



# Kantonsschule Zürich Nord

Lang- und Kurzgymnasium  
Fachmittelschule

## Notfallnummern 24/7

- 147: Anonyme Telefonhilfe für Jugendliche, [www.147.ch](http://www.147.ch)
- 043 499 26 26: Klinik für psychische Notfälle junger Menschen
- 044 296 73 10: Krisenintervention Zürich (KIZ), telefonische Kurzberatung und Terminvereinbarung

## Beratung & Information

- [www.feel-ok.ch](http://www.feel-ok.ch): Beratung und Informationen zu Themen wie Sucht, Stress, psychische Gesundheit u.v.m.
- [www.wie-gehts-dir.ch](http://www.wie-gehts-dir.ch): Informationen zu psychischer Gesundheit
- Jugendberatung Zürich Nord, Baumackerstr. 18, 8050 Zürich, Tel: 044 412 83 50

## Sucht

- [www.safezone.ch](http://www.safezone.ch): Beratung und Informationen zu Sucht und Substanzen
- [www.aes.ch](http://www.aes.ch): Beratung und Informationen zu Essstörungen
- [www.fskz.ch](http://www.fskz.ch): Beratung und Information zu Sucht, Fachstellenverzeichnis
- [www.spielsucht-radix.ch](http://www.spielsucht-radix.ch), Zentrum für Spielsucht und andere Verhaltenssüchte
- [www.know-drugs.ch](http://www.know-drugs.ch), detaillierte Infos über Substanzen und Mischkonsum

## Gleichstellung

- [www.zueras.ch](http://www.zueras.ch): Anlaufstelle für Rassismus, Beratung und Information
- [www.milchjugend.ch](http://www.milchjugend.ch): Information zum Thema LGBTIQ+
- [www.liebesexundsoweiter.ch](http://www.liebesexundsoweiter.ch): Informationen rund um die Sexualität
- [www.lustundfrust.ch](http://www.lustundfrust.ch): Informationen rund um die Sexualität
- [www.zwangsheirat.ch](http://www.zwangsheirat.ch), Tel: 0800 800 007
- [www.lgbtiq-helpline.ch/de](http://www.lgbtiq-helpline.ch/de): Information und Beratung zum Thema LGBTIQ+
- [www.drgay.ch](http://www.drgay.ch): Informationen zum Thema sexuelle Gesundheit von schwulen Männern
- [www.du-bist-du.ch](http://www.du-bist-du.ch): Informationen zum Thema sexuelle Orientierung und Geschlechtsidentität

## Gewalt

- Schlupfhuus Zürich, Schönbühlstrasse 8, 8032 Zürich, Tel: 043 268 22 66 (24h)
- Opferberatung Zürich, Gartenhofstrasse 17, 8004 Zürich, Tel: 044 299 40 50
- Mädchenhaus Zürich, [www.maedchenhaus.ch](http://www.maedchenhaus.ch), Tel: 044 341 49 45 oder 079 478 46 79 (24h)
- Kokon, Beratungsstelle für Kinder und Jugendliche, Tel: 044 545 45 40