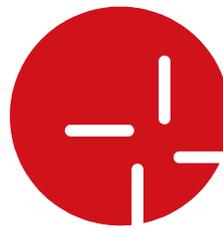


PRO FAMILIA  
SCHWEIZ  
SUISSE  
SVIZZERA

# UKRAINE: Hilfsangebote und Kontaktstellen finden

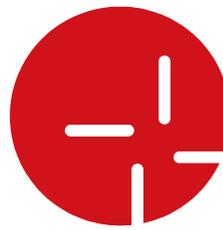
ÜBERSICHT ÜBER NÜTZLICHE WEBSEITEN FÜR  
UKRAINISCHE FLÜCHTLINGE IN DER SCHWEIZ



**Das folgende Dokument enthält eine Übersicht über nützliche Webseiten auf welchen UkrainerInnen in der Schweiz Informationen zu verschiedenen Themen erhalten.**

### **Inhaltsverzeichnis**

1. Allgemeine Informationen und Hilfe finden
2. Hotline
3. Kantonale Ansprechstellen und Informationen
4. Ansprechstellen und Informationen bei den Gemeinden
5. Schutzstatus S
6. Unterkunft finden
7. Ausbildung und Beruf
8. Sprache
9. Sport
10. Sozialer Austausch
11. Gesundheit
12. Eltern-, Kinder- und Jugendberatung
13. Rund um das Leben in der Schweiz

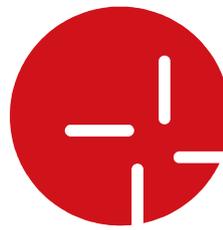


## 1. ALLGEMEINE INFORMATIONEN UND HILFE FINDEN

- Antworten auf Fragen zur Ukraine-Krise finden Sie vom Bund unter [sem.admin.ch](http://sem.admin.ch).
- Die [Schweizerische Flüchtlingshilfe](#) stellt nützliche Informationen für Schutzsuchende bereit.
- Wertvolle Hinweise und Tipps für einen gelungenen Start in der Schweiz erhalten Sie auf [helloukraine.ch](http://helloukraine.ch).
- Informationen zu Versicherungen in der Schweiz erhalten Sie vom [Bundesamt für Sozialversicherungen](#).
- Allgemeine nützliche Informationen zu Ihrem Aufenthalt sowie zum Alltagsleben in der Schweiz finden Sie unter [helpful.redcross.ch](http://helpful.redcross.ch).
- Das [Caritas-Netzwerk](#) unterstützt Geflüchtete aus der Ukraine in folgenden Bereichen: Registrierung, Rechtsschutz, Zuweisung an Gastfamilien, Massnahmen zur Förderung der Integration, Sozial- und Rechtsberatung, psychologische Hilfe, Verteilung von Kleidung und Lebensmittelhilfe.
- Die HEKS-Rechtsberatungsstellen bieten in verschiedenen Bereichen rechtliche Beratung und Unterstützung für geflüchtete Menschen. Brauchen Sie rechtliche Beratung, dann kontaktieren Sie die [HEKS-Rechtsberatungsstelle](#) in Ihrer Region.

## 2. HOTLINE

Kontaktieren Sie bei Fragen zum Thema Ukraine die Ukraine-Hotline der Schweizerischen Flüchtlingshilfe: +41 31 370 75 90



### 3. KANTONALE ANSPRECHSTELLEN UND INFORMATIONEN

Ansprechstellen und allgemeine Auskünfte (zur Registrierung, Unterbringung, Unterstützung, Sprachkursen, etc.) finden Sie direkt auf der Webseite Ihres Kantons:

*Mit Ctrl. + Klick gelangen Sie auf die Rubrik „Ukraine“ der kantonalen Webseiten.*

[Aargau](#)

[Appenzell Ausserrhoden](#)

[Appenzell Innerrhoden](#)

[Bern](#)

[Basel-Stadt](#)

[Basel-Landschaft](#)

[Freiburg](#)

[Genf](#)

[Glarus](#)

[Graubünden](#)

[Jura](#)

[Luzern](#)

[Neuenburg](#)

[Nidwalden](#)

[Obwalden](#)

[St. Gallen](#)

[Schaffhausen](#)

[Solothurn](#)

[Schwyz](#)

[Thurgau](#)

[Tessin](#)

[Uri](#)

[Waadt](#)

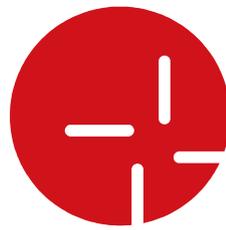
[Wallis](#)

[Zug](#)

[Zürich](#)

### 4. ANSPRECHSTELLEN UND INFORMATIONEN BEI DEN GEMEINDEN

Viele Informationen gibt es direkt bei Ihrer Wohngemeinde. Beispielsweise Fragen zur Einschulung von Kindern oder zur Kinderbetreuung sind direkt an die Gemeinde-/Stadtverwaltung Ihres Wohnsitzes zu stellen.



## 5. SCHUTZSTATUS S

- Sie können den Schutzstatus S beantragen. Der Schutzstatus S gewährt Ihnen ein Aufenthaltsrecht, sie können Ihre Familienangehörigen nachziehen und haben Anspruch auf Unterbringung, Unterstützung und medizinische Versorgung. Sie benötigen ihn zudem, wenn Sie in der Schweiz arbeiten wollen und damit Ihre Kinder in die Schule gehen können. Der Ausweis S gilt für ein Jahr und kann verlängert werden.
- Weitere Informationen zum Schutzstatus S erhalten Sie auf [diesem Merkblatt](#).
- Reichen Sie das Gesuch für den Schutzstatus S [online](#) ein. Anschliessend erhalten Sie einen Termin in einem der Bundesasylzentren. Danach werden Sie einem Kanton zugewiesen. Dieser Kanton wird Sie - ab dem Datum der Einreichung Ihres Gesuchs - bei einer Krankenversicherung anmelden.
- Bei allgemeinen Fragen zum Schutzstatus S wenden Sie sich per Mail an: [ukraine@sem.admin.ch](mailto:ukraine@sem.admin.ch)

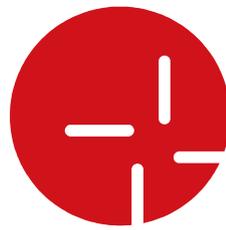
## 6. UNTERKUNFT FINDEN

Die Bundesasylzentren verfügen über Unterkünfte und unterstützen Sie bei der Unterkunftssuche.

Informationen zum Registrierungsverfahren und zur Unterkunftssuche finden Sie unter [ukraine.campax.org](http://ukraine.campax.org).

Nach der Registration für den Schutzstatus S, werden Sie einem Kanton zugeteilt. Dieser wird Ihnen eine Unterkunft vermitteln.

Informationen zur privaten Unterbringung von Geflüchteten aus der Ukraine finden Sie [hier](#).



## 7. AUSBILDUNG UND BERUF

Der [Leitfaden für die Arbeitssuche](#) von Pro Familia Schweiz hilft Ihnen bei der Stellensuche in der Schweiz.

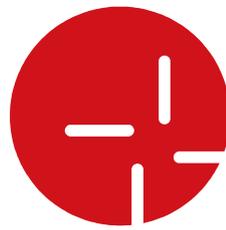
Eine Übersicht rund um das Thema Arbeit und Tipps für die Arbeitssuche finden Sie unter [helpful.redcross.ch](http://helpful.redcross.ch).

Informationen für Stellensuchende wie auch Arbeitgebende bietet [arbeit.swiss](http://arbeit.swiss).

Das [Schweizerische Arbeiterhilfswerk SAH](#) hilft bei der beruflichen und sozialen Integration von Erwerbslosen.

Informationen zu den Schweizer Hochschulen finden Sie unter [swissuniversities.ch](http://swissuniversities.ch).

Informationen zum Schweizer Bildungssystem für Kinder und Jugendliche sowie zur Anerkennung der Diplome von ukrainischen Lehrpersonen finden sie [hier](#).



## 8. SPRACHE

In der Schweiz gibt es vier Landessprachen: Deutsch, Französisch, Italienisch und Rätoromanisch. Viele Personen können aber auch Englisch.

Für Übersetzungen können Sie als Online-Tool beispielsweise [deepl.com/translator](https://www.deepl.com/translator) nutzen.

Hier finden Sie eine Liste mit verschiedenen Angeboten, um Ihre Sprachkenntnisse zu verbessern:

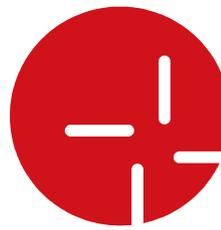
- Die Plattform [loingu](https://www.lingu.com) bietet gratis online Deutsch-, Französisch oder Englischkurse an.
- [Babbel](https://www.babbel.com) bietet kostenlose Sprachkurse für UkrainerInnen in Deutsch, Polnisch und Englisch an.
- [Mondly](https://www.mondly.com) ist eine kostenlose Lernplattform, auf der unter anderem die Sprachen Deutsch, Französisch und Italienisch angeboten werden.
- Auf [youtube.com](https://www.youtube.com) finden Sie Ukrainisch-Deutsch-Lernvideos.
- Für Kursangebote in Ihrem Kanton konsultieren Sie die [Website Ihres Kantons](#).

Weitere Angebote und Tipps zum Sprachen lernen finden Sie unter [helpful.redcross.ch](https://helpful.redcross.ch).

Das Schweizerische Arbeiterhilfswerk SAH organisiert Sprachkurse, Dolmetscherdienste und Kulturvermittlung. Weitere Informationen finden Sie [hier](#).

## 9. SPORT

Falls Sie in einem Verein Sport treiben möchten, können Sie sich unter [sport4refugees.net](https://sport4refugees.net) registrieren, um einen Sportverein zu finden.



## 10. SOZIALER AUSTAUSCH

[Femmestische.ch](https://www.femmestische.ch) bietet mehrsprachige Diskussionsrunden über Fragen zu Familie, Gesundheit und Integration an.

Einheimische und Geflüchtete können sich unter [gemeinsamznacht.ch](https://www.gemeinsamznacht.ch) zum gemeinsamen Essen verabreden.

Auf dieser Schweizer Karte finden Sie alle Vereine, die im Bereich der Migration tätig sind: [fluechtlingshilfe.ch](https://www.fluechtlingshilfe.ch).

Das Schweizerische Arbeiterhilfswerk SAH bietet Kinder- und Jugendferienlager für Familien mit geringem Einkommen an: [Kinderferienlager \(sah-schweiz.ch\)](https://www.sah-schweiz.ch)

## 11. GESUNDHEIT

Gesundheitsinformationen für Geflüchtete aus der Ukraine in der Schweiz finden Sie unter [migesplus.ch](https://www.migesplus.ch).

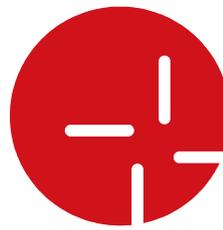
Informationen zu pädiatrischen Behandlungen bietet pädiatrie schweiz: [Migration \(paediatricschweiz.ch\)](https://www.migration.paediatricschweiz.ch)

Der [Gesundheitswegweiser](https://www.gesundheitswegweiser.ch) erklärt in Kürze das Schweizer Gesundheitssystem für MigrantInnen auf Ukrainisch.

Rufen Sie bei medizinischen Fragen bei der Medgate-Infoline an:  
+41 58 387 77 20

Weitere Informationen zum Gesundheitssystem in der Schweiz sind unter [bag.admin.ch](https://www.bag.admin.ch) zu finden.

Informationen für ältere Geflüchtete finden Sie im beim [Nationalen Forum Alter und Migration](https://www.nationalforum.ch).



## 12. ELTERN-, KINDER- UND JUGENDBERATUNG

[Projuventute.ch](https://www.projuventute.ch) bietet Beratung für Kinder, Jugendliche und deren Bezugspersonen an. Per Telefon, Chat oder E-Mail können Sie sich auf Ukrainisch oder Russisch mit qualifizierten BeraterInnen über Ihre Erfahrungen, Gefühle, Sorgen und Ängste austauschen.

[Support for torture victims](https://www.supportfortorturevictims.ch) bietet medizinische, psychotherapeutische sowie psychosoziale Beratung, Behandlung und Begleitung für Überlebende von Folter, Krieg und Vertreibung.

[Psychologie.unibas.ch](https://www.psychologie.unibas.ch) bietet kostenlose psychologische Unterstützung an (per Zoom oder in Basel).

Das Schweizerische Arbeiterhilfswerk SAH bietet Beratungen zur Stellensuche, Rechtsberatungen in Asyl- und Ausländerrecht sowie Arbeitsrecht: [Beratung \(sah-schweiz.ch\)](https://www.sah-schweiz.ch)

## 13. RUND UM DAS LEBEN IN DER SCHWEIZ

[Ch.ch](https://www.ch.ch) ist ein allgemeines Informationsportal zum Leben in der Schweiz (Ausweise, Dokumente, politisches System, Rechte, etc.).

Hilfestellung in vielen rechtlichen, ökonomischen, sozialen und persönlichen Fragen rund ums Thema Familie finden Sie in unserem Online-[Familienratgeber](https://www.familienratgeber.ch). In unserem [Verzeichnis «Kantonale Familienleistungen»](https://www.verzeichnis-kantonale-familienleistungen.ch) können Sie nachlesen, welche regionalen und kantonalen Ansprechstellen für welche Themen zuständig sind.

*Die vorliegenden Informationen erheben keinen Anspruch auf Vollständigkeit und dienen lediglich als Leitfaden für ukrainische Geflüchtete in der Schweiz, damit sie Hilfe und nützliche Informationen einfacher finden.*