

# DÜBENDORF FÜR FAMILIEN

DEUTSCH / FRANÇAIS







# Vorwort

Liebe Einwohnerinnen und Einwohner

Wir freuen uns, Ihnen die Broschüre für Familien überreichen zu dürfen. Darin finden Sie viele Informationen zu bestehenden Angeboten in Dübendorf aus den Bereichen Freizeitgestaltung, Beratung, Betreuung und Bildung. Das Heft enthält auch Adressen von Informations- und Fachstellen, an die Sie sich bei Bedarf wenden können. Im letzten Kapitel wurden speziell auf neuzugezogene Personen aus dem Ausland ausgerichtete Angebote aufgeführt.

Die Broschüre richtet sich vorwiegend an Familien mit Kindern und Jugendlichen, jedoch finden auch alle anderen Personen darin praktische Tipps und Anregungen zum Leben in unserer Stadt.

Die Broschüre erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit, und die darin enthaltenen Informationen können sich fortlaufend ändern. Sie dient vielmehr als Orientierungshilfe bei Fragen im Alltag und trägt dazu bei, Begegnungen zu fördern und den gesellschaftlichen Zusammenhalt in unserer Stadt zu stärken.

Wir wünschen Ihnen viel Spass beim Durchblättern und Kennenlernen der vielen Angebote in Dübendorf!

Freundliche Grüsse

**André Ingold**  
Stadtpräsident

**Gina Sessa**  
Leiterin Familien | Integration



# Dübendorf à l'usage des familles

Stadt Dübendorf



# Préface

Madame, Monsieur,

La mairie se réjouit de vous présenter ce guide pour les familles résidentes à Dübendorf.

Cette brochure a pour but de vous renseigner sur les différentes offres disponibles dans notre ville concernant les domaines de la petite enfance, de l'éducation, de la formation et des loisirs. Elle contient des informations utiles et des adresses importantes pour la vie de tous les jours ainsi que des numéros d'urgence. Le dernier chapitre est tout particulièrement destiné aux nouveaux arrivants de l'étranger et aux résidents de langue étrangère.

La brochure vise à vous aider dans votre vie quotidienne, à promouvoir les rencontres entre citoyens et à faciliter l'adaptation et l'intégration des nouveaux arrivants.

Nous vous souhaitons une bonne lecture.

Cordialement

**André Ingold**  
Le maire

**Gina Sessa**  
La déléguée aux familles et à l'intégration

# Inhaltsverzeichnis

<b>Begegnung und Freizeit Rencontres et loisirs</b> .....	<b>8</b>
Kontakt- und Anlaufstelle für Familien Service d'information pour familles.....	8
Familienzentrum Centre familial.....	9
Elterngruppe Groupe de parents.....	10
Ludothek Ludothèque.....	11
Bibliothek Bibliothèque.....	12
Kinder- und Jugendarbeit Dübendorf (KJAD) Loisirs enfance-jeunesse.....	14
Freiwilligenarbeit Bénévolat.....	18
Vereine Associations.....	18
Sport und Aktivitäten Sport et activités.....	19
Musik Musique.....	26
Kreatives Loisirs créatifs.....	28
Kulturelle Angebote Offres culturelles.....	29
Aktivitäten in den Schulferien Activités hors période scolaire.....	31
Angebote der Landeskirchen Projets des Églises.....	38
<b>Beratung für Eltern und Kinder Conseils pour parents et enfants</b> .....	<b>44</b>
Kinder- und Jugendhilfezentrum (kjz) Centre de compétence pour parents.....	44
Schulpsychologischer Dienst Psychologie scolaire.....	46
Schulsozialarbeit Assistance socio-scolaire.....	47
Berufs- und Informationszentrum (biz) Service d'orientation professionnelle.....	48
<b>Beratung in schwierigen Situationen Conseils en situations difficiles</b> .....	<b>49</b>
Die dargebotene Hand La Main Tendue.....	49
Soforthilfe für Kinder und Jugendliche Aide immédiate aux enfants et jeunes.....	50
Soforthilfe für Eltern Aide immédiate aux parents.....	53
Weitere Beratungsstellen Autres services de conseils.....	54
<b>Medizinische Versorgung Assistance médicale</b> .....	<b>59</b>
Notfallnummern Numéros d'urgence.....	59
Telefonische Beratung Kinderspital Consultation téléphonique hôpital de l'enfance...	60
Notfälle Pädiatrie Urgences pédiatriques.....	61
Kinderärzte Pédiatres.....	62
Schulzahnklinik Clinique dentaire scolaire.....	63
Spitäler Hôpitaux.....	64
Notfallpsychiatrie Urgences psychiatriques.....	65

# Table des matières

<b>Kinderbetreuung Garde d'enfants</b> .....	<b>66</b>
Kinderkrippen Crèches .....	66
Tageseltern Parents de jour .....	67
Horte und Mittagstische Garderies et cantines scolaires .....	68
Babysitter Babysitting .....	69
Betreuung von Kindern mit Behinderungen Enfants avec handicap .....	71
<b>Frühe Förderung Encouragement précoce</b> .....	<b>72</b>
Die ersten vier Lebensjahre Les premières quatre années .....	72
Spielgruppen Groupes de jeu pour enfants .....	73
<b>Bildung und Ausbildung Éducation et formation</b> .....	<b>74</b>
Schulsystem Kanton Zürich Système scolaire cantonal .....	74
Kindergarten und Primarschule École maternelle et école primaire .....	75
Sekundarschule École secondaire .....	75
Gymnasium Lycée .....	76
Berufslehre Apprentissage .....	76
Hochschulen Haute écoles .....	77
Musikschule École de musique .....	78
Weiterbildung Formation continue .....	78
Elternbildung Éducation parentale .....	79
<b>Günstige Gegenstände Bons plans</b> .....	<b>80</b>
Flohmärkte Vide-greniers et marchés aux puces .....	80
Brockenstuben Brocantes et seconde main .....	81
Familien mit niedrigem Einkommen Familles avec revenus modestes .....	82
<b>Angebote für Migranten Services aux étrangers</b> .....	<b>88</b>
Integrationsstelle Chargée de l'intégration .....	88
Deutschkurse Cours d'allemand .....	90
Weitere Angebote für Fremdsprachige Autres offres pour étrangers .....	94
Schreibdienst Service d'écriture .....	95
Brückenbauer-Netzwerk Citoyens passerelle .....	95
Fachstellen für Migranten Services pour migrants .....	97



# Begegnung und Freizeit

## Rencontres et loisirs

### **Kontakt- und Anlaufstelle für Familien**

In der Kontakt- und Anlaufstelle für Familien finden Sie aktuelle Flyer und Informationen zu sämtlichen Angeboten für Familien mit Kindern und Jugendlichen. Unsere Mitarbeiterinnen beantworten gerne Ihre Fragen oder verweisen Sie an die entsprechende Fachstelle.

### **Service d'informations pour familles**

Notre bureau situé dans le Familienzentrum est ouvert tous les matins du mardi au vendredi hors vacances scolaires. Nous disposons de dépliants et d'informations diverses concernant les enfants, les jeunes et les familles. Nos employées sont à votre disposition, elles répondront volontiers à vos questions ou vous dirigeront vers les services compétents.

Kontakt- und Anlaufstelle für Familien, Wallisellenstrasse 5a, Dübendorf  
044 801 60 63 oder 044 801 60 64, [bildungslandschaft@duebendorf.ch](mailto:bildungslandschaft@duebendorf.ch)  
Dienstag bis Freitag, 08.30 – 11.30 Uhr (ausser in den Schulferien)



## Familienzentrum

Das Familienzentrum ist ein Treffpunkt für Mütter, Väter mit ihren Kindern im Vorschulalter. Das Angebot umfasst Mütter- und Väterberatung, Chrabbelgruppen, Spielgruppen, Vater-Kind-Treffs, Bastelnachmittage und vieles mehr. Am Freitagmorgen verwandelt sich der Familienraum in ein offenes Café. Der Aufenthaltsraum mit Küche und Spielraum kann am Mittwochnachmittag und am Wochenende für Privatanlässe gemietet werden. Während der Schulferien ist das Zentrum geschlossen.

## Centre familial

Le centre familial est un lieu de rencontre pour les mères, les pères et les enfants. Nous proposons des conseils dans la relation parent/enfant, des groupes de jeu pour tout petits, des réunions entre parents, une coiffeuse pour les petits, un espace café ouvert le vendredi matin et divers événements avec enfants d'âge préscolaire. La salle commune peut être louée pour des réceptions privées les mercredi après-midi et le week-end. Pendant les vacances scolaires le centre est fermé.

Familienzentrum Dübendorf, Wallisellenstrasse 5a, Dübendorf  
044 801 60 63 oder 044 801 60 64, familienzentrum@duebendorf.ch  
www.duebendorf.ch / Verwaltung / Themen A-Z / Familienzentrum

Öffnungszeiten Büro:

Dienstag bis Freitag, 08.30 – 11.30 Uhr (ausser in den Schulferien)

## **Elterngruppe**

Der Verein Elterngruppe fördert den Kontakt unter den Familien in Dübendorf und bietet vielseitige Freizeitbeschäftigungen wie Feste, Kinderturnen, Kleiderbörse, Eltern-Kind-Treffs, Bastelnachmittage, ein Begegnungs-Café am Freitagmorgen und vieles mehr an. Die regelmässigen Angebote finden im Familienzentrum statt. Auf der Website finden Sie alle Angebote, Daten und Informationen.

## **Groupe de parents**

L'association Elterngruppe Dübendorf favorise le contact entre les familles et organise diverses activités comme des fêtes, de la gym pour enfants, des bourses aux vêtements, des rencontres entre parents avec enfants, des après-midi bricolage, la pause-café du vendredi et beaucoup plus encore. La plupart des activités sont proposées au centre familial régulièrement. Tous les événements et rendez-vous sont à consulter sur le site.

[www.elterngruppe.ch](http://www.elterngruppe.ch)

## **Freitagskafi und Café International**

Am Freitagmorgen von 09.00 bis 11.00 Uhr betreibt die Elterngruppe ein Café im Familienzentrum mit warmen Getränken, Gipfeli und viel Spielspass für die Kleinen.

Jeden vierten Freitag im Monat wird das offene Kafi zum Café International mit kleinem Brunchbuffet. Auch einige Brückenbauerinnen (interkulturelle Vermittlerinnen) besuchen das Café und geben gerne Auskunft. Die Daten des Café International finden Sie auf der Website der Elterngruppe.

## **Pause-Café et Café international**

Tous les vendredi matins entre 09h00 et 11h00 le groupe de parents vous propose une pause-café en famille. Pour les parents et leurs enfants, avec café et croissants et de nombreux jouets amusants.

Chaque quatrième vendredi du mois le café devient pluriculturel avec la participation de traducteurs interculturels qui sont là pour répondre à vos questions à propos de l'intégration. Buffet petit déjeuner. Les dates sont publiées sur le site web du groupe de parents.



## **Ludothek**

Die Ludothek verfügt über eine grosse Auswahl an Spielsachen zur Ausleihe. Das Angebot umfasst Lern-, Gesellschafts-, Outdoor- sowie Bewegungsspiele und vieles mehr.

## **Ludothèque**

La ludothèque propose un large éventail de jeux et de jouets amusants et éducatifs. Vous pourrez y emprunter des jeux de société, des jeux de plein air, des véhicules pour enfants et bien d'autres choses.

Verein Ludothek, Bettlistrasse 22, Dübendorf  
044 821 05 20, [info@ludo-duebendorf.ch](mailto:info@ludo-duebendorf.ch), [www.ludo-duebendorf.ch](http://www.ludo-duebendorf.ch)

# Bibliothek

# Bibliothèque

## **Bibliothek**

In der Stadtbibliothek können Romane, Sachbücher, Hörbücher, Filme und Zeitschriften für die ganze Familie ausgeliehen werden. Die Bibliothek organisiert regelmässig verschiedene Anlässe für Kinder, Jugendliche und Erwachsene. Die Termine finden Sie auf der Website.

## **Bibliothèque**

La bibliothèque vous propose d'emprunter des romans, des ouvrages spécialisés, des livres audio, des films et de magazines pour toute la famille ainsi que des journaux. De nombreuses manifestations sont aussi organisées pour les grands et les petits. Infos sur le site.

Stadtbibliothek, Bettlistrasse 22, Dübendorf  
044 801 83 53, [stadtbibliothek@duebendorf.ch](mailto:stadtbibliothek@duebendorf.ch), [www.stadtbibliothek-duebendorf.ch](http://www.stadtbibliothek-duebendorf.ch)

## **Fingerspiele und Kinderverse «Buchstart»**

Eine Veranstaltung zur frühen Sprachförderung und zur ersten Begegnung von Kleinkindern mit Büchern. Für Eltern mit ihren Kindern zwischen 9 und 24 Monaten. Freitag, 10.30 Uhr, ca. 20 Minuten.

## **Comptines et jeux de doigts «Né pour lire»**

Un éveil ludique au langage par l'accompagnement à la lecture des tout-petits. Destiné aux enfants entre 9 et 24 mois accompagnés d'un parent. Vendredi, 10h30, environ 20 minutes.



### **Versli für Zwergli**

Sprache und Bücher entdecken macht Spass! Einmal im Monat mit Geschichten, Versen und Liedern passend zur aktuellen Jahreszeit. Für Kinder von 2 bis 3 Jahren mit einer Begleitperson. Am ersten Dienstag im Monat, 10.30 Uhr, ca. 30 Minuten.

### **Comptines pour les petits**

Découvrir les livres et le langage, c'est super! Une fois par mois retrouvez-nous avec des histoires, des comptines et des chansons en lien avec les saisons. Pour les enfants de 2 à 3 ans accompagnés d'un adulte. Chaque premier mardi du mois, à 10h30, environ 30 minutes.

### **Geschichtenzeit**

Kinder ab ca. 4 Jahren und ihre Eltern oder Begleitpersonen nehmen auf dem roten Sofa Platz und hören und bestaunen lustige, spannende und fantasievolle Bilderbuchgeschichten. Donnerstag, 16.30 Uhr, ca. 30 Minuten. In den Sommerferien findet das Angebot in der Badi Oberdorf statt.

### **L'heure des histoires**

A partir de 4 ans, les enfants (accompagnés d'un adulte) prennent place sur notre canapé rouge et se laissent emporter par les histoires étonnantes, passionnantes ou amusantes des livres jeunesse sélectionnés pour l'occasion. Jeudi, 16h30, environ 30 minutes.

### **Bücherfreunde – Bücherfreude**

Geschichten und die Freude an Büchern mit allen Sinnen erleben! Lesereihe an sechs Nachmittagen für Familien mit Kindern zwischen 3 und 5 Jahren. Eine Animation dauert jeweils eine Stunde. Anmeldung im Voraus in der Bibliothek. Daten und Flyer auf der Website.

### **Livres et amis**

Découvrir des histoires amusantes avec tous ses sens et susciter la joie pour la lecture. Le cours est offert pendant six après-midi pour une heure et s'adresse aux familles avec enfants entre 3 et 5 ans. Il faut s'inscrire à l'avance. Les dates actuelles sont indiquées sur le site internet.

# Kinder- und Jugendarbeit

## Loisirs enfance-jeunesse

### **Kinder- und Jugendarbeit Dübendorf KJAD**

Die städtische Kinder- und Jugendarbeit Dübendorf KJAD unterstützt Kinder und Jugendliche in ihrer Freizeitgestaltung. In den Angeboten, Aktionen und Projekten werden Kinder und Jugendliche dabei gefördert, ihre Anliegen und Ideen zu verwirklichen und ihre Fähigkeiten zu entfalten. Die Angebote sind in der Regel kostenlos, eine Anmeldung ist nur bei Ausflügen notwendig. Aktuelle Projekte, Termine und Öffnungszeiten sind auf der Website einsehbar.

### **KJAD – Centre de loisirs enfance-jeunesse**

«Kinder und Jugendarbeit Dübendorf» KJAD est une institution municipale d'accueil et de loisirs pour les enfants et les ados. Ils y reçoivent accompagnement et soutien dans tous les aspects de leur vie et prennent part à des loisirs conçus pour et avec eux. Les activités sont en général gratuites mais l'inscription est nécessaire en cas de sortie en groupe. Les préoccupations des jeunes sont reconnues, leur personnalité propre est encouragée à se développer. Les activités sont répertoriées par date sur le site.

### **Galaxy**

Das Kinder- und Jugendhaus Galaxy ist während der Arbeitszeiten des Teams für Kinder und Jugendliche offen, es stehen verschiedene Räume zur Verfügung. Die Aufenthaltsräume und die Disko können von Familien aus Dübendorf für Kindergeburtstage und andere Feste kostenlos genutzt werden.

### **Galaxy**

Le centre de jeunesse Galaxy dispose de plusieurs espaces accessibles aux enfants et aux jeunes pendant les heures de présence de l'équipe d'encadrement. L'endroit peut être loué et utilisé pour des fêtes.

Kinder- und Jugendhaus Galaxy, Storchengasse 14, Dübendorf  
044 801 83 55, [www.kjad.ch](http://www.kjad.ch)



# Kinderprogramm

## Programme pour les enfants

### Girls-Treff und Boys Only

Der Girls-Treff für Mädchen in der 4. bis 6. Klasse und das Boys Only für Knaben in der 4. bis 6. Klasse bieten ein abwechslungsreiches, spannendes Programm, welches von den Kindern mitgestaltet wird. Das genaue Programm und die Öffnungszeiten sind auf der Website publiziert. Jeweils am Mittwoch, alternierend von 14.00 bis 17.00 Uhr oder von 17.30 bis 20.00 Uhr.

### Girls Treff et Boys Only

Le rendez-vous Girls Treff propose aux filles de la 4ème à la 6ème classe des animations très variées, alors que le Boys Only est l'offre équivalente pour les garçons du même âge. Le programme et les horaires sont accessible sur la page internet. Le mercredi entre 14h00 et 17h00 ou entre 17h30 et 20h00 (en alternance).

### Spielbus

Der Spielbus ist auf den Schulhausplätzen der Primarschulen oder in den Quartieren zu finden und bietet den Kindern diverse Spielmöglichkeiten und Spielanimation. Die Tour-Daten werden auf der Website publiziert.

### Ludobus

Le Ludobus passe régulièrement dans les quartiers et dans les écoles primaires de la ville. Consultez l'internet pour connaître la tournée

[www.kjad.ch](http://www.kjad.ch)

## **Kinderrat**

Kinder im Primarschulalter, die Lust haben, für Gleichaltrige Feste, Projektstage und andere Anlässe zu organisieren, können an die Sitzungen des Kinderrates kommen und bei Projekten mitmachen. Die Kinder können auch zusammen mit Gleichaltrigen über ihre Bedürfnisse und Anliegen diskutieren. Es besteht keine Pflicht zur Teilnahme an allen Sitzungen und Projekten.

## **Le conseil des enfants**

Les enfants qui ont envie de prendre une part active, d'organiser des fêtes et de mettre sur pieds divers projets sont invités à participer au conseil des enfants, qui organise fêtes et événements pour les enfants de l'école primaire. Il n'est pas obligatoire d'assister à toutes les réunions ni de participer à tous les projets.

# **Programm für Jugendliche**

## **Programme pour la jeunesse**

### **Treff Galaxy**

Im Treff Galaxy steht Jugendlichen ein Aufenthaltsraum mit Töggelikasten und Billardtisch, ein gut ausgestatteter Discoraum, eine Küche, eine Bar und ein grosszügiger Garten mit Feuerstelle zur Verfügung. Die Jugendarbeitenden begleiten und unterstützen die Jugendlichen während der Öffnungszeiten und an speziellen Anlässen. Jeweils am Freitag von 18.00 bis 22.00 Uhr geöffnet.

### **Treff Galaxy**

La salle commune du Treff Galaxy propose aux jeunes un billard, un baby-foot et des jeux de société. Il y a également un bar, un jardin avec un barbecue et une discothèque bien équipée. Des animateurs sont présents pendant les heures d'ouverture. Ouvert tous les vendredis entre 18h00 et 22h00.



## **Mobile Jugendarbeit**

Die Jugendarbeitenden suchen Jugendliche in ihren Lebensräumen auf. Das Angebot besteht aus Aktionen und einem offenen Programm im öffentlichen Raum. Die KJAD sensibilisiert die Öffentlichkeit auf die Bedürfnisse der Jugendlichen und nimmt dabei eine vermittelnde Funktion ein. Zudem dient die Mobile Jugendarbeit der Kontakt- und Beziehungsarbeit.

## **Éducateurs de rue**

Des éducateurs vont sur le terrain rencontrer les jeunes sur leurs lieux de prédilection et entretiennent le dialogue avec eux. Les attentes des jeunes sont prises en compte, des conseil et un soutien personnalisé leurs sont proposés.

## **Jugendrat**

Jugendliche, die sich für die Bedürfnisse von jungen Menschen einsetzen und Anlässe für Gleichaltrige organisieren möchten, können im Jugendrat mitmachen. Jugendliche, die Lust haben etwas auf die Beine zu stellen, sind an den Sitzungen willkommen. Es besteht keine Pflicht zur Teilnahme an allen Sitzungen und Projekten.

## **Le conseil des jeunes**

Le conseil de la jeunesse contribue à promouvoir la participation des jeunes dans la société et organise des projets locaux pour les jeunes. Il n'est pas obligatoire d'assister à toutes les réunions ni de participer à tous les projets.

**Für alle anderen Projekte und Angebote der KJAD bitte die Website besuchen.**

**Visitez le site internet pour découvrir tous les autres projets et événements.**

[www.kjad.ch](http://www.kjad.ch)

# Freiwilligenarbeit

## Bénévolat

### Freiwilligenarbeit

Möchten Sie sich freiwillig für andere Menschen in der Stadt Dübendorf engagieren? Besuchen Sie die angegebenen Websites oder schreiben Sie eine E-Mail.

### Bénévolat

Les personnes intéressées par un engagement dans le bénévolat sont bienvenues et peuvent consulter les deux sites indiqués ou écrire un mail.

bildungslandschaft@duebendorf.ch, [www.duebendorf.ch](http://www.duebendorf.ch) / Freizeit / Freiwilligenbörse  
[www.benevol-jobs.ch](http://www.benevol-jobs.ch)

# Vereine

## Associations

### Vereine

Vereine sind die unverzichtbare Basis für das sportliche, kulturelle und gesellschaftliche Leben in der Stadt Dübendorf. Sie tragen zur Lebensqualität und zur Identifizierung der Einwohnerinnen und Einwohner mit ihrer Stadt bei. Über 150 Vereine leisten einen Beitrag zu einer aktiven und lebendigen Stadt. Eine Liste der Vereine finden Sie auf der Website der Stadt Dübendorf.

### Associations

Les associations sont une composante indispensable de la vie sportive, culturelle et sociale à Dübendorf. Elles contribuent de manière significative à la qualité de vie et à l'identité des habitants. L'offre est très diversifiée avec plus de 150 organisations en tous genres. Leur liste est disponible sur le site web de la ville de Dübendorf.

[www.duebendorf.ch](http://www.duebendorf.ch) / Freizeit / Vereine



# Sport und Aktivitäten

## Sport et activités

### Sportvereine

In Dübendorf gibt es viele Vereine. Die nachfolgende Auswahl von Sportvereinen mit Angeboten für Kinder und Jugendliche dient der Veranschaulichung der grossen Vielfalt. Eine vollständige Vereinsliste findet man auf der Website der Stadt Dübendorf unter [www.duebendorf.ch](http://www.duebendorf.ch) / Freizeit / Vereine.

### Clubs sportifs

De nombreux clubs sportifs pour tous les âges vous accueillent à Dübendorf. Quelques-uns sont listés ci-dessous à titre d'exemple, l'offre complète est consultable sur le site [www.duebendorf.ch](http://www.duebendorf.ch) / Freizeit / Vereine.

Leichtathletik Athlétisme	<a href="http://www.lcd.ch">www.lcd.ch</a>
Boxclub Boxe	<a href="http://www.profightgym.ch">www.profightgym.ch</a>
Curling Curling	<a href="http://www.ccd.ch">www.ccd.ch</a>
Kavallerieverein Équitation	<a href="http://www.kvduebendorf.ch">www.kvduebendorf.ch</a>
Eiskunstlauf Patinage artistique	<a href="http://www.dec.skating.ch">www.dec.skating.ch</a>
Fussballclub Glattal Football	<a href="http://www.fcglattal.ch">www.fcglattal.ch</a>
Fussballclub Dübendorf Football	<a href="http://www.fcduebendorf.ch">www.fcduebendorf.ch</a>
Turnverein Gymnastique	<a href="http://www.tv-duebendorf.ch">www.tv-duebendorf.ch</a>
Schach Échecs	<a href="http://www.schachclub-duebendorf.ch">www.schachclub-duebendorf.ch</a>
Eishockey Hockey sur glace	<a href="http://www.ehcd.ch">www.ehcd.ch</a>
Judo Judo	<a href="http://www.jjcd.ch">www.jjcd.ch</a>
Synchronschwimmen Natation artistique	<a href="http://www.scduebendorf.ch">www.scduebendorf.ch</a>
Tischtennis Tennis de table	<a href="http://www.ttcduebendorf-volketswil.ch">www.ttcduebendorf-volketswil.ch</a>
Tennis Tennis	<a href="http://www.tcwd.ch">www.tcwd.ch</a>
Unihockey Floorball	<a href="http://www.jumpduebendorf.ch">www.jumpduebendorf.ch</a>

## **Kunsteisbahn «Im Chreis»**

In der Wintersaison besuchen Tausende Kinder, Jugendliche und Erwachsene die Kunsteisbahn und begegnen dort Freunden und Bekannten. Die Eishallen sind die Trainingsbasis für die Dübendorfer Eishockey-, Eiskunstlauf- und Curling-Vereine. Auf der Eisfläche im Freien finden viele Anlässe für Gross und Klein statt. Öffnungszeiten und Angebote sind im Internet ersichtlich.

## **Patinoire**

La patinoire de Dübendorf «Im Chreis» est visitée chaque année par des milliers de patineurs. Elle est utilisée par le club local de hockey sur glace, le club de patinage artistique, le club de curling, les classes des écoles et est également ouverte au public. Des événements pour grands et petits sont organisés sur la patinoire en plein air. Les heures d'ouverture et les tarifs sont disponibles sur Internet.

Kunsteisbahn Im Chreis, Hermikonstrasse 68, Dübendorf  
044 820 00 44, [kunsteisbahn@sfd-ag.ch](mailto:kunsteisbahn@sfd-ag.ch), [www.sfd-ag.ch](http://www.sfd-ag.ch)

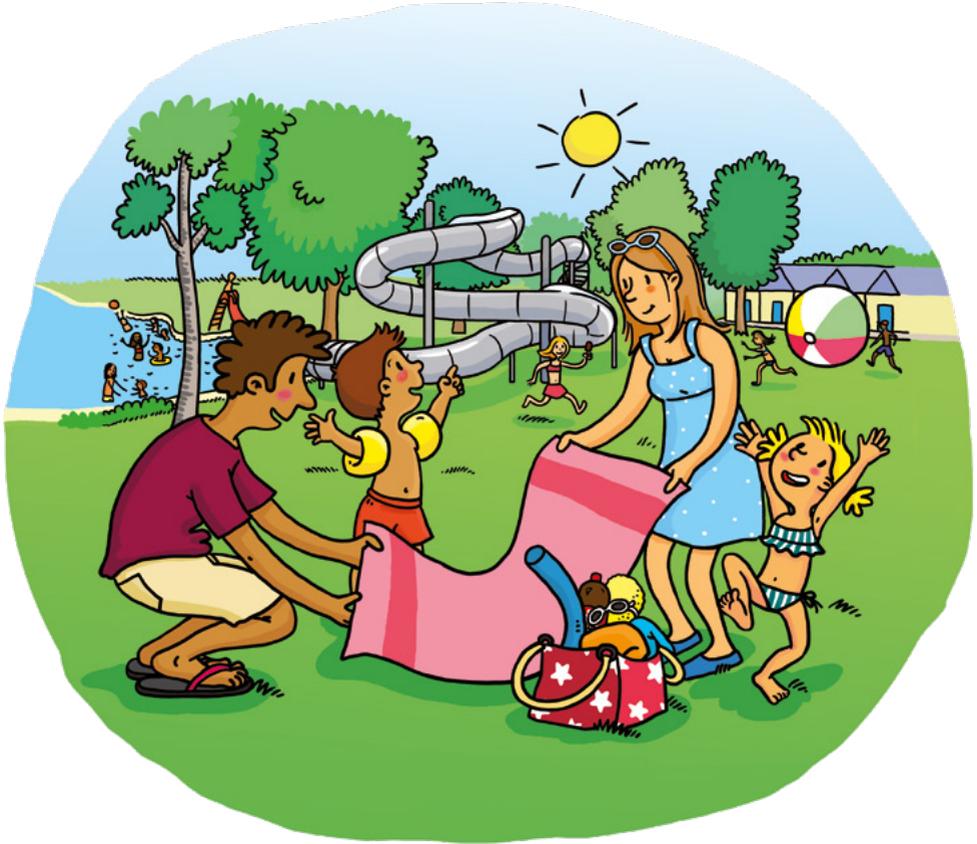
## **Freibad im Sommer**

Das grosse und moderne Freibad Oberdorf mit verschiedenen Schwimmbecken, Sprungturmanlage, Beachvolleyplätzen, Grillstellen und vielem mehr ist von Mai bis Oktober ein Anziehungspunkt für die Bevölkerung aus Dübendorf und der umliegenden Region. Der Betrieb gehört zur Sport- und Freizeitanlagen Dübendorf AG. Öffnungszeiten und Angebote sind auf der Website einsehbar.

## **Piscine découverte**

La superbe piscine extérieure rencontre un grand succès auprès des habitants de Dübendorf et de la région. Profitez de ses nombreux bassins pour toute la famille, des vastes pelouses, du restaurant et de l'espace barbecue. Pour les horaires d'ouverture et renseignements visitez le site web.

Freibad Oberdorf, Oberdorfstrasse 23, Dübendorf  
044 821 65 00, [freibad@sfd-ag.ch](mailto:freibad@sfd-ag.ch), [www.sfd-ag.ch](http://www.sfd-ag.ch)



## **Sport- und Freizeitanlagen Dübendorf AG**

Neben der Kunsteisbahn und dem Freibad betreibt die Sport- und Freizeitanlagen Dübendorf AG eine Minigolfanlage, Tennisplätze und Fussballplätze sowie die dazugehörenden Gastronomiebetriebe. Die SFD AG unterhält ausserdem einen frei zugänglichen schönen Spielplatz neben der Kunsteishalle. Informationen zu allen Anlagen finden Sie auf der Website.

## **Sport-und Freizeitanlagen Dübendorf**

En plus de la piscine et de la patinoire, le SFD AG vous propose un parcours de mini-golf, plusieurs cours de tennis et deux terrains de football, ainsi qu'une aire de jeux à coté de la patinoire. Le SFD AG gère également les restaurants sur place. Les informations sur toutes les structures sont publiées sur le site.

[www.sfd-ag.ch](http://www.sfd-ag.ch)

## **Hallenbäder**

Das Hallenbad für den Schwimmunterricht der Schülerinnen und Schüler verfügt über ein 25-Meter-Schwimmbecken und befindet sich in der Schulanlage Stägenbuck. Es gibt auch Öffnungszeiten für die Bevölkerung. In Wallisellen bietet das Water World in kurzer Gehdistanz vom Bahnhof ein 50-Meter-Schwimmbecken, Sprunganlagen, Kinderbecken, Rutschbahnen und einen Wellnessbereich. Zudem werden Schwimmkurse für Babys, Kinder und Erwachsene angeboten.

## **Piscines couvertes**

Essentiellement réservée aux scolaires, la piscine couverte de Stägenbuck, équipée d'un bassin de 25m, offre aussi des heures d'ouverture au public. Une piscine couverte de 50m très bien équipée avec bassins chauds bien-être et remous vous accueille également toute l'année à Wallisellen. Le centre propose également un groupe de bébés nageurs ainsi que des cours de natation pour enfants et adultes.

Hallenbad Stägenbuck, Lägerstrasse 15, Dübendorf  
044 823 10 53, [www.schule-duebendorf](http://www.schule-duebendorf) / Hallenbad

Water World Wallisellen, Alte Winterthurerstrasse 62, 8304 Wallisellen  
044 832 63 32, [info@sportanlagen-wallisellen.ch](mailto:info@sportanlagen-wallisellen.ch), [www.sportanlagen-wallisellen.ch](http://www.sportanlagen-wallisellen.ch)



### **Eltern-Kind-Turnen**

Die abwechslungsreichen geleiteten Lektionen wecken und fördern die Freude an der Bewegung. Kleine Kinder und Eltern spielen, turnen und bewegen sich zusammen. Für Kinder ab 3 Jahren bis Kindergarten Eintritt mit einem Elternteil.

### **Gymnastique parent-enfant**

Les exercices proposés éveillent et développent le plaisir de bouger. Les jeunes enfants et leurs parents y pratiquent une gymnastique ludique et complice avec un parent. Pour les enfants de 3 ans jusqu'à l'entrée en maternelle.

Turnhalle Schulhaus Dorf, Schulhausstrasse 5, Dübendorf  
Mittwoch, 10.00 – 11.00 Uhr  
Karin Fischer, 076 390 52 27, rkpfd.fischer@bluewin.ch

### **Kinderturnen**

Das Kinderturnen soll früh die Freude am Sport und am Vereinsleben vermitteln. Kinder werden ab dem 1. Kindergarten aufgenommen und wechseln später in die Mädchen- oder Jugendriege. Bei diesen Trainingseinheiten steht der Spassfaktor mit Spielen im Vordergrund, aber auch Geräteturnen, Koordinationsspiele, Leichtathletik, Bodenturnen und Gymnastik kommen nicht zu kurz.

### **Gymnastique pour les petits**

Les exercices proposés éveillent et développent le plaisir de bouger. Les jeunes enfants et leurs parents y pratiquent une gymnastique ludique et complice avec un parent. Pour les enfants de 3 ans jusqu'à l'entrée en maternelle.

kinderturnen.duebi@hotmail.com, www.tv-duebendorf.ch

## Öffentliche Spielplätze

Die Stadt Dübendorf unterhält einige schöne und mit vielen Geräten ausgestattete Spielplätze in den verschiedenen Ortsteilen.

## Aires de jeux publique

Vous trouverez diverses aires de jeux réparties dans toute la ville, avec bacs à sable, balançoires, jeux d'escalade, etc.

[www.duebendorf.ch](http://www.duebendorf.ch) / Verwaltung / Themen A-Z / Städtische Spielplätze

## Jugendverbände

Jugendverbände sind von Jugendlichen in Zusammenarbeit mit Erwachsenen geführte Organisationen, die sich für eine vielfältige Freizeit von Kindern und Jugendlichen engagieren. Jeweils an den Samstagnachmittagen werden Freizeitbeschäftigungen unternommen und in den Ferien Freizeitlager organisiert. Die Pfadis treffen sich jeden Samstag zu einem echten, kleinen Abenteuer. Der Cevi bietet jeden zweiten Samstag drei Stunden lang spannende Aktivitäten für Mädchen und Knaben ab Kindergartenalter an. Kontakte und Programme der drei Verbände in Dübendorf finden Sie auf den Websites.

## Associations de jeunesse

On recense trois associations de jeunesse à Dübendorf. Ce mouvement pédagogique réunit des garçons et filles de religions et d'âges variés partout à travers le monde. Les scouts se réunissent en général les samedis après-midi, des camps sont aussi proposés une ou deux fois par an. Un samedi sur deux, le Cevi vous propose un programme toujours différent, souvent en forêt, à l'intérieur par mauvais temps (durée 3h, dès le Kindergarten) pendant que le Pfadi St. Jakob et le Pfadi Gryfensee se réunissent tous les samedis pour des activités diverses en forêt.

Pfadi Gryfensee, [www.gryfensee.ch](http://www.gryfensee.ch)

Pfadi St. Jakob, [www.stjakob.org](http://www.stjakob.org)

Cevi Dübendorf, [www.cevi-duebendorf.ch](http://www.cevi-duebendorf.ch)



### **Familiengärten**

Der Verein für Familiengärten Dübendorf verfügt über acht Gartenareale mit über 200 Gartenparzellen. Interessenten finden auf der Website weiterführende Informationen und Anmeldeöglichkeiten.

### **Jardins familiaux**

L'Association des jardins familiaux dispose de huit zones de jardins avec plus de 200 parcelles. Les personnes intéressées sont invitées à contacter l'association ou à remplir en ligne le formulaire pour intégrer la liste d'attente.

Verein für Familiengärten Dübendorf  
[www.vfd.ch](http://www.vfd.ch)

# Musik

# Musique

## Musikschule

Die Musikschule Region Dübendorf bietet Instrumental- und Gesangsunterricht für Kinder, Jugendliche und Erwachsene in vielen Fachbereichen an. Sie organisiert und realisiert auch Konzerte, Workshops und Ferienlager. Wir haben drei Angebote für jüngere Kinder aufgelistet. Informationen und Preise findet man auf der Website.

## École de musique

Le conservatoire régional de musique de Dübendorf est ouvert aux enfants, aux jeunes et aux adultes qui veulent commencer ou poursuivre l'étude d'un instrument. L'école offre un large éventail de cours d'instruments, de chant et de musique d'ensemble. Elle promeut des initiatives comme des ateliers, des séminaires et des camps d'été. Visitez le site web pour plus d'informations.

Musikschule Region Dübendorf, Zwinggartenstrasse 28, Dübendorf  
044 801 10 70, musikschule@duebendorf.ch  
www.musikschuleduebendorf.ch

## Eltern-Kind-Singen

Dieses Angebot der Musikschule führt Eltern und ihre Kinder im Alter von eineinhalb bis 4 Jahren gezielt hin zum Singen und zur Musik. Auch Grosseltern sind willkommen.

## Chant parent-enfant

L'école de musique propose aux parents et à leurs tout-petits (d'un an et demi à quatre ans) de venir participer à l'éveil musical par le chant. Les grands-parents sont les bienvenus.



## **Musik und Bewegung für Kindergartenkinder**

Für Kindergartenkinder im 1. Jahr bietet die Musikschule den «Rhythmik-Garten», für Kinder im 2. Jahr den «Musik-Kindergarten» an. Die Kinder bewegen sich, singen und musizieren. Dadurch werden Beweglichkeit, Motorik, Wahrnehmung und Sozialkompetenzen gefördert.

## **Musique et rythme pour les petits**

Deux formations précoces sont proposées par l'école de musique: «Jardin rythmique» et «Musique en maternelle» pour les élèves de première et deuxième année de Kindergarten.

## **Kinderchor «Animato»**

Für singbegeisterte Kinder der 1. bis 6. Klasse bietet die Musikschule Dübendorf den Kinderchor «Animato» an.

## **Chorale pour enfants**

Chanteurs amateurs de la 1ère à la 6ème classe, la chorale d'enfants «Animato» est faite pour vous. Plus d'informations sur le site web.

## **Musikvereine**

### **Associations de musique**

[www.stadtmusik-duebendorf.ch](http://www.stadtmusik-duebendorf.ch)  
[www.jugendmusik-duebendorf.ch](http://www.jugendmusik-duebendorf.ch)

# Kreatives

## Loisirs créatifs

### **Keramik malen**

Im Keramikstudio gibt es eine grosse Auswahl an Geschirr, Gebrauchsgegenständen und Dekorationsartikeln aus Keramik, die mit über 60 verschiedenen Farben bemalt werden können. Im Atelier finden Workshops und Anlässe statt, und Kinder können dort einen kreativen Geburtstag feiern.

### **L'atelier céramique**

L'atelier vous propose de décorer avec plus de 60 couleurs différentes un grand nombre d'objets décoratifs, d'ustensiles ou de la vaisselle. On peut y fêter des anniversaires créatifs et acheter des bons cadeaux pour des cours.

Keramik- und Malstudio Fүүwärch, Untere Geerenstrasse 2, Dübendorf  
076 559 01 18, [info@fire-works.ch](mailto:info@fire-works.ch), [www.fire-works.ch](http://www.fire-works.ch)

### **Töpfer- und Holzwerkstatt**

Der Werkraum Dübendorf bietet eine Töpfer- und Holzwerkstatt für Kinder und Erwachsene an. Informationen und Öffnungszeiten sind auf der Website ersichtlich.

### **Atelier poterie et bois**

Un atelier poterie et un atelier bois sont ouverts aux enfants et aux adultes. Toutes les informations sont publiées sur le site.

Werkraum Dübendorf, Bettlistrasse 22, Dübendorf  
044 821 93 59, [werkraum@duebendorf.ch](mailto:werkraum@duebendorf.ch), [www.werkraum-duebendorf.ch](http://www.werkraum-duebendorf.ch)



# Kulturelle Angebote

## Offres culturelles

### **Kulturzentrum Obere Mühle**

Die Obere Mühle ist ein Kultur- und Begegnungszentrum mit vielfältigem Programm wie Konzerten, Lesungen, Kabarettabenden, Ausstellungen, Flohmarkt, Dreikönigs- und Sommerfest. Es finden auch Konzerte und Theatervorstellungen speziell für Kinder und Familien statt. In der Oberen Mühle können Räume für öffentliche oder private Anlässe gemietet werden.

Die Wirtschaft zur Oberen Mühle ist von Dienstag bis Samstag und während der Veranstaltungen offen.

### **Centre culturel Obere Mühle**

Le centre culturel Obere Mühle programme des concerts, des pièces de théâtre, des expositions, divers festivals, brocantes et autres activités pour petits et grands. On peut y louer des salles pour des réunions, des anniversaires ou des fêtes privées.

Le restaurant «Wirtschaft zur Oberen Mühle» est ouvert du mardi au samedi et pendant les diverses manifestations culturelles. Pour des informations complémentaires, consultez le programme sur le site web.

Kulturzentrum Obere Mühle, Oberdorfstrasse 15, Dübendorf  
044 820 17 46, kultur@oberemuehle.ch, www.oberemuehle.ch

Restaurant Wirtschaft zur Oberen Mühle  
044 500 42 14, info@wirtschaft-zur-oberen-muehle.ch  
www.oberemuehle.ch / Wirtschaft

## **Kino Orion**

Das Kino Orion zeigt am Samstag und am Sonntag einen Kinder- oder Familienfilm. Im Familienticket (gilt auch für Grosseltern, Gotte und Götti) sind Popcorn für alle inbegriffen. Das Kino veranstaltet zudem Lesungen, Konzerte, Partys und weitere Anlässe. Kinder können im oberen Bereich ihren Geburtstag feiern und mit ihren Gästen zum vergünstigten Gruppenpreis den Film schauen. Das Kino und das Foyer können für geschlossene Gesellschaften gemietet werden. Informationen sowie das aktuelle Programm finden Sie auf der Website.

## **Cinéma Orion**

Le cinéma Orion programme des films en VO avec sous-titres en français et allemand. Chaque semaine un film pour enfants est proposé (en version allemande). Le billet familial est avantageux, le pop-corn est compris. Des concerts live sont également organisés, ainsi que des soirées disco et d'autres événements. Consultez la page web pour le programme complet.

Kino Orion, Neuhofstrasse 23, Dübendorf  
044 821 90 60, [info@kino-orion.ch](mailto:info@kino-orion.ch), [www.kino-orion.ch](http://www.kino-orion.ch)

## **Kulturangebote**

Kikuka steht für Kinder Kultur Kalender. Auf dieser Plattform finden Familien Kulturveranstaltungen in der Stadt Zürich, die sich speziell an Kinder richten. Auf den unten aufgeführten Websites erfahren Sie mit einem Klick Neues aus den Bereichen Theater, Musik, Film, Tanz, Literatur, Museum, Zirkus und vieles mehr.

## **Offres culturelles**

Le mot Kikuka est une abréviation pour Kinder Kultur Kalender. Sur les deux sites internet indiqués vous trouverez une grande offre artistique et culturelle dédiée spécialement aux enfants, ados et familles dans la ville et le canton de Zurich comme du théâtre, de la musique, du cinéma, de la littérature, de la danse, des musées, du cirque et plus encore.

[www.kikuka.ch](http://www.kikuka.ch)  
[www.kulturvermittlung-zh.ch](http://www.kulturvermittlung-zh.ch)



# Aktivitäten in den Schulferien

## Activités hors période scolaire

Kirchen, Vereine und andere Institutionen bieten viele Ferienaktivitäten für Kinder und Jugendliche an. Nachfolgend sind einige Angebote aufgelistet, die in Dübendorf und Umgebung stattfinden.

Différentes institutions et associations organisent des activités pendant les vacances scolaires, quelques-unes sont répertoriées ci-dessous.

### **Ferienhort der Primarschule**

Die Kinderhorte Högler und Zwinggarten sind in den Schulferien geöffnet und stellen die Ferienbetreuung der Hortkinder sicher. Alle Horte sind in den mittleren drei Sommerferienwochen und in den Weihnachtsferien geschlossen.

### **Garderie de l'école**

La garderie «Hort» de l'école primaire est ouverte aux élèves qui sont inscrits tout au long de l'année, et ce également pendant les vacances scolaires. Fermeture de trois semaines durant les vacances d'été et pendant les fêtes de Noël.

[www.schule-duebendorf.ch](http://www.schule-duebendorf.ch) / Kinderhort

## **Sport- und Freizeitcamp Dübendorf**

Die Sport- und Freizeitanlagen Dübendorf AG bietet unter professioneller Leitung ein abwechslungs- und bewegungsreiches Programm in der ersten, zweiten und letzten Sommerferienwoche an. Die Kinder werden von Montag bis Freitag von 08.00 bis 17.00 Uhr betreut.

## **Camps sportifs Dübendorf**

Le Sport- und Freizeitanlagen Dübendorf AG propose des camps sportifs pendant les vacances d'été du lundi au vendredi de 08h00 à 17h00. Les enfants y pratiquent de nombreux sports sous la supervision de professionnels.

[www.sfd-ag.ch](http://www.sfd-ag.ch) / Freizeit

## **Ferienpass**

Während der fünf Wochen Sommerferien bietet der Zürcher Verkehrsverbund Kindern und Jugendlichen den ZVV-Ferienpass für 25 Franken an. Damit geniessen sie freie Fahrt mit allen öffentlichen Verkehrsmitteln im ganzen Kanton und profitieren von vielen Vergünstigten und kostenlosen Eintritten in Museen, Freibäder und in den Zoo Zürich.

## **Abonnement Ferienpass**

Pendant les vacances d'été, le réseau de transport de Zurich (ZVV) offre aux jeunes l'abonnement ferroviaire «Ferienpass» pour voyager partout dans le canton et profiter d'une foule d'avantages tels que l'entrée libre dans les piscines, les musées, au zoo de Zurich, etc. L'abo coûte 25 francs.

[www.zvv.ch/ferienpass](http://www.zvv.ch/ferienpass)



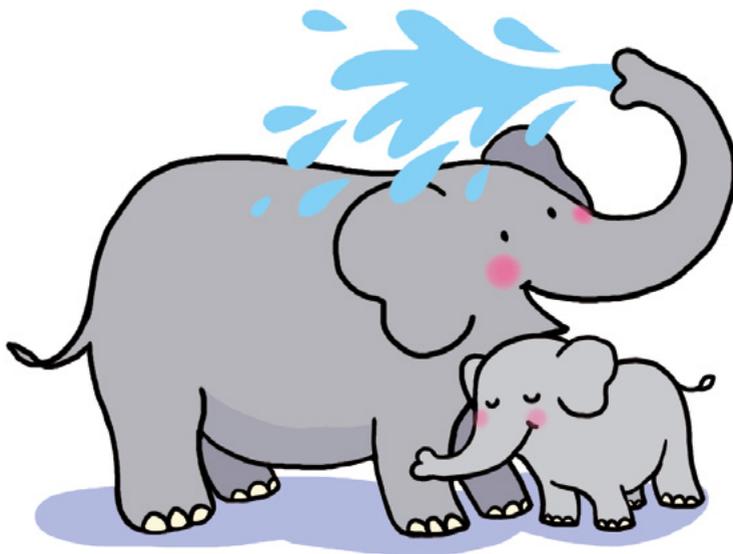
## Ferienplausch

Der Ferienplausch Bezirk Uster bietet während der Sommerferien ein vielfältiges Programm für Kinder und Jugendliche in unserer Region an. Die Kurse sind anmeldepflichtig und jeweils ab Mai auf der Website zu finden.

## Ferienplausch

Le «Ferienplausch» est un programme régional pour enfants pendant les vacances d'été qui propose de nombreux cours et ateliers dans toute la région. Inscription à l'avance. Programme en ligne dès fin mai.

[www.ferienplausch-uster.ch](http://www.ferienplausch-uster.ch)



## **Erlebniswoche in den Frühlingsferien**

In der ersten Frühlingsferienwoche können Kinder ab dem 2. Kindergarten bis zur 6. Klasse mit Gleichaltrigen spannende Nachmittage auf der Wiese des Freibades Dübendorf erleben. Sie spielen, basteln und lernen biblische Geschichten kennen. Das Angebot ist für Kinder aus allen Kulturen und Religionen offen. Weitere Infos zur Erlebniswoche und deren Veranstalter finden Sie auf der Website.

### **Camp de printemps «Erlebniswoche»**

La «semaine de la découverte» est destinée aux enfants du 2ème Kindergarten jusqu'à la 6ème classe. Encadrés par des animateurs, elle est organisée pendant la première semaine des vacances de printemps et se tient sur les pelouses de la piscine de plein air. Les enfants jouent, bricolent, partent en excursion et écoutent des histoires tirées de la bible. Les activités sont ouvertes aux enfants de toutes cultures et religions. Pour plus d'informations, sur le programme et les organisateurs visitez le site web.

[www.erlebniswoche.ch](http://www.erlebniswoche.ch)

## **Pro Juventute Feriencamps**

In den Schulferien organisiert die Pro Juventute Ferienprogramme für Kinder und Jugendliche. Besuchen Sie die Website für mehr Informationen.

### **Camps Pro Juventute**

Juventute est un organisme dédié à la jeunesse. Il organise notamment des programmes d'activités pour enfants et ados pendant les vacances scolaires. Plus d'infos sur le web.

[www.projuventute.ch](http://www.projuventute.ch)



## Jugendsportcamps

Das Sportamt des Kantons Zürich führt jedes Jahr etwa 30 Jugendsportcamps mit über 1300 teilnehmenden Kindern und Jugendlichen durch. Die Kinder und Jugendlichen werden von ausgebildeten Leiterteams begleitet. Dank den Subventionen des Kantons und J+S-Bundesgeldern sind die Sportcamps preiswert. Das Programm wird auf der Website veröffentlicht.

## Terrain multisports

Le département du sport du canton de Zurich mette à disposition annuellement environ 30 terrains multisports pendant les vacances scolaires. Grâce à cela, plus de 1300 enfants et jeunes prennent part à des camps sportifs encadrés. Les subventions cantonales garantissant des prix modérés. Pour informations visitez le web.

Sportamt des Kantons Zürich, 043 259 52 52  
 info@sport.zh.ch, www.sport.zh.ch

## Ferriencamp Milandia

Die Wochencamps Milandia werden in den Frühlings-, Sommer- und Herbstferien mit professioneller Betreuung von Montag bis Freitag, zwischen 09.00 und 16.00 Uhr durchgeführt. Die Ferriencamps richten sich an Kinder von 5 bis 13 Jahren und bieten ein polysportives Angebot wie Hochseilpark, BMX, Fussball, Baseball, Unihockey, Frisbee, Minigolf, Schwimmen und vieles mehr. Informationen findet man auf der Website.

## Camps multisports Milandia

Le centre sportif Milandia à Greifensee organise des camps multisports pendant les vacances scolaires. Ceux-ci accueillent des enfants de 5 à 13 ans et proposent du football, du baseball, du hockey, frisbee, natation, mini-golf, accrobranche, etc. Consultez le web pour les infos.

[www.milandia.ch](http://www.milandia.ch)

## **Schneesportlager der Schulen**

An den Schneesportlagern der Primarschule können Schülerinnen und Schüler der 5. und 6. Klasse teilnehmen. Die Wintersportlager der Sekundarschule stehen allen drei Klassenstufen zur Verfügung.

## **Camps d'hiver scolaires**

Les enfants de 5ème et 6ème classe en primaire et les élèves de l'école secondaire peuvent participer une fois par an à une semaine de sports d'hiver afin d'apprendre à skier, à faire du snowboard ou pour améliorer leur technique.

[www.schule-duebendorf.ch](http://www.schule-duebendorf.ch) / Aktuelles / News

[www.sekundarschule-duebendorf.ch](http://www.sekundarschule-duebendorf.ch) / Schulische Angebote

## **Kinderwinterlager**

Der Verein KiWiLa «Kinderwinterlager» bietet in den Sportferien für Schulkinder im Alter von 7 bis 11 Jahren ein Schneesportlager an. Die Kinder können das Skifahren oder Snowboarden erlernen oder ihre bereits erworbenen Fähigkeiten verbessern. Informationen findet man auf der Website.

## **Séjour de ski pour enfants**

L'association «Kinderwinterlager» organise traditionnellement un séjour de ski pendant les vacances d'hiver pour les élèves de 7 à 11 ans. Les participants y pratiquent le ski et le snowboard. Infos sur le web.

[www.kiwila.ch](http://www.kiwila.ch)



## Ideen für Ausflüge in der ganzen Schweiz

Auf diesen Websites können Sie nach Regionen Ausflüge für die ganze Familie suchen. Sie werden staunen über die grosse Anzahl spannender Angebote.

### Excursions et activités en toute la Suisse

Les sites suivants vous proposent un grand nombre de sorties familiales en tous genre dans notre région et dans toute la Suisse.

[www.freizeit.ch](http://www.freizeit.ch)

[www.wanderungen.ch](http://www.wanderungen.ch)

## Ideen für Ausflüge in der Region

Kennen Sie das Sauriermuseum in Aathal oder haben Sie das Technorama in Winterthur schon besucht? Waren Sie schon einmal mit ihren Kindern in der Kindercity oder im Zoo Zürich? Das Kunsthaus Zürich und viele Museen bieten spezielle Angebote für Kinder und Familien. Wir haben für Sie ein paar Ideen aufgelistet.

### Excursions familiales aux alentours

Le musée des dinosaures à Aathal et le Technorama de Winterthur enchanteront vos enfants, de même que le zoo de Zürich ou celui de Rapperswil. Le Kunsthaus de Zurich propose des visites et des ateliers dédiés aux enfants. Consultez les sites ci-indiqués pour d'autres idées de sorties en famille.

Dinosauriermuseum Aathal

Hochseilpark Milandia Greifensee

Kindercity Volketswil

Knies Kinderzoo Rapperswil

Kunsthaus Zürich

Technorama Winterthur

Zoo Zürich

[www.sauriermuseum.ch](http://www.sauriermuseum.ch)

[www.milandia.ch](http://www.milandia.ch)

[www.kindercity.ch](http://www.kindercity.ch)

[www.knieskinderzoo.ch](http://www.knieskinderzoo.ch)

[www.kunsthhaus.ch](http://www.kunsthhaus.ch)

[www.technorama.ch](http://www.technorama.ch)

[www.zoo.ch](http://www.zoo.ch)

# Angebote der Landeskirchen

## Projets des Églises

Die nachfolgenden Angebote der reformierten und der katholischen Kirche sind für alle Einwohnerinnen und Einwohner offen, unabhängig derer Kultur oder Religion. Die zwei Kirchgemeinden bieten Kinder-, Jugend- und Familienarbeit an und organisieren offene Treffs, Freizeitangebote, Ausflüge und Ferienlager für Kinder und Jugendliche. Die Sozialarbeitenden beraten in schwierigen Lebenssituationen persönlich und lösungsorientiert. Die Kirchen vermieten Räume für gemeinschaftliche Anlässe. Angebote, Projekte und Veranstaltungen werden auf den jeweiligen Websites publiziert.

L'église catholique et l'église protestante de Dübendorf organisent des événements, des cours et des ateliers ouverts aux personnes de toutes les confessions. Elles programment également des camps pour les enfants et les adolescents pendant les vacances. Les deux paroisses offrent aussi de l'aide aux personnes en difficulté. Les informations sur événements, projets, location de salles etc. sont disponibles sur internet.



# Reformierte Kirche

## Église protestante

Evangelisch-reformierte Kirchgemeinde, Kirchengemeindehaus ReZ  
 Bahnhofstrasse 37, Dübendorf, 044 801 10 10, sekretariat@rez.ch  
 www.rez.ch

### Singen für Eltern und Kleinkinder

Für Kinder bis 4 Jahre mit einer Begleitperson. Zusammen singen, lachen, tanzen und einen Znüni essen.

### Chanter avec les petits

Pour les parents et les enfants jusqu'à 4 ans: Partagez le plaisir de chanter, danser, rire et savourer ensemble la collation du matin.

### Fiire mit de Chliine

Eltern feiern gemeinsam mit ihren kleinen Kindern bis 5 Jahre. Sie singen Lieder und hören berührende Bibelgeschichten.

### Célébrer avec les petits

Parents avec leurs enfants jusqu'à 5 ans se réunissent autour d'une histoire biblique qui ouvre le cœur.

### Kiki

Dieses Angebot richtet sich an Kinder von 5 bis 12 Jahren, die zusammen einen erlebnisreichen Tag verbringen. Gemeinsam hören sie biblische Geschichten, basteln, singen, lachen, essen etwas Feines und vieles mehr.

### Kiki

Kiki accueille les enfants de 5 à 12 ans. Ensemble on écoute des histoires bibliques, on joue, on bricole et on goûte.

## **Roundabout**

Regelmässiges Streetdance-Training, Freundschaften pflegen und vieles mehr für Mädchen ab 12 Jahren.

## **Roundabout**

Le cours de street dance pour les filles de 12 ans et plus. Pour danser, pratiquer une activité physique régulière, être ensemble et laisser s'épanouir des amitiés.

## **Mitsingwiehnacht**

Jedes Jahr werden Ende Oktober die Rollen für das Weihnachtstheater verteilt. Danach wird geprobt und gestaltet, damit die Aufführung ein grosser Erfolg wird.

## **Chanter Noël**

Les rôles pour le spectacle de Noël sont distribués chaque année à la fin du mois d'octobre. Participez aux répétitions et la création de la scénographie jusqu'à la représentation finale.

## **Basar**

Am ersten Wochenende im November findet im ReZ ein Basar mit vielen Verkaufsständen, Raclette-Stübli und einem Kinderprogramm statt.

## **Bazar**

Dans le centre ReZ chaque premier weekend de novembre l'église organise son «Basar». Vous y trouverez un petit marché, des animations pour enfants, une cafétéria et une salle pour déguster une raclette.



# Katholische Kirche

## Église catholique

Römisch-katholische Kirchgemeinde, Sekretariat Pfarramt  
Neuhausstrasse 34, Dübendorf, 043 355 12 30, pfarramt@kath-dfs.ch  
www.kath-dfs.ch

### **Church Lounge**

Raum für Jugendliche mit Sofas, Bar, Billardtisch, Tischfussball und vielem mehr.

### **Church Lounge**

Foyer pour adolescents situé au rez-de-chaussée du centre paroissial Leepünt, équipé d'un bar, d'une table de billard et d'un baby-foot.

### **Hip-Hop-Kurs**

Regelmässig wird für Schülerinnen der Mittelstufe ein Hip-Hop-Kurs mit professioneller Leitung angeboten.

### **Cours Hip-Hop**

Pour les filles de la 4ème à la 6ème classe primaire, cours d'hip hop animés par une professionnelle.

### **Kinderflohmi**

Im Frühling und im Herbst organisiert der Katholische Frauenverein im Zentrum Leepünt einen Kinderflohmarkt.

### **Vide grenier des enfants**

La mission catholique organise au printemps et en automne un marché aux puces pour les enfants dans la paroisse Leepünt.

### **Geschenk-Tausch-Aktion**

In der vorweihnachtlichen Zeit organisiert die Pfarrei eine Geschenk-Tausch-Aktion für Kinder von 0 bis 12 Jahre. Kinder bringen ihre gebrauchten, gut erhaltenen Spielsachen mit und tauschen sie gegen andere ein.

### **Bourse aux jouets**

Pendant les semaines qui précèdent l'Avent les enfants apportent des jouets en bon état et lors d'un après-midi en décembre ils les échangent contre d'autres.

### **Krippenfeier**

Ab Herbst üben interessierte Kinder ein Krippenspiel für die Weihnachtsfeier an Heiligabend in der Kirche ein.

### **Spectacle de la Nativité**

A partir d'octobre, les enfants qui le souhaitent préparent un spectacle autour de la nativité pour le présenter la veille de Noël à l'église catholique.



## **Migrantenseelsorge in verschiedenen Sprachen**

Gottesdienste und Adressen der Migrantenseelsorgen der katholischen Kirche im Kanton Zürich in vielen Fremdsprachen.

[www.zh.kath.ch / seelsorge-soziales / migrantenseelsorge](http://www.zh.kath.ch/seelsorge-soziales/migrantenseelsorge)

## **Missions catholiques de langues différentes**

### **Französisch**

Albanisch  
Englisch  
Kroatisch  
Polnisch  
Portugiesisch  
Slowenisch  
Spanisch  
Ungarisch

### **[www.mission-zurich.ch](http://www.mission-zurich.ch)**

[www.misioni.ch](http://www.misioni.ch)  
[www.englishmission.ch](http://www.englishmission.ch)  
[www.hkmzuerich.ch](http://www.hkmzuerich.ch)  
[www.polskamisja.ch](http://www.polskamisja.ch)  
[zh.missaocatolica.ch](http://zh.missaocatolica.ch)  
[www.slomisija.ch](http://www.slomisija.ch)  
[www.misioncatolica.ch](http://www.misioncatolica.ch)  
[www.ungarn-mission.ch](http://www.ungarn-mission.ch)



## **Beratung für Eltern und Kinder**

## **Conseils pour parents et enfants**

### **Kinder- und Jugendhilfezentrum (kjj)**

Das Kinder- und Jugendhilfezentrum Dübendorf berät Eltern bei Fragen zur Erziehung und zum Familienalltag. Die Beratungen sind vertraulich und kostenlos. Termine mit der Fachperson Erziehung nach Vereinbarung.

### **Centre de compétence pour parents (kjj)**

Le centre kjj de Dübendorf conseille les parents sur toute question éducative ou de la vie quotidienne. Consultations confidentielles et gratuites sur rendez-vous.

kjj Dübendorf, Wallisellenstrasse 5, Dübendorf  
043 259 76 77, [kjj.duebendorf@ajb.zh.ch](mailto:kjj.duebendorf@ajb.zh.ch), [www.ajb.zh.ch](http://www.ajb.zh.ch)



### **Mütter- und Väterberatung (kjj)**

Die Mütter- und Väterberaterinnen stehen während der Öffnungszeiten für persönliche Gespräche zur Verfügung. Sie beraten Eltern zu Themen rund um ihr Kleinkind ab Geburt bis 3 Jahre (wie Stillen, Ernährungsumstellung, Schlaf-Rhythmus). Mütter und Väter können mit ihren Kindern vorbeikommen, eine Anmeldung ist nicht nötig, die Beratung ist gratis.

Dienstag und Donnerstag, 13.30 – 16.30 Uhr  
im Familienzentrum, Wallisellenstrasse 5a, Dübendorf

Telefonische Beratung: 044 259 76 70, täglich 08.30 – 10.30 Uhr, ausser Dienstag

### **Conseils aux parents de tout-petits (kjj)**

Les consultants pour parents dispensent leurs conseils sur les questions relatives à leur tout-petit (0 à 3 ans) et répondent à leurs interrogations. Les mardi et jeudi, de 13h30 à 16h30 dans le Familienzentrum. Gratuit, sans rendez-vous.

Renseignements téléphoniques: 044 259 76 70, tous les jours de 08h30 à 10h30, sauf le mardi

### **Alimentenhilfe**

Wenn die Kinderalimente nicht oder unvollständig bezahlt werden, können Sie sich an die Alimentenhilfe wenden.

### **Recouvrement des pensions alimentaires**

Aide gratuite au recouvrement ou avance des contributions d'entretiens pour enfants.

Amt für Jugend und Berufsberatung, Alimentenhilfe  
Spitalstrasse 3, Postfach 1499, 8620 Wetzikon  
043 259 80 80, alh.ost@ajb.zh.ch

## Schulpsychologischer Dienst

Der Schulpsychologische Dienst (SPD) ist ein kostenloses Angebot der Primar- und Sekundarschule. Der Dienst berät und begleitet bei erzieherischen, emotionalen und schulischen Schwierigkeiten. Dies umfasst Fragen im Zusammenhang mit Lern- und Leistungsschwierigkeiten, Schulfähigkeit, Begabungsniveau oder Entwicklungsschwierigkeiten. Als Grundlage dient meist eine diagnostische Abklärung.

## Service de psychologie scolaire

Le psychologue scolaire conseille et aide les élèves de l'école primaire en cas de difficultés éducatives ou personnelles. Tous les problèmes liés à l'apprentissage et à la performance, aux capacités scolaires, aux difficultés de développement ou aux difficultés psychologiques sont de son ressort.

## Schulpsychologischer Dienst Dübendorf

### Primar- und Sekundarschule

Zwinggartenstrasse 24, Dübendorf, 043 343 50 60

[www.schule-duebendorf.ch](http://www.schule-duebendorf.ch) / Dienste

[www.sekundarschule-duebendorf.ch](http://www.sekundarschule-duebendorf.ch) / Sozialdienste





## Schulsozialarbeit

Die Schulsozialarbeit (SSA) ist ein Angebot der Volksschule. Sie berät und begleitet bei sozialen oder erzieherischen Problemen und vermittelt an andere Dienste oder Hilfsangebote. Ziel ist es, das persönliche, schulische und soziale Wohlbefinden der Schülerinnen und Schüler und die Arbeit der Lehrpersonen zu unterstützen. Für Kinder und Jugendliche ist die SSA leicht zugänglich. Auch Eltern können sich direkt an die SSA wenden.

## Assistance sociale scolaire

L'assistance sociale scolaire conseille et accompagne les familles qui rencontrent des problèmes sociaux et éducatifs et intervient auprès d'autres services sociaux. L'objectif est le bien-être personnel, éducatif et social des élèves. Pour les enfants et les adolescents, la SSA est facilement accessible au sein de l'établissement et les parents peuvent aussi la contacter directement.

## Schulsozialarbeit Primarschule

Schulhaus Högler, Zimmer 30, Wasserfurrenstrasse 7, Dübendorf  
044 822 47 22, [schulsozialarbeit@duebendorf.ch](mailto:schulsozialarbeit@duebendorf.ch)  
[www.schule-duebendorf.ch](http://www.schule-duebendorf.ch) / Dienste

## Schulsozialarbeit Sekundarschule

Schulen Grüze 1–4 und Grüze 5–7  
Neuhausstrasse 23, Dübendorf, im Schulgebäude Nr. 2  
043 355 22 36  
  
Schule Stägenbuck  
Zwinggartenstrasse 26, Dübendorf, 2. Stock, Zimmer 28  
044 823 10 39  
[www.sekundarschule-duebendorf.ch](http://www.sekundarschule-duebendorf.ch) / Sozialdienste

## **Berufs- und Informationszentrum (biz)**

Unterstützung bei Berufs- und Studienwahl sowie bei der Gestaltung der beruflichen Laufbahn. Infothek mit Informationen zu Aus- und Weiterbildungen und zu weiteren Themen rund um die Arbeit und den Beruf. Die Infothek ist während der Bürozeiten offen. Persönliche Termine nach Vereinbarung.

## **Service d'orientation professionnelle**

Le bureau d'information (biz) aide activement à l'orientation professionnelle des personnes en mettant à disposition toutes les infos sur l'éducation et la formation en Suisse. Une infothèque très complète est à disposition sur place, pendant les heures de bureau. Consultations personnelles sur rendez-vous.

biz Uster, Brunnenstrasse 1, 8610 Uster  
043 258 49 00, [www.bizuster.zh.ch](http://www.bizuster.zh.ch)

## **Beratung zur Lehre**

Fachstelle der reformierten und katholischen Kirche im Kanton Zürich für Fragen zur beruflichen Grundbildung. Sie steht Lernenden, Eltern und Ausbildungsbetrieben offen, ist unabhängig, überkonfessionell, vertraulich und kostenlos.

## **Questions sur l'apprentissage**

Ce service répond aux questions des jeunes sur la formation professionnelle et les aide face aux problématiques rencontrées au cours de leur apprentissage. Il est ouvert aux apprentis, à leurs parents et aux instituts d'apprentissage. La consultation est indépendante, confidentielle et gratuite.

Beratungsstelle Kabel, Brunnenstrasse 1, 8610 Uster  
044 994 13 62, [www.lehrlinge.ch](http://www.lehrlinge.ch)



# Beratung in schwierigen Situationen

## Conseils en situations difficiles

### Die dargebotene Hand

Manchmal möchte man mit jemandem reden. Die dargebotene Hand ist anonym, kompetent und immer für Sie da! Wählen Sie die Telefonnummer 143. Um zu chatten oder eine E-Mail zu schreiben, besuchen Sie die Website **www.143.ch**.

### La Main Tendue

Parfois on aimerait parler avec quelqu'un. La Main Tendue est anonyme, compétente et toujours là pour vous. Composez le numéro 143. Pour chatter où écrire un mail consulter le site **www.143.ch**.

### Notruf 117

Wenn Sie oder Ihre Kinder sich in einer akuten Gewaltsituation befinden, rufen Sie sofort die Polizei unter der Nummer 117 an.

### Appel d'urgence 117

Si vous ou vos enfants êtes victimes de violences graves, appelez immédiatement le numéro d'urgence de la police 117.

# Soforthilfe für Kinder und Jugendliche

## Aide immédiate aux enfants et jeunes

### Notruf für Kinder und Jugendliche

Wenn immer du Hilfe oder einen Tipp brauchst. Zögere nicht uns zu kontaktieren!  
Unsere Beratungen sind vertraulich und kostenlos. [www.147.ch](http://www.147.ch)

### Centre d'appel et d'aide pour enfants et jeunes

Si tu as des problèmes et que personne ne peut t'aider, appelle-nous sans hésiter,  
numéro gratuit. [www.147.ch](http://www.147.ch)

### Telefon 147

#### Ruf auf 147 an.

Wir sind rund um die Uhr an  
7 Tagen pro Woche für dich da.

**Appelle le 147**, nous sommes là  
7 jours sur 7 et 24 heures sur 24.

### SMS an 147

#### Sende eine SMS an 147.

Wir antworten innerhalb von 2 Tagen.

**Tu peux aussi nous contacter par sms**,  
nous te répondons dans les 2 jours.

### Chat 147

**Chatte mit uns!** Montag bis Samstag,  
von 18.00 – 21.00 Uhr, am Sonntag  
von 16.00 – 18.00 Uhr.

#### Tu préfères qu'on chatte?

Du lundi au samedi de 18h00 à 21h00,  
le dimanche de 16h00 à 18h00.

### E-Mail an 147

#### Schicke uns eine E-Mail.

Wir antworten innerhalb von 3 Tagen.

**beratung@147.ch**

**Si tu veux nous envoyer un mail**,  
nous te répondons dans les 3 jours.



## Mädchenhaus

Das Mädchenhaus bietet Hilfe, Schutz und Zuflucht für Mädchen und junge Frauen, die von physischer, psychischer und/oder sexueller Gewalt in ihrer Familie oder ihrem nahen sozialen Umfeld betroffen sind. Vorübergehende Unterkunftsmöglichkeit und professionelle Beratung. Für Mädchen und Frauen zwischen 14 und 20 Jahren.

## Foyer pour jeunes filles

Ce refuge pour jeunes filles fournit de l'aide et un abri sûr aux jeunes femmes victimes de violences physiques, psychologiques et/ou sexuelles dans leur famille ou leur environnement social proche. Hébergement temporaire et conseil professionnel pour les filles entre 14 et 20 ans.

Mädchenhaus Zürich, Postfach 1923, 8031 Zürich  
info@maedchenhaus.ch, www.maedchenhaus.ch  
044 341 49 45 oder 079 478 46 79 (24h, 365 Tage)

## Schlupfhuus für Jugendliche

Brauchst du jemanden, der dir zuhört? Siehst du keine andere Möglichkeit, als von Zuhause weg zu gehen? Bist du Opfer von körperlicher, psychischer oder sexueller Gewalt geworden? Melde dich bei uns! Wir sind jeden Tag während 24 Stunden erreichbar. Für männliche und weibliche Jugendliche zwischen 13 und 18 Jahren.

## Refuge pour les ados

Tu as besoin de quelqu'un qui t'écoute? Tu ne vois pas d'autre possibilité que de quitter la maison? Tu es victime de violence physique, psychologique ou sexuelle? Contacte-nous. Nous sommes là pour toi tous les jours 24 heures sur 24. Pour les adolescents de 13 à 18 ans.

Schlupfhuus, Schönbühlstrasse 8, 8032 Zürich  
beratung@schlupfhuus.ch, www.schlupfhuus.ch  
043 268 22 66 (24h, 365 Tage)

**Pro Juventute**

Information und Beratung von Kindern, Jugendlichen und Familien. In den Schulferien organisiert die Pro Juventute Ferienprogramme für Kinder und Jugendliche.

**Pro Juventute**

L'organisme dédié à la jeunesse. Il organise notamment des programmes d'activités pour enfants et ados pendant les vacances scolaires.

[www.projuventute.ch](http://www.projuventute.ch)



# Soforthilfe für Eltern

## Aide immédiate aux parents

### Elternnotruf an 365 Tagen

Der Elternnotruf hilft bei Erziehungsfragen, Krisen oder Konflikten in der Familie. Er unterstützt, wenn Situationen eskalieren, bei Konfliktsituationen oder wenn es zu psychischer, körperlicher oder sexueller Gewalt kommt. Eine persönliche Beratung ist in der Stadt Zürich möglich. Kostenlos, professionell und diskret. An 365 Tagen rund um die Uhr erreichbar.

### Aide pour parents 365 jours

La ligne d'urgence pour les parents a pour but d'aider les familles en cas de crise, de conflits ou de problèmes éducatifs. Elle s'emploie à désamorcer les situations qui dégénèrent et à dénoncer tout type de violences (mentales, physiques ou sexuelles). Consultation personnelle possible à Zurich. Gratuit, professionnel et confidentiel, disponible à toute heure 365 jours par an.

Elternnotruf Zürich, Weinbergstrasse 135, 8006 Zürich  
0848 35 45 55, 24h@elternnotruf.ch, www.elternnotruf.ch

### Pro Juventute Elternberatung an 365 Tagen

Fachpersonen beantworten rasch Fragen von Eltern und andere Bezugspersonen zu Erziehung, Entwicklung, Betreuung und Familienorganisation. Die Elternberatung hilft auch in schwierigen Situationen oder in Notsituationen schnell und unbürokratisch weiter. Kostenlos, rund um die Uhr.

### Conseils aux parents Pro Juventute 365 jours

Les spécialistes répondent rapidement aux questionnements des parents ou personnes de référence sur l'éducation, le développement, la prise en charge et l'organisation familiale. Ils proposent leur aide dans les situations difficiles ou d'urgence, de manière rapide et non bureaucratique. Accessible jour et nuit, le service est confidentiel, professionnel et gratuit.

058 261 61 61, www.elternberatung.projuventute.ch

# Weitere Beratungsstellen

## Autres services de conseils

### **Unentgeltliche Rechtsauskunftsstelle**

Die kostenlose Rechtsauskunft wird jeweils am Donnerstag von 18.45 bis 19.45 Uhr angeboten. Sie werden durch Rechtsanwälte beraten. Eine Voranmeldung ist nicht möglich, es ist mit Wartezeiten zu rechnen. Keine Telefonauskunft.

### **Permanence juridique gratuite**

Service de conseil juridique gratuit ouvert aux habitants. Des avocats vous reçoivent sans rendez-vous le jeudi de 18h45 à 19h45. Temps d'attente à prévoir. Aucune consultation téléphonique.

Schulhausstrasse 8, Dübendorf  
im Gebäude des Betreibungsamtes  
[www.duebendorf.ch](http://www.duebendorf.ch) / Themen A–Z / Unentgeltliche Rechtsauskunft



## **Opferberatung Zürich**

Wenn Sie Opfer einer Straftat (z.B. Übergriff mit Körperverletzungen, sexuelle Gewalt, Unfall im Strassenverkehr, Raub, Zwangsheirat) geworden sind, hilft Ihnen die Opferberatung kostenlos und vertraulich weiter.

## **Aide aux victimes d'infractions**

Le centre consultation s'adresse à toute personne qui a subi une atteinte directe à son intégrité corporelle, psychique ou sexuelle (agression corporelle, violence sexuelle, accident de la route, vol, mariage forcé, etc.). Le service est gratuit et confidentiel.

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

## **Frauenhaus und Beratungsstelle**

Hilfe und Unterstützung für gewaltbetroffene Frauen mit und ohne Kinder. Kostenlose Beratungen und Notunterkunft für bedrohte Frauen, die ihr Zuhause verlassen müssen.

## **Foyer d'accueil et d'aide pour femmes**

Ce foyer accueille, conseille et vient en aide aux femmes victimes de violences qui se voient obligées de quitter leur foyer dans l'urgence avec ou sans enfant.

Frauenhaus und Beratungsstelle Zürcher Oberland, Postfach 156, 8613 Uster  
044 994 40 94, [info@frauenhaus-zuercher-oberland.ch](mailto:info@frauenhaus-zuercher-oberland.ch)  
[www.frauenhaus-zuercher-oberland.ch](http://www.frauenhaus-zuercher-oberland.ch)

## **Opfer von sexueller Ausbeutung**

Kostenlose Beratung, Information und Hilfe für Kinder, Jugendliche und Erwachsene, die von sexueller Belästigung oder Gewalt betroffen sind. Die Fachstelle berät auch Eltern oder Bezugspersonen von Betroffenen sowie Menschen, die in der Kindheit Opfer sexueller Übergriffe waren.

## **Victimes d'agression sexuelle**

Centre d'accueil gratuit pour enfants, jeunes et adultes victimes d'agression sexuelle et pour leurs parents ou les personnes qui en ont la charge. Aide aux personnes qui ont été abusées dans l'enfance.

Beratungsstelle Castagna, Universitätsstrasse 86, 8006 Zürich  
044 360 90 40, mail@castagna-zh.ch, www.castagna-zh.ch

## **Menschen mit geistiger Behinderung**

Beratung und Information für Angehörige von Kindern, Jugendlichen und Erwachsene mit einer geistigen Behinderung. Der Verein insieme organisiert auch Ferienwochen für Kinder und Jugendliche.

## **Personnes avec un handicap mental**

L'association fournit conseils et informations aux parents d'enfants, de jeunes et d'adultes porteurs d'un handicap mental et organise à leur intention des camps de vacances encadrés.

insieme Zürcher Oberland, Freiestrasse 29a, Postfach 1, 8610 Uster  
044 944 85 55, info@insiemezo.ch, www.insiemezo.ch



## **Paarberatung und Mediation**

Die Fachstelle bietet Einzel-, Paar- und Familienberatungen sowie Mediationen und Rechtsauskunft an. Sie unterstützt in der Kommunikation, bei Erziehungsschwierigkeiten, bei Unsicherheit über das Fortführen der Beziehung und bei einer Trennung oder Scheidung.

## **Conseil aux couples et médiation familiale**

Consultation en individuel ou à deux, conseil en relations de couple et familiale, médiation et conseil juridique. Nos conseillers traitent des problèmes de communication, de l'insécurité dans la relation, des difficultés éducatives, de la séparation ou du divorce.

Paarberatung und Mediation im Kanton Zürich, Zürichstrasse 12, 8610 Uster  
044 940 97 42, [uster@paarberatung-mediation.ch](mailto:uster@paarberatung-mediation.ch)  
[www.paarberatung-mediation.ch](http://www.paarberatung-mediation.ch)

## **Gewaltprävention**

Bei Fragen zu Konflikten, Aggression und Gewalt im familiären Bereich erhalten Ratsuchende unverbindliche und kostenlose Erstberatung wie auch Informationen zum weiteren Vorgehen.

## **Prévention de la violence familiale**

Pour toute question relative aux conflits, aux agressions et à la violence familiale, nos conseillers vous reçoivent gratuitement sans aucune obligation de suivi, en garantissant votre anonymat et en proposant une aide si vous voulez entamer des procédures.

Fachstelle Gewaltprävention Zürcher Oberland, Gerichtsstrasse 4, 8610 Uster  
043 399 10 98, [info@gewalt-praevention.ch](mailto:info@gewalt-praevention.ch), [www.gewalt-praevention.ch](http://www.gewalt-praevention.ch)



## Suchtprävention und Beratung

Informationen, Triage, Beratung und Ausstiegshilfe für Kinder, Jugendliche und Eltern. Eine Sucht kann durch den übermässigen Konsum von Drogen, Alkohol und Medikamenten entstehen oder durch zu hohen Online-Konsum (Internet, Games, Chat). Beratungen gegen einen Kostenbeitrag, bei geringem Einkommen oder Schulden kostenlos.

## Prévention des addictions

Cette structure offre une consultation à toute personne en proie à une addiction quelle qu'elle soit: la dépendance peut être physique comme celle aux drogues, à l'alcool et aux médicaments, mais aussi psychologique comme la consommation excessive d'internet, des jeux, des chats, etc.

Soziale Dienste Bezirk Uster, Fachstelle Sucht, Industriestrasse 27, 8604 Volketswil  
044 801 99 20, [sucht@sdbu.ch](mailto:sucht@sdbu.ch), [www.sdbu.ch](http://www.sdbu.ch)



# Notfallnummern

## Numéros d'urgences

<b>117</b>	<b>Polizei</b>	<b>Police</b>
<b>118</b>	<b>Feuerwehr</b>	<b>Pompiers</b>
<b>144</b>	<b>Ambulanz</b>	<b>Ambulance</b>
<b>145</b>	<b>Vergiftungen</b>	<b>Centre antipoison</b>



## Telefonische Beratung Kinderspital

## Consultation téléphonique de l'hôpital de l'enfance

### Telefon 0900 26 67 11

Festnetz und Mobiltelefone mit Abonnement, CHF 3.23 pro Minute  
Téléphone fixe et mobile avec abonnement, CHF 3.23 par minute

### Telefon 0900 26 67 12

Prepaid Mobiltelefone, CHF 3.23 pro Minute  
Mobile prépayé, CHF 3.23 par minute



# Notfälle Pädiatrie

## Urgences pédiatriques

Was tun im Notfall? Versuchen Sie Ihre Kinderärztin oder Ihren Kinderarzt zu erreichen. Wenn dies nicht gelingt, wählen Sie eine Notfallnummer. In lebensbedrohlichen Notfällen sofort die Ambulanz unter Nummer 144 anrufen, bei Vergiftungen die 145.

En cas d'urgence essayez tout d'abord de contacter votre pédiatre. S'il n'est pas disponible, choisissez un numéro d'urgence. Appelez le 144 en cas d'urgence vitale (ambulance), pour le centre antipoison composez le 145.

### **Kinderspital Zürich** Hôpital de l'enfance

Steinwiesstrasse 75, 8032 Zürich

044 266 71 11, [info@kispi.uzh.ch](mailto:info@kispi.uzh.ch), [www.kispi.uzh.ch](http://www.kispi.uzh.ch)

Notfallstation offen 24 Stunden, 365 Tage

Poste de secours ouvert 24 heures, 365 jours

### **Kinderpermanence Zürich Hauptbahnhof**

Bahnhofplatz 9, 4. Etage, 8001 Zürich

043 343 00 00, [www.swissmedikids.ch](http://www.swissmedikids.ch)

365 Tage im Jahr, 08.00 – 20.00 Uhr

### **Kinderpermanence Winterthur**

Archplatz 2, 3. Etage, 8400 Winterthur

052 511 10 10, [www.swissmedikids.ch](http://www.swissmedikids.ch)

365 Tage im Jahr, 10.00 – 20.00 Uhr

### **Kinderpermanence Spital Zollikerberg**

Trichtenhauserstrasse 2, 8125 Zollikerberg

044 397 28 50, [www.spitalzollikerberg.ch](http://www.spitalzollikerberg.ch)

Montag bis Freitag, 08.30 – 21.00 Uhr

Samstag, Sonntag, Feiertage, 10.00 – 21.00 Uhr

# Kinderärzte

## Pédiatres

### **Dr. med. René Burger**

Leepüntstrasse 9, Dübendorf  
044 820 04 04

### **Dr. med. Daniel Straub**

Praxis für Kinderpneumologie  
Wallisellenstrasse 5a, Dübendorf  
043 355 01 23

### **Gemeinschaftspraxis Dres. med. Renate Hürlimann & Camilla Ceppi**

Leepüntstrasse 5, Dübendorf  
044 821 86 65  
[www.kinderjugendpraxis.ch](http://www.kinderjugendpraxis.ch)

### **Monvia Gesundheitszentrum Wallisellen**

Kinder- und Jugendmedizin  
Bahnhofplatz 1b  
8304 Wallisellen  
044 832 59 90  
[www.monvia.ch](http://www.monvia.ch)

### **Kinderpraxis Schwerzenbach**

Dr. med. Gilda Kuck  
Sonnenbergstrasse 64  
8603 Schwerzenbach  
044 945 22 11  
[www.kinderarztpraxis-schwerzenbach.ch](http://www.kinderarztpraxis-schwerzenbach.ch)

### **Dr. med. Danuta Stäheli**

Tulpenstrasse 3, Dübendorf  
044 821 70 22

### **mediX praxis**

Kinder- und Jugendmedizin  
Bahnhofstrasse 36, Dübendorf  
044 802 10 00

### **Kinderarztpraxis Wallisellen**

Hammerweg 4  
8304 Wallisellen  
044 830 62 72  
[www.kinderarztpraxis-wallisellen.ch](http://www.kinderarztpraxis-wallisellen.ch)



## Schulzahnklinik

In der Schulzahnklinik finden obligatorische zahnärztliche Untersuchungen der Kindergarten-, Primarschul- und Sekundarschulkinder statt. Einmal im Jahr besuchen die Klassen mit der Lehrperson die Schulzahnklinik. Sollte aufgrund der Kontrolle eine Behandlung notwendig sein, werden die Eltern schriftlich informiert. Die Kosten für die Jahreskontrollen werden von den Schulen übernommen.

## Clinique dentaire scolaire

Un examen dentaire obligatoire pour tous les élèves (de la maternelle jusqu'à la fin de l'école secondaire) a lieu chaque année à la clinique dentaire de l'école. Une fois par an, les classes visitent la clinique avec leur enseignant et si un traitement est jugé nécessaire, les parents en sont informés par courrier. Les coûts du contrôle annuel sont pris en charge par l'école.

Schulzahnklinik, Strehlgasse 21, Dübendorf  
044 820 06 76, szk@duebendorf.ch

## Kurs für Notfälle bei Kleinkindern

In einem dreistündigen Kurs lernen Eltern und andere Betreuungspersonen von Kindern ab Geburt bis ca. 7 Jahre wie man schnell und richtig handelt, wenn sich ein kleines Kind verletzt oder krank ist. Die Website gibt Auskunft über Preise, Durchführungsort und Kursdaten.

## Cours de premiers secours pédiatriques

Ce cours s'adresse aux parents et aux personnes en charge d'enfants de 0 à 7 ans, dans le but d'apprendre à agir rapidement et correctement lorsqu'un petit est blessé ou malade. La formation dure trois heures. Informations sur les prix, le lieu et les dates sur le site internet.

[www.samariter-duebendorf.ch](http://www.samariter-duebendorf.ch)

# Spitäler Hôpitaux

## **Spital Uster**

Brunnenstrasse 42  
8610 Uster  
044 911 11 11  
[www.spitaluster.ch](http://www.spitaluster.ch)

## **Spital Zollikerberg**

Trichtenhauserstrasse 20  
8125 Zollikerberg  
044 397 21 11  
[www.spitalzollikerberg.ch](http://www.spitalzollikerberg.ch)

## **Universitätsspital Zürich**

Rämistrasse 100  
8006 Zürich  
044 255 11 11  
[www.usz.ch](http://www.usz.ch)

## **Kinderspital Zürich**

Steinwiesstrasse 75  
8032 Zürich  
044 266 71 11  
[www.kispi.uzh.ch](http://www.kispi.uzh.ch)



# Notfallpsychiatrie

## Urgences psychiatriques

### Kinder und Jugendliche

#### Enfants et adolescents

#### **Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie**

Ambulatorium Uster, Gerbestrasse 3, 8610 Uster

044 578 60 00, [kjpp.ambicut@puk.zh.ch](mailto:kjpp.ambicut@puk.zh.ch), [www.pukzh.ch](http://www.pukzh.ch)

Montag bis Freitag, 8.00 – 12.00 und 13.30 – 17.00 Uhr

#### **Psychiatrische Universitätsklinik Zürich**

Ambulatorium Zürich, Notfall Kinder und Jugendliche

Neumünsterallee 3, 8032 Zürich

043 499 26 26, [www.pukzh.ch](http://www.pukzh.ch)

24 Stunden, 365 Tage

### Erwachsene

#### Personnes adultes

#### **Psychiatrische Universitätsklinik Zürich**

Krisenintervention ambulant und stationär KIZ

Militärstrasse 8, 8021 Zürich

044 296 73 10, [kiz@puk.zh.ch](mailto:kiz@puk.zh.ch), [www.pukzh.ch](http://www.pukzh.ch)

24 Stunden, 365 Tage

#### **Notfalldienst Psychiatrie, Zürich**

043 499 26 26

24 Stunden, 365 Tage

# Kinderbetreuung

## Garde d'enfants

### **Kinderkrippen**

Kinderkrippen nehmen Kinder ab drei Monaten bis zum Kindergarteneintritt auf. Die Kinder werden von ausgebildetem Personal professionell betreut und in ihrer Entwicklung gefördert. Kinderkrippen sind private Einrichtungen mit individuellen Zeit- und Preisstrukturen. Ein Betreuungstag für ein Kind kostet zwischen 100 und 150 Franken. Die Beiträge werden monatlich in Rechnung gestellt. Eine aktuelle Liste der Kinderkrippen finden Sie auf der Website der Stadt Dübendorf.

### **Crèches**

Les crèches acceptent les enfants à partir de 3 mois jusqu'à l'âge de l'école maternelle. Les enfants y sont pris en charge par des professionnels de la petite enfance. Ces structures sont privées et leurs horaires et facturations sont libres. Une journée de garde coûte de 100 à 150 CHF, les frais de garde étant facturés chaque mois. Vous trouverez une liste des établissements sur le site de la ville de Dübendorf.

[www.duebendorf.ch](http://www.duebendorf.ch) / Verwaltung / Themen A–Z / Kinderkrippen

### **Beiträge an die Eltern**

Für Familien mit geringem Einkommen können Subventionen ausgerichtet werden. Sie finden entsprechende Informationen auf untenstehender Website.

### **Subventions sous condition de revenus**

Pour les familles aux revenus modestes, une aide financière peut être accordée. Toutes les infos sont disponibles sur le site indiqué.

[www.duebendorf.ch](http://www.duebendorf.ch)

Verwaltung / Themen A–Z / Subventionierung familienergänzende Betreuungsangebote



## Tageseltern

Der Tageselternverein vermittelt Familien, die ein Kind ganztags, halbtags oder über den Mittag individuell betreuen. Die Betreuungsbeiträge richten sich nach dem Einkommen.

## Parents de jour

Les parents de jour agréés gardent votre enfant à leur domicile à la journée, demi-journée ou pendant la pause déjeuner sur le même principe qu'une nounou. Tarifs en fonction de la capacité financière.

Tageselternverein Dübendorf, Büro im Familienzentrum  
Wallisellenstrasse 5a, Dübendorf, 079 175 79 75  
vermittlung@tevduebi.ch, [www.tevduebi.ch](http://www.tevduebi.ch)



## **Horte und Mittagstische**

Im Kinderhort können Kinder angemeldet werden, die den Kindergarten oder die Primarschule in Dübendorf besuchen. Die Horte liegen in angemessener Gehdistanz zu den Schulhäusern. Ausgebildete Hortleiter und Hortleiterinnen betreuen und fördern die Kinder professionell. Die Verpflegung wird tagesfrisch und gesund zubereitet.

## **Garderies et cantines scolaires**

Les enfants scolarisés dont les parents travaillent peuvent être accueillis au Hort (garderie scolaire). L'Hort se trouve soit sur place, soit à une distance aisément faisable à pied pour les enfants. Ceux-ci y sont pris en charge le midi et aux moments où il n'y a pas classe. Le personnel est qualifié, les repas et goûters préparés sur place sont frais et équilibrés.

Primarschule Dübendorf, 044 801 69 84

[www.schule-duebendorf.ch](http://www.schule-duebendorf.ch) / Schulergänzende Angebote / Kinderhort

[www.schule-duebendorf.ch](http://www.schule-duebendorf.ch) / Schulergänzende Angebote / Mittagstisch

## **Mittagstisch Sekundarschule**

Die Sekundarschule bietet für alle Schülerinnen und Schüler einen Mittagstisch im Schulhaus Grüze 1, Neuhausstrasse 23, Dübendorf an. Die Schulverwaltung erteilt Auskunft.

## **Cantine de l'école secondaire**

L'école secondaire propose à tous les élèves un service déjeuner au sein de l'école Grüze. Pour infos contactez le secrétariat.

Sekundarschule Dübendorf-Schwerzenbach, 043 355 22 44

[schulverwaltung@sek-ds.ch](mailto:schulverwaltung@sek-ds.ch)



## **Babysitter EasyJob**

Einwohnerinnen und Einwohner von Dübendorf können sich für kleinere Aufträge wie Babysitting, Einkauf, Putz- und Gartenarbeiten und vieles mehr an EasyJob wenden. Die Jobbörse der Kinder- und Jugendarbeit Dübendorf (KJAD) vermittelt Jugendliche, die gerne für Sie Aufträge erledigen.

## **Babysitter EasyJob**

Les habitants de Dübendorf peuvent proposer des petits boulots tels que du babysitting, shopping, nettoyage, jardinage et bien plus encore sur EasyJob. Cette bourse aux jobs est ouverte aux jeunes qui gagnent ainsi un peu d'argent. La bourse est un service offert par KJAD.

044 801 83 55, [easyjob.duebendorf@hotmail.com](mailto:easyjob.duebendorf@hotmail.com)  
[www.kjad.ch](http://www.kjad.ch)

## **Babysitting-Vermittlung Schweizerisches Rotes Kreuz**

Das Schweizerische Rote Kreuz unterstützt Sie bei der Suche eines vertrauensvollen Babysitters. Das SRK bietet Babysitting-Kurse für Jugendliche ab 13 Jahren an.

## **Service de babysitting Croix-Rouge Suisse**

La Croix-Rouge Suisse vous aide à trouver une babysitter de confiance. L'institution organise des cours de babysitting aux jeunes de 13 ans et plus.

[www.babysitter-srk.ch](http://www.babysitter-srk.ch)

## **Kinderbetreuung zuhause in Notfällen**

Die Kinderbetreuung des Schweizerischen Roten Kreuzes springt ein, wenn Kinder erkranken und ihre Eltern sie nicht selber betreuen können. Sie unterstützt auch Eltern, die ihre Kinder aus gesundheitlichen Gründen oder wegen einer Notsituation nicht betreuen können. Die Betreuerinnen sorgen für die Kinder, bis sich die Situation entspannt hat oder eine Lösung gefunden ist. Das Angebot richtet sich insbesondere an Familien mit geringen finanziellen Möglichkeiten.

## **Garde d'enfants à domicile en situation difficile**

Les agents de la Croix-Rouge Suisse interviennent lorsque les parents ont du mal à prendre en charge les problèmes de santé de leur enfant. Ils soutiennent également les parents en difficulté pour raison médicale ou en situation d'urgence. Les intervenantes prennent soin des enfants jusqu'à ce que l'urgence se soit calmée ou qu'une solution ait été trouvée. Cette offre s'adresse particulièrement aux familles à faibles revenus.

Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Zürich  
044 360 28 54, [info@srk-zuerich.ch](mailto:info@srk-zuerich.ch)  
[www.srk-zuerich.ch/kinderbetreuung](http://www.srk-zuerich.ch/kinderbetreuung)



## Entlastung für Eltern von behinderten Kindern

Die Betreuung von Kindern und Jugendlichen mit einer Behinderung verlangt viel Energie und zeitliche Präsenz. Persönliche Bedürfnisse, soziale Kontakte oder eigene Interessen müssen Eltern häufig zurückstellen. Dank der Entlastungsangebote finden die Eltern Zeit zum Durchatmen und können neue Kraft für den Alltag tanken.

## Aide aux parents d'enfants handicapés

La prise en charge des enfants et jeunes handicapés nécessite une énergie et une présence accrues des membres de la famille au quotidien. Les centres d'intérêts personnels, la vie sociale et les sorties s'en ressentent souvent. Grâce à ce service d'aide, les parents ont le temps de respirer et de se ressourcer régulièrement.

Entlastungsdienst Kanton Zürich, Schaffhauserstrasse 358, 8050 Oerlikon  
044 741 13 30, zh@entlastungsdienst.ch, www.entlastungsdienst.ch

Visoparents, Stettbachstrasse 10, Dübendorf  
044 355 10 26, kinderhaus@visoparents.ch, www.visoparents.ch

## Heim Sunnemätteli

Das Entlastungsheim Sunnemätteli nimmt Kinder und Jugendliche mit einer geistigen oder mehrfachen Behinderung auf und bietet verschiedene Lösungen an. Das Entlastungsheim umfasst 16 Plätze und ist während 360 Tagen im Jahr geöffnet. Viele Eltern beanspruchen die Entlastung an Wochenenden und in den Schulferien.

## Centre d'accueil Sunnemätteli

Le centre d'aide Sunnemätteli accueille les enfants et les adolescents souffrant de handicap mental ou de handicaps multiples et propose diverses solutions de prise en charge. Il dispose de 16 places et est ouvert 360 jours par an. Les parents concernés peuvent solliciter son aide notamment le weekend et lors des vacances scolaires.

Entlastungsheim Sunnemätteli, Rüeggenthalstrasse 71, 8344 Bäretswil  
044 939 99 80, sunnemaetteli@heilsarmee.ch  
www.entlastungsheim-sunnemaetteli.ch

# Frühe Förderung

## Encouragement précoce

### Die ersten vier Lebensjahre

In ihren ersten Lebensjahren lernen Kinder so viel wie in keiner späteren Lebensphase. Sie sind neugierig und erkunden die Welt mit allen Sinnen. Der Alltag steckt voller Gelegenheiten, etwas Neues zu entdecken. Die 40 Kurzfilme machen anschaulich, was bei einer kindlichen Entdeckungsreise alles geschieht. Wenn Eltern und andere Bezugspersonen Kinder in ihren ersten Jahren aufmerksam begleiten, fördern sie diese in einer entscheidenden Entwicklungsphase. In den 40 Filmen wird sichtbar, dass es dazu oft nichts Aussergewöhnliches braucht: Lerngelegenheiten ergeben sich in vielen Alltagsmomenten. Die Filme gibt es in 13 Sprachen.

### Les premières quatre années

Dans leurs premières années, les enfants en apprennent plus qu'à n'importe quelle autre période de leur vie. Ils sont curieux. Ils explorent le monde avec tous leurs sens. Le quotidien est plein d'occasions de découverte. Les 40 séquences filmées montrent tout ce qui arrive dans le voyage exploratoire d'un enfant. Si les parents et d'autres personnes de référence accompagnent attentivement les enfants dans leurs premières années, ils leur permettent de progresser dans une période décisive pour leur développement. Les 40 séquences filmées montrent que le plus souvent, il n'est pas besoin de choses extraordinaires: les situations les plus quotidiennes offrent des occasions d'apprendre. Vous pouvez regarder les films en 13 langues.

[www.kinder-4.ch](http://www.kinder-4.ch)

### Kinderkrippen

Informationen zu den Kinderkrippen finden Sie im Kapitel Kinderbetreuung.

### Crèches

Pour toutes informations sur les crèches consultez le chapitre «Kinderbetreuung».



## **Spielgruppen**

Spielgruppen bieten Kindern Aktivitäten wie basteln, zeichnen, singen, Geschichten hören, Reime lernen und viel Raum für freies Spiel. Die Kinder lernen ihren Platz in der Gruppe zu finden, mit anderen Kindern zu spielen und zu verhandeln. Der Besuch einer Spielgruppe macht Spass und trägt zu einem gelungenen Start in den Kindergarten bei. Die Spielgruppenleiterinnen erteilen gerne Informationen zu Zeiten und Preisen.

Eine aktuelle Liste der Spielgruppen ist auf der Website der Stadt Dübendorf publiziert. Eine ausgedruckte Liste kann per E-Mail bestellt werden.

## **Subventionierung von Spielgruppenplätzen**

Die Stadt Dübendorf subventioniert Spielgruppenplätze für Familien mit geringem Einkommen. Diese können einen Antrag auf finanzielle Unterstützung stellen. Informationen dazu erhalten die Eltern von den Spielgruppenleiterinnen oder auf der Website.

## **Groupes de jeu enfants**

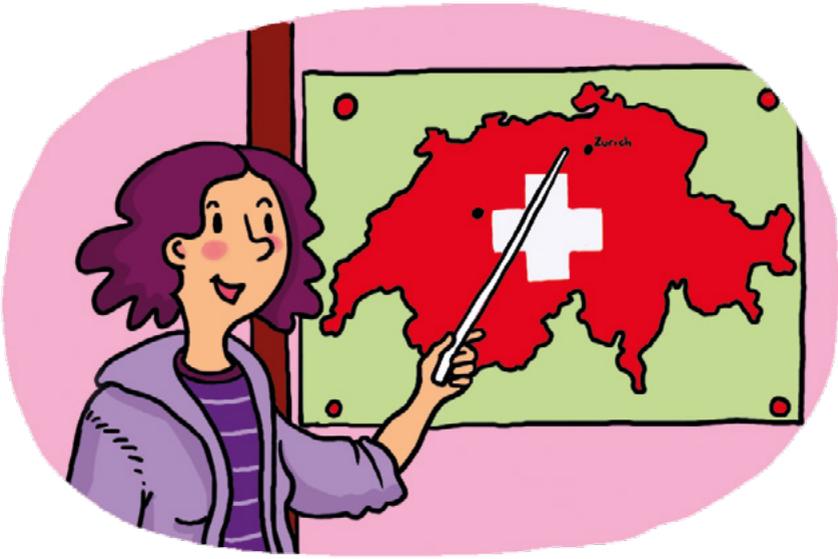
Les groupes de jeu proposent aux enfants de nombreuses activités telles que le bricolage, la lecture d'histoires, les jeux de langage, le chant etc. Les tout-petits y trouvent l'occasion de jouer avec d'autres et de se socialiser. La fréquentation d'un groupe de jeu est pour les petits une très bonne préparation à la maternelle. Toutes les informations concernant les horaires et les conditions financières sont disponibles auprès des organisateurs.

Une liste toujours actualisée des groupes de jeu est disponible sur le site de la ville de Dübendorf. Pour en recevoir un exemplaire, il suffit de la demander par mail.

## **Subventions**

Dübendorf est l'une des rares villes de Suisse à subventionner en partie les groupes de jeu. Les familles aux finances les plus modestes peuvent ainsi bénéficier d'une aide financière. Informations disponibles auprès du responsable des groupes de jeu ou sur le site web.

bildungslandschaft@duebendorf.ch  
www.duebendorf.ch / Themen A-Z / Spielgruppen



# Bildung und Ausbildung

## Éducation et formation

### Schulsystem Kanton Zürich

Detaillierte Informationen über das kantonale Schulsystem finden Sie in verschiedenen Sprachen auf der Website der Bildungsdirektion des Kantons Zürich.

[www.vsa.zh.ch](http://www.vsa.zh.ch)

### Système scolaire cantonal

Vous trouverez des informations détaillées concernant le système scolaire cantonal sur la page internet suivante.

[www.vsa.zh.ch](http://www.vsa.zh.ch) / Français



## Kindergarten und Primarschule

Der Kindergarten ist die erste Bildungsstufe im Schulsystem und dauert zwei Jahre. Die Kinder besuchen den Kindergarten mit 4 Jahren. Danach folgen Unterstufe (1.–3. Klasse) und Mittelstufe (4.–6. Klasse). Auf jeder Stufe unterrichten andere Lehrpersonen. In Dübendorf gibt es neun Primarschulanlagen. Als schulergänzende Angebote stehen fünf Horte und fünf Mittagstische zur Verfügung. Die Kosten für diese ausserschulischen Angebote tragen die Eltern. Die Tarife richten sich nach ihrem Einkommen.

## École maternelle et école primaire

L'école maternelle (Kindergarten) est la première étape du système scolaire suisse et dure deux ans. Les enfants y entrent à l'âge de quatre ans. Ensuite, l'école primaire est divisée en deux cycles de trois ans: Le cycle 1 (de la 1ère à la 3ème classe) et le cycle 2 (de la 4ème à la 6ème classe). L'élève garde à chaque fois le/la même enseignant/e durant les trois années de chaque cycle. Il existe neuf écoles primaires, en complément il y a cinq garderies (Kinderhort) offrant chacune un service de cantine. Le coût de ces services extrascolaires est à la charge des parents, les tarifs étant calculés en fonction des revenus.

Primarschule Dübendorf, Usterstrasse 16, Dübendorf  
044 801 69 26, primarschule@duebendorf.ch, www.schule-duebendorf.ch

## Sekundarschule

Die Sekundarstufe schliesst an die Primarschule an und wird im Lehrplan auch Oberstufe genannt. An der Sekundarschule werden die Schülerinnen und Schüler in drei unterschiedlichen Anforderungsstufen unterrichtet (A, B und C). Die Sekundarschule Dübendorf-Schwerzenbach umfasst die drei Schulanlagen Grüze 1–4, Grüze 5–7 und die Schulanlage Stägenbuck.

## École secondaire

Le niveau secondaire fait suite à l'école primaire et correspond au cycle 3. A l'école secondaire, les élèves sont répartis en trois niveaux différents selon leurs capacités (A, B et C). L'école secondaire Dübendorf-Schwerzenbach comprend les trois établissements Grüze 1–4, Grüze 5–7 et Stägenbuck.

Sekundarschule Dübendorf-Schwerzenbach, Neuhausstrasse 23, Dübendorf  
043 355 22 44, schulverwaltung@sek-ds.ch, www.sekundarschule-duebendorf.ch

## **Gymnasium**

Eine schweizerisch anerkannte Maturität, die mit dem Abschluss des Gymnasiums erreicht wird, berechtigt zum Studium an allen schweizerischen Universitäten und den Eidgenössischen Technischen Hochschulen (ETH). Informationen finden Sie auf der Website des kantonalen Mittelschul- und Berufsbildungsamts.

## **Lycée**

Le certificat de maturité gymnasiale obtenu à la fin du lycée permet d'accéder aux hautes écoles universitaires suisses (universités et écoles polytechniques fédérales). Consultez le site internet pour obtenir des informations détaillées sur la scolarité et les écoles bilingues à Zürich.

[www.mba.zh.ch](http://www.mba.zh.ch) / Maturitätsschulen

## **Berufslehre**

Mit einer beruflichen Grundausbildung «Lehre» starten in der Schweiz zwei von drei Jugendlichen ihre berufliche Karriere. Die Lernenden eignen sich schulische und praktische Kompetenzen an und erhalten nach Abschluss ein eidgenössisch anerkanntes Berufsdiplom.

## **Apprentissage**

La formation professionnelle initiale, couramment appelée apprentissage «Berufslehre», est la plus fréquemment choisie par les jeunes en Suisse. Combinant formation pratique et enseignement théorique, l'apprentissage débouche sur un titre reconnu en Suisse. Vous trouverez plus d'informations sur les sites internet suivants.

[www.mba.zh.ch](http://www.mba.zh.ch) / Berufslehre  
[www.orientation.ch](http://www.orientation.ch)



## Hochschulen

Die Fachhochschulen (FH), die Pädagogischen Hochschulen (PH) und die Universitären Hochschulen (UH) bieten über 120 Studienrichtungen auf Bachelor- und Masterstufe an. Detaillierte Informationen finden Sie auf den angegebenen Websites.

[www.sbf.admin.ch](http://www.sbf.admin.ch) / Die Hochschulen

[www.berufsberatung.ch](http://www.berufsberatung.ch) / Hochschulen

## Hautes écoles

Les hautes écoles spécialisées (Fachhochschulen), les hautes écoles pédagogiques (Pädagogische Hochschulen), les universités et les écoles polytechniques fédérales (Universitäre Hochschulen und ETH) proposent plus de 120 filières d'études (Bachelor et Master) dans de nombreux domaines d'études. Vous trouverez les informations sur les sites indiqués.

[www.sbf.admin.ch](http://www.sbf.admin.ch) / Hautes Écoles

[www.orientation.ch](http://www.orientation.ch) / Hautes Écoles

## **Musikschule Region Dübendorf**

Die Musikschule Region Dübendorf bietet Musikunterricht für Kinder und Jugendliche. Zum ebenfalls angebotenen Erwachsenenunterricht und dem Unterricht in der Volksschule werden auch Konzerte, Workshops und Seminare durchgeführt.

## **École de musique régionale Dübendorf**

L'école de musique régionale de Dübendorf propose des cours pour les enfants et les jeunes. En complément de cette offre, des cours pour adultes, des cours au sein des écoles, des concerts, des ateliers et des séminaires sont également organisés.

Musikschule Region Dübendorf, Zwinggartenstrasse 28, Dübendorf  
044 801 10 70, musikschule@duebendorf.ch, www.musikschuleduebendorf.ch

## **Weiterbildung**

Die Stiftung WBK ist eine Weiterbildungsinstitution in Dübendorf. Sie bietet der Bevölkerung ein vielseitiges Kursangebot in den Bereichen Sprachen, Informatik und Kultur. Deutschkurse finden tagsüber und abends statt.

## **Formation continue**

La WBK Dübendorf est un institut de cours pour adultes qui propose un choix très diversifié d'apprentissages dans des domaines tels que les langues, l'informatique et la culture. Des cours d'allemand sont dispensés en journée ainsi que le soir.

Stiftung WBK, Bettlistrasse 22, Dübendorf  
044 801 84 84, info@wbk.ch, www.wbk.ch



## Elternbildung

In Dübendorf gibt es verschiedene Elternbildungsangebote, die Eltern in ihrer Erziehungsarbeit unterstützen. Die Mitarbeiterinnen der Anlaufstelle für Familien geben Ihnen gerne Auskunft über aktuelle Kurse, Workshops oder Referate.

## Éducation parentale

À Dübendorf différents cours, ateliers et soirées informatives sont proposés aux parents afin de les aider à se former à l'éducation de leurs enfants. Renseignements et inscriptions auprès de notre bureau situé au Familienzentrum.

Kontakt- und Anlaufstelle für Familien, Wallisellenstrasse 5a, Dübendorf  
044 801 60 63 oder 044 801 60 64, bildungslandschaft@duebendorf.ch  
Öffnungszeiten Büro: Dienstag bis Freitag, 08.30 – 11.30 Uhr  
(ausser in den Schulferien)

## «parentu» - Die App für informierte Eltern

Eltern erhalten direkt auf ihrem Smartphone Informationen und Anregungen zur Erziehung und zur kindlichen Entwicklung. Die Inhalte entsprechen den Entwicklungsphasen der Kinder und richten sich an Eltern mit Kindern im Alter von 0 bis 16 Jahren. Die App ist gratis und die Inhalte sind in 12 Sprachen verfügbar.

## «parentu» l'app pour des parents informés

Les parents d'enfants de 0 et 16 ans peuvent recevoir directement sur leur smartphone des informations concernant l'éducation, la formation et la santé. Les renseignements sont traduits en 12 langues. Le téléchargement de l'application est gratuit.

[www.parentu.ch](http://www.parentu.ch)

# Günstige Gegenstände

## Bons plans

### **Flohmarkt Chilbiplatz**

Die Ludothek organisiert zweimal im Jahr einen grossen Flohmarkt auf dem Chilbiplatz. Die Daten werden auf der Website der Ludothek publiziert.

### **Vide-grenier**

La ludothèque de Dübendorf organise deux fois par an un vide-grenier/brocante sur le «Chilbiplatz». Les dates sont consultables sur le site.

Ludothek Dübendorf, 044 821 05 20  
info@ludo-duebendorf.ch, www.ludo-duebendorf.ch

### **Flohmarkt Obere Mühle**

Bei der Oberen Mühle findet im Frühling und im Herbst ein Flohmarkt mit Bar- und Gastronomiebetrieb statt. Gleichzeitig verkaufen Kinder ihre ausgedienten Spielsachen auf der Wiese nebenan.

### **Brocante de l'Obere Mühle**

Le centre culturel Obere Mühle organise au printemps et à l'automne une brocante avec bar et restauration sur place. Le même jour, les enfants qui le désirent sont invités à s'installer sur la prairie attenante pour y revendre des jouets.

Obere Mühle, Oberdorfstrasse 15, Dübendorf  
044 820 17 46, kultur@oberemuehle.ch, www.oberemuehle.ch



## **Kinderflohmarkt**

Im Frühling und im Herbst organisiert der Katholische Frauenverein im Pfarreizentrum Leepünt einen Kinderflohmarkt.

## **Vide grenier des enfants**

La mission catholique organise au printemps et en automne un marché aux puces pour les enfants.

kath.frauenverein@kath-dfs.ch, [www.kath-dfs.ch](http://www.kath-dfs.ch)

## **Kinderkleiderbörse**

Der Verein Elterngruppe organisiert im Frühling und im Herbst eine Kinderkleiderbörse im Pfarreizentrum Leepünt. Die Daten und weitere Informationen werden auf der Website veröffentlicht.

## **Bourse aux vêtements d'enfants**

L'association des parents Elterngruppe organise une bourse aux vêtements d'enfants au printemps et en automne au centre paroissial Leepünt. Pour les dates et tous les autres informations consulter le site web.

[www.elterngruppe.ch](http://www.elterngruppe.ch)

## **Brockenstuben**

### **Brocantes et seconde main**

Brockenstube Blaues Kreuz, Neugutstrasse 88, Dübendorf  
044 820 31 88, [www.brockenstube-duebendorf.ch](http://www.brockenstube-duebendorf.ch)

Brockenhaus Emmaus Zürich, Ringwiesenstrasse 17, Dübendorf  
044 801 90 60, [www.emmaus-zuerich.ch](http://www.emmaus-zuerich.ch)

# Familien mit niedrigem Einkommen

## Familles avec revenus modestes

### **Geschenk-Tausch-Aktion**

Die katholische Pfarrei organisiert jeweils an einem Dezembernachmittag eine Geschenk-Tausch-Aktion für Kinder bis 12 Jahre.

### **Bourse aux jouets**

Chaque année, un après-midi de décembre, la paroisse catholique organise une bourse aux jouets pour les enfants jusqu'à 12 ans.

043 355 12 30, pfarramt@kath-dfs.ch, www.kath.dfs.ch  
www.geschenktauschaktion.ch

### **EasyJob – Jugendliche helfen bei kleinen Aufträgen**

Die Kinder- und Jugendarbeit Dübendorf (KJAD) vermittelt motivierte Jugendliche, die gerne für Sie kleine Aufträge wie Babysitten, Einkaufen, Gartenarbeit und Vieles mehr für ein Taschengeld erledigen.

### **Easy Job – La bourse de travailles des jeunes**

Cette bourse du travail met en contact les personnes proposant un petit boulot (faire les courses pour une personne âgée, promener un chien, faire du babysitting etc.) et les jeunes qui veulent se faire de l'argent de poche contre de petits services. Infos sur le site.

079 652 37 99, easyjob.duebendorf@hotmail.com, www.kjad.ch



### **ROKJ – Rotary für Kinder und Jugendliche**

ROKJ (Rotary für Kinder und Jugendliche) fördert die Integration von sozial oder wirtschaftlich benachteiligten Kindern und Jugendlichen. Wenn Familien Bedürfnisse und Wünsche ihrer Kinder aus finanziellen Gründen nicht berücksichtigen können, springt ROKJ ein und unterstützt Familien finanziell für kulturelle und sportliche Freizeitaktivitäten oder für medizinische Behandlungen.

### **ROKJ – Rotary pour les enfants et les jeunes**

Le ROKJ encourage l'épanouissement des enfants et des adolescents issus de milieux socialement défavorisés, par exemple en apportant une aide financière pour qu'un enfant puisse pratiquer une activité culturelle ou sportive (musique, etc.) ou obtenir des soins médicaux onéreux (traitements dentaires). Les familles intéressées peuvent contacter l'organisation pour une demande de financement.

ROKJ Dübendorf, [www.rokj.ch](http://www.rokj.ch)

### **Reka – Ferien für Familien mit wenig Einkommen**

Kein Geld für Ferien? Für Alleinerziehende und Familien mit bescheidenem Einkommen bietet die Reka Ferienwochen für 200 Franken an. Besuchen Sie die Website für mehr Informationen.

### **Reka – Vacances pour familles avec revenus modestes**

Pas d'argent pour les vacances ? La Reka propose aux familles à revenu modeste des semaines de vacances à 200 francs. Pour plus d'informations visitez le web.

031 329 66 80, [soziales@reka.ch](mailto:soziales@reka.ch), [www.reka.ch](http://www.reka.ch)

## **Kovive – Ferien für Kinder aus benachteiligten Familien**

Das Schweizer Kinderhilfswerk Kovive ermöglicht Kindern und Jugendlichen aus Familien mit bescheidenem Einkommen die Möglichkeit Ferien zu machen. Das Hilfswerk bietet Ferien bei Gastfamilien sowie Kinder- und Jugendlager an.

## **Kovive – Vacances pour enfants désavantagés**

Le Fonds suisse pour l'enfance Kovive permet d'offrir des vacances aux enfants et aux adolescents de familles aux revenus limités. Cet organisme caritatif organise des vacances en famille d'accueil ainsi que des camps de loisirs en période hors-scolaire.

041 249 20 80, [info@kovive.ch](mailto:info@kovive.ch), [www.kovive.ch](http://www.kovive.ch)

## **Pro Juventute Ferienplausch**

In den Sommerferien bietet die Pro Juventute im Kanton Zürich den Ferienplausch mit über 300 tollen Angeboten für Kinder und Jugendliche von 6 bis 16 Jahren. Die Angebote werden jeweils Ende Mai online geschaltet.

## **Programme de vacances Pro Juventute**

Pendant les vacances d'été l'association Pro Juventute du canton de Zurich développe un programme spécial avec plus de 300 activités pour les enfants et les jeunes de 6 à 16 ans. Informations en ligne dès fin mai.

[www.projuventute.ch](http://www.projuventute.ch) / Ferienplausch  
[www.ferienplausch-uster.ch](http://www.ferienplausch-uster.ch)



## **KulturLegi**

Finanziell benachteiligte Kinder und Erwachsene mit einer KulturLegi profitieren von Rabatten bei vielen Kultur-, Sport- und Bildungsangeboten. Die KulturLegi ist ein Angebot der Caritas.

## **La carte culture**

Enfants, jeunes et familles aux ressources financières modestes peuvent obtenir la carte KulturLegi avec laquelle ils bénéficient de tarifs réduits dans de nombreuses activités sportives, culturelles et éducatives. Une offre de Caritas.

KulturLegi Kanton Zürich, Reitergasse 1, 8004 Zürich  
044 366 68 48, [zuerich@kulturlegi.ch](mailto:zuerich@kulturlegi.ch), [www.kulturlegi.ch/zuerich](http://www.kulturlegi.ch/zuerich)

## **Sozialberatung Caritas**

Menschen, die an der Armutsgrenze leben, kämpfen mit verschiedenen Schwierigkeiten. Die Caritas-Organisationen bieten Beratung und Begleitung für Personen in Notsituation sowie Schuldenberatungen an.

## **Service social Caritas**

Caritas Zurich aide les personnes en situation de précarité et conseille les ménages endettés.

Caritas Zürich, Beckenhofstrasse 16, 8021 Zürich  
044 366 68 68, [info@caritas-zuerich.ch](mailto:info@caritas-zuerich.ch)  
[www.caritas-zuerich.ch](http://www.caritas-zuerich.ch) / Hilfe finden / Beratung  
[www.caritas-secondhand.ch](http://www.caritas-secondhand.ch)

## **Sozialberatung Schweizerisches Rotes Kreuz**

Die SOS-Beratung des Schweizerischen Roten Kreuzes ist eine niederschwellige Anlauf- und Vermittlungsstelle für alle Personen in einer schwierigen Lage. Die Beratung ist kostenlos und mehrsprachig.

## **Service social de la Croix-Rouge**

La cellule SOS de la Croix-Rouge Suisse est un centre d'appel et d'intervention pour toutes les personnes en situation de détresse.

Schweizerisches Rotes Kreuz, SOS-Beratung, Kronenstrasse 10, 8006 Zürich  
044 360 28 53, [www.srk-zuerich.ch](http://www.srk-zuerich.ch) / SOS-Beratung

## **Mittagstisch Subito Dübendorf**

Der Mittagstisch Subito ist ein Angebot für Menschen in schwierigen Lebenslagen oder mit finanziellen Schwierigkeiten. Montag bis Freitag wird jeweils von 12.00 bis 13.00 Uhr ein gesundes, feines und preisgünstiges Mittagessen angeboten. Die Adresse des Mittagstischs finden Sie auf der Website.

## **Cantine «Subito» Dübendorf**

Le service de déjeuner Subito est organisé en semaine le midi pour les personnes en situation de précarité. Du lundi au vendredi de 12h00 à 13h00, un repas équilibré et substantiel leur est proposé à un prix très bas. L'adresse du service est disponible sur le site.

[www.rez.ch](http://www.rez.ch) / Angebote / Subito



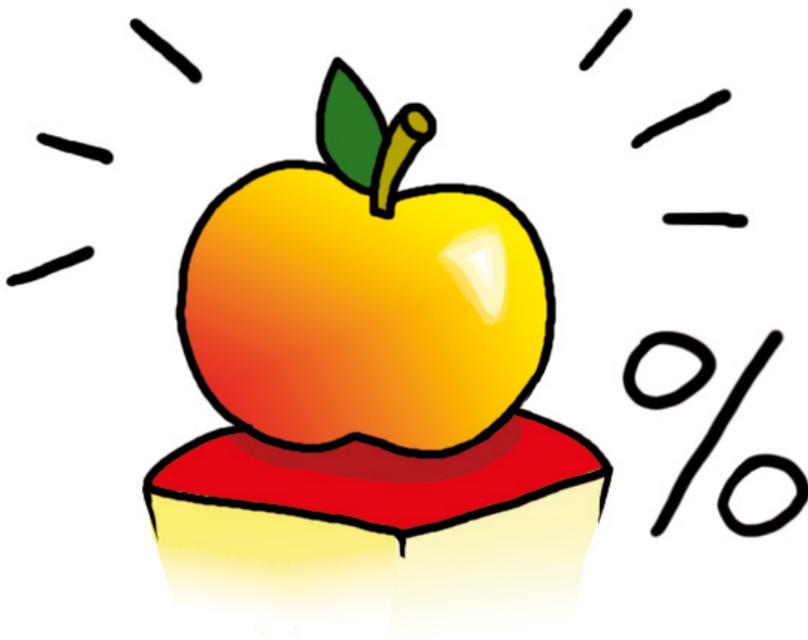
### **Aufgetischt statt Weggeworfen**

Armutsbetroffene Menschen sowie Menschen in Notlagen können in Dübendorf zweimal pro Woche gratis Lebensmittel beziehen. Für Auskünfte können Interessierte eine E-Mail schreiben.

### **Banque alimentaire**

Une distribution d'aliments frais est proposée aux personnes dans le besoin deux fois par semaine. Pour plus d'informations, écrire un mail.

[info@aufgetischt-statt-weggeworfen.ch](mailto:info@aufgetischt-statt-weggeworfen.ch)



# Angebote für Migranten

## Offres pour migrants

### Integrationsstelle

Fremdsprachige Personen, die aus dem Ausland nach Dübendorf ziehen und einen Aufenthaltsausweis B erhalten, werden von der Integrationsstelle zu einem Gespräch eingeladen, bei dem die Neuzugezogenen viele Informationen zum Alltag erhalten. Die Integrationsstelle steht allen Einwohnerinnen und Einwohnern bei Integrationsfragen zur Verfügung. Der Asylbereich fällt nicht in diesen Tätigkeitsbereich.

### Chargée de l'intégration

Le service d'intégration de Dübendorf invite les nouveaux arrivants en Suisse avec un permis B qui parlent une langue étrangère pour une entrevue. Ils reçoivent une foule d'informations sur la vie quotidienne en Suisse. Ils sont invités à poser toutes leurs questions à la chargée d'intégration. Le recourt au droit d'asile est en revanche en dehors de ses attributions.

Integrationsstelle der Stadt Dübendorf  
Stadthaus, Usterstrasse 2, Dübendorf  
044 801 83 99, [integration@duebendorf.ch](mailto:integration@duebendorf.ch)  
[www.duebendorf.ch](http://www.duebendorf.ch) / Neu in Dübendorf



## **Flüchtlinge, Personen mit Bewilligung N und F**

Anerkannte Flüchtlinge, Asylsuchende und vorläufig aufgenommene Personen können sich bei Fragen an die Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeiter der ORS Service AG wenden.

## **Réfugiés, Détenteurs de permis N et F**

Les réfugiés, demandeurs d'asile et réfugiés avec titre provisoire sont priés de contacter les travailleurs sociaux du ORS Service AG.

ORS Service AG, Sonnentallstrasse 5, Dübendorf, 044 552 58 00

# Neu in Dübendorf Nouvel arrivant à Dübendorf

## **Neu in Dübendorf**

Die Rubrik «Neu in Dübendorf» auf der Website der Stadt Dübendorf richtet sich an alle Personen, die neu nach Dübendorf ziehen, aber auch an Einwohnerinnen und Einwohner mit Informationsbedarf.

## **Nouvel arrivant à Dübendorf**

La rubrique «Neu in Dübendorf» sur le site internet de la ville s'adresse à toute personne qui emménage à Dübendorf ou aux résidents ayant besoin d'informations.

[www.duebendorf.ch](http://www.duebendorf.ch) / Neu in Dübendorf

# Deutsch lernen

## Apprendre l'allemand

Der wichtigste Schlüssel für eine erfolgreiche Integration ist Deutsch zu lernen. Wer die deutsche Sprache beherrscht, kann sich am gesellschaftlichen Leben beteiligen, und der Zugang zum Arbeitsmarkt gestaltet sich einfacher. Eltern können ihre Kinder in der Schule besser unterstützen.

La clé la plus importante d'une intégration réussie est l'apprentissage de l'allemand. La maîtrise de la langue permet de jouer un rôle actif dans la société, de trouver plus facilement du travail et pour les parents, cela permet aussi de suivre activement la scolarité des enfants.

### **Deutschkurse in Dübendorf**

Die Stiftung WBK bietet in Dübendorf eine grosse Palette von Deutschkursen tagsüber und am Abend an. Im Auftrag der Stadt Dübendorf führt die Stiftung WBK auch die von der Stadt und dem Kanton subventionierten Deutschkurse durch.

### **Cours d'allemand à Dübendorf**

L'institut de formation continue WBK propose divers cours d'allemand en journée et le soir, ainsi que des cours d'allemand offerts et subventionnés par la ville de Dübendorf.

Stiftung WBK, Bettlistrasse 22, Dübendorf  
044 801 84 84, [info@wbk.ch](mailto:info@wbk.ch), [www.wbk.ch](http://www.wbk.ch)



## **Deutschkurse mit Kinderbetreuung**

Die Stadt Dübendorf bietet günstige Deutschkurse mit unentgeltlicher Kinderbetreuung an. Die Kurse mit vier Lektionen pro Woche beginnen im Januar, Mai und September und dauern jeweils 12 Wochen. Sie sind von der Stadt Dübendorf und vom Kanton Zürich subventioniert und kosten 240 Franken. Anmeldungen nimmt direkt die WBK entgegen.

## **Cours d'allemand avec garde d'enfants gratuite**

La ville de Dübendorf propose des cours d'allemand à prix réduit accompagnés d'un service de garde d'enfants gratuit. Les cours avec quatre leçons pour semaine commencent en janvier, mai ou septembre et durent 12 semaines chacun. Ils sont subventionnés par la ville de Dübendorf et le canton de Zurich et coûtent 240 francs par cours. Les inscriptions sont à effectuer directement à la WBK.

Stiftung WBK, Bettlistrasse 22, Dübendorf  
044 801 84 84, [info@wbk.ch](mailto:info@wbk.ch), [www.wbk.ch](http://www.wbk.ch)

## **Deutsche Konversation**

Für den Besuch des Konversationskurses werden Grundkenntnisse der deutschen Sprache vorausgesetzt. Der Kurs dauert zwei Semester, von September bis Juli. Er wird von der Stadt Dübendorf und vom Kanton Zürich subventioniert und in Zusammenarbeit mit dem HEKS angeboten. Die reformierte Kirchgemeinde stellt den Kursraum zur Verfügung. Dienstag oder Donnerstag, 19.00 bis 20.50 Uhr.

## **Conversation en allemand**

Une connaissance de base de l'allemand est requise pour participer à ces cours de conversation qui dure deux semestres (septembre à juillet). Le cours est subventionné par Dübendorf et le canton de Zurich. La salle de classe est mise à disposition par l'église réformée. Le cours est réalisé avec l'œuvre d'entraide des Églises protestantes de Suisse. Une fois par semaine le mardi ou le jeudi de 19h00 à 20h50.

Kursraum: Reformierte Kirchgemeinde, ReZ, Bahnhofstrasse 39, Dübendorf  
Güggelhuus, 2. Stock

Anmeldung und Information: [konversation@heks.ch](mailto:konversation@heks.ch), [www.konversation.heks.ch](http://www.konversation.heks.ch)

## **Eltern-Kind-Deutsch im Kindergarten**

Fremdsprachige Kindergartenkinder lernen an einem Nachmittag pro Woche zusammen mit einem Elternteil auf spielerische Weise Deutsch. Die Eltern erhalten zudem Informationen über das Schulsystem. Der Kurs dauert ein Jahr und wird von der Primarschule organisiert und finanziert.

## **Cours d'allemand parents-enfant au Kindergarten**

Durant une année, les parents de langue étrangère qui ont un enfant à la maternelle viennent assister à un cours d'allemand ludique avec leur enfant une après-midi par semaine. Le parent accompagnant lie des connaissances et reçoit des informations sur le système scolaire. Ce cours est organisé et financé par l'école primaire.

Primarschule Dübendorf, 044 801 69 26  
[www.schulstart.ch](http://www.schulstart.ch)

## **Deutschkurs «Mein Kind und die Schule»**

In diesem Kurs erweitern Mütter und Väter ihre Deutschkenntnisse mit dem Fokus auf das Thema «Schule» und erhalten viele Informationen zum Schul- und Bildungssystem. Die Kurse mit Kinderbetreuung finden in einem Schulhaus statt und beginnen dreimal im Jahr. Grundkenntnisse in Deutsch sind vorausgesetzt.

## **Cours d'allemand «Mon enfant à l'école»**

Ce cours destiné aux parents améliore leurs connaissances en allemand sur le thème spécifique de l'école. Il a pour but d'aider les parents à bien accompagner la scolarité de leur enfant en Suisse. Il a lieu dans une école de Dübendorf et débute trois fois par année. Une connaissance de base de l'allemand est nécessaire.

Integrationsstelle der Stadt Dübendorf, 044 801 83 99  
[integration@duebendorf.ch](mailto:integration@duebendorf.ch)



## **Berufsvorbereitungsjahr für Jugendliche von 15 bis 21 Jahren**

Das Berufsvorbereitungsjahr (BVJ) mit Schwerpunkt «Sprache und Integration» richtet sich an fremdsprachige Jugendliche und Erwachsene zwischen 15 und 21 Jahren, die noch nicht lange in der Schweiz leben. Das BVJ bietet intensives Deutschtraining, Vertiefung der Allgemeinbildung sowie ein individuelles Coaching. Die Studierenden werden bei der Suche nach einer Lehrstelle unterstützt und auf die Berufslehre vorbereitet. Interessierte mit Deutschkenntnissen mindestens auf Niveau A2 melden sich ab März direkt bei der BWS Uster an. Das Schuljahr beginnt Mitte August.

## **Année de préparation professionnelle pour jeunes entre 15 et 21 ans**

Cette année de préparation professionnelle «Langue et intégration» s'adresse aux jeunes de langue étrangère âgés de 15 à 21 ans qui vivent en Suisse depuis peu. L'année apporte une pratique intensive de l'allemand et l'approfondissement des connaissances générales ainsi qu'un coaching individuel. Les étudiants sont préparés puis soutenus dans la recherche d'un apprentissage. Les personnes intéressées doivent avoir au moins un niveau A2 en allemand et s'inscrire auprès de BWS Uster à partir de mars. L'année scolaire commence à la mi-août.

BWS Berufswahlschule, Rehbühlstrasse 2, 8610 Uster, 043 444 23 44  
[www.bws-uster.ch](http://www.bws-uster.ch)

## **Teilübernahme der Schulkosten**

Für eine Teilübernahme der Schulkosten für das Berufsvorbereitungsjahr ist die Sekundarschule Dübendorf-Schwerzenbach zuständig.

## **Frais de scolarité**

L'école secondaire de Dübendorf-Schwerzenbach prend en charge une partie des frais de scolarité.

Sekundarschule Dübendorf-Schwerzenbach  
Schulverwaltung, Neuhausstrasse 23, Dübendorf, 043 355 22 44  
[www.sekundarschule-dubendorf.ch](http://www.sekundarschule-dubendorf.ch) / Organisation / Schulverwaltung

# Weitere Angebote für Fremdsprachige

## Autres offres pour personnes de langue étrangères

### **Integras – Infoveranstaltungen für Eltern und Jugendliche mit Migrationshintergrund**

Die Berufsinformationszentren (biz) organisieren Informationsveranstaltungen zur Berufsbildung in verschiedenen Fremdsprachen speziell für Eltern mit Migrationshintergrund und ihre Jugendlichen, die vor der Berufswahl stehen. Im biz erhalten Jugendliche und ihre Eltern Informationen und persönliche Beratung. Die gut ausgestattete Infothek im biz ist täglich während der Bürozeiten geöffnet und kann kostenlos und ohne Anmeldung besucht werden. Beratungstermine müssen telefonisch vereinbart werden. Das biz Uster berät auch Erwachsene ohne Berufsabschluss kostenlos.

### **Integras – Séances d'information en langues étrangères pour jeune et parents**

Les centres d'orientation professionnelle (biz) organisent des séances d'information en différentes langues étrangères pour les jeunes en âge de choisir une profession et leurs parents. L'infothèque du biz est ouverte aux heures de bureau et accessible librement et sans préavis. Une consultation individuelle peut être faite sur rendez-vous. Le biz Uster conseille aussi gratuitement les adultes sans qualification professionnelle.

Berufsberatung Kanton Zürich, biz Uster, Brunnenstrasse 1, 8610 Uster  
043 258 49 00, [biz.uster@ajb.zh.ch](mailto:biz.uster@ajb.zh.ch)  
[www.ajb.zh.ch](http://www.ajb.zh.ch) / Berufs-, Studien- & Laufbahnberatung / Integras



## Schreibdienst

Die Stadt Dübendorf bietet ihren Einwohnerinnen und Einwohnern einen Schreibdienst an. Interessierte erhalten Unterstützung beim Verstehen und Schreiben von Briefen und anderen Dokumenten oder beim Ausfüllen eines Formulars. Der Schreibdienst ist kostenlos, eine Voranmeldung ist nicht nötig. Donnerstag, 16.00 bis 19.00 Uhr. In den Schulferien geschlossen.

## Service d'écriture

La ville de Dübendorf propose un service d'écriture en allemand pour comprendre, rédiger/écrire lettres et autres documents ou remplir des formulaires. Ce service est gratuit et ouvert à tous les habitants de Dübendorf. Sans préavis, le jeudi de 16h00 à 19h00 heures. Le service est fermé pendant les vacances scolaires.

Durchführungsort: WBK, Bettlistrasse 22, Dübendorf, 2. Stock  
Information: 044 801 83 99, [integration@duebendorf.ch](mailto:integration@duebendorf.ch)

## Brückenbauer-Netzwerk

Die Brückenbauerinnen und Brückenbauer vermitteln zwischen der schweizerischen und anderen Kulturen. Die für die Stadt Dübendorf ehrenamtlich tätigen Personen haben einen Migrationshintergrund, sprechen gut Deutsch und sind gut integriert. Sie informieren Familien mit kleinen Kindern über Angebote der Integration, Bildung, Freizeit und Frühen Förderung.

## Citoyens passerelle

Nos «citoyens passerelle» servent de médiateurs entre la culture suisse et les cultures des nouveaux arrivants. Ces volontaires travaillant pour la ville de Dübendorf sont issus de différents pays, parlent un bon allemand et sont bien intégrés. Leur objectif est d'informer les familles sur les possibilités qu'offre Dübendorf en matière de loisirs, d'intégration, d'éducation et dans le domaine de la petite enfance.

Bildungslandschaft Dübendorf, 044 801 83 99  
[bildungslandschaft@duebendorf.ch](mailto:bildungslandschaft@duebendorf.ch)



### **Café International**

Jeden vierten Freitag im Monat von 09.00 bis 11.00 Uhr treffen sich Personen aus allen Kulturen im Familienzentrum. Bei Kaffee und Gipfeli tauschen sich die Erwachsenen untereinander aus, für die Kinder steht ein Spielraum zur Verfügung. Auch einige Brückenbauerinnen (interkulturelle Vermittlerinnen) besuchen das Café und geben gerne Auskunft.

### **Café International**

Chaque quatrième vendredi du mois de 09h00 à 11h00 heures, des personnes de tous horizons se rencontrent au centre familial. Autour d'un café et de croissants, les adultes échangent pendant que les enfants profitent de la salle de jeux. Des «citoyens passerelle» passent souvent et répondent à vos questions.

Familienzentrum, Wallisellenstrasse 5a, Dübendorf  
info@elterngroup.ch, bildungslandschaft@duebendorf.ch



# Fachstellen für Migranten

## Services pour migrants

### **Leben in der Schweiz – Information und Online-Beratung**

Diese Website bietet hilfreiche Informationen und nützliche Links zum Alltag in der Schweiz. Die Online-Beratung hilft auf Deutsch und in vielen Fremdsprachen unkompliziert weiter.

### **Vivre en Suisse – Information et conseil en ligne**

Ce site offre une multitude d'informations et de liens utiles concernant la vie quotidienne en Suisse. Le conseil en ligne en français et plusieurs autres langues aide à trouver les réponses à vos questions du quotidien.

[www.migraweb.ch](http://www.migraweb.ch)

### **Informationen über die Gesundheit**

Das Schweizerische Rote Kreuz entwickelt und koordiniert dieses Portal im Auftrag des Bundesamtes für Gesundheit. Migesplus unterstützt Fachleute und Institutionen bei der Entwicklung und Verbreitung von Gesundheitsinformationen und Präventionskampagnen. Auf dieser Website können Broschüren, Ratgeber, Filme und weitere Unterlagen in 56 Sprachen angesehen, heruntergeladen oder online bestellt werden.

### **Informations sur la santé**

La Croix-Rouge Suisse développe et coordonne ce portail sur mandat de l'Office fédéral de la santé publique. Migesplus soutient les organisations et les professionnels à élaborer et diffuser des informations sur la santé ainsi qu'à organiser des campagnes de prévention. Consultez, téléchargez ou commandez en ligne des brochures, des guides, des films et d'autre matériel en 56 langues.

[www.migesplus.ch](http://www.migesplus.ch)



## **Beratungsstelle für Migrations- und Integrationsrecht**

Sie suchen Antworten auf migrationsrechtliche Fragestellungen oder brauchen juristische Unterstützung? MIRSAH bietet eine kompetente und kostengünstige Rechtsberatung durch spezialisierte Juristinnen und Juristen an. Die Rechtsauskunft ohne Voranmeldung findet jeweils dienstags von 09.00 bis 12.30 Uhr statt. Die Folgetermine sind nach Vereinbarung.

## **Consultation juridique**

MIRSAH propose une consultation juridique spécialisée pour toutes les questions concernant les lois sur l'immigration et l'intégration. Des juristes vous reçoivent et répondent à vos questions tous les mardis matin de 09h00 à 12h30, sans rendez-vous. Les séances suivantes se font sur rendez-vous.

MIRSAH, Wilhelmstrasse 10, 8005 Zürich  
044 291 00 15, [mirsah@sah-zh.ch](mailto:mirsah@sah-zh.ch), [www.sah-zh.ch/mirsah](http://www.sah-zh.ch/mirsah)

## **Sans-Papiers**

Diese Website richtet sich an Personen, die ohne Aufenthaltsbewilligung in der Schweiz leben und arbeiten. Sie gibt Informationen über den Alltag und über grundlegende Rechte. Die Anlaufstelle bietet kostenlose persönliche Beratungen an. Öffnungszeiten und weitere Informationen sind auf der Website aufgeführt.

## **Étranger sans-papiers**

Si vous vivez et travaillez en Suisse sans permis de séjour vous trouverez sur ce site internet beaucoup d'informations générales et pratique pour la vie au quotidien. Vous pouvez même passer au bureau à Zurich pour profiter d'une consultation personnelle et gratuite. Vous trouverez les horaires sur le site.

Sans-Papiers Anlaufstelle, Kalkbreitestrasse 8, 8003 Zürich  
043 960 87 77, [www.sans-papiers.ch](http://www.sans-papiers.ch)

# Impressum

## **Broschüre in Deutsch / Französisch**

Text und Redaktion: Gina Sessa

Übersetzung: Christel Desmoinaux, Gina Sessa

Lektorat: Delphine Spoldi

Illustration: Christel Desmoinaux, [gluglu.ultra-book.com](http://gluglu.ultra-book.com)

Gestaltung: Kristijan Sessa, [tuffi.allyou.net](http://tuffi.allyou.net)

Druck: Akeret Druck AG, Dübendorf

Herausgeberin: Stadt Dübendorf

Erscheinungsdatum: Januar 2019

Erhältlich in den Sprachen:

Deutsch / Englisch, Deutsch / Französisch und Deutsch / Italienisch

Kontakt und Bezug: [bildungslandschaft@duebendorf.ch](mailto:bildungslandschaft@duebendorf.ch)

Diese Broschüre erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit, die darin enthaltenen Informationen sind fortlaufenden Änderungen unterworfen. Das Heft soll eine Orientierungshilfe sein, bei Alltagsfragen unterstützen und Begegnungen erleichtern.

Les informations de cette brochure ne sont pas exhaustives et peuvent être modifiées. La brochure est un guide pratique utile aux familles pour bien s'orienter dans notre ville et pour faciliter les contacts avec les autres habitants.

**Stadt Dübendorf**



Diese Broschüre wurde von der Stadt Dübendorf  
produziert mit Unterstützung von

