

DÜBENDORF FÜR FAMILIEN

DEUTSCH / ENGLISH





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 for families

Stadt Dübendorf



Preface

Dear Residents

This brochure is mainly intended for families with children but can be useful for all residents. It contains information on leisure, education and healthcare in Dübendorf, as well as other useful addresses. The final chapter is more specifically intended for newcomers from abroad and for our residents who speak a foreign language.

The brochure is a practical guide providing you with an overview of what is on offer in our city, which should in turn help you to meet people.

We wish you an interesting read and hope you will find some useful suggestions.

Best regards

André Ingold
Mayor

Gina Sessa
Department of Family & Integration

Inhaltsverzeichnis

Begegnung und Freizeit Socialising and Leisure Time	8
Kontakt- und Anlaufstelle für Familien Families' Information Service	8
Familienzentrum Family Centre	9
Elterngruppe Parents Group	10
Ludothek Toy Library	11
Bibliothek Library	12
Kinder- und Jugendarbeit Dübendorf (KJAD) Children's and Youths' Activities	14
Freiwilligenarbeit Volunteering	18
Vereine Associations	18
Sport und Aktivitäten Sport and Activities	19
Musik Music	26
Kreatives Creative Work	28
Kulturelle Angebote Cultural Offerings	29
Aktivitäten in den Schulferien Activities during School Holidays	31
Angebote der Landeskirchen Projects by the Churches	38
Beratung für Eltern und Kinder Advisory for Parents and Children	44
Kinder- und Jugendhilfezentrum (kjz) Children and Youth Welfare Centre	44
Schulpsychologischer Dienst School Psychologist	46
Schulsozialarbeit School Social Workers	47
Berufs- und Informationszentrum (biz) Career Information Centre	48
Beratung in schwierigen Situationen Counselling in Difficult Situations	49
Die dargebotene Hand Helpline and Listening Service	49
Soforthilfe für Kinder und Jugendliche Kids, Teen and Youth Helplines	50
Soforthilfe für Eltern Parent Helplines	53
Weitere Beratungsstellen Other Advisory Services	54
Medizinische Versorgung Medical Care	59
Notfallnummern Emergency Numbers	59
Telefonische Beratung Kinderspital Children's Hospital Telephone Advisory Service ..	60
Notfälle Pädiatrie Paediatric Emergencies	61
Kinderärzte Paediatricians	62
Schulzahnklinik School Dental Clinic	63
Spitäler Hospitals	64
Notfallpsychiatrie Psychiatric Emergencies	65

Table of contents

Kinderbetreuung Childcare	66
Kinderkrippen Nurseries.....	66
Tageseltern Private Childminders.....	67
Horte und Mittagstische Day Care and Lunch Break.....	68
Babysitter Babysitting.....	69
Betreuung von Kindern mit Behinderungen Children with Special Needs.....	71
Frühe Förderung Early Childhood Education	72
Die ersten vier Lebensjahre The first four Years of Life.....	72
Spielgruppen Playgroups.....	73
Bildung und Ausbildung Education and Career	74
Schulsystem Kanton Zürich Cantonal School System.....	74
Kindergarten und Primarschule Kindergarten and Primary School.....	75
Sekundarschule Secondary School.....	75
Gymnasium Gymnasium.....	76
Berufslehre Vocational Education and Training.....	76
Hochschulen Universities.....	77
Musikschule Music School.....	78
Weiterbildung Further Adult Education.....	78
Elternbildung Parental Education.....	79
Günstige Gegenstände Buy at Low Price	80
Flohmärkte Flea Markets and Car Boot Sales.....	80
Brockenstuben Second-Hand Shopping.....	81
Familien mit niedrigem Einkommen Families with Small Budgets.....	82
Angebote für Migranten Tips for Foreigners	88
Integrationsstelle Integration Office.....	88
Deutschkurse German Courses.....	90
Weitere Angebote für Fremdsprachige Other Projects for Immigrants.....	94
Schreibdienst Writing Service.....	95
Brückenbauer-Netzwerk Brigde-Builders.....	95
Fachstellen für Migranten Information for Immigrants.....	97



Begegnung und Freizeit

Socialising and Leisure Time

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.

Families' Information Service

Our information centre is located in the family centre and is open every morning from Tuesday to Friday (except during schools holidays). A number of brochures and information sheets aimed at children, youths and families are available. Our employees will answer your questions or direct you to the appropriate department.

Kontakt- und Anlaufstelle für Familien, Wallisellenstrasse 5a, Dübendorf
044 801 60 63 oder 044 801 60 64, 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.

Family Centre

The family centre welcomes mothers and fathers with their preschool children. We offer advice in parent/child relationships, provide a space for playgroups and parents' meetings, as well as hosting an informal café where adults can relax and chatter while their toddlers play nearby. A children's hairdresser is also available. The common room can be rented for private events on Wednesdays and at weekends. The centre is closed during the schools holidays.

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.

Parents group

The parents' association «Elterngruppe Dübendorf» promotes contact between families and organizes numerous family friendly activities such as parties, second hand clothes sales, gymnastics for children, parents' meetings with children, crafty afternoons, the Friday Coffee Break and much more. Most activities are held at the family centre. All programme events are listed on the website.

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.

Friday Coffee Break and Café International

Every Friday morning from 09.00 to 11.00 am you can enjoy a break in the family centre with other parents and their children. Come and meet, chat and make friends around a cup of coffee and croissants. The children have plenty of space and toys to play with.

On the fourth Friday of the month (not during school holidays), our Friday Coffee Break becomes multicultural as intercultural translators join us to answer your questions about integration. Buffet breakfast available. Dates available on the parents' association website.



Ludothek

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

Toy Library

The Toy Library offers a wide range of games and toys. Subscribe and borrow board games, outdoor games, various fun vehicles for children and many other things.

Verein Ludothek, Bettlistrasse 22, Dübendorf
044 821 05 20, info@ludo-duebendorf.ch, www.ludo-duebendorf.ch

Bibliothek

Library

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.

Library

The library offers novels, fact books, audio books, movies for the whole family. You will also find newspapers available for borrowing. Events for adults and young readers are regularly organised. Further information is available on the website.

Stadtbibliothek, Bettlistrasse 22, Dübendorf
044 801 83 53, stadtbibliothek@duebendorf.ch, 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.

Finger Plays and Nursery Rhymes «Bookstart»

Let your toddler get an early introduction to language through the pleasure of reading with us. For parents and toddlers aged 9 to 24 months. Friday at 10.30 am, approx. 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.

Nursery Rhymes for Little Children

Reading and discovering language is fun! Come and visit us, once a month, to discover stories, nursery rhymes and songs according to the season. For children aged between 2 and 3 in the company of an adult. Every first Tuesday of the month, at 10.30 am, approx. 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.

Story Time

From 4 years onwards, children can sit on our big red sofa and listen to the most amazing, funny and exciting stories from our children's books. Child must be accompanied. Thursday at 4.30 pm, approx. 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.

Friends of Books

Use all your senses to discover the joys of stories and books! Reading animation for families with children aged 3 to 5 years. Course comprised of six afternoons, duration 1 hour per session. Advance registration required. Visit the website for the upcoming dates.

Kinder- und Jugendarbeit

Children's and Youths' Activities

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 – Leisure Activities for Children and Youths

The KJAD «Kinder und Jugendarbeit Dübendorf» is a municipal organisation for children, teenagers and young people. They are offered activities and support in all aspects of their lives and they can take part in supervised programmes. These are generally free of charge but registration is required for group outings. Young people's concerns are taken into account, their personality is encouraged to develop towards greater personal fulfilment. All activities are listed by date on the website.

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 – Children's and Young People's Centre

The children and teenager's centre «Galaxy» is only open at specific times. Check the schedule online or by telephone. The Galaxy centre can be rented for private parties.

Kinder- und Jugendhaus Galaxy, Storchengasse 14, Dübendorf
044 801 83 55, www.kjad.ch



Kinderprogramm

Children's Programmes

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» and «Boys Only»

The Girls Treff is a weekly meeting for Dübendorf girls from the 4th to 6th class, offering many various activities. The equivalent for boys is called Boys Only. Schedules and programmes are available on the internet. Wednesday from 02.00 to 05.00 pm or 05.30 to 08.30 pm.

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.

Playbus

The town playbus is filled with games and toys and travels the city, stopping in different neighbourhoods and primary schools. Check the website to hop on in your area!

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.

The Children's Council

Children who are part of the council organize parties and other events for children in primary school and act as spokespersons for the needs and concerns of all. Attending all meetings and taking part in all projects is not compulsory.

Programm für Jugendliche **Youths' Programme**

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

The common room at Treff Galaxy contains a pool table, table football and board games. There is also a bar, a garden with a barbecue and a well-equipped disco room. Facilitators are present during the opening hours.
Open every Friday between 06.00 and 10.00 pm.



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.

Youth Mobile Workers

Some of the KJAD workers go out to meet young people on their own ground: dialogue is initiated, expectations are discussed, some help can be provided, and advice and support is offered.

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.

The Youth Council

The youth council helps promote the participation of young people in society and organises local projects for young people. Attending all meetings and taking part in all projects is not compulsory.

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

To find out more about other projects and events please visit the website.

www.kjad.ch

Freiwilligenarbeit

Volunteering

Freiwilligenarbeit

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

Volunteering

People interested in volunteering are most welcome and should visit the two sites indicated below or send an e-mail.

bildungslandschaft@duebendorf.ch, www.duebendorf.ch / Freizeit / Freiwilligenbörse
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

Associations and clubs are an essential component in the sporting, cultural and social life of Dübendorf. They contribute to the quality of life of the inhabitants of the town. The choice is wide, with over 150 organisations of all kinds. The list of all associations is available on the city's website.

www.duebendorf.ch / Freizeit / Vereine



Sport und Aktivitäten

Sport and Activities

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 / Freizeit / Vereine.

Sports Clubs

Many sports clubs welcome you in Dübendorf. A few of them are listed below but a complete listing is available on the website www.duebendorf.ch / Freizeit / Vereine.

Leichtathletik Athletics

Boxclub Boxing

Curling Curling

Kavallerieverein Equitation

Eiskunstlauf Figure skating

Fussballclub Glattal Football

Fussballclub Dübendorf Football

Turnverein Gymnastics

Schach Chess

Eishockey Ice hockey

Judo Judo

Synchronschwimmen Synchronised swimming

Tischtennis Table tennis, Ping pong

Tennis Tennis

Unihockey Unihockey

www.lcd.ch

www.profightgym.ch

www.ccd.ch

www.kvduebendorf.ch

www.dec.skating.ch

www.fcglattal.ch

www.fcduebendorf.ch

www.tv-duebendorf.ch

www.schachclub-duebendorf.ch

www.ehcd.ch

www.jjcd.ch

www.scduebendorf.ch

www.ttcduebendorf-volketswil.ch

www.tcwd.ch

www.jumpduebendorf.ch

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.

Ice Rink

The Dübendorf ice rink «Im Chreis» hosts thousands of skaters every year. It is used by the local ice hockey club, the figure skating club, the curling club and school classes, as well as being open to the public. Opening hours and rates are available on the internet.

Kunsteisbahn Im Chreis, Hermikonstrasse 68, Dübendorf
044 820 00 44, kunsteisbahn@sfd-ag.ch, www.sfd-ag.ch

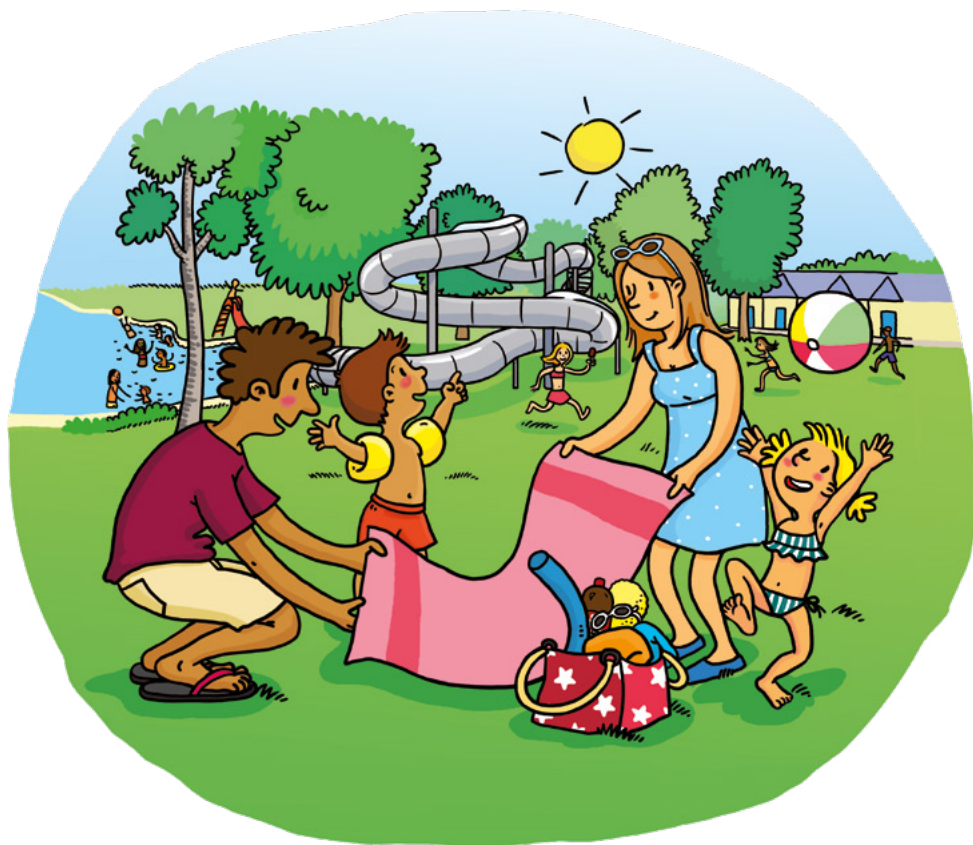
Freibad im Sommer

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.

Lido «Oberdorf»

The beautiful and modern lido «Oberdorf» attracts many people from Dübendorf and nearby. The whole family can enjoy its various pools, beautiful lawns and games areas, restaurant and barbecue place. Opening hours and information are available on the internet.

Freibad Oberdorf, Oberdorfstrasse 23, Dübendorf
044 821 65 00, freibad@sfd-ag.ch, 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 and Leisure Grounds Dübendorf

In addition to the outdoor pool and ice rink, the SFD has a crazy golf course, several tennis courts and two football fields, as well as a playground. It also manages restaurants and kiosks on its grounds. Further information available on the website.

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.

Indoor Swimming Pools

Much used by local schools, the indoor swimming pool Stägenbuck in Dübendorf has a 25m pool and opens its doors to the public at certain hours. Nearby the Water World Wallisellen offers a 50m swimming pool, a warm wellness pool and a leisure swimming area. Swimming lessons for babies, children and adults are also available.

Hallenbad Stägenbuck, Lägernstrasse 15, Dübendorf
044 823 10 53, www.schule-duebendorf.ch / Hallenbad

Water World Wallisellen, Alte Winterthurerstrasse 62, 8304 Wallisellen
044 832 63 32, info@sportanlagen-wallisellen.ch, 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.

Parent-Child Gymnastics

Through playful exercises, which make moving a lot of fun, young children and their parents do gymnastics together. For children from age three until Kindergarten.

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.

Gymnastics for Children

Through playful exercises, which make moving a lot of fun, young children and their parents do gymnastics together. For children from age three until Kindergarten.

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.

Public Playgrounds

The numerous playgrounds of Dübendorf are equipped with sandpits, swings, climbing frames, etc.

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.

Youth Associations

There are three youth associations in Dübendorf. This educational movement brings together boys and girls of all religions and age worldwide. Scouts camps are also organised once or twice a year. Every other Saturday, join the Cevi for a fun programme in the forest or indoors according to weather (duration 3h, from kindergarten age). The Pfadi St. Jakob or Pfadi Gryfensee offer weekly outdoor meetings every Saturday afternoon.

Pfadi Gryfensee, www.gryfensee.ch

Pfadi St. Jakob, www.stjakob.org

Cevi Dübendorf, 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.

Allotments

The Association for Allotments offers eight gardening areas with more than 200 plots. If interested, please contact the association or fill in the online form and register on the waiting list.

Verein für Familiengärten Dübendorf
www.vfd.ch

Musik

Music

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.

Music school

The Regional Music School of Dübendorf is open to children, youths and adults who want to practice an instrument. The school offers a wide range of instrumental and singing lessons, as well as ensemble music. It promotes initiatives such as workshops, seminars and summer camps. Visit the website for more information.

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.

Parents and Children Singing

Parents and their toddlers aged from one and a half to four years are welcome to sing and play music together. Open to grandparents as well.



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.

Music and Rhythm for Young Children

Two early classes are available at the music school: «Rhythm garden» and «Music for Kindergartners», for children attending the first and second year of Kindergarten.

Kinderchor «Animato»

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

Children's Choir «Animato»

Singing-loving children from the 1st to 6th grade, the «Animato» children's choir awaits you! More information is available on website.

Musikvereine

Music Associations

www.stadtmusik-duebendorf.ch
www.jugendmusik-duebendorf.ch

Kreatives Creative Work

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.

Ceramic Workshop

This lovely place introduces you to ceramics. Dishes, utensils and different objects can be decorated with more than 60 different colours. You can also celebrate a creative birthday party there or buy gift vouchers.

Keramik- und Malstudio Fүүrwärch, Untere Geerenstrasse 2, Dübendorf
076 559 01 18, info@fire-works.ch, 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.

Pottery and Woodwork

Our pottery and woodworking classes are open for children and adults.
Visit the website below for more information.

Werkraum Dübendorf, Bettlistrasse 22, Dübendorf
044 821 93 59, werkraum@duebendorf.ch, www.werkraum-duebendorf.ch



Kulturelle Angebote

Cultural Offerings

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.

Obere Mühle Cultural Centre

The Obere Mühle cultural centre organises concerts, theatre performances, exhibitions, festivals, flea markets and other activities for young and old. Several rooms are available to hire for meetings, birthdays or private parties.

The restaurant is open from Tuesday to Saturday and during various cultural events. For additional information, please consult the programme on the website.

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.

Cinema Orion

The cinema Orion shows movies in their original version with subtitles in French and German. Every Saturday and Sunday a family film is shown (German). The favourable price of a family ticket also includes popcorn. Music concerts are also organised, as well as discos and other various events. Please visit the website for the complete programme.

Kino Orion, Neuhofstrasse 23, Dübendorf
044 821 90 60, info@kino-orion.ch, 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.

Cultural Offerings

Kikuka is shorthand for Kinder Kultur Kalender a platform for cultural offerings especially for children and families. On the two websites indicated below, you will find many interesting offers for art and culture in the city and the canton of Zurich, such as music, theatre, cinema, literature, dance, museums, circuses and much more.

www.kikuka.ch
www.kulturvermittlung-zh.ch



Aktivitäten in den Schulferien

Activities during School Holidays

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

Different institutions and clubs organise activities for children and youths during school holidays. A few are described below.

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.

Primary School Day Care

The Hort day care service (Primary School) is available during school holidays to pupils who already attend during term time. This service is closed three weeks during the summer break and during the christmas holidays.

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.

Sports Camps Dübendorf

The Sport- und Freizeitanlagen Dübendorf AG organises sports camps during summer holidays open Monday to Friday from 08.00 am to 05.00 pm. Children engage in many sports under professional supervision.

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.

Ferienpass

During the summer holidays, the Zurich Transport Network ZVV provides the «Ferienpass» a holiday transport pass for youths. It enables them to travel around the canton for a very low price and to enjoy free entry to swimming pools, museums, the Zurich zoo, etc. The Ferienpass is available for 25 francs.

www.zvv.ch/ferienpass



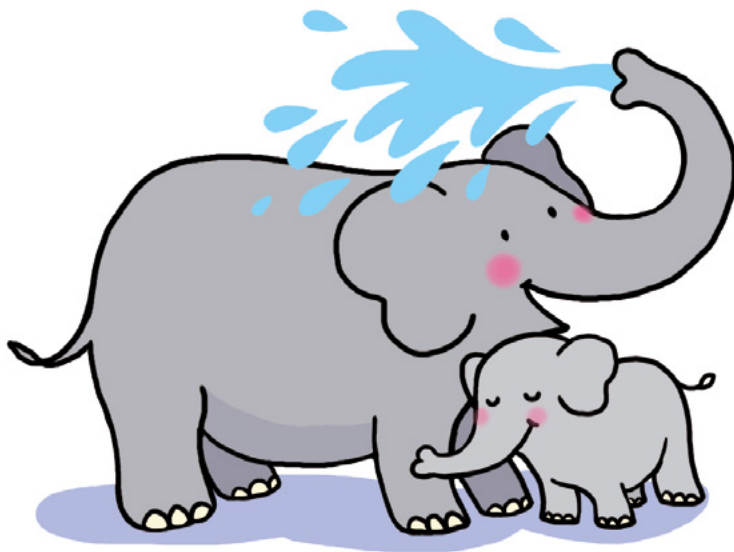
Ferienplausch

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

The «Ferienplausch» is a regional programme for children during the summer holidays. It offers many courses and workshops throughout the region. Advance registration required. The program is available on the website end of may.

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.

Spring Camp «Erlebniswoche»

Organised during the first week of spring break, discovery week is aimed at children from 2nd Kindergarten to the 6th primary class, and it's held in the outdoor pool grounds. Led by facilitators children play, tinker, go on tour and listen to stories from the Bible. The activities are open to children of all cultures and religions. For more information about programme and organisers, please visit the website.

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

Pro Juventute is an organization dedicated to youths. Amongst other things, it organises activities for children and teens during the school holidays. Information on website.

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.

Multi-sports Camps

The Sports Department of the Canton Zurich organises annually over 30 multi-sports camps during the school holidays, with more than 1300 children and youths taking part in supervised sports camps. Cantonal subsidies guarantee moderate prices. More information can be found on the website.

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

Feriencamp 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 Feriencamps 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.

Multi-sports Camps Milandia

For over 30 years the sports centre Milandia in Greifensee organises multi-sport camps during school holidays. They welcome children from 5 up to 13 years and offer football, baseball, hockey, frisbee, swimming, mini golf, tree climbing, etc. All information available on the website.

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.

School's Winter Sport Camps

5th and 6th class primary school pupils and secondary school students can benefit from a week of winter holidays once a year. This introduces them to skiing or snowboarding or gives them the chance to improve their technique.

www.schule-duebendorf.ch / Aktuelles / News

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.

Winter Camp for Children

The association «Kinderwinterlager» offers a winter sport camp during the winter holidays. The camp is aimed at schoolchildren from age 7 up to 11 years who want to practice skiing or snowboarding. Information on website.

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.

Family Leisure Activities

Check out the two indicated websites and you will be amazed at the great number of offers for children and families in our region and others.

www.freizeit.ch

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.

Tips for Exploring the Region

The dinosaur museum in Aathal and Technorama Winterthur will delight your children, as will the Zürich zoo or the Rapperswil zoo. The Zurich Kunsthaus offers tours and workshops dedicated to children and young people. Check out these sites for more family outing ideas!

Dinosauriermuseum Aathal

Hochseilpark Milandia Greifensee

Kindercity Volketswil

Knies Kinderzoo Rapperswil

Kunsthaus Zürich

Technorama Winterthur

Zoo Zürich

www.sauriermuseum.ch

www.milandia.ch

www.kindercity.ch

www.knieskinderzoo.ch

www.kunsthaus.ch

www.technorama.ch

www.zoo.ch

Angebote der Landeskirchen

Projects by the Churches

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.

In Dübendorf both the Catholic and Protestant Church organise events, courses and workshops, which are open to people of all faiths. They organise camps for children and teenagers during the holidays. Both churches also help people in need. All activities and projects are available on the websites.



Reformierte Kirche

Protestant Church

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.

Singing with Children

Parents with children up to 4 years share the pleasure of singing, laughing and enjoying a morning snack together.

Fiire mit de Chliine

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

Celebrate with Children

Parents and children until 5 years listen to a heart-opening story from the bible.

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 welcomes children aged between 5 and 12 years. They listen to biblical stories, sing, tinker and play. A morning snack is included.

Roundabout

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

Roundabout

Street dance for girls aged 12 years and more. Dance, practice a regular activity, and enjoy being together and let friendships flourish.

Mitsingwiehnacht

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

Christmas Show

The parts in the Christmas show are distributed in October. Take part in rehearsals and in the creation of the show until the final performance!

Basar

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

Bazar

The parish centre (ReZ) organises its bazaar on the first weekend of November. Enjoy the entertainment, activities for children, different stands, a cafeteria and some Raclette.



Katholische Kirche

Catholic Church

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.

Parish Centre Lounge

Lounge with a bar, a pool table and table football on the ground floor of the parish centre Leepünt.

Hip-Hop-Kurs

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

Hip-Hop Workshop

For girls from the 4th to the 6th class, led by a professional hip-hop instructor.

Kinderflohmi

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

Children's Flea Market

Each spring and autumn, the Catholic mission organises a flea market dedicated to children in the parish centre 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.

Toys Exchange

During the Advent weeks, children can bring toys in good condition and exchange them for others.

Krippenfeier

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

The Nativity

From October onwards, children who wish to join in a Nativity show to be presented on Christmas Eve at the Catholic Church can come and start rehearsing.



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)

Catholic Churches in Other Languages

Englisch

Albanisch

Französisch

Kroatisch

Polnisch

Portugiesisch

Slowenisch

Spanisch

Ungarisch

www.englishmission.ch

www.misioni.ch

www.mission-zurich.ch

www.hkmzuerich.ch

www.polskamisja.ch

zh.missaocatolica.ch

www.slomisija.ch

www.misioncatolica.ch

www.ungarn-mission.ch



Beratung für Eltern und Kinder

Advisory for Parents and Children

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.

Children and Youth Welfare Centre (kjj)

The children and youth welfare centre in Dübendorf advises parents on questions about education and other topics of everyday family life. The consultations are confidential and free of charge. Consultation by appointment.

kjj Dübendorf, Wallisellenstrasse 5, Dübendorf
043 259 76 77, kjj.duebendorf@ajb.zh.ch, 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

Young Parents Counselling (kjj)

Our consultants are available for personal discussions and advice regarding any questions parents of young children might have about their toddler (0 to 3 years) or about their life as a parent. Tuesdays and Thursdays, 01.30 to 4.30 pm at the Familienzentrum. No appointment needed.

Telephone advice: 044 259 76 70, daily from 08.30 to 10.30 am, unless Tuesday

Alimentenhilfe

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

Maintenance Recovery

Maintenance recovery assistance and advanced payments. The service is free.

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.

School Psychologist

The school psychologist advises and helps primary school pupils with educational or personal difficulties. All problems related to learning, performance, school abilities, developmental difficulties and psychological problems are within their competence.

Schulpsychologischer Dienst Dübendorf

Primar- und Sekundarschule

Zwinggartenstrasse 24, Dübendorf, 043 343 50 60

www.schule-duebendorf.ch / Dienste

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.

School Social Workers

The school social workers advise and accompany families who have social or educational problems and interact with other social services. Their purpose is the personal, educational and social well-being of the pupils. The school social workers are easily accessible by the children and teenagers at school. Parents are invited to contact them directly.

Schulsozialarbeit Primarschule

Schulhaus Högler, Zimmer 30, Wasserfurrenstrasse 7, Dübendorf
044 822 47 22, schulsozialarbeit@duebendorf.ch
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 / 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.

Career Information Centre

The career information centre (biz) actively supports the career guidance of individuals by providing information on education and professional training in Switzerland. The services are open during office hours, and a wide range of information is available (on-site extensive library). Personal consultations are available by appointment.

biz Uster, Brunnenstrasse 1, 8610 Uster
043 258 49 00, 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 about Apprenticeships

This service answers young people's questions about professional training and helps them with problems they might encounter during their apprenticeship. It is open to trainees, parents and learning institutes. The consultation is independent, confidential and free.

Beratungsstelle Kabel, Brunnenstrasse 1, 8610 Uster
044 994 13 62, www.lehrlinge.ch



Beratung in schwierigen Situationen

Counselling in Difficult Situations

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.

Helpline and Listening Service

Sometimes you just want to talk with somebody. The support helpline is confidential, competent and always here for you. Contact us under the phone number 143. Chat and mail service is also available, therefore please visit the website 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.

Emergency Number 117

If you or your children are being subjected to severe domestic violence, call immediately the police emergency number 117.

Soforthilfe für Kinder und Jugendliche

Kids, Teen and Youth Helplines

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

Helpline for Children and Youths

Contact us for help or just general advice. All consultations are confidential and free.
www.147.ch

Telefon 147

Ruf auf 147 an.

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

Call us anytime on 147.

We are there to help.

SMS an 147

Sende eine SMS an 147.

Wir antworten innerhalb von 2 Tagen.

You can also reach us by SMS.

We will get back to you within 2 days.

Chat 147

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

Would you rather chat?

Monday to Saturday, 06.00 to 09.00 pm
Sunday, 04.00 to 06.00 pm.

E-Mail an 147

Schicke uns eine E-Mail.

Wir antworten innerhalb von 3 Tagen.

beratung@147.ch

If you prefer, send us an e-mail.

We will answer within 3 days.



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.

Shelter for Young Women

This shelter provides help and shelter for young women who are victims of physical, psychological or sexual violence in their family or their close social environment. It offers temporary accommodation and professional advice for girls and young women between 14 and 20 years.

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.

Shelter Home for Teenagers

Do you need someone who will listen to you? You can't see any other solution but to leave home? Are you a victim of physical, psychological or sexual violence? Get in touch with us. We are available 7 days a week around the clock. For boys and girls between 13 and 18 years.

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

This organisation is dedicated to youths. Amongst other things, it organises activities for children and teens during the school holidays.

www.projuventute.ch



Soforthilfe für Eltern

Parent Helplines

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.

Parent Helpline 365 Days

The parent helpline provides support to families with education issues, crises or conflicts. They help prevent critical situations escalating and try to defuse any kind of violence (mental, physical or sexual). A personal consultation is possible in Zurich and all services are free, professional and confidential. Available around the clock 365 days a year.

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.

Parent Counselling Pro Juventute 365 Days

Specialists provide answers to parents questions about education, development, care and family organisation. They offer help in difficult situations or in emergencies, in a fast and unbureaucratic way. Accessible day and night, this service is confidential, professional and free.

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

Weitere Beratungsstellen

Other Advisory Services

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.

Free Legal Advice

Residents can get personal advice at the counselling office in the event of a legal problem. A professional will help them with their case. In person (no telephone) and without appointment, waiting times are to be expected. Thursday from 06.45 until 07.45 pm.

Schulhausstrasse 8, Dübendorf
im Gebäude des Betreibungsamtes
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.

Assistance to Victims of Criminal Offences

The Victim Counselling Service helps you if you have been the victim of a criminal offence such as assault with bodily injuries, sexual violence, road traffic accidents, robbery, forced marriage, etc. Free of charge and confidential.

Opferberatung Zürich, Gartenhofstrasse 17, 8004 Zürich
044 299 40 50, opferberatung@obzh.ch, 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.

Women's House and Help Centre

This shelter welcomes, advises and assists female victims of violence who are forced to leave their homes in an emergency (with or without any children).

Frauenhaus und Beratungsstelle Zürcher Oberland, Postfach 156, 8613 Uster
044 994 40 94, info@frauenhaus-zuercher-oberland.ch
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.

Victims of Sexual Assault

Welcome centre for children, youth and adult victims of sexual assault and for their parents or caregivers. This place also provides help for people who were abused in their childhood.

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.

People with Mental Disabilities

The association offers advice and information to parents and relatives of mentally handicapped children, youth and adults; it also organises dedicated holiday camps and activities.

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.

Counselling for Couples and Family Mediations

Individual or two-on-one counselling, couple and family counselling, family mediation and legal advice. Our counsellors help with communication problems, insecurity in the relationship, educational difficulties, separation or divorce.

Paarberatung und Mediation im Kanton Zürich, Zürichstrasse 12, 8610 Uster
044 940 97 42, uster@paarberatung-mediation.ch
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.

Prevention of Domestic Violence

If you have questions about conflicts, aggression or violence in your family, you will get free advice and will receive a non-binding initial consultation as well as information on how to proceed if need be.

Fachstelle Gewaltprävention Zürcher Oberland, Gerichtsstrasse 4, 8610 Uster
043 399 10 98, info@gewalt-praevention.ch, 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.

Prevention of Addictions

Information and consultation for children, teenagers and parents. We help with addictions to all manner of things such as alcohol, drugs, gambling, internet abuse, chats, etc. The service is also available to relatives.

Soziale Dienste Bezirk Uster, Fachstelle Sucht, Industriestrasse 27, 8604 Volketswil
044 801 99 20, sucht@sdbu.ch, www.sdbu.ch



Notfallnummern

Emergency Numbers

117	Polizei	Police
118	Feuerwehr	Fire brigade
144	Ambulanz	Ambulance
145	Vergiftungen	Poisoning



Telefonische Beratung Kinderspital

Children's Hospital Telephone Advisory Service

Telefon 0900 26 67 11

Festnetz und Mobiltelefone mit Abonnement, CHF 3.23 pro Minute
Fixed line and mobiles with a contract, CHF 3.23 per minute

Telefon 0900 26 67 12

Prepaid Mobiltelefone, CHF 3.23 pro Minute
Prepaid mobiles, CHF 3.23 per minute



Notfälle Pädiatrie

Paediatric Emergencies

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.

In the event of an emergency try to contact your paediatrician first. If not available, call an emergency number. In a life-threatening scenario, call an ambulance on 144 and for cases of poisoning call 145.

Kinderspital Zürich Children's Hospital

Steinwiesstrasse 75, 8032 Zürich

044 266 71 11, info@kispi.uzh.ch, www.kispi.uzh.ch

Notfallstation offen 24 Stunden, 365 Tage

Emergency unit open 24 hours, 365 days

Kinderpermanence Zürich Hauptbahnhof

Bahnhofplatz 9, 4. Etage, 8001 Zürich

043 343 00 00, 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

365 Tage im Jahr, 10.00 – 20.00 Uhr

Kinderpermanence Spital Zollikerberg

Trichtenhauserstrasse 2, 8125 Zollikerberg

044 397 28 50, www.spitalzollikerberg.ch

Montag bis Freitag, 08.30 – 21.00 Uhr

Samstag, Sonntag, Feiertage, 10.00 – 21.00 Uhr

Kinderärzte

Paediatricians

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

Monvia Gesundheitszentrum Wallisellen

Kinder- und Jugendmedizin
Bahnhofplatz 1b
8304 Wallisellen
044 832 59 90
www.monvia.ch

Kinderpraxis Schwerzenbach

Dr. med. Gilda Kuck
Sonnenbergstrasse 64
8603 Schwerzenbach
044 945 22 11
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



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.

School Dental Clinic

A mandatory dental examination of pupils (from Kindergarten until the end of secondary school) takes place every year at the school dental clinic. The classes visit the clinic once a year with their teacher and if a treatment is judged necessary, the parents are informed by letter. The costs of the annual control are covered by the school.

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.

Paediatric First Aid Course

This course is aimed at parents and caregivers of children from birth up to the age of 7 years, with the purpose of learning how to react quickly and appropriately when a child is injured or sick. The workshop lasts three hours. Information on prices, location and dates is available on the website.

www.samariter-duebendorf.ch

Spitäler Hospitals

Spital Uster

Brunnenstrasse 42
8610 Uster
044 911 11 11
www.spitaluster.ch

Spital Zollikerberg

Trichtenhauserstrasse 20
8125 Zollikerberg
044 397 21 11
www.spitalzollikerberg.ch

Universitätsspital Zürich

Rämistrasse 100
8006 Zürich
044 255 11 11
www.usz.ch

Kinderspital Zürich

Steinwiesstrasse 75
8032 Zürich
044 266 71 11
www.kispi.uzh.ch



Notfallpsychiatrie

Psychiatric Emergencies

Kinder und Jugendliche Children and Teenagers

Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie

Ambulatorium Uster, Gerbestrasse 3, 8610 Uster
044 578 60 00, kjpp.ambicut@puk.zh.ch, 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
24 Stunden, 365 Tage

Erwachsene Adults

Psychiatrische Universitätsklinik Zürich

Krisenintervention ambulant und stationär KIZ
Militärstrasse 8, 8021 Zürich
044 296 73 10, kiz@puk.zh.ch, www.pukzh.ch
24 Stunden, 365 Tage

Notfalldienst Psychiatrie, Zürich

043 499 26 26
24 Stunden, 365 Tage

Kinderbetreuung

Childcare

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.

Nurseries

Nurseries care for children from 3 months up to the age of kindergarten. Early childhood professionals will take care of the children. These institutions are private and their opening times and fees vary. A day at the nursery costs from CHF 100 to CHF 150. A list of the nurseries is available on the website below.

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.

Subsidised Nursery Places

For low-income families financial assistance may be available. For more information, please visit the website below.

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.

Private Childminders

The Association of Childminders «Tageselternverein» helps to find an accredited family to whom preschool children can be entrusted during daytime, afternoons or for lunch breaks only. Fee based on family income.

Tageselternverein Dübendorf, Büro im Familienzentrum
Wallisellenstrasse 5a, Dübendorf, 079 175 79 75
vermittlung@tevduebi.ch, 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.

Day Care and Lunch Break

Starting from Kindergarten, schoolchildren whose parents are both working can go to one of the municipality's Hort, which are day care centres. The Hort is located either on site or at an easily walkable distance from the school. The children are taken care of for lunch break and at times when there is no class. The staff are qualified, meals and snacks prepared on site are fresh and balanced.

Primarschule Dübendorf, 044 801 69 84

www.schule-duebendorf.ch / Schulergänzende Angebote / Kinderhort

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.

Secondary School Lunch Service

The secondary school offers a lunch service to all students at Grüze School. Information available on site.

Sekundarschule Dübendorf-Schwerzenbach, 043 355 22 44

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.

Babysitting EasyJob

People who need help with occasional jobs such as babysitting, shopping, walking the dog, cleaning, gardening and much more can go to EasyJob, which has a pool of young people who want to earn money. This service is offered by Kinder- und Jugendarbeit Dübendorf.

044 801 83 55, easyjob.duebendorf@hotmail.com
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.

Babysitting Service Swiss Red Cross

The Swiss Red Cross supports families find a good babysitter they can trust. The organisation offers babysitting courses for teens aged 13 years and onwards.

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.

Childcare at Home in Difficult Situations

Swiss Red Cross caregivers can help when families are struggling to take care of a child's serious health problems. They also support parents who are unable to cope for medical reasons or in situations of emergency. The Red Cross people take care of the children until the emergency has subsided or until a solution has been found. This offer is particularly aimed at families with modest incomes.

Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Zürich
044 360 28 54, info@srk-zuerich.ch
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.

Help for Parents of Disabled Children

Taking care of people with disabilities requires increased energy and more presence from family members every day. Hobbies, social life and outings are often affected. With this service, parents can take some time to breathe and recharge their batteries on a regular basis.

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.

Welcome Centre Sunnemätteli

The «Sunnemätteli Help Centre» welcomes children and teenagers with mental disabilities or multiple disabilities. Different care options are possible with 16 places available and the centre is open 360 days a year. Many parents claim relief on weekends and during school holidays.

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

Frühe Förderung

Early Childhood Education

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.

The first four Years of Life

In their early years, children learn more than in any later stage of their lives. They are curious. They explore the world with all their senses. Everyday life is full of opportunities to discover new things. 40 short films illustrate what happens on these explorative journeys. When parents and other carers accompany children in their early years in an attentive manner, they support them in a crucial phase of their development. The films show that there is no need for anything extraordinary: Learning opportunities present themselves in countless moments of everyday life. You can watch the short films in 13 languages.

www.kinder-4.ch

Kinderkrippen

Informationen zu den Kinderkrippen finden Sie im Kapitel Kinderbetreuung.

Nurseries

For information about nurseries, please refer to the Childcare chapter (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.

Playgroups

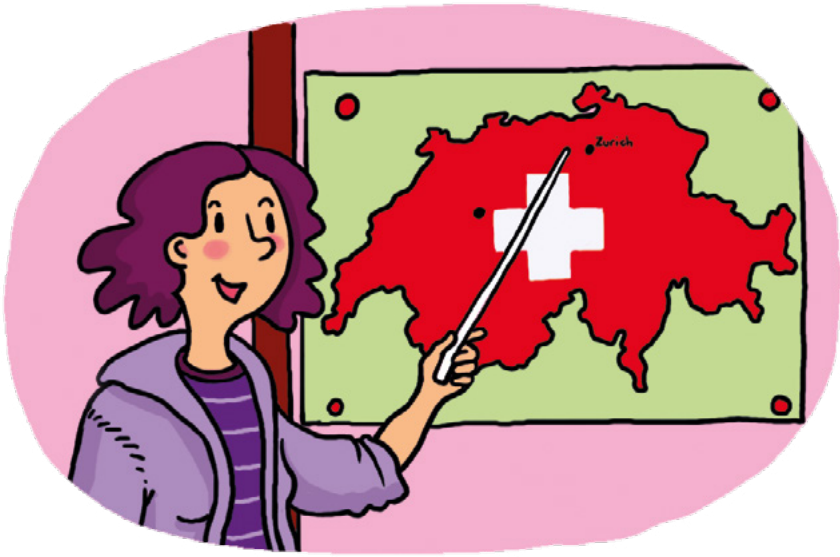
Playgroups offer many activities such as DIY, reading stories, language games and singing for children. Toddlers find the opportunity to play with others and socialise. Attending a playgroup is very good preparation for kindergarten. Information regarding schedules and prices are available from the playgroup leader.

An updated list of all playgroups is available on the municipality website of Dübendorf. You can request a printed list by e-mail.

Subsidies for Playgroups

Dübendorf is one of the few cities to part-subsidise playgroups, allowing families with low income to benefit from financial support. Information is available from playgroup management or on the website below.

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



Bildung und Ausbildung

Education and Career

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

Cantonal School System

Information and factsheets about the school system in the Canton of Zurich are available for parents in different languages on the following website.

www.vsa.zh.ch / English



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.

Kindergarten and Primary School

Kindergarten is the first stage of the Swiss school system and lasts for two years. Children start at the age of four. The next stage is primary school, which is divided into two cycles of three years each: Unterstufe (1st to 3rd class) and Mittelstufe (4th to 6th class). The pupils keep the same teacher during each cycle of three years. There are nine primary schools in Dübendorf. In addition to school, there are five day care centres (Kinderhort), which offer lunch clubs. Parents pay for this extracurricular service and rates are calculated according to family income.

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.

Secondary School

Secondary school follows primary school and is called Oberstufe or Sekundarschule. In secondary school, students are taught in three different skill levels (A, B and C). Dübendorf-Schwerzenbach Secondary School includes the school complexes Grüze 1–4, Grüze 5–7 and 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.

Gymnasium

You can enrol on a degree course at university or a federal institute of technology with a Swiss Matura certificate, which can be achieved by attending a Gymnasium school. Please visit the website indicated above for any additional information about this or to inform yourself about bilingual baccalaureate schools.

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.

Vocational Education and Training (Apprenticeship)

Vocational education and training (VET) or an Apprenticeship (German: Berufslehre) is the most frequently chosen pathway at upper-secondary level in Switzerland. VET programmes offer a blend of theory and practice for a specific occupation. The qualification is recognised across Switzerland. For more information visit the following websites.

www.mba.zh.ch / Berufslehre
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 / Die Hochschulen

www.berufsberatung.ch / Hochschulen

Universities

There are three types of universities: Swiss Universities (Universitäre Hochschulen), Universities of Applied Sciences and Arts (Fachhochschulen) and Universities of Teacher Education (Pädagogische Hochschulen). They offer more than 120 branches of study (Bachelor and Master). For more information, please visit the indicated websites.

www.sbf.admin.ch / Higher Education

www.studyinswitzerland.plus

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.

Regional Music School Dübendorf

Dübendorf Regional Music School offers children and teenager singing and music classes. In addition, there are also adult lessons, school music lessons, concerts, workshops and seminars organised.

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.

Further Adult Education

The WBK Dübendorf is an adult education institute that offers the population of Dübendorf a diverse choice of classes in areas such as languages, computer science or culture. German lessons are available during the day and also in the evenings.

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.

Parental Education

In Dübendorf there are various classes, workshops and conferences designed for parents, offering support in child-rearing matters and managing family life. Our information desk in the Familienzentrum is looking forward to informing you about current offers.

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» The App for Informed Parents

The app informs parents who have children aged between 0 and 16 years about educational, training and health-related topics. The information is translated in 12 languages and can be downloaded for free.

www.parentu.ch

Günstige Gegenstände

Buy at Low Price

Flohmarkt Chilbiplatz

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

Flea Market

A big flea market is organised twice a year by the Ludothek on the «Chilbiplatz». The dates are published on the website.

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.

Obere Mühle Flea Market

Twice a year, in spring and autumn, the cultural centre Obere Mühle organises a flea market including refreshments bar at the restaurant. On the same day, children are allowed to sell toys they do not want any more on the nearby meadow.

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.

Children's Flea Market

Each spring and autumn, the Catholic mission organises a flea market dedicated to children.

kath.frauenverein@kath-dfs.ch, 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.

Children's Second Hand Clothes

Each spring and autumn, the parents association «Elterngruppe Dübendorf» organises a children's clothes market at the Leepünt parish hall. Visit the website for dates and more information.

www.elterngruppe.ch

Brockenstuben

Second Hand Shopping

Brockenstube Blaues Kreuz, Neugutstrasse 88, Dübendorf
044 820 31 88, www.brockenstube-duebendorf.ch

Brockenhaus Emmaus Zürich, Ringwiesenstrasse 17, Dübendorf
044 801 90 60, www.emmaus-zuerich.ch

Familien mit niedrigem Einkommen

Families with Small Budget

Geschenk-Tausch-Aktion

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

Toys Exchange

Each year on a December afternoon, the catholic parish organises a toys exchange campaign for children up to 12 years.

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 – Young People for Little Jobs

This platform connects people offering little jobs (such as shopping for an elderly person, walking a dog, babysitting etc.) and young people who want to make a bit of money. For more information visit the website.

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 for Children and Youth

ROKJ encourages the development of children and adolescents from socially disadvantaged backgrounds by providing some financial assistance to their families. A child can for instance benefit from some help towards practicing a cultural activity such as a musical instrument or a sport. An expensive form of medical care (like dental treatment for example) might also be sponsored. Interested families can get in touch with the organisation for a funding request.

ROKJ Dübendorf, 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 – Holidays for Low-Income Families

No money for holidays? The Reka offers holiday weeks for CHF 200 to families with low income. Visit the website for further information or google «Reka Ferienhilfe».

031 329 66 80, soziales@reka.ch, 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 – Children's Holiday Fund

The Swiss Children's Fund Kovive offers holidays to children and adolescents from families with limited incomes. The charity organises vacations in host families as well as summer camps.

041 249 20 80, info@kovive.ch, 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.

Holiday Programme Pro Juventute

During the summer holiday, the Pro Juventute of Canton Zurich develops a special holiday programme with over 300 activities for children and young people from 6 to 16 years. Information will be online at the end of May.

www.projuventute.ch / Ferienplausch
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.

KulturLegi Card

Young people and children from limited income families can ask for a KulturLegi card, which will allow them to access reduced prices for a number of cultural, sportive and educational activities. The KulturLegi is offered by Caritas.

KulturLegi Kanton Zürich, Reitergasse 1, 8004 Zürich
044 366 68 48, zuerich@kulturlegi.ch, 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.

Caritas Social Service

Caritas Zurich helps people in precarious situations and provides counselling to indebted households.

Caritas Zürich, Beckenhofstrasse 16, 8021 Zürich
044 366 68 68, info@caritas-zuerich.ch
www.caritas-zuerich.ch / Hilfe finden / Beratung
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.

Red Cross Social Service

The SOS Red Cross call centre is free and open to everyone. It offers help and advice to any person encountering a difficult situation. The service is available in different languages.

Schweizerisches Rotes Kreuz, SOS-Beratung, Kronenstrasse 10, 8006 Zürich
044 360 28 53, 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.

«Subito Lunch» Dübendorf

The service is organised every weekday for people in precarious situations. From Monday to Friday, from 12.00 pm to 01.00 pm, a balanced and healthy lunch is offered at a very reasonable price. The address is available on the website.

www.rez.ch / Angebote / Subito



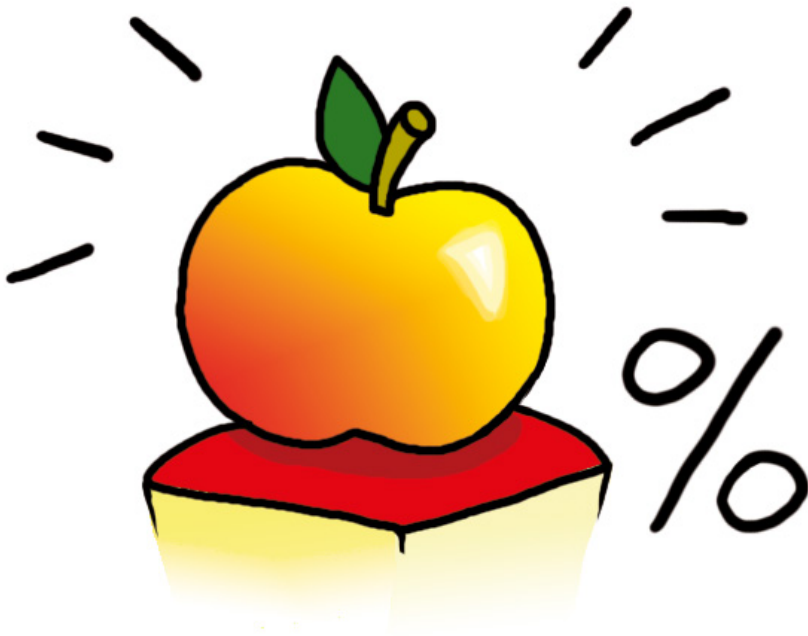
Aufgetischt statt Weggeworfen

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

Food Bank

A distribution of fresh food is offered to people in need twice a week. For more information write an e-mail on the website below.

info@aufgetischt-statt-weggeworfen.ch



Angebote für Migranten

Tips for Foreigners

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.

Integration Office

The Dübendorf Integration Service invites all new immigrants with permit B who speak a foreign language to a personal meeting. They receive a great deal of information about daily life in Switzerland. Newcomers are welcomed to pose any questions they have to the integration officer. The area of asylum does not however fall within their sphere of competence.

Integrationsstelle der Stadt Dübendorf
Stadthaus, Usterstrasse 2, Dübendorf
044 801 83 99, integration@duebendorf.ch
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.

Refugees, Permit Holders N and F

Refugees, asylum seekers and refugees with a temporary permit are advised to contact the social workers at ORS Service AG.

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

Neu in Dübendorf Newcomers to 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.

Newcomers to Dübendorf

The section «Neu in Dübendorf» on the town website is aimed at anyone who has just moved to Dübendorf and at residents who need information.

www.duebendorf.ch / Neu in Dübendorf

Deutsch lernen

Learning German

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.

The most important key to successful integration is learning German. Those who speak the language have the opportunity to play an active role in the community, and have better access to the job market. Lastly, German-speaking parents can support their children better with school activities.

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.

German Courses in Dübendorf

The further education institute WBK offers various German courses during the day as well as in the evening. Some of the courses are also subsidised by the municipality of Dübendorf and the Canton of Zurich.

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

German Courses with Childcare for Free

The city of Dübendorf offers good value German courses with free childcare. The sessions start in January, May or September and each last 12 weeks with weekly four lessons. They are subsidised by the city of Dübendorf and by the Canton of Zurich. The courses cost 240 francs per term. Please register directly at the WBK.

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

A basic knowledge of German is required to participate in the course, which lasts two semesters (September to July). This conversation course is subsidised by the city of Dübendorf and by the Canton of Zurich, the classroom is provided by the Reformed Church. The course is made possible through collaboration with the Swiss Protestant Churches' aid organisation. Once a week Tuesday or Thursday from 07.00 to 08.50 pm.

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

Anmeldung und Information: konversation@heks.ch, 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.

Parent-Child German Course in the Kindergarten

Over the course of one year, non-German speaking parents who have a child in Kindergarten attend a fun German course once a week together with their child. The accompanying parent receives information about the school system and gets to know other parents. This course is organised and funded by the primary school.

Primarschule Dübendorf, 044 801 69 26
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.

German Course «My Child and School»

This course, especially designed for parents, aims to improve their knowledge of German on the specific topic of school. It therefore helps them to accompany the schooling of their children in Switzerland. This course takes place in a Dübendorf School and starts three times a year. A basic knowledge of German is required.

Integrationsstelle der Stadt Dübendorf, 044 801 83 99
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.

Year of Vocational Preparation for Young People from 15 to 21 Years

This year of vocational preparation with main stress on «Language and Integration» is aimed at foreign-language young people aged 15 to 21 who have been living in Switzerland for a short time. This year brings an intensive practice of German and improves general knowledge, as well as providing individual coaching. Students are prepared and supported in regards to finding an apprenticeship. Interested youths must be at least level A2 in German and have to register at BWS Uster from March onwards. The school year begins mid-August.

BWS Berufswahlschule, Rehbühlstrasse 2, 8610 Uster, 043 444 23 44
www.bws-uster.ch

Teilübernahme der Schulkosten

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

Tuition Fees

Dübendorf-Schwerzenbach secondary school provide part of the tuition fees.

Sekundarschule Dübendorf-Schwerzenbach
Schulverwaltung, Neuhausstrasse 23, Dübendorf, 043 355 22 44
www.sekundarschule-dubendorf.ch / Organisation / Schulverwaltung

Weitere Angebote für Fremdsprachige

Other Projects for Immigrants

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 – Information Events in Foreign Languages for Young People and their Parents

Vocational advice centres (biz) organise information events in different foreign languages for young people of career-choosing age and their parents and give them personalised information. Services are open during office hours and an information library is accessible for free and without an appointment. An individual consultation can be arranged by phone. The biz Uster also helps adults without any professional qualifications free of charge.

Berufsberatung Kanton Zürich, biz Uster, Brunnenstrasse 1, 8610 Uster
043 258 49 00, biz.uster@ajb.zh.ch
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.

Writing Service

The city of Dübendorf offers a writing service in German for understanding, writing or completing letters and other documents. This service is free and open to all inhabitants of Dübendorf. Without previous appointment, every Thursdays, 4 to 7 pm. The service is closed during school holidays.

Durchführungsort: WBK, Bettlistrasse 22, Dübendorf, 2. Stock
Information: 044 801 83 99, 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.

Bridge-Builders

Our intercultural mediators, also called «bridge-builders» are a link between Swiss culture and the cultures of newcomers. These volunteers work for the city of Dübendorf. They come from many different countries, speak good German and are well integrated. Their purpose is to inform families about the opportunities available in Dübendorf in terms of leisure, integration, education and early childhood.

Bildungslandschaft Dübendorf, 044 801 83 99
[bildunglandschaft@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

Every fourth Friday of the month from 09.00 to 11.00 am, people from all over the world meet at the Family Centre. Enjoying a coffee and croissants, the adults have a nice chat while the children have fun in the playing room. «Bridge builders» often pop by and they are available to help or to answer questions.

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



Fachstellen für Migranten

Information for Immigrants

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.

Living in Switzerland – Information and Counselling Online

This site offers a wealth of information and useful links about everyday life in Switzerland. This online advice and counselling in your mother tongue can be your first stepping stone to finding a solution.

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.

Health Information

The Swiss Red Cross was commissioned by the Federal Office of Public Health to develop and coordinate this portal. Migesplus supports healthcare organisations and professionals in developing and circulating health information and running prevention campaigns. On this website you can view, download and order brochures, guides and educational materials in 56 languages.

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.

Legal Advice for Migrants

MIRSAH offers specialised legal advice for all questions regarding immigration and integration. The office welcomes you and answers your questions on Tuesday mornings from 09.00 to 12.30 pm, no appointment required. Further consultations are by appointment.

MIRSAH, Wilhelmstrasse 10, 8005 Zürich
044 291 00 15, mirsah@sah-zh.ch, 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.

Immigrants without Papers

If you reside and work in Switzerland without a residence permit this website could be helpful. It contains useful information and links for everyday use and clarifies your basic rights. It is also possible to come over to the office in Zurich. Further information and opening times are available on the website.

Sans-Papiers Anlaufstelle, Kalkbreitestrasse 8, 8003 Zürich
043 960 87 77, www.sans-papiers.ch

Impressum

Broschüre in Deutsch / Englisch

Text und Redaktion: Gina Sessa

Übersetzung: Christel Desmoinaux, Gina Sessa

Lektorat: Suzanne Hégelé

Illustration: Christel Desmoinaux, gluglu.ultra-book.com

Gestaltung: Kristijan Sessa, tuffi.alloyou.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

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.

This leaflet is not intended to be exhaustive and the information provided herein is subject to modification at any time. It is designed to provide practical everyday information, help you find your way in our city and offers suggestions for where you can meet other families.

Stadt Dübendorf



Diese Broschüre wurde von der Stadt Dübendorf
produziert mit Unterstützung von

