



Diese Übersicht ist unvollständig und trotzdem riesig, soll aber dazu dienen Informationen und Anlaufstellen zu finden während der Corona-Krise und ist deshalb in verschiedene Themenbereiche aufgliedert.

Bitte beachten, dass viele Links und Informationen auf den Websites der Betreiber zur Corona-Zeit laufend aktualisiert oder verändert werden.

Thema- Schwerpunkt	Inhalt- Information	Zuständige Stelle Öffnungszeiten	Links
Arbeit- Homeoffice – Erwerbsausfall – Selbstständigkeit – Arbeitslosengeld			
Gesundheits- schutz am Arbeitsplatz	Merkblatt	Staatssekretariat für Wirtschaft SECO Siehe auch auf der Website vom AWA Amt für Wirtschaft und Arbeit	https://bit.ly/3aPtNEZ
Stellensuchende Kurzarbeit	ALK – Arbeitslosenkasse KT. ZH geschlossen	ALK Callcenter erreichbar: 043 258 10 00 Bürozeiten	https://bit.ly/2V8w47I https://bit.ly/2UP9n9p
Regionale Arbeitsvermittlung RAV	Anmeldung und Beratung auf dem RAV	RAV – Stellen sind vorläufig geschlossen: Anmeldung und Beratung telefonisch	https://bit.ly/33ZYGne
Schutz der Arbeitnehmer «Baustellen»	Merkblatt für Arbeitgeber	Hotline (8.00 – 17.00 Uhr) für Fragen zum Schutz der Arbeitnehmenden auf dem Bau 041 419 60 00 - Sprachen DE/IT FR	https://bit.ly/2vZTvar



femmesTISCHE
männerTISCHE

Wir sprechen über Familie,
Gesundheit und Integration

**CORONA - KRISE
ANGEBOTSÜBERSICHT
FÜR MODERATORINNEN /MODERATOREN**

AUCH IN VERSCHIEDENEN SPRACHEN

Selbstständigkeit Selbständig erwerbende	Entschädigung bei Erwerbsausfall	Anmeldung und Beratung telefonisch:	https://www.ahv-iv.ch/de/corona
Erwerbsausfall (Lohnausfall) Für Erwerbstätige	Wegen Quarantänemassnahme	Anmeldungen und Informationen zu allen wichtigen Fragen siehe- Kolonne «Weblinks»	https://bit.ly/2V8YONv https://bit.ly/34iR5Ao
	Freischaffende Künstlerinnen und Künstler	Informationen zu allen wichtigen Fragen	https://bit.ly/34kVNxC
Erwerbsausfall- Entschädigung Corona	Anmeldung Online für - Arbeitgeber - Angestellte Selbständig erwerbende	Muss bei der zuständigen Ausgleichskasse eingereicht werden	Kanton Zürich SVA: https://bit.ly/39R0lrs
SAH Arbeit und Integration	Schweizerisches Arbeiterhilfswerk	Bildungsangebote Beratung und Coaching Arbeitsvermittlung, Arbeitsintegration	https://www.sah-zh.ch/angebote.html
Gewerkschaften	Unia Vpod Syna	Informationen, Beratung, Kontakt	https://www.unia.ch/de/arbeitswelt/von-a-z/coronavirus https://vpod.ch/ueber-uns/vernetzung/ https://syna.ch/coronavirus



femmesTISCHE
männerTISCHE

Wir sprechen über Familie,
Gesundheit und Integration

CORONA - KRISE
ANGEBOTSÜBERSICHT
FÜR MODERATORINNEN /MODERATOREN

AUCH IN VERSCHIEDENEN SPRACHEN

Erwerbstätige und Risikogruppe	Diabetiker, Asthmatiker, Herz-Kreislauf, Patienten Krebskranke Immunschwäche Menschen 60+	Bitte mit dem Arzt sprechen Vorsichtig sein Sich von der Arbeit/der Lehre abmelden Zu Hause bleiben. Bitte.	https://bit.ly/34iRAug
Care-Info Care-Migrantin im Privathaushalt	Als Care-Migrantin arbeiten Eine Care-Migration anstellen	Rechtliche Informationen Auskunft und Beratung (verschiedene Kantone)	https://careinfo.ch/de/auskunft-beratung/fur-care-migrantinnen/
Spielgruppe – Kita – Volksschule – Heime – Lehrlinge			
Kita Spielgruppen Volksschule Heime Lehrlinge Lehrstelle	Informationen für Schulen, Kitas, Heime Beratung, Begleitung Begleitung, Beratung	Bildungsdirektion Kanton Zürich Mittelschul- und Berufsbildungsamt Hotline: 0800 044 117 (täglich von 7.00-23 Uhr) Bei Krisen, Lehrabbrüchen etc. KT. Zürich	https://bit.ly/2RIfD6S https://kabel-berufslehre.ch/angebote/index.html



femmesTISCHE
männerTISCHE

Wir sprechen über Familie,
Gesundheit und Integration

**CORONA - KRISE
ANGEBOTSÜBERSICHT
FÜR MODERATORINNEN /MODERATOREN**

AUCH IN VERSCHIEDENEN SPRACHEN

Eltern in Not - Beratung für Familien mit Kindern - Eltern-Push-APP			
Elternnotruf	24 h Hilfe und Beratung für Familien	Telefon: 0848 35 45 55	24h@elternnotruf.ch
APP für informierte Eltern	Informationen, News Lokale/nationale Links SOS-Notfall-Tipps uvm.	Kostenlose APP für Eltern in vielen Sprachen Angepasst an den Entwicklungsphasen der Kinder Mehrwert für Kantone, Gemeinden, Fachpersonen	https://www.parentu.ch/
Beratungen für Familien mit Kindern von 0-18 Jahren	Beratungen für Eltern bei Fragen zu Erziehung, Familienalltag, Notlagen und familiäre Konflikte	Kanton Zürich: Amt für Jugend und Berufsberatung AJB Mütterberatung / Väterberatung - kostenlos	Standort Kanton Zürich finden: https://bit.ly/2UOkVtn https://bit.ly/3aW7a1K
Familien Familienalltag	Informationen Anleitung Unterstützung Beratung	Zeppelin Familien startklar PAT- Mit Eltern lernen bei der frühen Förderung und Erziehung	https://zeppelin-familien.ch
Zentralstelle für Ehe- und Familien-Beratung	Paarberatung Rechtsberatung Trennungswunsch Trennungsangst	Beratung in den Sprachen: Deutsch, Französisch, Englisch, Spanisch (allerdings werden nur Grundkenntnisse angegeben auf der Website)	https://www.zefzh.ch/paarberatung/



femmesTISCHE
männerTISCHE

Wir sprechen über Familie,
Gesundheit und Integration

CORONA - KRISE
ANGEBOTSÜBERSICHT
FÜR MODERATORINNEN /MODERATOREN

AUCH IN VERSCHIEDENEN SPRACHEN

1Eltern -Familien Alleinerziehend	Webcommunity von Alleinerziehenden für Alleinerziehende Für die Schweiz, werbefrei und Nonprofit	Webcommunity – Austausch unter 1Eltern Informationen Recht Politik und mehr	http://www.1eltern.ch
Psychosozialer Dienst PSD für Familien - Migrations- oder Integrations- Bereich	Beratung Begleitung Vermittlung bei psychosozialen Problemen	Beratungsgespräche in den Sprachen: Arabisch, Englisch, Französisch, Türkisch Bei Bedarf mit interkulturellen Übersetzer/-innen	https://bit.ly/3e4mLhC
Personen aus dem Kanton Zürich	SOS-Beratung	Anlaufstelle – rasch und einfach, kostenlos Unabhängig von Herkunft und Aufenthaltsstatus Beratung Gemeinsame Lösungssuche Vermittlung von weiteren Stellen Sprachen Deutsch, Französisch, Englisch, Spanisch	https://bit.ly/2yBZgvU
Schuldenberatung	Sozial- und Schulden- Beratung Kanton Zürich	Wenig Geld Armut Schulden Kostenlose, professionelle Beratung	https://bit.ly/3aW8P7a



femmesTISCHE
männerTISCHE

Wir sprechen über Familie,
Gesundheit und Integration

CORONA - KRISE
ANGEBOTSÜBERSICHT
FÜR MODERATORINNEN /MODERATOREN

AUCH IN VERSCHIEDENEN SPRACHEN

Rechtsberatung	Freiplatzaktion	Professionelle, niederschwellige Rechtsberatungsstelle Kostenlos – aber vorwiegend für mittellose Menschen - Hören zu - Information - Beratung und Begleitung durch die Phasen von asyl- und migrationsrechtlichen Verfahren Eingabe von Gesuchen und Beschwerden Übernahme juristischer Vertretungen	http://www.freiplatzaktion.ch/rechtsberatung
Frauen – Gewaltbetroffene Frauen – Häusliche Gewalt – Männer- Mit Druck und Stress umgehen Wenn die Wohnung zu eng wird und die Konflikte grösser werden			
Frauen	Frauenberatung	Frauen (ab 14 Jahren), welche sexuelle Gewalt erlebt haben - Krisenberatung - Juristische Beratung - psychologische Beratung	www.frauenberatung.ch



femmesTISCHE
männerTISCHE

Wir sprechen über Familie,
Gesundheit und Integration

CORONA - KRISE
ANGEBOTSÜBERSICHT
FÜR MODERATORINNEN /MODERATOREN

AUCH IN VERSCHIEDENEN SPRACHEN

Frauen	Migrantinnen	Kostenlose, vertrauliche Unterstützung - sexuelle Gewalt - Ausbeutung - Gewalt Hilfe zur Lösungssuche, Auswege suchen aus schwierigen Situationen Auch mit interkulturellen Übersetzer/-innen	https://www.fiz-info.ch/de/FIZ-Angebot/Beratung
Frauen	Frauenberatung	Gewalt in der Ehe, Partnerschaft, Liebesbeziehung – Mitbetroffene Kinder Psychische oder sexuelle Gewalt Psychologische oder rechtliche Hilfe Kostenlos, professionell, vertraulich Beratung auch für befreundete und angehörige Personen, sowie Fachpersonen	https://www.bif-frauenberatung.ch/
Frauen Männer	Beratungsstelle für Migrantinnen & Migranten	Stadt Zürich Verschiedene Sprachen Telefonische Beratung: 044-412 84 00	https://www.stadt-zuerich.ch/infodona



femmesTISCHE
männerTISCHE

Wir sprechen über Familie,
Gesundheit und Integration

CORONA - KRISE
ANGEBOTSÜBERSICHT
FÜR MODERATORINNEN /MODERATOREN

AUCH IN VERSCHIEDENEN SPRACHEN

Schutz vor Häuslicher Gewalt	Hilfsangebote Notfall Übersicht Adressen	Medienmitteilung des Eidgen. Departement des Innern EDI - Gewährleistung des Schutzes vor häuslicher Gewalt auch in Corona Zeiten	https://bit.ly/39VbBs2
Männer	Mit Druck und Stress umgehen	Merkblatt in vielen Sprachen	Deutsch: https://bit.ly/2UKUNhW Französisch: https://bit.ly/2JnbkTY Italienisch: https://bit.ly/2WTM93j Englisch: https://bit.ly/2Jq00q7 Spanisch: https://bit.ly/3bOswOD Portugiesisch: https://bit.ly/39uckjJ Türkisch: https://bit.ly/33VjRqA Albanisch: https://bit.ly/2WR1YrH Kurdisch: https://bit.ly/3bB2TQV Serbo Kroatisch: https://bit.ly/3awV7Yb
Opferberatung	Häusliche Gewalt Sexuelle Gewalt	Information und Beratung Mehrere Sprachen	www.obzh.ch
Migraweb	Web für Migrantinnen und Migranten	Onlineberatung in verschiedenen Sprachen	www.migraweb.ch (langsamer Seitenaufbau, ev. selbst eingeben in Suchmaske)



femmesTISCHE
männerTISCHE

Wir sprechen über Familie,
Gesundheit und Integration

CORONA - KRISE
ANGEBOTSÜBERSICHT
FÜR MODERATORINNEN /MODERATOREN

AUCH IN VERSCHIEDENEN SPRACHEN

Sans Papier – Menschen ohne geregelten Aufenthaltsstatus			
Sans Papier	Fragen zur Aufenthaltsbewilligung:	Informationen und Beratung Ohne Angst mit jemanden darüber sprechen	www.sans-papier.ch
Sans Papier	Medizinische Anlaufstelle für Sans Papier	Medizinische Anlaufstelle für Menschen ohne Aufenthaltsbewilligung, die keine Krankenkasse haben Wichtige Informationen zum Coronavirus Anrufen nicht vorbeigehen unter 044 360 28 72 Täglich von 9-12 Uhr und 13.30 – 17 Uhr	https://bit.ly/2RitNpi
Sans Papier	SPAZ Anlaufstelle für Migrant/-innen	Beratung für Menschen ohne geregelten Aufenthaltsstatus und ihre prekäre Lebenssituation	https://www.caritas-zuerich.ch/hilfe-finden/sozialberatung-und-schuldenberatung



femmesTISCHE
männerTISCHE

Wir sprechen über Familie,
Gesundheit und Integration

CORONA - KRISE
ANGEBOTSÜBERSICHT
FÜR MODERATORINNEN /MODERATOREN

AUCH IN VERSCHIEDENEN SPRACHEN

Kinder – Jugendliche – Junge Erwachsene			
Kinder Jugendliche	Telefonische Unterstützung Beratung Auch zu Fragen/Sorgen Corona-Virus Suizidprävention	Pro Juventute Tel 147 24 Stunden erreichbar Online – Per Chat oder Email – Telefon- SMS	www.147.ch
Kinder Jugendliche Junge Erwachsene	Beratungsstelle	- Schwierigkeiten zu Hause, mit Freund/-innen, Kolleg/-innen, bei der Arbeit, in der Schule, in der Freizeit - In einer akuten Krise - wenn man jemandem zum Reden braucht	http://kokon-zh.ch/
Corona für Kinder erklärt	Bleib-drin-Monster	Bilderbuch Ausmalbilder Infos	https://www.drin-bleib-monster.de/
Mädchen	Mädchenhaus	Sicher Ort für Mädchen, wenn sie - geschlagen, beschimpft oder gedemütigt werden - sexuelle Gewalt erfahren - Verboten ausgesetzt sind Kolleg/-innen zu sehen - Handy kontrolliert wird	https://www.maedchenhaus.ch/



femmesTISCHE
männerTISCHE

Wir sprechen über Familie,
Gesundheit und Integration

CORONA - KRISE
ANGEBOTSÜBERSICHT
FÜR MODERATORINNEN /MODERATOREN

AUCH IN VERSCHIEDENEN SPRACHEN

		- Drohungen erfahren, dass ihnen etwas angetan wird oder zurück geschickt werden ins Heimatland Tel. 044 341 49 45 oder 079 478 46 79.	
Jugendliche	Schlupfhuus Zürich Zufluchtsort Beratung Emailberatung	Opfer von psychischer, physischer, sexueller Gewalt Keine andere Möglichkeit von zu Hause weg zu gehen 24 Stunden erreichbar 043 268 22 66 oder direkt vorbei gehen	http://www.schlupfhuus.ch/html/index.php?id=21
Gesundheit – Verhaltensregeln während der Corona Krise			
Verhaltensregeln	Erklär- Filme	In vielen Sprachen https://diaspora-tv.ch/ Oder auch auf Facebook:	Englisch: https://diaspora-tv.ch/english.html Französisch: https://diaspora-tv.ch/french.html Albanisch: https://diaspora-tv.ch/albanian.html Spanisch: https://diaspora-tv.ch/spanish.html Tigrinja: https://diaspora-tv.ch/tigrinya.html Persisch: https://diaspora-tv.ch/persian.html Arabisch: https://diaspora-tv.ch/arabic.html https://bit.ly/3c5dfJ1



femmesTISCHE
männerTISCHE

Wir sprechen über Familie,
Gesundheit und Integration

**CORONA - KRISE
ANGEBOTSÜBERSICHT
FÜR MODERATORINNEN /MODERATOREN**

AUCH IN VERSCHIEDENEN SPRACHEN

Verhaltensregeln	Flyer11 Sprachen vom Bundesamt für Gesundheit	https://bit.ly/2UuJX0P	<p><u>Albanisch:</u> https://bit.ly/2V97gfH</p> <p><u>Arabisch:</u> https://bit.ly/2USraMY</p> <p><u>Mandarin:</u> https://bit.ly/2UQavJO</p> <p><u>Portugiesisch:</u> https://bit.ly/2XiHV5B</p> <p><u>Bosnisch:</u> https://bit.ly/2JN7xzz</p> <p><u>Spanisch:</u> https://bit.ly/39S2R5Z</p> <p><u>Türkisch:</u> https://bit.ly/2UQXgsi</p> <p><u>Tamilisch:</u> https://bit.ly/2VfBWM8</p> <p><u>Farsi:</u> https://bit.ly/2wnRDsp</p> <p><u>Kumandschi:</u> https://bit.ly/3aWakSQ</p> <p><u>Somali:</u> https://bit.ly/3c5eWGn</p> <p><u>Tigrinya:</u> https://bit.ly/2VcPF6A</p>
------------------	---	---	---



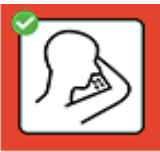




femmesTISCHE
männerTISCHE

Wir sprechen über Familie,
Gesundheit und Integration

CORONA - KRISE
ANGEBOTSÜBERSICHT
FÜR MODERATORINNEN /MODERATOREN

AUCH IN VERSCHIEDENEN SPRACHEN

Verhaltensregeln Videos zu den verschiedenen Verhaltensregeln	Hände waschen		https://bit.ly/3aO2LxD
	Keine Hände schütteln		
	In Taschentuch oder Armbeuge niesen		https://bit.ly/2USIWzO
	Bei Husten oder Fieber zu Hause bleiben – Den Arzt anrufen	 	Leichte Sprache: https://bit.ly/2Xfh4aF https://bit.ly/2wrp51a
Was nützen diese Massnahmen	Erklärungen visualisiert	Bundesamt für Gesundheit	Was nützen die Massnahmen: https://bit.ly/34i4qZZ
Die Lage ist ernst	Erklärungen visualisiert	Bundesamt für Gesundheit	Die Lage ist Ernst: https://bit.ly/2RkT7ux



femmesTISCHE
männerTISCHE

Wir sprechen über Familie,
Gesundheit und Integration

CORONA - KRISE
ANGEBOTSÜBERSICHT
FÜR MODERATORINNEN /MODERATOREN

AUCH IN VERSCHIEDENEN SPRACHEN

Psychische Gesundheit - (Psychische Störungen) – Suizidprävention			
Mental Health	Website in Englisch	8 Tipps zur Erhaltung der psychischen Gesundheit	https://www.mhe-sme.org/covid-19/
Psychische Gesundheit	Flyer in Deutsch	8 Tipps	https://bit.ly/2WQka4G
ES	Website Spanisch		https://bit.ly/3e5bSMe https://bit.ly/2x1Jk61 http://www.salutmental.org/2020/03/12/parlem-ne-escoltem-nos-cuidem-nos-gestio-emocional-en-moments-dificils/
IT	Website Italienisch		https://www.tagesonlus.org/tages-mind/coronavirus/ https://www.ilpost.it/2020/03/16/consigli-psicologici-coronavirus/
Plattform	Forum für Austausch Beratung/ Notfall	Wenn soziale Kontakte eingeschränkt sind – mit jemandem reden oder chatten Tagestipps, inPosts rund um psychische Gesundheit	https://inclusiv.ch (Beratung, Notfall) https://bit.ly/34l0jfs https://www.promentesana.ch/de/startseite.html



femmesTISCHE
männerTISCHE

Wir sprechen über Familie,
Gesundheit und Integration

CORONA - KRISE
ANGEBOTSÜBERSICHT
FÜR MODERATORINNEN /MODERATOREN

AUCH IN VERSCHIEDENEN SPRACHEN

Suizid-Prävention	Beratung-Notfall – Krise - Informationen - Besorgt um Jemanden – Jemanden verloren durch Suizid	Notfall Telefon: 143	Kanton Zürich https://bit.ly/2Vfu4dy
Suizid Prävention Jugendliche	Notfall Krise Unterstützung Beratung Informationen	Telefon 147 – Pro Juventute Kostenlos – vertraulich -	https://bit.ly/3aSruB5
Migrationsbedingte Psychische Störungen	und transkulturelle Psychiatrie	Sprechstunde für Menschen mit psychischen Erkrankungen durch eine Migration, erzwungene Migration - traumatische Erfahrungen - Verfolgung - Verluste im Herkunftsland - posttraumatische Faktoren - familiäre Entwurzelung uvm.	http://www.psychiatrie.usz.ch/fachwissen/Seiten/migration.aspx
Nachbarschafts-Hilfe – Einkaufen für Risikogruppen			



femmesTISCHE
männerTISCHE

Wir sprechen über Familie,
Gesundheit und Integration

CORONA - KRISE
ANGEBOTSÜBERSICHT
FÜR MODERATORINNEN /MODERATOREN

AUCH IN VERSCHIEDENEN SPRACHEN

Nachbarschafts-Hilfe	Empfehlungen und Informationen		https://www.nachbarschaftshilfe.ch/ Five-Up
Helfende Hände	APP-Download	Bringt helfende Hände zur richtigen Zeit an den richtigen Ort	www.fiveup.ch
Bildungs-Möglichkeiten und Programme für Kinder			
Kindergerechte Sendungen	Kika:	@gemeinsamzuhaus: Mix aus kindergerechten Sendungen und Informationen, Wissensmagazin	https://www.kika.de/gemeinsam-zuhause/index.html
Corona-Bildungsprogramm SRF	MySchool	„SRF mySchool“ ein Corona Bildungsprogramm: online zugänglich, mit Videos und Materialien für die Primarstufe und Sek I und Sek II, tägliche eine moderierte Doppelstunde	https://www.srf.ch/sendungen/myschool/uebersicht-2
SWR	Kindernetz	online verfügbar oder auch über youtube Kanal, SWR Kindernetz plus	www.kindernetz.de
Leseplattform	Antolin	Leseplattform für Primarschulkinder	https://antolin.westermann.de/all/booknewest.jsp



femmesTISCHE
männerTISCHE

Wir sprechen über Familie,
Gesundheit und Integration

**CORONA - KRISE
ANGEBOTSÜBERSICHT
FÜR MODERATORINNEN /MODERATOREN**

AUCH IN VERSCHIEDENEN SPRACHEN

Lernapp	Gratis Lernapp	Deutsch- Deutsch als Zweitsprache, Mathematik etc.	https://anton.app/de/
Lern Videos	Lernen und Nachhilfe in Zeiten von Corona	Div. Themen auf der Website: https://www.familienleben.ch	https://www.familienleben.ch/kind/digitales-leben/lernvideos-die-besten-youtube-kanale-fuer-schueler-6140
Basteln Kinderspiele für drinnen	Basteltipps Informationen Anleitungen Ideen für Kinderaktivitäten	Coop: https://www.hellofamily.ch/de.html Migros: https://bit.ly/34juzrj	https://www.hellofamily.ch/de/freizeit/basteln.html https://famigros.migros.ch/de/ausfluege-und-freizeit/freizeittipps/coronavirus-zuhause-bleiben/home-office-mit-kindern
Sucht – Suchtprävention - Gesundheits-förderung - Interkulturelle Suchtprävention			
Prävention beginnt im Alltag	Fachstelle für interkulturelle Suchtprävention Gesundheitsförderung	Unterstützung Beratung Informationen in verschiedenen Sprachen	http://www.fisp-zh.ch/
Suchtprävention Kanton Zürich	Fachstellen für Fragen und Informationen zu Sucht, Suchtmittel, Suchtverhalten	Informationen Kurzberatungen Erstinformationen Publikationen Selbsttests	https://bit.ly/2UR0GeC



femmesTISCHE
männerTISCHE

Wir sprechen über Familie,
Gesundheit und Integration

**CORONA - KRISE
ANGEBOTSÜBERSICHT
FÜR MODERATORINNEN /MODERATOREN**

AUCH IN VERSCHIEDENEN SPRACHEN

Gesundheitsportal für Chancengleichheit	Gesundheits-Organisationen Miges-Expert Miges-Media	Gesundheits-Informationen Broschüren, Flyer in vielen Sprachen	https://www.migesplus.ch/themen https://migesexpert.migesplus.ch/



femmesTISCHE
männerTISCHE

Wir sprechen über Familie,
Gesundheit und Integration

**CORONA - KRISE
ANGEBOTSÜBERSICHT
FÜR MODERATORINNEN /MODERATOREN**

AUCH IN VERSCHIEDENEN SPRACHEN
