



Anlaufstellen nach Kanton

Opferhilfe, Kinderschutz und Notrufnummern

ISP-Praxisblatt Sexualpädagogik

Verfasst von Ben Kneubühler, Institutsleiter ISP Zürich

Gegengelesen von Simone Duddle, Sexualpädagogin & Sexualtherapeutin, Studiengangsleiterin Diplomlehrgang Sexualpädagogik

Stand September 2026 · V 0.1

Die Angaben stammen aus dem Verzeichnis der Schweizerischen Verbindungsstellenkonferenz auf opferhilfe-schweiz.ch, abgerufen am 8. September 2026. Nummern und Zuständigkeiten ändern. Prüfen Sie vor dem Einsatz die Stelle, die Sie brauchen, und melden Sie Abweichungen an info@isp-zuerich.ch. Das ISP Zürich übernimmt keine Gewähr für Richtigkeit und Aktualität.

Immer und überall

Nummer	Wofür
117	Polizei, bei akuter Gefahr
144	Sanitätsnotruf, bei Verletzung oder medizinischer Dringlichkeit
142	Opferhilfe, national, rund um die Uhr, kostenlos und vertraulich
147	Beratung für Kinder und Jugendliche, Telefon, Chat und SMS
143	Die Dargebotene Hand, für Erwachsene

Die Nummer 142 ist seit dem 1. Mai 2026 in Betrieb und in Fachkreisen noch wenig bekannt. Während der Bürozeiten verbindet sie direkt mit einer kantonalen Opferberatungsstelle, ausserhalb davon mit einem Beratungsteam. Sie ersetzt den Notruf nicht: Bei akuter Gefahr gilt 117, bei medizinischer Dringlichkeit 144.

Opferhilfe-Beratungsstellen nach Kanton

Aufgeführt sind nur Stellen, die nach dem Beschluss der Verbindungsstellenkonferenz Fachpersonal, Beratung und Soforthilfe nach dem Opferhilfegesetz anbieten. Die Beratung ist kostenlos und vertraulich, und die Stelle darf frei gewählt werden, auch ausserhalb des Wohnkantons.

Kanton	Beratungsstelle	Telefon
Aargau	FIZ Opferschutz Menschenhandel, Zürich / Aargau	044 436 90 00
	Opferberatung Aargau	062 835 47 90
Appenzell Ausserrhoden	Kinderschutzzentrum St. Gallen — Beratungsstelle	071 243 78 02
	Opferhilfe SG-AR-AI, St. Gallen	071 227 11 00
Appenzell Innerrhoden	Kinderschutzzentrum St. Gallen — Beratungsstelle	071 243 78 02
	Opferhilfe SG-AR-AI, St. Gallen	071 227 11 00
Basel-Landschaft	FIZ Opferschutz Menschenhandel, Zürich / Basel-Landschaft	044 436 90 00
	Opferhilfe beider Basel	061 205 09 10
Basel-Stadt	Opferhilfe beider Basel	061 205 09 10
Bern	FIZ Opferschutz Menschenhandel, Zürich / Bern	044 436 90 00
	Frauenhaus Bern — Fachstelle Opferhilfe bei häuslicher Gewalt	031 332 55 33
	Frauenhaus Thun - Berner Oberland — Fachstelle Opferhilfe bei häuslicher Gewalt	033 221 47 47
	Frauenhaus und Beratungsstelle Region Biel	031 533 03 03
	Lantana Beratungsstelle, Bern — Fachstelle Opferhilfe bei sexualisierter Gewalt	031 313 14 00
	Opferhilfe Bern	031 370 30 70

	Vista Beratungsstelle, Thun — Fachstelle Opferhilfe bei sexualisierter und häuslicher Gewalt	033 225 05 60
Freiburg	Opfer-Beratungsstelle für Frauen / Frauenhaus	026 322 22 02
	Opferberatungsstelle für Kinder, Männer und Opfer des Strassenverkehrs	026 305 15 80
Fürstentum Liechtenstein	Opferhilfestelle Fürstentum Liechtenstein	+423 236 76 96
Genf	Centre de consultation LAVI, Genève	022 320 01 02
Glarus	Opferberatung	055 646 67 36
Graubünden	Opferhilfe Graubünden, Chur	081 257 71 42
Jura	Centre de consultation LAVI, Delémont	032 420 81 00
Luzern	Opferberatungsstelle Kanton Luzern, Luzern	041 228 74 00
Neuenburg	SAVI Service d'aide aux victimes, La Chaux-de-Fonds	032 889 66 49
Nidwalden	Opferberatungsstelle Nidwalden, Luzern	041 228 74 00
Obwalden	Kantonales Sozialamt Obwalden, Sarnen	041 666 62 56
Schaffhausen	FIZ Opferschutz Menschenhandel, Zürich / Schaffhausen	044 436 90 00
	Fachstelle für Gewaltbetroffene, Schaffhausen	052 625 25 00
Schwyz	Opferhilfe-Beratungsstelle Kanton Schwyz und Uri, Goldau	041 857 07 42
Solothurn	Beratungsstelle Opferhilfe Solothurn	062 311 86 66
St. Gallen	Kinderschutzzentrum St. Gallen — Beratungsstelle	071 243 78 02
	Opferhilfe SG-AR-AI, St. Gallen	071 227 11 00
Tessin	Servizio per l'aiuto alle vittime di reati	142 segnalazioni / 091 814 75 10 segretariato
Thurgau	Benefo, Fachstelle Opferhilfe Thurgau, Frauenfeld	052 723 48 26 (Erwachsene) / 052 723 48 23 (Kinder, Jugendliche)
	FIZ Opferschutz Menschenhandel, Zürich / Thurgau	044 436 90 00
Uri	Opferhilfe-Beratungsstelle Kanton Schwyz und Uri, Goldau	041 857 07 42
Waadt	Centre de consultation LAVI, Aigle	021 631 03 04
	Centre de consultation LAVI, Lausanne	021 631 03 00
	Centre de consultation LAVI, Nyon	021 631 03 02
	Centre de consultation LAVI, Yverdon-les-Bains	021 631 03 08
Wallis	Centre de consultation LAVI Valais Romand — Entretien sur rendez-vous à Sion et à la Maison Santé Chablais de Collombey-Muraz	027 607 31 00
	Opferhilfe Oberwallis	027 946 85 32
Zug	eff-zett, Zug	041 725 26 50
Zürich	Allgemeine Opferberatung, Zürich — Für Männer, Frauen, Jugendliche und Kinder	044 299 40 50
	BIF, Zürich — Beratungsstelle für Frauen gegen Gewalt in Ehe und Partnerschaft	044 278 99 99
	Beratungsstelle kokon, Zürich — Krisenintervention und Opferhilfe für Kinder und Jugendliche in Not	044 545 45 40

	Castagna, Zürich	044 360 90 40
	FIZ Opferschutz Menschenhandel, Zürich	044 436 90 00
	Fachstelle OKey — Opferberatung und Kinderschutz, Winterthur	052 245 04 04 / SMS: 078 343 33 25
	Fiera Opferberatung Winterthur — Für Frauen	052 213 61 61
	Frauenberatung sexuelle Gewalt, Zürich — Für Frauen	044 291 46 46
	Kinderschutzgruppe und Opferberatungsstelle des Kinderspitals Zürich — Für Kinder und Jugendliche	044 266 71 11

Kindes- und Erwachsenenschutzbehörden

Die KESB sind nicht kantonal, sondern nach Bezirken oder Regionen organisiert; allein im Kanton Zürich gibt es dreizehn. Zuständig ist die Behörde am Wohnsitz des Kindes (Art. 315 Abs. 1 ZGB), bei Gefahr im Verzug auch jene am Aufenthaltsort (Abs. 2). Bei einem Einsatz in einer fremden Gemeinde ist das nicht dieselbe Stelle wie am Schulort.

- Übersicht aller Kantone: kokes.ch
- Kanton Zürich: kesb-zh.ch
- Wer die zuständige Behörde nicht kennt, fragt bei der Opferhilfestelle oder unter 142 nach. Das kostet zwei Minuten und verhindert eine Meldung an die falsche Adresse.

Kinderschutzgruppen

Sie sind an den Kinderspitälern angesiedelt und beraten auch Fachpersonen bei einem Verdacht, telefonisch und ohne Namen. Bei einem Ereignis innerhalb von 72 Stunden sind sie die richtige erste Adresse, weil dann eine medizinische Untersuchung möglich ist.

- Kinderspital Zürich: 044 266 71 11, Sekretariat der Kinderschutzgruppe 044 266 76 46
- In anderen Regionen: die Kinderschutzgruppe des nächsten Kinderspitals. Die Nummer vor dem ersten Einsatz heraussuchen und auf das eigene Deckblatt setzen.

Fachstellen für Prävention und Sexualpädagogik

- Limita, Zürich — Prävention sexueller Ausbeutung, Schutzkonzepte, Beratung bei Verdacht innerhalb einer Institution: 044 450 85 20
- Castagna, Zürich — sexuelle Ausbeutung in Kindheit und Jugend, kostenlos, auf Wunsch anonym, unabhängig davon wie lange es her ist: 044 360 90 40
- Lust und Frust, Zürich — Fachstelle für Sexualpädagogik und Beratung: 044 413 46 50
- Kinderschutz Schweiz: kinderschutz.ch

Zur Herkunft der Angaben

Die Beratungsstellen sind unverändert aus dem amtlichen Verzeichnis übernommen und nicht einzeln nachgeprüft; das Verzeichnis selbst wird von den kantonalen Verbindungsstellen geführt. Die vier Zürcher Fachstellen und die Nummer 142 sind am 8. September 2026 an der Quelle geprüft worden.

Dieses Blatt dient der Information. Das ISP Zürich übernimmt keine Gewähr für Richtigkeit, Vollständigkeit und Aktualität der Angaben und keine Haftung für Handlungen, die sich darauf stützen. Für Rechtsfragen und für den Einzelfall ist die zuständige Fach- oder Beratungsstelle zuständig.

Weitergabe und Vervielfältigung für die eigene pädagogische Arbeit sind erwünscht, vollständig und mit dieser Fussleiste. Eigene Anlaufstellen dürfen ergänzt werden. Kein Verkauf; die Verwendung in bezahlten Kursen ist erlaubt.

Verfasst von Ben Kneubühler, Institutsleiter ISP Zürich. Gegengelesen von Simone Dudle, Sexualpädagogin & Sexualtherapeutin, Studiengangsleiterin Diplomlehrgang Sexualpädagogik.

ISP-Praxisblatt Sexualpädagogik · V 0.1 · Stand September 2026 · ISP Zürich, Grossmünsterplatz 6, 8001 Zürich · isp-zuerich.ch

Das ISP Zürich

Institut für Sexualpädagogik und Sexualtherapie, gegründet 1998

Wir bilden Fachpersonen aus, die mit Menschen über Sexualität arbeiten: in Schulen, in Institutionen, in Beratung und Therapie. Vier Fachbereiche unter einem Dach, und in allen arbeiten wir körperbezogen nach dem Modell Sexocorporel.

Weiterbildungen

	Für wen	Adresse
Diplomlehrgang Sexualpädagogik	Für Menschen, die sexuelle Bildung als Beruf machen wollen. 18 Monate, 48 Unterrichtstage mittwochs, berufsbegleitend. Abschluss: Dipl. Sexualpädagog*in ISP.	isp-zuerich.ch/sxp
Diplomlehrgang Sexualtherapie	Für Fachpersonen aus Beratung, Therapie und Medizin, die sexuelle Themen nicht länger weiterweisen wollen.	isp-zuerich.ch/st
Master of Arts in Sexologie	Der erste Master in Sexologie der Schweiz, mit der Hochschule Merseburg. Akademischer Abschluss mit Zugang zur Promotion.	isp-zuerich.ch/ma
Seminarreihe Sexualität und Behinderung	Sechs Tage für Teams und Fachpersonen aus Institutionen. Das Feld, in dem wir seit 1998 arbeiten.	isp-zuerich.ch/sub
Kurstage und Fachtagungen	Einzelne Tage zu einzelnen Themen, offen für alle, ab CHF 50. Der unverbindlichste Weg, uns kennenzulernen.	isp-zuerich.ch/agenda

Einsatz an Ihrer Schule oder in Ihrer Institution

Wer die Sexualkundewoche lieber nicht selbst hält: Das ISP vermittelt sexualpädagogische Einsätze, durchgeführt von Absolvent:innen des Instituts und Fachpersonen aus unserem Netzwerk, abgestimmt auf Alter, Entwicklungsstand und Anlass. Die Anfrage ist unverbindlich, die Einsätze sind kostenpflichtig; nach der Anfrage erhalten Sie eine Offerte.

isp-zuerich.ch/sexualpaedagogik-unterricht

Infoabend

Zweieinhalb Stunden, online, kostenlos. Wir erklären die Lehrgänge, beantworten Fragen und sagen auch, für wen ein Lehrgang nicht das Richtige ist.

isp-zuerich.ch/lp-infoabend

ISP Zürich · Grossmünsterplatz 6 · 8001 Zürich · +41 44 586 44 86 · info@isp-zuerich.ch · isp-zuerich.ch