 42

- Für Menschen, die Opfer wurden von Gewalt, häuslicher Gewalt, sexueller Gewalt, im Strassenverkehr, von fürsorgerischen Zwangsmassnahmen bis 1981
- Beratung vor Ort, Einzelchatberatung, Onlineberatung auf Webseite (24 Stunden erreichbar)
- Anonyme Beratung ist möglich
- Terminvereinbarung notwendig
- Unentgeltliche Rechtsberatung, wenn die Anspruchsvoraussetzungen stimmen

### Themen:

- Auskunft über Opferhilfegesetz, Opferhilfe, Strafverfahren
- Bewältigung von Gewalterfahrungen und Unfallfolgen
- Bewältigung der psychischen, beruflichen, familiären und persönlichen Folgen der Straftat
- Polizeiliche und gerichtliche Einvernahmen und Gerichtsverhandlungen
- Geltendmachung von rechtlichen und finanziellen Ansprüchen
- Planung weiterer Schritte

Kosten: Kostenlos

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

---

## **Opferbetreuung durch Forensic Nurses** – Gesundheitsdirektion – Amt für Gesundheit - Kanton Zürich

Stampfenbachstrasse 30, 8090 Zürich, 0800 090 909

- Nach dem Erleben von sexueller oder häuslicher Gewalt
- Spuren können von einer Forensic Nurse gesichert werden, bei Bedarf wird medizinische Hilfe erhalten und bei einer möglichen Kontaktaufnahme mit einer Opferberatungsstelle oder einer Schutzunterkunft unterstützt
- Es muss keine Anzeige gemacht werden, um diese Leistungen in Anspruch nehmen zu können
- Die Betreuung und Spurensicherung erfolgen jeweils auf der Notfallstation des nächsten Spitals
- Die Polizei ist bei der Spurensicherung nicht dabei und wird auch nicht kontaktiert

Kosten: Kostenlos

<https://www.zh.ch/de/gesundheit/strategien-programme/forensic-nurses.html#20025406>

---

## **Schlupfhuus Zürich**

Schönbühlstrasse 8, 8032 Zürich, 043 268 22 66 (24 Stunden erreichbar), [info@schlupfhuus.ch](mailto:info@schlupfhuus.ch), [beratung@schlupfhuus.ch](mailto:beratung@schlupfhuus.ch)

- Kriseninterventionsangebot
- Für Jugendliche in Not, die nicht mehr nachhause gehen können und/oder nicht mehr weiterwissen
- Gemeinsam nach Lösungsvorschlägen suchen, um die Situation zu verbessern
- Übergangsweise kann im Schlupfhuus gewohnt werden
- Ziel ist es innerhalb von höchstens drei Monaten eine geeignete Anschlusslösung zu finden

Kosten: Der Elternbeitrag kostet 25 CHF pro Tag  
<https://schlupfhuus.ch/>

---