

Weiterführende Hilfe

Ortspfarramt

www.zhref.ch oder www.zhkath.ch : Hier finden Sie Ihren Ortspfarrer/-seelsorger.

Beratung

- www.143.ch : Dargebotene Hand, Telefon 143. Ein Beratungs- und Begleitangebot für Menschen in schwierigen Lebenslagen. Online mit E-Mail- und Chat-Angebot
- www.seelsorge.net : Oekumenische Internetseelsorge
- www.147.ch : Telefonhilfe für Kinder und Jugendliche
- [Schlupfhuus Zürich](http://Schlupfhuus.Zürich) : Beratung und Hilfe für Jugendliche in der Krise
- [Stiftung RoadCross](http://Stiftung.RoadCross) : HelpLine für alle Fragen nach einem Verkehrsunfall
- trauernetz : Perspektiven nach einem traumatisierenden Verlust — Beratung und Vernetzung für Angehörige und Helfende
- [Suizidprävention Zürich](http://Suizidprävention.Zürich)
- Reden-kann-retten

Kriseninterventionszentren

An die folgenden Kriseninterventionszentren (KIZ) kann man sich rund um die Uhr telefonisch wenden. Man findet dort ausser einer beschützenden, menschlich warmen Atmosphäre Fachleute, die einem weiterhelfen können. Ambulante und stationäre Beratung sind möglich.

KIZ Zürich

[Kriseninterventionszentrum Zürich](http://Kriseninterventionszentrum.Zürich)

Militärstrasse 8

8021 Zürich

Telefon: 044 296 73 10

KIZ Winterthur

[KIZ Kriseninterventionszentrum ipw](http://KIZ.Kriseninterventionszentrum.ipw)

Bleichestrasse 9

8408 Winterthur

Telefon: 052 224 37 00

Selbsthilfegruppen

- www.verein-regenbogen.ch : Leben mit dem Tod eines Kindes
- www.nebelmeer.net : Perspektiven nach dem Suizid eines Elternteils
- verein-refugium.ch : Verein für Hinterbliebene nach Suizid
- verein-aurora.ch : Kontaktstelle für Verwitwete mit minderjährigen Kindern
- [Stiftung RoadCross](http://Stiftung.RoadCross) : Trauern nach Verkehrsunfall - Begleitete Angehörigengruppen
- lifewith: Wenn ein Geschwister stirbt