

# Leben in St.Gallen

/ Fachstellen und soziale Angebote



Die wichtigsten Fachstellen und Hilfs-  
angebote für Bewohnerinnen und  
Bewohner der Stadt St.Gallen und für  
Menschen, die neu in der Stadt wohnen.

Willkommen / welcome	4
Kinder / children	5
Familie / family	6
Schule / school	9
Sozialhilfe / welfare	10
Jugend / youth	12
Beruf / profession	13
Alter / old age	14
Gesundheit / health	16
Behinderung / disability	18
Finanzen / finances	19
Wohnen / habitation	20
Abfall, Verkehr / garbage, transport	22
Sicherheit, Recht / security, law	23
Religion / religion	24
Freizeit / leisure	25
sich engagieren / to become involved	27
Sprache / language	28
Integration / integration	30
Notfallnummern / emergency numbers	32



Liebe Neuzugezogene  
Liebe St.Gallerinnen und St.Galler

Im Namen des Stadtrates begrüsse ich Sie ganz herzlich in der Stadt St.Gallen und hoffe, dass Sie sich bei uns rasch heimisch fühlen. Wir sind überzeugt, dass die kulturelle Vielfalt der Bevölkerung unsere Stadt bereichert. Wir wollen Ihnen Türen öffnen und freuen uns, wenn Sie am gesellschaftlichen Leben in Ihrem Quartier teilnehmen oder unseren Vereinen und Organisationen beitreten.

Zu Ihrer besseren Orientierung haben wir Ihnen diese Broschüre zusammengestellt. Sie ist ein Wegweiser mit hilfreichen Kontaktadressen und Informationen zum Alltag und zum Leben in der Stadt St.Gallen. Nutzen Sie diese Angebote. Die Dienststelle Gesellschaftsfragen ist Ihnen bei der Vermittlung von Angeboten gerne behilflich und steht Ihnen bei Fragen zur Verfügung. Wir wünschen Ihnen einen erfolgreichen Start in unserer Stadt.

Dr. Sonja Lüthi, Stadträtin  
Direktion Soziales und Sicherheit

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'S. Lüthi' in a cursive, flowing script.



Wo melde ich mich in der Stadt St.Gallen an?  
Wo erhalte ich Auskunft über meine Aufenthaltsbewilligung?  
Wer vertritt meine Interessen als Migrantin oder Migrant?

### **Bevölkerungsdienste, [www.bevoelkerungsdienste.stadt.sg.ch](http://www.bevoelkerungsdienste.stadt.sg.ch)**

Rathaus, 9001 St.Gallen, 071 224 44 00

- An-, Ab- oder Ummeldung bei Wohnortwechsel (innerhalb von 14 Tagen)
- Auskünfte über Einreise-, Aufenthaltsbewilligungen, Einbürgerung
- Verlängerung von Ausländerausweisen, Familiennachzug
- Verzeichnis von Übersetzer/innen
- Vergünstigte Tageskarten Gemeinde, 071 224 54 93

### **Zivilstandsamt, [www.zivilstandsamt.stadt.sg.ch](http://www.zivilstandsamt.stadt.sg.ch)**

Rathaus, 9001 St.Gallen, 071 224 52 48

- Durchführung von Ehevorbereitungs- und Partnerschaftsvorverfahren, Beurkundung von Trauungen und eingetragenen Partnerschaften
- Beurkundung von Vaterschaftsanerkennungen, Vereinbarung des gemeinsamen Sorgerechts im Rahmen von Vaterschaftsanerkennungen
- Beurkundung von Todesfällen, Organisation von Bestattungen
- Beurkundung von Gerichts- und Verwaltungsentscheiden

### **Rathaus Stadtinfo, [www.stadt.sg.ch](http://www.stadt.sg.ch)**

Rathaus, 9001 St.Gallen, 071 224 51 21

- Informationen und Broschüren zu Behörden und Institutionen des öffentlichen Lebens

### **Migrationsamt und Ausweisstelle, [www.migrationsamt.sg.ch](http://www.migrationsamt.sg.ch)**

Oberer Graben 38/32, 9001 St.Gallen, 058 229 31 11

- sämtliche fremdenpolizeilichen und asylrechtlichen Angelegenheiten
- Informationen zu Aufenthaltsbewilligung, Familiennachzug
- Abschluss von Integrationsvereinbarungen
- Pass- und ID-Kartenbestellung

### **Mehrsprachige Informationsstelle in 15 Sprachen, [www.arge.ch/info](http://www.arge.ch/info)**

ARGE Integration Ostschweiz, Rorschacher Strasse 1, 9004 St.Gallen, 071 228 33 99

- Haben Sie Fragen zum Alltag in der Schweiz oder verstehen Sie einen Behördenbrief oder ein Formular nicht? Die Informationsstelle für Ausländerinnen und Ausländer gibt Auskunft in Ihrer Muttersprache.

→ **Adressverzeichnis der St.Galler Vereine, Politik, Kultur und Soziales:**  
**[www.st.gallernetz.ch](http://www.st.gallernetz.ch)**

**Siehe auch** → Willkommen in der Schweiz, Informationen für Neuzuziehende: <https://bit.ly/2Jn48r1>  
→ Mehrsprachige Online-Informationen zum Leben in der Schweiz: [www.migraweb.ch](http://www.migraweb.ch)  
→ Ombudsstelle, Vermittlung bei Konfliktsituationen mit Behörden: [www.ombudsstelle.stadt.sg.ch](http://www.ombudsstelle.stadt.sg.ch)



- Wo finde ich ein Betreuungsangebot für mein Kind?
- Welche Fachstellen können mir bei familiären Fragen helfen?
- Wo finde ich Informationen zu Eheschliessung und Familienplanung?

### **Betreuung, Frühe Förderung**

#### **Tagesbetreuung im Vorschul- und Schulalter, [www.familienplattform-ostschweiz.ch](http://www.familienplattform-ostschweiz.ch)**

- Onlineplattform für Kinderbetreuungsangebote in St.Gallen
- Tagesbetreuung, Mittagstische der Schulen, [www.stadtsg.ch/tagesbetreuung](http://www.stadtsg.ch/tagesbetreuung)

#### **Pflegekinder St.Gallen, [www.pflegekindersg.ch](http://www.pflegekindersg.ch)**

Fachstelle Kinderbetreuung, Otmarstrasse 7, 9000 St.Gallen, 071 272 25 60

- Vermittlung und Beratung von qualifizierten Pflegefamilien und Tagesfamilien

#### **Frauzentrale, Fachstelle Kind und Familie, [www.fzsg.ch](http://www.fzsg.ch)**

Lämmlibrunnenstrasse 55, 9000 St.Gallen, 071 222 04 80

- Babysitting, Kinderbetreuung, Notfalleinsätze (Vermittlung erfahrener Betreuerinnen innert max. 72 Stunden), Kinderhort, fliegende Kinderkrippe

#### **Spielgruppen «SpiKi» und Frühe Förderung, [www.stadtsg.ch/spielgruppen](http://www.stadtsg.ch/spielgruppen)**

Kontaktstelle: Gesellschaftsfragen, Amtshaus, 9004 St.Gallen, 071 224 54 41

#### **Kindertagesstätten, [www.stadtsg.ch/kitas](http://www.stadtsg.ch/kitas)**

Kontaktstelle: Gesellschaftsfragen, Amtshaus, 9004 St.Gallen, 071 224 54 41

### **Beratung, Begleitung**

#### **Frauenklinik am Kantonsspital St.Gallen, [www.kssg.ch/frauenklinik](http://www.kssg.ch/frauenklinik)**

Rorschacher Strasse 95, 9007 St.Gallen, 071 494 11 11

- Kontakt, Beratung und medizinische Hilfe bei Fragen rund um die Geburt

#### **Beratungsstelle für Familienplanung, Schwangerschaft und Sexualität, [www.faplasg.ch](http://www.faplasg.ch)**

Vadianstrasse 24, 9001 St.Gallen, 071 222 88 11

- Information, Beratung und Hilfe bei Fragen zu Familienplanung, Verhütung, Pränataldiagnostik, Kinderwunsch, Schwangerschaft, Mutterschaft und Elternschaft, Schwangerschaftsabbruch, Sexualität und Sexualpädagogik
- Anlaufstelle gegen Mädchenbeschneidung | [www.anlaufstelle-fgm-ost.ch](http://www.anlaufstelle-fgm-ost.ch)

#### **Mütter- und Väterberatung OVK, [www.ovk.ch](http://www.ovk.ch)**

Rosenbergstrasse 82, 9000 St.Gallen, 071 227 11 70

- Die erste Kontakt- und Beratungsstelle für Eltern von Kleinkindern zu Themen wie Stillen, Ernährung, Pflege, Entwicklung, Erziehung von Säuglingen und Kleinkindern, Elternrolle

### **Kleinkindberatungsstelle Mobile, [www.ovk.ch](http://www.ovk.ch)**

Rosenbergstrasse 82, 9000 St.Gallen, 071 227 11 75

- Erziehungsberatung für Eltern und Erziehende von Kleinkindern

### **Kinder Jugend Famile, [www.kjf.stadt.sg.ch](http://www.kjf.stadt.sg.ch)**

Schwertgasse 14, 9004 St.Gallen, 071 224 56 78

- Dienstleistungs- und Fachstelle für Kinder und Jugendliche zwischen ca. 6 und 22 Jahren, die einen direkten Bezug zur Stadt St.Gallen haben

### **Kinder- und Jugendhilfe, [www.kjh.ch](http://www.kjh.ch)**

Frongartenstrasse 11, 9001 St.Gallen, 071 222 53 53

- Erziehungs- und Familienberatung
- Begleitetes Wohnen für Jugendliche
- Mutter-Kind-Begleitung mit Kindern von 0 bis 3 Jahren
- Puzzle – leben in Pflegefamilien
- Wellcome – Praktische Hilfe nach der Geburt

**Siehe auch** → Elternschaftsbeiträge der Stadt St.Gallen: [www.ahv.stadt.sg.ch](http://www.ahv.stadt.sg.ch)  
→ Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensfragen, [www.eheberatung-ostschweiz.ch](http://www.eheberatung-ostschweiz.ch)  
→ Mütter in Not, Kath. Frauenbund St.Gallen-Appenzell, [www.frauenbundsga.ch](http://www.frauenbundsga.ch)

### **Beratungsstelle für Familien, [www.familienberatung-sg.ch](http://www.familienberatung-sg.ch)**

Frongartenstrasse 16, 9000 St.Gallen, 071 228 09 80

- Beratung und Unterstützung von Familien, Paaren und Einzelpersonen in schwierigen Lebenssituationen sowie bei rechtlichen und sozialen Fragen (z.B. Alimenten)
- Beratungsstelle für binationale Partnerschaften
- Alimentenbevorschussung
- Mediation

### **Beratungsstelle für Beziehungsfragen, [www.eheberatung-ostschweiz.ch/stgallen](http://www.eheberatung-ostschweiz.ch/stgallen)**

Frongartenstrasse 11, 9000 St.Gallen, 071 223 64 46

- Psychologische Beratung bei Beziehungsproblemen, Kommunikationsproblemen, Krisen- und Konfliktsituationen für Einzelpersonen oder Paare. Begleitung im Prozess zu mehr Beziehungsfähigkeit
- Öffnungszeiten: Montag bis Donnerstag

### **Kinder- und Jugendpsychiatrische Dienste St.Gallen, [www.kjpd-sg.ch](http://www.kjpd-sg.ch)**

Brühlgasse 35 / 37, 9004 St.Gallen, 071 243 46 46, sekretariat@kjpd-sg.ch

Öffnungszeiten: Montag – Freitag: 8 –12 und 13 –17.30 Uhr

- Beratung, Abklärung und Psychotherapie für Kinder, Jugendliche und Eltern bei Wahrnehmungs-, Verhaltens- und Entwicklungsauffälligkeiten, Pubertätskrisen, Beziehungskonflikten, Aggressivität, Depressionen, Essstörungen, Isolation, Folgen von Gewalt, etc.
- Eltern-Kind-Sprechstunde 0-5 jahre (Frühe Hilfen für Babys, kleine Kinder und Eltern)
- Autismus-Sprechstunde
- Ess-Sprechstunde
- Gutachten für Gerichte, Behörden und IV-Stellen (Sorgerechtsgutachten, Jugendstrafrecht, psychiatrische Abklärungen, etc.)

### **Frauzentrale St.Gallen, [www.fzsg.ch](http://www.fzsg.ch)**

Bleichstrasse 11, 9000 St.Gallen, 071 222 22 33

- Haushilfe- und Entlastungsdienst
- Budget- und Schuldenberatung
- Fachstelle Kind und Familie
- Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen
- Beratungsstelle Familienplanung, Schwangerschaft und Sexualität

### **Koala – alles fürs Baby, [www.tablat.ch/koala](http://www.tablat.ch/koala)**

Claudiusstr. 11, 9000 St.Gallen, 071 244 63 77 (Mi.14.30 –16.30 Uhr / Do. 9.00 – 11.00 Uhr)

- Abgabe von Babysachen an Familien in Notsituation

### **Forum Mann, [www.forummann.ch](http://www.forummann.ch)**

Neugasse 2, Postfach 331, 9004 St.Gallen, 079 277 00 71

- Anlauf- und Auskunftsstelle für Männerfragen / Vernetzung von Männern
- Veranstaltungen und Anlässe für Männer und Väter



### **Kindes- und Erwachsenenschutz**

#### **Kinderschutzzentrum Beratungsstelle in Via, [www.kszsg.ch](http://www.kszsg.ch)**

Falkensteinstrasse 84, 9006 St.Gallen, 071 243 78 02

- Beratungsstelle für Kinder und Jugendliche, die von psychischer, physischer und/oder sexueller Gewalt betroffen sind sowie für deren Angehörige und Bezugspersonen
- Kinder- und Jugendnotruf, 071 243 77 77 (24 Std. vertraulich und kostenlose)
- „TATKRÄFTIG – die Elternhotline“, 071 243 78 78 kostenlose und vertrauliche Beratung für Eltern von Kindern im Alter von 0 - 6 Jahren

#### **Notunterkunft für Kinder und Jugendliche, [www.notunterkunft-sg.ch](http://www.notunterkunft-sg.ch)**

Schutz, Sicherheit und Unterstützung in akuten Krisensituationen, 071 525 00 05

#### **Frauenhaus St.Gallen, [www.frauenhaus-stgallen.ch](http://www.frauenhaus-stgallen.ch)**

Postfach 645, 9001 St.Gallen, 071 250 03 45, (erreichbar 24 h täglich)

- Schutz, Unterkunft und Beratung für Frauen und ihre Kinder, wenn sie von körperlicher, psychischer und sexueller Gewalt betroffen sind

#### **Kindes- und Erwachsenenschutzbehörde KESB,**

##### **[www.kesb.sg.ch/regionen/st-gallen](http://www.kesb.sg.ch/regionen/st-gallen)**

Bahnhofplatz 1, 9001 St.Gallen, 071 224 54 77

- Behördliche Sicherstellung des Schutzes von Personen, die nicht selbständig die für sie notwendige Unterstützung holen können (persönlich, administrativ, finanziell)
- Kinderschutz: Einschreiten auf Gefährdungsmeldung, wenn Eltern sich nicht um ihre Kinder kümmern können
- Regelung von gemeinsamer Sorge, Unterhaltspflichten oder Besuchsrecht

→ Wenn Kinderalimente nicht bezahlt werden, bietet die Beratungsstelle für Familien Hilfe bei der Bevorschussung von Alimenten | [www.familienberatung-sg.ch](http://www.familienberatung-sg.ch)

→ «mit mir» ehrenamtliche Kinderpatenschaften von Caritas St.Gallen und kath. Sozialdienst | [www.caritas-stgallen.ch/was-wir-tun/mit-mir](http://www.caritas-stgallen.ch/was-wir-tun/mit-mir)

→ Anlaufstelle gegen Mädchenbeschneidung | [www.anlaufstelle-fgm-ost.ch](http://www.anlaufstelle-fgm-ost.ch)



## **Betreute Freizeitangebote in den Quartieren**

### **Kinder Jugend Familie - Offene Arbeit mit Kindern West, Zentrum, Ost**

**[www.stadtsg.ch/oak](http://www.stadtsg.ch/oak)**

Kinder Jugend Familie, Schwertgasse 14, 9004 St.Gallen, 071 224 56 78

- kostenlose, niederschwellige und professionell geführte Freizeitangebote für Kinder

### **Villa YoYo, Kindertreffpunkte im Zentrum und Hinterberg,**

Florastrasse 14, 9000 St.Gallen, 071 222 14 08, [www.villayoyosg.ch](http://www.villayoyosg.ch)

- Freizeit-, Lebens-, Lern- und Spielplatz für Kinder im Alter von 4 bis 12 Jahren

### **tiRumpel, [www.tirumpel.ch](http://www.tirumpel.ch)**

Stahlstrasse 3, 9000 St.Gallen, 071 277 27 87

- kostenlose Freizeitangebote für Kinder aus den Quartieren Schönenwegen-Lachen und Feldli mit Kinderlokal (im Sommer jeweils am Mittwochnachmittag im Waldaupärkli)

### **Eltern-Kind-Zentrum Gugelhuus, [www.gugelhuus.ch](http://www.gugelhuus.ch)**

Spitalgasse 8a, 9000 St.Gallen, 079 942 27 33

- der Treffpunkt in St.Gallen für Familien mit Kindern im Vorschulalter zum Spielen, Plaudern, Erfahrungen austauschen, gemeinsame Aktivitäten und Freundschaft pflegen

### **Brache Lachen, [www.brachelachen.ch](http://www.brachelachen.ch)**

- Freiraum für Kinder und deren Familien, in dem gebaut und gegärtnert wird. Ort der Begegnung für Menschen aus dem Quartier Lachen und Umgebung

### **«Mikado» offener Spielnachmittag für Kinder**

Kath. Pfarreiheim St.Fiden, Greithstrasse 7a, 9000 St.Gallen, 071 245 02 42

- offener Spielnachmittag für Kinder (5 - 12 Jahre) aus den Quartieren St.Fiden, Krontal, Neudorf. Jeden Mittwochnachmittag von 14 - 17 Uhr, ausser Schulferien

### **Ludothek St.Gallen, [www.ludosg.ch](http://www.ludosg.ch)**

Rorschacher Strasse 31, 9000 St.Gallen, 071 222 30 57

- sinnvolle und kindgerechte Spielsachen, Gesellschafts- und Lernspiele zum Ausleihen

### **OpenHouse, [www.openhouse-sg.ch](http://www.openhouse-sg.ch)**

Goldbrunnenstr. 44, 9000 St.Gallen, 076 824 00 61

- Freizeittreff für Jugendliche und Kinder mit Aufgabenhilfe und Deutschkursen

### **Spielweg St.Gallen, [www.spielweg.ch](http://www.spielweg.ch)**

- Spielend die Stadt erkunden an 65 Stationen, Verein Spielweg, [info@spielweg.ch](mailto:info@spielweg.ch)

- ➔ **Tagesbetreuung und Mittagstische für ihr Kind [www.betreuung.stadt.sg.ch](http://www.betreuung.stadt.sg.ch)**
- ➔ **«Sprich mit mir und hör mir zu!» Frühe Förderung und Spracherwerb von Kleinkindern. Eine Anleitung für Eltern in 11 Sprachen. <https://bit.ly/31MkVNA>**
- ➔ **Märchentelefon am Marktplatz in der Telefonkabine beim Blumenmarkt**



## Schule



- Wie und wo melde ich mein Kind für die Schule an?
- Wer kann mir helfen, wenn mein Kind Probleme in der Schule hat?
- Wie können Eltern im Schulbetrieb mitwirken und sich austauschen?

Tagesbetreuungsangebote für Schulkinder im Schulhausquartier (mit Tarifrechner)

**[www.stadtsg.ch/tagesbetreuung](http://www.stadtsg.ch/tagesbetreuung)**

Onlineplattform für Tagesbetreuung im Vorschul- und Schulalter, (mit regionalen Angeboten)

**[www.familienplattform-ostschweiz.ch](http://www.familienplattform-ostschweiz.ch)**

### **Schule und Musik, [www.schule.stadt.sg.ch](http://www.schule.stadt.sg.ch)**

Neugasse 25, 9004 St.Gallen, 071 224 53 11

- Informationen zu den städtischen Kindergärten, Primarschulen, Oberstufenschulen
- Informationen über Tagesbetreuung, Mittagstische [www.stadtsg.ch/tagesbetreuung](http://www.stadtsg.ch/tagesbetreuung)
- Deutsch für Mütter in den Quartierschulen mit Kinderbetreuung, [www.stadtsg.ch/deutsch-für-mütter](http://www.stadtsg.ch/deutsch-für-mütter)

### **Schulgesundheits, [www.schulgesundheits.stadt.sg.ch](http://www.schulgesundheits.stadt.sg.ch)**

Bahnhofplatz 7, 9001 St.Gallen, 071 224 56 97

- kostenlose Abklärungen und Beratungen bei Schwierigkeiten in der Schule
- Schulpsychologischer Dienst, 071 224 54 36, [www.stadtsg.ch/schulpsychologie](http://www.stadtsg.ch/schulpsychologie)
- Schulärztlicher Dienst, 071 224 56 97, [www.stadtsg.ch/schularztendienst](http://www.stadtsg.ch/schularztendienst)
- Logopädischer Dienst, 071 224 57 34, [www.stadtsg.ch/logopaedie](http://www.stadtsg.ch/logopaedie)

### **Kinder Jugend Familie, [www.kjf.stadt.sg.ch](http://www.kjf.stadt.sg.ch)**

- Schulsozialarbeit Primarstufe, 071 224 54 36, [www.stadtsg.ch/schulsozialarbeit.ps](http://www.stadtsg.ch/schulsozialarbeit.ps)
- Schulsozialarbeit Oberstufe, 071 224 56 78, [www.stadtsg.ch/schulsozialarbeit.os](http://www.stadtsg.ch/schulsozialarbeit.os)

### **Kinder- und Jugendzahnklinik, [www.stadtsg.ch/schulzahnklinik](http://www.stadtsg.ch/schulzahnklinik)**

Schreinerstrasse 1, 9001 St.Gallen, 071 224 63 00

- offene Sprechstunde von Mo bis Fr 7.30 – 9.00 Uhr (ohne Voranmeldung)
- jährliche kostenlose Untersuchung im Kindergarten und im Klassenverband

### **Aufgabenhilfe in der Stadt St.Gallen, [www.arge.ch](http://www.arge.ch)**

ARGE Integration Ostschweiz, Rorschacher Strasse 1, 9004 St.Gallen, 071 228 33 99

- Bietet Schülern Zeit, Raum und Unterstützung beim Lösen der Hausaufgaben

### **Stadtbibliothek St.Gallen, [www.bibliothek.stadt.sg.ch](http://www.bibliothek.stadt.sg.ch)**

Bücher und andere Medien für Gross und Klein, Veranstaltungen, Kindergeschichten in verschiedenen Sprachen, LibraForum – die interkulturelle Bibliothek

- Stadtbibliothek Katharinen für Kinder, Jugendliche und Erziehende:  
Katharinengasse 11, 9004 St.Gallen, 058 229 09 80
- Bibliothek für Erwachsene: [www.bibliosg.ch](http://www.bibliosg.ch)  
Bibliothek Hauptpost, Gutenbergstrasse 2, 9000 St.Gallen, 058 229 09 90

**Siehe auch** → Forum Quartier und Schule Heiligkreuz, [www.heiligkreuzquartier.ch](http://www.heiligkreuzquartier.ch)  
→ HSK Schulunterricht in Muttersprache, Adressverzeichnis, [www.hsk-sg.ch](http://www.hsk-sg.ch)  
→ Elternbildung: Veranstaltungskalender zu Weiterbildungsangeboten, <https://kanton.sg/elternbildung>



- Wo erhalte ich soziale und materielle Hilfe in Notlagen?
- Welche Selbsthilfegruppen gibt es in der Stadt?
- Wo kann ich in Notlagen günstige Lebensmittel beziehen?

### **Soziale Dienste, [www.soziales.stadt.sg.ch](http://www.soziales.stadt.sg.ch)**

Brühlgasse 1, 9004 St.Gallen, 071 224 50 37

- Finanzielle Unterstützung, Beratung und Betreuung im Rahmen des Sozialhilfegesetzes, Notunterkunft

### **Caritas Regionalstelle St.Gallen Appenzell, [www.caritas-stgallen.ch](http://www.caritas-stgallen.ch)**

Langgasse 13, 9008 St.Gallen, 071 577 50 10

- Sozialhilfe- und Schuldenberatung
- Überbrückung in Notsituationen
- Patenschaftsprojekt «mit mir»: Freiwillige helfen als Paten

### **Caritas Markt, [www.caritasmarkt.ch](http://www.caritasmarkt.ch)**

Langgasse 11, 9008 St.Gallen, 071 244 79 29

- Einkaufsmöglichkeit für Menschen mit minimalem Einkommen, Sozialhilfe oder Ergänzungsleistungen (mit Nachweis)

### **Solidaritätsnetz Ostschweiz, [www.solidaritaetsnetz.ch](http://www.solidaritaetsnetz.ch)**

Tschudistrasse 21, 9000 St.Gallen, 071 220 17 45

- Beratungsangebote und Integrationsförderung für Flüchtlinge

### **Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen, [www.selbsthilfe-gruppen.ch](http://www.selbsthilfe-gruppen.ch)**

Lämmli brunnenstrasse 55, 9000 St.Gallen, 071 222 22 63

- Informationen zu bestehenden Selbsthilfeangeboten, Hilfe beim Aufbau von Gruppen

### **Sozialdienste der katholischen Kirche, [www.sozialdienste.kathsg.ch](http://www.sozialdienste.kathsg.ch)**

Beratung von Einzelpersonen und deren Bezugspersonen bei sozialen Problemen

- Sozialdienst West, Fürstenlandstrasse 180, 071 224 05 38
- Sozialdienst Zentrum, Frongartenstrasse 11, 071 224 05 33
- Sozialdienst Ost, Greithstrasse 8, 071 244 05 41
- Patenschaftsprojekt „mit mir“: für Kinder von 3 bis 12 Jahren, 071 224 05 34 / 071 244 05 45

### **Diakonie und Sozialdienste der evangelischen Kirche, [www.ref-sg.ch](http://www.ref-sg.ch)**

Beratung und Hilfe bei sozialen, rechtlichen und psychischen Notlagen

- St.Gallen West, Straubenzell, Zürcher Strasse 217, 071 272 60 70, [www.straubenzell.ch](http://www.straubenzell.ch)
- St.Gallen Centrum, Magnihalden 15, 071 242 70 65, [www.ref-sgc.ch](http://www.ref-sgc.ch)
- St.Gallen Süd-Ost, Falkensteinstrasse 40, 071 244 93 83 / 071 288 49 13
- St.Gallen Ost (Wittenbach), Vogelherdstrasse 6, 071 298 40 13

- Siehe auch** → Evangelische Frauenhilfe (auf Notsituationen zugeschnittene Beratung), [www.efh-sgapp.ch](http://www.efh-sgapp.ch)  
→ Kath. Frauenbund St.Gallen-Appenzell (Beratung und Überbrückungshilfe), [www.frauenbundsga.ch](http://www.frauenbundsga.ch)  
→ Blaues Kreuz, Beratung bei Alkoholproblemen, Brockenhäuser, [www.blaueskreuz-sg-app.ch](http://www.blaueskreuz-sg-app.ch)  
→ Sozialpsychiatrische Beratung für Erwachsene, [www.psychiatrie-nord.sg.ch](http://www.psychiatrie-nord.sg.ch)  
→ Verzeichnis der Sozialberatungsstellen im Kanton St.Gallen, <https://kanton.sg/sozialberatung>

## **Öffentliche Treffpunkte im Quartier für Jung und Alt**

Gesellschaftsfragen, Amtshaus, 071 224 54 51

- Mittagstische in den Quartieren, [www.stadtsg.ch/mittagstische](http://www.stadtsg.ch/mittagstische)

## **Hilfestellung in Notlagen**

### **Lebensmittelbezug für Menschen in Notlagen**

- Warenkorb Ost, Lebensmitteleinkauf für 1 CHF (mit Bezugskarte), jeden Di 17.30 bis 18.30 Uhr im evang. Gemeindezentrum Grossacker, Claudiusstr. 11, [www.tablat.ch](http://www.tablat.ch)
- Tischlein deck dich Offene Kirche, Lebensmitteleinkauf für 1 CHF (mit Bezugskarte), jeden Donnerstag von 15 bis 16 Uhr, Böcklinstrasse 2, [www.tischlein.ch](http://www.tischlein.ch)
- Tischlein deck dich Pfimi-Kirche Waldau, Lebensmitteleinkauf für CHF 1 (mit Bezugskarte), jeden Donnerstag von 18 bis 19 Uhr, Zürcherstr. 68b, [www.pfimi-sg.ch](http://www.pfimi-sg.ch)
- Caritas Markt, Langgasse 11, 071 244 79 29, [www.caritas-stgallen.ch](http://www.caritas-stgallen.ch)  
Einkauf mit KulturLegi für über 600 vergünstigte und frische Produkte

### **Heilsarmee St.Gallen, [www.heilsarmee-stgallen.ch](http://www.heilsarmee-stgallen.ch)**

Harfenbergstrasse 5, 9000 St.Gallen, 071 222 04 50

- Essensabgabe für Familien und Suchtkranke

### **Unterkunft für Obdachlose (UFO), [www.stadtsg.ch/ufu](http://www.stadtsg.ch/ufu)**

Grünhaldenstrasse 3, 9000 St.Gallen, Anmeldung unter 071 224 61 90

### **Gassenküche St.Gallen, [www.gassenkueche.ch](http://www.gassenkueche.ch)**

Linsebühlstrasse 82, 9000 St.Gallen, 071 222 30 03

- Zufluchtsort für Menschen mit Sucht- und/oder psychischen Problemen
- täglich günstige Mahlzeiten oder kostenlose Zwischenverpflegung

### **SRK Schweizer Rotes Kreuz Kanton St.Gallen, [www.srk-sg.ch](http://www.srk-sg.ch)**

Marktplatz 24, 9000 St.Gallen, 071 227 99 66

- Hilfe in verschiedenen Lebenslagen, Bildungsangebote
- Info- und Beratungsstelle, Anlaufstelle für Überforderungssituationen
- Einzelhilfe, einmalige Überbrückungshilfe an bedürftige Personen  
Kinderbetreuung zu Hause, 2xWeihnachten, Integrationsprojekte

- Siehe auch** → belegt und qualifiziert Ihre Freiwilligenarbeit, [www.dossier-freiwillig-engagiert.ch](http://www.dossier-freiwillig-engagiert.ch)  
→ Pro Infirmis (für Personen mit geistiger oder körperlicher Behinderung), [www.proinfirmis.ch](http://www.proinfirmis.ch)  
→ Pro Senectute Regionalstelle (Angebote für Personen 60+), [www.sg.prosenectute.ch](http://www.sg.prosenectute.ch)  
→ Stiftung Suchthilfe, Beratung und Behandlungsangebote, [www.stiftung-suchthilfe.ch](http://www.stiftung-suchthilfe.ch)

**→ Ihr Beitrag für eine solidarische Gesellschaft. Die Vermittlungsstelle für Freiwilligenarbeit | [www.benevol-sg.ch](http://www.benevol-sg.ch)**

**→ Vergünstigte Zutritte zu Kultur, Sport und Weiterbildung [www.kulturlegi.ch](http://www.kulturlegi.ch)**

**→ Mütter haben Anspruch auf Elternschaftsbeiträge, wenn sie für den Lebensunterhalt für sich und ihr Kind nicht aufkommen können, siehe: [www.stadtsg.ch/elternbeitrag](http://www.stadtsg.ch/elternbeitrag)**



Wo können Jugendliche sinnvoll die Freizeit verbringen?

Welche Treffpunkte gibt es für Jugendliche?

Wo kann ich mich bei Problemen hinwenden?

### **Offende Jugendarbeit der Stadt St.Gallen, [www.stadtsg.ch/jugendarbeit](http://www.stadtsg.ch/jugendarbeit)**

- Jugendtreff looping, Brauerstrasse 60a, [www.stadtsg.ch/looping](http://www.stadtsg.ch/looping)
- Jugendtreff lollypop, Rechenstrasse 5, [www.stadtsg.ch/lollypop](http://www.stadtsg.ch/lollypop)
- Jugendaktionsraum jam, Heiligkreuzstrasse 8, [www.stadtsg.ch/jam](http://www.stadtsg.ch/jam)
- Jugendaktionsraum biwi, Zürcher Strasse 432, [www.stadtsg.ch/biwi](http://www.stadtsg.ch/biwi)
- Jugendbeiz talhof, Torstrasse 14, [www.talhof.sg](http://www.talhof.sg)
- Jugendkulturraum flon, Davidstrasse 42, [www.flon-sg.ch](http://www.flon-sg.ch)
- Mädchentreff West, Kräzernstrasse 75, [www.stadtsg.ch/mädchentreff](http://www.stadtsg.ch/mädchentreff)
- Mädchentreff Ost, Rorschacher Strasse 210, [www.stadtsg.ch/mädchentreff](http://www.stadtsg.ch/mädchentreff)

### **Beratung und Informationen für Jugendliche, [www.stadtsg.ch/jugendberatung](http://www.stadtsg.ch/jugendberatung)**

Katharinengasse 16, 9004 St.Gallen, 071 224 56 78

- Kostenlose Begleitung und Beratung von Jugendlichen und deren Bezugspersonen
- **[www.tipp.stadt.sg.ch](http://www.tipp.stadt.sg.ch)**, Informationsstelle zu allen Fragen und Themen 071 224 62 08

### **Yesprit, [www.yesprit.ch](http://www.yesprit.ch)**

Gallusstrasse 34, 9001 St.Gallen, 071 224 05 25, [info@akj.ch](mailto:info@akj.ch)

- Jugendarbeit der katholischen Kirche im Lebensraum St.Gallen
- Reisen, Lager, Projekte, Freizeitangebote für Jugendliche zwischen 12 und 17 Jahren

### **Youngpower, [www.youngpower.ch](http://www.youngpower.ch)**

Magnihalden 9, 9000 St.Gallen, 071 223 48 01

- Kinder und Jugendarbeit der evang.-ref. Kirchgemeinden Tablat, Centrum, Straubenzell
- Mittagstisch für Schüler ab Oberstufe. Jeden Mo, Di, Do und Fr von 11.30 - 14.00 Uhr

### **Jugendorganisationen in der Stadt St.Gallen**

Freizeitangebote, Gruppenstunden, Natur erleben, Lager organisieren

- Jungwacht und Blauring, [www.jublaost.ch](http://www.jublaost.ch)
- Cevi St.Gallen, [www.cevisg.ch](http://www.cevisg.ch)

### **Jugendtreffs der kirchlichen Jugendarbeit**

- evang. und kath. Jugendtreff St.Georgen, Wiesenstr. 50a, [www.youngpower.ch](http://www.youngpower.ch)
- evang. und kath. Jugendtreff Riethüsli, Gerhardtstr.11, [www.youngpower.ch](http://www.youngpower.ch)
- Jugendtreff Tilflukt, Federerstrasse 24, [www.heiligkreuz.kathsg.ch](http://www.heiligkreuz.kathsg.ch)
- Jugendtreff Baracke der Evang.-ref. Kirchgemeinde Straubenzell, Oberstrasse 298, [www.straubenzell.ch](http://www.straubenzell.ch)
- Jugendtreff Paradiesli der kath. Jugendarbeit, Grenzstrasse 10, 9000 St.Gallen

**Siehe auch** → Vereinsverzeichnis der Stadt St.Gallen, [www.sanktgallernetz.ch](http://www.sanktgallernetz.ch)  
→ Kinder- und Jugendhilfe St.Gallen (Beratung und Wohnbegleitung), [www.kjh.ch](http://www.kjh.ch)  
→ Freizeit und Begegnung Kinder Jugend Familie, [www.kjf.stadt.sg.ch](http://www.kjf.stadt.sg.ch)  
→ Jugendliche für eine lebendige und engagierte Gesellschaft, [www.step-into-action.org](http://www.step-into-action.org)



Wo kann ich mich über berufliche Aus- und Weiterbildung informieren?  
Was tun bei Arbeitslosigkeit? Tipps zur Stellensuche?  
Wer kann mir bei Fragen zu Sozialversicherungen weiterhelfen?

### **Berufs-, Studien- und Laufbahnberatung St.Gallen, [www.berufsberatung.sg.ch](http://www.berufsberatung.sg.ch)**

Teufenerstrasse 1/3, 9001 St.Gallen, 058 229 72 11

- Berufs- und Laufbahnberatung, [info.blbstgallen@sg.ch](mailto:info.blbstgallen@sg.ch)
- Studien- und Laufbahnberatung 058 229 72 11, [info.studienberatung@sg.ch](mailto:info.studienberatung@sg.ch)
- Lehrstellenbörse 058 229 72 11
- Elektronisches BIZ (Berufsinformation): [www.ebiz.sg.ch](http://www.ebiz.sg.ch)
- Lehrstellennachweis LENA, [www.berufsberatung.ch/lehrstellen](http://www.berufsberatung.ch/lehrstellen)

### **Regionales Arbeitsvermittlungszentrum (RAV), [www.awa.sg.ch](http://www.awa.sg.ch)**

Geltenwilenstrasse 16-18 / PF, 9001 St.Gallen, 058 229 25 35

- Abklärung der Arbeitslosenleistung und Arbeitslosenkasse
- Unterstützung in der Stellensuche und Bewerbung, Beratungsgespräche

### **Programm Tandem – Unterstützung bei der Stellensuche, [www.tandem-sg.ch](http://www.tandem-sg.ch)**

benevolpark St.Leonhard-Str. 45, 9000 St.Gallen, 071 227 07 90, [info@tandem-sg.ch](mailto:info@tandem-sg.ch)

- Berufserfahrene Mentorinnen und Mentoren begleiten Stellensuchende auf dem Weg Zurück in den Arbeitsmarkt. Mentoring-Angebote 18plus, 50plus und Tandem Plus
- Das Mentoring Programm Tandem ist ein Angebot von benevol St.Gallen, der Fachstelle für Freiwilligenarbeit. benevol St.Gallen führt das Programm im Auftrag des Amtes für Wirtschaft und Arbeit des Kantons St.Gallen
- Anmeldungen über die RAV-Personalberatung oder die Sozialen Dienste

### **BALance netz für Frauen, [www.balance-netz.ch](http://www.balance-netz.ch)**

Neugasse 43, 9000 St.Gallen, 071 223 15 31

- Laufbahngestaltung und Persönlichkeitsbildung für Frauen von 20 – 80 Jahre
- Themen: Wiedereinstieg – zweite Lebenshälfte – Vereinbarkeit Beruf und Familie
- Frauennetzwerke: [www.ostschweizerinnen.ch](http://www.ostschweizerinnen.ch), [www.denkbar-sg.ch](http://www.denkbar-sg.ch)

### **Profil Arbeit & Handicap, [www.profil.ch](http://www.profil.ch)**

Poststrasse 23, 9001 St.Gallen, 058 775 19 80

- berufliche Integration für Menschen mit Handicap, Job-Coaching, Beratung für Arbeitgeber

### **HEKS MosaiQ Ostschweiz Fachstelle für qualifizierte MigrantInnen, [www.heks.ch/mosaiq-ostschweiz](http://www.heks.ch/mosaiq-ostschweiz)**

Tellstrasse 4, 9001 St.Gallen, 071 410 08 10

- Beratung bei der Diplomanerkennung sowie beruflicher Aus- und Weiterbildung

**Siehe auch** → AHV-Zweigstelle St.Gallen, EO und Erfassung Selbstständigerwerbende, [www.ahv.stadt.sg.ch](http://www.ahv.stadt.sg.ch)  
→ Ostsinn, Projekte, Bildung, Vernetzung, Nachhaltigkeit, [www.ostsinn.ch](http://www.ostsinn.ch)  
→ Projekt-Velowerkstatt, Bildungs- Arbeitsangebote für Erwerbslose, [www.projekt-werkstatt.ch](http://www.projekt-werkstatt.ch)  
→ Kleika, Kleideratelier(berufliche Reintegration von erwerbslosen Frauen), [www.kleika.ch](http://www.kleika.ch)  
→ Stiftung Business House (Programme für erwerbslose Personen), [www.businesshouse.ch](http://www.businesshouse.ch)  
→ Kostenlose PC Benützung mit Internet mit Drucker in der Stadtbibliothek, [www.biblio.sg.ch](http://www.biblio.sg.ch)



Welche Stelle kann mir Fragen zur Rente / Pension beantworten?  
Wer pflegt mich zu Hause, wenn ich pflegebedürftig werde?  
Welche Beratungs- und Betreuungsangebote existieren?

**Pro Senectute Stadt St.Gallen, [www.sg.prosenectute.ch/stg/DE/83/Home.htm](http://www.sg.prosenectute.ch/stg/DE/83/Home.htm)**

Davidstrasse 16, 9001 St.Gallen, 071 227 60 00

- Lebensgestaltung im Alter: Beratung zu Finanzen, Wohnen, Demenz und Recht
- Hilfe und Betreuung zu Hause, Haushalt, Ernährung, Körperpflege, Begleitung
- Bildungs-, Freizeit-, Sport- und Mitwirkungsangebote für Personen 60+
- Hilfe und Coaching für betreuende Angehörige

**AHV-Zweigstelle St.Gallen, [www.ahv.stadt.sg.ch](http://www.ahv.stadt.sg.ch)**

Rathaus, 9001 St.Gallen, 071 224 57 44

- Auskünfte über Alters-, Hinterlassenen- und Invalidenversicherung, Erwerbsersatz, Mutterschaftsentschädigung, Familienzulagen, Elternschaftsbeiträge, Ergänzungsleistungen, Prämienverbilligung und Pflegefinanzierung im stationären Bereich

**Stiftung Zeitvorsorge, [www.zeitvorsorge.ch](http://www.zeitvorsorge.ch)**

benevolpark, St.Leonhard-Strasse 45, 9000 St.Gallen, 071 227 07 67

- Menschen im Alter 50+ mit Zeitressourcen helfen betagten Menschen. Die geleistete Zeit kann bei eigenem Hilfebedarf wieder eingelöst werden.
- Vermittlung von interessierten Freiwilligen

**benephone - der gute Draht für Seniorinnen und Senioren, [www.benephone.ch](http://www.benephone.ch)**

benevolpark, St.Leonhard-Strasse 45, 9000 St.Gallen, 071 227 07 60

- Telefonkette für ältere und alleinlebende Menschen. Regelmässige Anrufe ermöglichen den Kontakt untereinander und vermitteln ein sicheres Gefühl im Alltag

**Memory Clinic, [www.geriatrie-sg.ch/angebot/memoryklinik](http://www.geriatrie-sg.ch/angebot/memoryklinik)**

Rorschacher Strasse 94, 9000 St.Gallen, 071 243 81 11

- Abklärungen bei Menschen mit neurologischen Erkrankungen (z.B. Schlaganfall, Parkinson, Demenzerkrankungen) und weiteren gesundheitlichen Störungen

**Infostelle Demenz: Pro Senectute St.Gallen, <https://bit.ly/39xAiIf>**

Davidstrasse 16, 9001 St.Gallen, 071 227 60 04

- unentgeltliche Information und Beratung für Menschen mit Demenzerkrankungen und deren Angehörige

**Alzheimer St.Gallen / beider Appenzell, [www.alzsga.ch](http://www.alzsga.ch)**

Rorschacherstrasse 94, 9000 St.Gallen, 071 223 10 46

- Unterstützt Betroffene und ihre Angehörigen und erleichtert ihnen den Zugang zu spezifischen Angeboten

**Schönenwegen Treff, betreute Tagesstruktur, [www.schoenenwegen-treff.ch](http://www.schoenenwegen-treff.ch)**

Rechenstrasse 5e, 9000 St. Gallen / 071 232 42 64

- Tagesstruktur für Menschen mit Betreuungsbedarf und Entlastung für Betreuende

### **Café TrotzDem, [www.alzsga.ch](http://www.alzsga.ch)**

Hotel Dom, Webergasse 22, 9000 St.Gallen

Treffpunkt für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen von Alzheimer SG/AI,AR

Jeden 4. Donnerstag von 14.30 –17.00 Uhr | Auskunft: 071 223 10 46

- Programm: Referate, Diskussionen, Singen und andere Aktivitäten
- in entspannter Atmosphäre Geselligkeit erleben, sich über Angebote informieren und gemütlich einen Kaffee trinken

### **Verein Mosa!k, [www.mosaik-demenz.ch](http://www.mosaik-demenz.ch)**

Sonnenhaldenstrasse 69, 9010 St.Gallen, 071 350 02 24 / 071 244 62 17

- Gesprächsgruppen für jung an Demenz erkrankte Menschen
- Gesprächsgruppe für Menschen 65plus mit einer beginnenden Demenzerkrankung
- mosa!k im Lattich, eine Tagesstruktur für frühbetroffene Menschen mit Demenz
- verschiedene Angebote wie Wandern, Trommeln, Naturmuseum etc.

### **Palliative ostschweiz, [www.palliative-ostschweiz.ch](http://www.palliative-ostschweiz.ch)**

Flurhofstrasse 7, 9000 St.Gallen, 071 245 80 80

Ziel von palliative ostschweiz ist es, den Betroffenen eine bestmögliche Lebensqualität bis zum Ende zu ermöglichen:

- medizinische Behandlungen
- pflegerische Interventionen
- psychologische, soziale und spirituelle Unterstützung

### **SRK Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton St.Gallen, [www.srk-sg.ch](http://www.srk-sg.ch)**

Marktplatz 24, 9000 St.Gallen, 071 227 99 66

- Besuchs- und Begleitdienste für ältere Menschen
- Info- und Beratungsstelle, auch für betreuende Angehörige
- Rotkreuz Notruf stellt im Notfall Verbindung zu Angehörigen her

### **Tagesheim Notker-Stübli und Temporäre Nachtstätte, [www.notkerverein.ch](http://www.notkerverein.ch)**

Spitex Centrum Notker, Rosenbergweg 21, 071 279 12 22

- Tagesstruktur mit Verpflegung für Pflegebedürftige von 9.00 – 17.00 Uhr
- Übernachtungsangebot für Pflegebedürftige zur Entlastung von Angehörigen

### **Öffentliche Mittagstischangebote für ältere Menschen**

Gesellschaftsfragen, Amtshaus, 071 224 54 51

- Mittagstische in den Quartieren, [www.stadtsg.ch/mittagstische](http://www.stadtsg.ch/mittagstische)

- Siehe auch**
- Nationales Forum Alter und Migration: [www.alter-migration.ch](http://www.alter-migration.ch)
  - Unabhängige Beschwerdestelle für das Alter (Ombudstelle), [www.uba.ch](http://www.uba.ch)
  - Gesellschaftsfragen (Informationen zum Thema Alter), [www.stadtsg.ch/alter](http://www.stadtsg.ch/alter)
  - Hilfestellung / Betreuungsangebote im Bereich Alter, [www.familienplattform-ostschweiz.ch](http://www.familienplattform-ostschweiz.ch)
  - Sonntags-Café für Senioren im Kirchgemeindehaus Grossacker, [www.neudorf.kathsg.ch](http://www.neudorf.kathsg.ch)
  - Internetplattform für die Generation 50plus in der Schweiz: [www.seniorweb.ch](http://www.seniorweb.ch)

→ **Der Seniorenrat engagiert sich für eine zeitgemässe Alterspolitik | [www.srsg.ch](http://www.srsg.ch)**

→ **Fahrdienste, mobil bleiben | [www.behindertenfahrdienste-sg.ch](http://www.behindertenfahrdienste-sg.ch)**

→ **Aktive Seniorinnen und Senioren (ASS) | [www.ass-stgallen.ch](http://www.ass-stgallen.ch)**

→ **Ihr Kontakt für Alterspolitik bei der Stadt | [www.gesellschaftsfragen.stadt.sg.ch](http://www.gesellschaftsfragen.stadt.sg.ch)**

→ **ViaVelo, die Einkaufshilfe mit Hauslieferdienst per Velo | [www.viavelo.sg.ch](http://www.viavelo.sg.ch)**



Welche medizinischen Hilfen gibt es in der Stadt St.Gallen?  
Wohin kann ich mich wenden, wenn die Seele leidet?  
Was kann ich tun, wenn ich an einer Sucht leide?

### **Kantonsspital St.Gallen, [www.kssg.ch](http://www.kssg.ch)**

Rorschacher Strasse 95, 9007 St.Gallen, 071 494 11 11

- medizinische Grund- und Spezialversorgung der Ostschweiz, Notfalldienste

### **Otschweizer Kinderspital, [www.kispig.ch](http://www.kispig.ch)**

Claudiusstrasse 6, 9006 St.Gallen, 071 243 71 11

- Zentrumsspital für Pädiatrie, Kinderchirurgie und Jugendmedizin
- Notfälle und Kindernotfallpraxis 0900 144 100 (1.92 CHF/Min. ab Festnetz)

### **Spitex St.Gallen AG – Hilfe und Pflege zu Hause, [www.spitex-stgallen.ch](http://www.spitex-stgallen.ch)**

Zentrale Anlaufstelle mit Vermittlung

- Spitex St.Gallen AG, Davidstrasse 38, 071 277 66 77, [office@spitex-stgallen.ch](mailto:office@spitex-stgallen.ch)

### **Psychiatrie St.Gallen Nord, [www.psgn.ch](http://www.psgn.ch)**

Teufenerstrasse 26, 9000 St.Gallen, 071 227 12 12

- Anlaufstelle und Beratung für Menschen in psychischer oder psychosomatischer Not
- verschiedene Behandlungsmöglichkeiten / Krisenintervention 24 Std., 071 914 44 44

### **Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton St.Gallen, [www.srk-sg.ch](http://www.srk-sg.ch)**

Marktplatz 24, 9000 St.Gallen, 071 227 99 66

- Gravita, Zentrum für die Behandlung traumatisierter Flüchtlinge, [www.srk-sg.ch/gravita](http://www.srk-sg.ch/gravita)
- Info- und Beratungsstelle, auch für betreuende Angehörige

### **Hospiz-Dienst St.Gallen, [www.hospiz-sg.ch](http://www.hospiz-sg.ch)**

Marktplatz 24, 9000 St.Gallen, 071 222 78 50

- Begleitung Schwerkranker und Sterbender durch Freiwillige: zu Hause, im Spital und im Heim

### **Stiftung Suchthilfe, [www.stiftung-suchthilfe.ch](http://www.stiftung-suchthilfe.ch)**

Rorschacher Strasse 67, 9000 St.Gallen, 071 244 75 38

- Suchtfachstelle, Beratung und Behandlungsangebote, 071 245 05 45

### **Fachstelle für Aids- und Sexualfragen, [www.ahsga.ch](http://www.ahsga.ch)**

Tellstrasse 4, 9001 St.Gallen, 071 223 68 08 / Beratungstelefon 071 223 38 68

- Unterstützung und Beratung in den Themen HIV/STI/Coming-out und Diskriminierung
- HIV- und STI-Prävention und sexualpädagogische Angebote für Schulen und Institutionen



## **Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen, [www.selbsthilfe-gruppen.ch](http://www.selbsthilfe-gruppen.ch)**

Lämmli brunnenstrasse 55, 9000 St.Gallen, 071 222 22 63

- Information zu bestehenden Selbsthilfeangeboten, Hilfe beim Aufbau von Gruppen

→ **«Gesundheitswegweiser» Der Ratgeber für das schweizerische Gesundheitswesen – in 18 Sprachen! Vom schweizerischen Roten Kreuz (SRK), Download: [www.migesplus.ch](http://www.migesplus.ch)**

→ **«Prämienverbilligung für Krankenversicherung, [www.ahv.stadt.sg.ch](http://www.ahv.stadt.sg.ch)»**

- Siehe auch**
- AHV-Zweigstelle St.Gallen, Informationen zur IV und Ergänzungsleistung [www.ahv.stadt.sg.ch](http://www.ahv.stadt.sg.ch)
  - Lungenliga St.Gallen (Beratungs- und Vorsorgestelle), [www.lungenliga-sg.ch](http://www.lungenliga-sg.ch)
  - Insieme, im Einsatz für Menschen mit einer geistigen Behinderung, [www.insieme-ostschweiz.ch](http://www.insieme-ostschweiz.ch)
  - Krebsliga SG/Al/AR (persönliche Beratung und Begleitung), [www.krebsliga-sg.ch](http://www.krebsliga-sg.ch)
  - Gesund Wohnen (von Umwelt und Energie), [www.stadtsg.ch/elektrosmog](http://www.stadtsg.ch/elektrosmog)
  - Telefonische Übersetzungsdienste für den Gesundheitsbereich 0842 442 442



## Behinderung / Beeinträchtigung



Welche Hilfsangebote für Menschen mit Beeinträchtigung gibt es?  
Wohin können sich Angehörige wenden?  
Wie bleibe ich mobil - trotz Beeinträchtigung unterwegs?

### **Pro Infirmis, St.Gallen für Menschen mit Behinderung, [www.proinfirmis.ch](http://www.proinfirmis.ch)**

Poststrasse 23, 9001 St.Gallen, 058 775 19 40

- Beratung für Menschen mit einer körperlichen, geistigen oder psychischen Beeinträchtigung und für deren Angehörige, 058 775 19 40
- Begleitetes Wohnen in der eigenen Wohnung, 058 775 19 60
- Bildungsclub Erwachsenenbildung, 058 775 19 62

### **Behindertenverband Procap, [www.procap-sga.ch](http://www.procap-sga.ch)**

Hintere Bahnhofstrasse 22, 9000 St.Gallen, 071 222 44 33

- Beratung für Personen mit einer Behinderung oder dauernden Gesundheitsproblemen
- Sozialversicherungsberatung, Interessenvertretung und Veranstaltung
- Behindertengerechtes Bauen, Beratung Direktbetroffene, Architekten, Bauherren

### **Fahrdienst für Menschen mit Beeinträchtigung, [www.behindertenfahrdienste-sg.ch](http://www.behindertenfahrdienste-sg.ch)**

- Taxi St.Gallen 071 244 14 34
- Rolltaxi 079 416 85 50
- Rotkreuz-Fahrdienst 071 227 99 66

### **Haushilfe- und Entlastungsdienst St.Gallen, [www.fzsg.ch](http://www.fzsg.ch)**

Poststrasse 15, 9000 St.Gallen, 071 228 55 66

- Unterstützung und Haushilfe bei selbstständigem Wohnen, Krankheit und Behinderung, Wohnbegleitung

### **obvita Sehberatung für Erwachsene, [www.obvita.ch](http://www.obvita.ch)**

Schützengasse 4, 9000 St.Gallen, 071 246 61 10

- Beratung zu Orientierung und Mobilität, lebenspraktische Fähigkeiten, Punkschrift, Low-Vision-Beratung, Information und Schulungen

### **pro auditio, Verein für Menschen mit Hörhandicap, [www.proauditio-sg.ch](http://www.proauditio-sg.ch)**

Merkurstrasse 4, 9000 St.Gallen, 071 223 22 40

- Fach- und Beratungsstelle für Hörprobleme

### **workaut, Begleitung für Menschen mit Autismus, [www.workaut.ch](http://www.workaut.ch)**

- Lebens- und Arbeitsbegleitung und Projekte für Menschen mit Autismus

### **Ihr Kontakt für Behindertenpolitik in der Stadt St.Gallen**

Gesellschaftsfragen, Amtshaus, 071 224 54 51, [www.gesellschaftsfragen.stadt.sg.ch](http://www.gesellschaftsfragen.stadt.sg.ch)

- Siehe auch**
- Tagesstruktur und Entlastung für betreuende Angehörige, [www.schoenenwegen-treff.ch](http://www.schoenenwegen-treff.ch)
  - Insieme, im Einsatz für Menschen mit einer geistigen Behinderung, [www.insieme-ostschweiz.ch](http://www.insieme-ostschweiz.ch)
  - Verein Latzhose, Inklusion mit kulturellen Treffen und Freizeitgestaltung [www.vereinlathzose.ch](http://www.vereinlathzose.ch)
  - Freizeittreff für menschen mit oder ohne Behinderung in der Jugendbeiz Talhof, [www.lodigoo.ch](http://www.lodigoo.ch)
  - SZBLIND Schweizer Zentralverein für Blinde und Angehörige [www.szblind.ch/szb](http://www.szblind.ch/szb)
  - Die Bibliothek die nach Hause kommt, [www.stadtsg.ch/biblionachhause](http://www.stadtsg.ch/biblionachhause)

## Finanzen



Was muss ich über mein Haushaltsbudget und Zahlungsverkehr wissen?  
Wer hilft mir bei Steuerfragen?  
Schulden – wer hilft mir bei der Sanierung?

### **Steueramt, [www.steuernamt.stadt.sg.ch](http://www.steuernamt.stadt.sg.ch)**

Rathaus, 9001 St.Gallen, 071 224 54 00

- Auskünfte in Steuerfragen, Antrag auf Fristenverlängerung, Anpassung, Ratenzahlung und Stundung der Steuerrechnung

### **Budget- und Schuldenberatung der Frauenzentrale, [www.fzsg.ch](http://www.fzsg.ch)**

Bleichestrasse 11, 9000 St.Gallen, 071 222 22 33

- für Frauen und Männer aus der Stadt St.Gallen, Kanton St.Gallen und Appenzell
- Schulden Kurzberatungen für Frauen und Männer, [www.bit.ly/2TKIAKI](http://www.bit.ly/2TKIAKI)

### **Budget- und Schuldenberatung Caritas, [www.caritas-stgallen.ch](http://www.caritas-stgallen.ch)**

Langgasse 13, 9008 St.Gallen, 071 577 50 10

- Schuldenberatung für Menschen aus den Kantonen St.Gallen und Appenzell
- Überbrückung in Notsituationen
- Beratungs-Hotline «SOS Schulden» 0800 708 708

### **Kinder- und Jugendhilfe St.Gallen, [www.kjh.ch](http://www.kjh.ch)**

Frongartenstrasse 11, 9001 St.Gallen, 071 222 53 53

- Beratung für Eltern über die Rechte und Pflichten von Kindern und Jugendlichen
- einen besseren Umgang mit Geld lernen. Wieviel Taschengeld ist angepasst?

### **AHV-Zweigstelle St.Gallen, [www.ahv.stadt.sg.ch](http://www.ahv.stadt.sg.ch)**

Rathaus, 9001 St.Gallen, 071 224 57 44

- Auskünfte über Alters-, Hinterlassenen- und Invalidenversicherung, Erwerbsersatz, Mutterschaftsentschädigung, Familienzulagen, Ergänzungsleistungen, Pflegefinanzierung im stationären Bereich
- Prämiervorbereitung für Krankenversicherung
- Elternschaftsbeiträge für Kleinkindern bei Eltern mit wenig Einkommen

### **KulturLegi, [www.kulturlegi.ch/st-gallen-appenzell](http://www.kulturlegi.ch/st-gallen-appenzell)**

Caritas St.Gallen-Appenzell, Langgasse 13, 9008 St.Gallen, 071 577 50 10

- Vergünstigte Kultur- und Freizeitangebote für Menschen mit wenig Einkommen

**Siehe auch** → Jugendinformation tipp, Flyer und Adressblatt Geld, [www.tipp.stadt.sg.ch](http://www.tipp.stadt.sg.ch)  
→ Schuldenberatung der Pro Senectute (für ältere Menschen), [www.sg.prosenectute.ch](http://www.sg.prosenectute.ch)  
→ Alimentenbevorschussung: Beratungsstelle für Familien, [www.familienberatung-sg.ch](http://www.familienberatung-sg.ch)



Wo und wie finde ich eine Wohnung oder ein Haus?  
Welche Verpflichtungen beinhaltet ein Mietverhältnis?  
Zusammenleben im Quartier – wohin kann ich mich wenden?

### **Liegenschaften Stadt St.Gallen**

- [www.liegenschaften.stadt.sg.ch](http://www.liegenschaften.stadt.sg.ch), Neugasse 3, 9004 St.Gallen  
071 224 58 50, Grundstück- und Liegenschaftengeschäfte, Grundbuchamt
- [www.hochbauamt.stadt.sg.ch](http://www.hochbauamt.stadt.sg.ch), Immobilienbewirtschaftung,  
071 224 58 55, Vermietung von Wohnungen, die im Besitz der Stadt St.Gallen sind.

### **Standortförderung Stadt St.Gallen, [www.standort.stadt.sg.ch](http://www.standort.stadt.sg.ch)**

Rathaus, 9001 St.Gallen, 071 224 47 47

- Fragen rund um den Wirtschaftsstandort, von der Ansiedlung über die Suche nach Kompetenz-Partnerschaften bis zum Vermitteln von Räumlichkeiten

### **Wohnungsamt der Stadt St.Gallen, [www.wohnungsamt.stadt.sg.ch](http://www.wohnungsamt.stadt.sg.ch)**

Rathaus, 9001 St.Gallen, 071 224 56 28

Di 8.30 bis 12.00 Uhr, Mi 13.30 bis 17.00 Uhr und Do 13.30 bis 18.00 Uhr

- Beratung bei Problemen im Mietverhältnis, Mietzinsänderungen, Nebenkostenabrechnung, Kündigung, Mängelliste, Augenschein bei Wohnungsübergabe etc.

### **Mieterinnen- und Mieterverband Ostschweiz, [www.mieterverband.ch/ostschweiz](http://www.mieterverband.ch/ostschweiz)**

Webergasse 21, 9000 St.Gallen, 071 222 50 29,

Beratung Di 17.00 bis 19.00 Uhr (Do für Mitglieder)

- Beratung in allen Belangen rund ums Mieten
- Unterstützung bei der Wohnungsübergabe

### **Quartierarbeit Stadt St.Gallen, [www.quartiere.stadt.sg.ch](http://www.quartiere.stadt.sg.ch)**

Gesellschaftsfragen, Amtshaus, Neugasse 3, 9004 St.Gallen, 071 224 55 07

- Städtische Anlaufstelle für Quartieranliegen
- Finanzielle Unterstützung von Quartierprojekten
- Flyer «Treffpunkte und Begegnungsorte in den Quartieren» [www.stadtsg.ch/treffpunkte](http://www.stadtsg.ch/treffpunkte)
- Kurzportraits über die 18 Quartiere [www.quartiere.stadt.sg.ch](http://www.quartiere.stadt.sg.ch)
- Tag der Nachbarn [www.tagdernachbarn.ch/stgallen](http://www.tagdernachbarn.ch/stgallen)

### **Vereinigte Quartiervereine St.Gallen, [www.quartiervereinesg.ch](http://www.quartiervereinesg.ch)**

- Die 18 Quartiervereine nehmen die Interessen der Quartierbevölkerung wahr und fördern das Zusammenleben im Quartier, regelmässige Treffen und Aktivitäten

### **Quartierpolizei, [www.stadtsg.ch/quartierpolizei](http://www.stadtsg.ch/quartierpolizei)**

Vadianstrasse 57, 9001 St.Gallen, 071 224 60 00

- Ihr Ansprechpartner für Auskünfte, Beratung und Sicherheit in Ihrem Quartier

### **Familiengärten in der Stadt St.Gallen, [www.familiengaertner-sg.ch](http://www.familiengaertner-sg.ch)**

Kontakt: Gisela Bertoldo, Hochwachstrasse 9, 9000 St.Gallen, 071 277 69 24

- Informationen über die 18 Areale am besten über die Homepage

## **Veranstaltungen organisieren, Bewilligungen, Räume, Infrastruktur**

- Räume für Veranstaltungen in der Stadt St.Gallen finden, [www.stadtsg.ch/veranstaltungsorte](http://www.stadtsg.ch/veranstaltungsorte)
- Bewilligungen für Anlässe und Veranstaltungen, [www.stadtsg.ch/bewilligungen](http://www.stadtsg.ch/bewilligungen)
- Materialvermietung für Festivitäten vom Zivilschutz, [www.dlz.stadt.sg.ch](http://www.dlz.stadt.sg.ch)
- Ruhe- und Nachtzeiten, [www.polizei.stadt.sg.ch](http://www.polizei.stadt.sg.ch) oder direkt: <https://bit.ly/3d3ja2H>

**Siehe auch** → Mittagstische im Quartier: siehe auch Sozialhilfe S. 11 | Alter S. 17  
→ openHouse: niederschwellige Kinder- und Familienangebote, [www.openhouse-sg.ch](http://www.openhouse-sg.ch)  
→ Jugendtreffs in der Stadt siehe Jugend, Seite 12  
→ Forum Heiligkreuz Quartier, [www.heiligkreuzquartier.ch](http://www.heiligkreuzquartier.ch)

→ **Der Stadtplan im Internet mit vielen Themen: [www.stadtplan.stadt.sg.ch](http://www.stadtplan.stadt.sg.ch)**

→ **Wohnungssuche im Internet mit newhome | [www.newhome.ch](http://www.newhome.ch)**

→ **Ein Leitfaden in 15 Sprachen zu allen Fragen rund um das Mieten einer Wohnung und Zusammenleben in der Nachbarschaft | <https://bit.ly/32uP6Z7>**

## **Offenes Haus im St.Fiden Quartier, [www.kathsg.ch](http://www.kathsg.ch)**

Greithstrasse 8, 9000 St.Gallen, 071 224 05 45

- Ort der Begegnung (Treffpunkt, Veranstaltungen, Mittagstische)

## **FrauenLachen, Internationaler Frauentreff im Quartier Lachen, [www.bit.ly/2Jvjiub](http://www.bit.ly/2Jvjiub)**

Frongartenstrasse 11, 9000, St.Gallen, 071 224 05 34 (ohne Anmeldung, kostenlos)

- Treffpunkt für Frauen mit und ohne Migrationshintergrund, Begegnung und Aktivitäten
- Freitag Vormittag, alle 2 Wochen, ausser in den Schulferien, von 9.00 - 11.00 Uhr, im Kinderlokal tiRumpel an der Stahlstrasse 3

## **Offene Arbeit mit Kindern West, Zentrum, Ost, [www.stadtsg.ch/oak](http://www.stadtsg.ch/oak)**

Kinder Jugend Familie, Schwertgasse 14, 9004 St.Gallen, 071 224 56 78

- kostenlose, niederschwellige und professionell geführte Freizeitangebote für Kinder im Quartier

## **Villa YoYo, Kindertreffpunkte im Hinterberg und Zentrum, [www.villayoyosg.ch](http://www.villayoyosg.ch)**

Florastrasse 14, 9000 St.Gallen, 071 222 14 08

- Ein Lebens-, Lern- und Spielplatz für Kinder im Alter von 4 bis 12 Jahren

## **tiRumpel im Lachenquartier, [www.tirumpel.ch](http://www.tirumpel.ch)**

Stahlstrasse 3, 9000 St.Gallen, 071 277 27 87

- Freizeitangebot für Kinder aus den Quartieren Lachen-Schönenwegen und Feldli mit Kinderlokal (mit verschiedenen kostenlosen Aktivitäten)
- Quartierschalter, jeden Dienstag ab 16.30 Uhr wir sind da für Ihre Anliegen und Fragen

## **Katholische Kirchgemeinden in der Stadt St.Gallen**

Kontakte zu allen 11 katholischen Quartierpfarreien, [www.kathsg.ch](http://www.kathsg.ch)

## **Evangelische Kirchen in den Quartieren der Stadt St.Gallen**

Kontaktstellen und Verzeichnis sozialdiakonische Dienste, [www.ref-sg.ch](http://www.ref-sg.ch)

→ **Unterstützungsbeiträge für gemeinnützige Projekte | [www.quartiere.stadt.sg.ch](http://www.quartiere.stadt.sg.ch)**

→ **Treffpunkte und Begegnungsorte in den Quartieren | [www.stadtsg.ch/treffpunkte](http://www.stadtsg.ch/treffpunkte)**



Wo erhalte ich Informationen zu Abfallentsorgung und Umweltschutz?  
Wie spare ich Geld beim Energieverbrauch?  
Wie nutze ich den Öffentlichen Verkehr in der Stadt?

### **Entsorgung St.Gallen, [www.entsorgung.stadt.sg.ch](http://www.entsorgung.stadt.sg.ch)**

Blumenbergplatz 3, 9001 St.Gallen, 071 224 51 53

- Verzeichnis und Beratung zu Abfallentsorgung, Recycling, Grüngut, Öl-, Altmetall-, Tierkörpersammelstellen, Abfallkalender
- Online-Dienste: Abfall-ABC, Gebühren und Rechnungen, Erinnerungsservice, nützliche Links, Abfallinformationen für Fremdsprachige, [www.stadtsg.ch/abfall-info](http://www.stadtsg.ch/abfall-info)

### **Umwelt und Energie Stadt St.Gallen, [www.umwelt.stadt.sg.ch](http://www.umwelt.stadt.sg.ch)**

Vadianstrasse 6, 9001 St.Gallen, 071 224 56 76

- Information und Beratung in den Bereichen Gesundes Wohnen, Energie sparen, Mobilität und Ökologie im Alltag, Share-Markt St.Gallen [www.stadtsg.ch/sharegallen](http://www.stadtsg.ch/sharegallen)
- Veranstaltungskalender «Natur findet Stadt», [www.stadtsg.ch/naturfindetstadt](http://www.stadtsg.ch/naturfindetstadt)
- Kampagne Energiekonzept «wattbinich»: [www.watt-bin-ich.ch](http://www.watt-bin-ich.ch)

### **St.Galler Stadtwerke, [www.sgs.ch](http://www.sgs.ch)**

Kundenzentrum, Vadianstrasse 8, 9001 St.Gallen, 0848 747 900

- Information und Beratung zu Angeboten und Produkten: Strom, Wasser, Gas, Wärme, Glasfaser und Mobilität
- Auskunft zu Verbrauch, Rechnungen, Wohnungswechsel etc.

### **Verkehrsbetriebe St.Gallen VBSG, [www.vbsg.ch](http://www.vbsg.ch)**

Information- und Verkaufsstelle, Rathaus, 9001 St.Gallen, 071 243 95 95

- Verkauf von Fahrkarten und Abonnements, Linien- und Fahrplanauskünfte,
- Ticketverkauf Theater St.Gallen

### **Vergünstigte Tageskarten für den öffentlichen Verkehr,**

#### **[www.bevoelkerungsdienste.stadt.sg.ch](http://www.bevoelkerungsdienste.stadt.sg.ch)**

Rathaus, 9001 St.Gallen, 071 224 54 93 (nur auf Reservation)

- SBB-Tageskarte Gemeinde 2. Klasse (Preis CHF 48.00)

### **Mobility Standorte in St.Gallen, [www.mobility.ch](http://www.mobility.ch)**

- Carsharing, die clevere Art Auto zu fahren, Mobility-Kunden sind jederzeit mobil

### **Strassenverkehrs- und Schifffahrtsamt, [www.stva.sg.ch](http://www.stva.sg.ch)**

Frongartenstrasse 5, 9001 St.Gallen, 058 229 22 22

- Informationen zu Fahrzeugprüfung- und Fahrzeugzulassung, Steuern und Gebühren, Lernfahrausweise Motorräder, Energieetikette für Personenwagen, etc.
- Umschreibung ausländischer Fahrausweis

**Siehe auch** → Parkbewilligungen, Autoparkplätze in den Quartieren, [www.stadtsg.ch/parkbewilligung](http://www.stadtsg.ch/parkbewilligung)  
→ Umweltschonende Mobilität, [www.clevermobil.stadt.sg.ch](http://www.clevermobil.stadt.sg.ch)  
→ Pro Velo Region St.Gallen (Forum für VelofahrerInnen), [www.provelo.info](http://www.provelo.info)  
→ ViaVelo, die Einkaufshilfe mit Hauslieferdienst per Velo | [www.viavelo.sg.ch](http://www.viavelo.sg.ch)



Wer sorgt für die Sicherheit in der Stadt St.Gallen?  
Welche Stelle kann mir in Konflikt- und Notsituationen weiterhelfen?  
Wohin wende ich mich bei rechtlichen Fragen und Problemen?

### **Stadtpolizei St.Gallen**

Vadianstrasse 57, 9001 St.Gallen, 071 224 60 00 (24h), im Notfall 117 wählen!

[www.stapo.ch](http://www.stapo.ch), [mailbox@stadt.sg.ch](mailto:mailbox@stadt.sg.ch), [facebook.com/staposg](https://facebook.com/staposg), [twitter@staposg](https://twitter.com/staposg),

- Ihre Kontaktstelle für Sicherheit, Bewilligungen, Verkehr, Notfälle und Anzeigen
- Kontaktstelle Innenstadt, Neugasse 5, 9004 St.Gallen, 071 224 52 94, Mo - Fr, 10 - 11.30 Uhr
- Quartierpolizei, 071 224 60 00, [www.stadtsg.ch/quartierpolizei](http://www.stadtsg.ch/quartierpolizei)

### **Ombudsstelle Stadt St.Gallen, [www.ombudsstelle.stadt.sg.ch](http://www.ombudsstelle.stadt.sg.ch)**

Schmiedgasse 33, Postfach 1518, 9001 St.Gallen, 071 224 52 74

- Vermittlung / Beratung bei Konflikten und Problemen mit Verwaltungsstellen der Stadt St.Gallen – unabhängig, neutral, vertraulich und kostenlos

### **Opferhilfe SG-AR-AI, [www.ohsg.ch](http://www.ohsg.ch)**

Teufenerstrasse 11, 9001 St.Gallen, 071 227 11 00

- Beratung für Opfer von Gewalttaten, deren Angehörige und Bezugspersonen
- Beratung für Betroffene von Zwangsheirat, Menschenhandel
- Soforthilfe nach sexueller Gewalt (Tag und Nacht), 071 494 94 94

### **Unentgeltliche Rechtsauskunft des Anwaltsverband St.Gallen, [www.sgav.ch](http://www.sgav.ch)**

Oberer Graben 32, 9000 St.Gallen, (Zimmer 049), Do. 16.30 bis 19.00 Uhr

- Persönliche und unentgeltliche erste Auskunft in Rechtsfragen

### **Unentgeltliche Rechtsauskunft, [www.familienberatung-sg.ch](http://www.familienberatung-sg.ch)**

Beratungsstelle für Familien, Frongartenstrasse 16, 9000 St.Gallen, 071 228 09 80

- umfassende juristische Auskünfte
- nach telefonischer Voranmeldung stehen die Rechtsagenten jeden 2. Dienstag von 15.30 – 18.30 Uhr für eine Kurzberatung von 15 Minuten zur Verfügung

### **HEKS Beratungsstelle gegen Rassismus und Diskriminierung, [www.heks.ch](http://www.heks.ch)**

Tellstrasse 4, 9001 St.Gallen, 071 544 93 85

- Information, Beratung und Vermittlung in Konfliktsituationen

### **HEKS Rechtsberatungsstelle für Asylsuchende, [www.heks.ch](http://www.heks.ch)**

Tellstrasse 4, 9001 St.Gallen, 071 222 22 79

- rechtliche Beratung im Asylrecht und angrenzendem Ausländerrecht kompetent, ehrlich und unkompliziert

### **FAREX, Anlaufstelle Radikalisierung, Extremismus und Gewalt, [www.farex.ch](http://www.farex.ch)**

Müller-Friedbergstrasse 34, 9400 Rorschach, 0848 0848 55 (24 Std / 365 Tage)

- Professionelle Beratung für Betroffene, Jugendliche und Angehörige

**Siehe auch** → Fahndungsdienst Kantonspolizei St.Gallen, Notruf 058 229 49 49  
→ Rechtsauskunftsstelle des Gewerkschaftsbunds, [www.sgb-sg.ch](http://www.sgb-sg.ch)  
→ Unabhängige Beschwerdestelle für das Alter (Ombudsstelle), [www.uba.ch](http://www.uba.ch)



Wer fördert den interreligiösen Dialog?

Welche ökumenischen Angebote gibt es in der Stadt St.Gallen?

**Wirkraumkirche, [www.wirkraumkirche.ch](http://www.wirkraumkirche.ch)**

Kirchgasse 16, 9000 St.Gallen, 071 278 49 69

- Wirkraumkirche ist die ökumenische Plattform für spirituelle, kulturelle und soziale Projekte in Stadt und Raum St.Gallen.
- Treffpunkt und Aktivitäten kultureller und interreligiöser Begegnung

**Katholische Kirchgemeinde St.Gallen, [www.kathsg.ch](http://www.kathsg.ch)**

Gallusstrasse 34, Postfach 1117, 9001 St.Gallen, 071 224 05 29

- Eine Kirchgemeinde mit 11 Pfarreien, <http://www.kathsg.ch/DE/4/Pfarreien.htm>
- Vielfältiges Begegnungs- Kulturangebot, Gottesdienste, Rituale zu Lebensübergängen
- Jugendarbeit, Sozialdienste, Seelsorge, Paarberatung, Spitalseelsorge, Religionsunterricht, Gefängnisseelsorge, interreligiöser Dialog

**Reformierte Kirchgemeinden in der Stadt St.Gallen**

- Evang.Ref. Kirchgemeinde Centrum: [www.ref-sgc.ch](http://www.ref-sgc.ch)
- Evang.Ref. Kirchgemeinde Straubenzell St.Gallen West [www.straubenzell.ch](http://www.straubenzell.ch)
- Evang.Ref. Kirchgemeinde Tablat St.Gallen [www.tablat.ch](http://www.tablat.ch)

**Dachverband islamischer Gemeinden der Ostschweiz und FL DIGO, [www.digo.ch](http://www.digo.ch)**

Postfach 407, 9001 St.Gallen

- Vertretung der Anliegen der Muslime in der Öffentlichkeit, «mit Dialog und Kooperation, statt mit Provokation die Islamophobie abbauen»
- Förderung der Integration und Teilnahme am gesellschaftlichen Leben

**Runder Tisch der Religionen St.Gallen und Umgebung, [www.rtdr-sg.ch](http://www.rtdr-sg.ch)**

Ann-Katrin Gässlein, Heinestrasse 18, 9008 St.Gallen, 076 237 32 84

- Interreligiöser Dialog – Interessensgruppe aus Menschen verschiedener Religionen: Hinduismus, Judentum, Buddhismus, verschiedene christliche Konfessionen, Islam, Sikhismus und die Baha'í-ReligionSG (ökumenisch, politisch engagiert),

**Safranblau, [www.safranblau.ch](http://www.safranblau.ch)**

Kirchgasse 16, 9000 St.Gallen, 071 220 99 70

- Christliche Jugendkultur und Events für Jugendliche ab 18 Jahren

**Veranstaltungen zum interreligiösen Dialog in St.Gallen**

- Interreligiöser eidgenössischer Buss- und Betttag, [www.betttagstgallen.ch](http://www.betttagstgallen.ch)
- IDA – Interreligiöse Dialog- und Aktionswoche, [www.ida-sg.ch](http://www.ida-sg.ch)

**Siehe auch** → Evangelische Allianz (Verbund der evangelischen Freikirchen in St.Gallen), [www.allianz-sg.ch](http://www.allianz-sg.ch)  
→ Katholischer Frauenbund SG (ökumenisch, politisch engagiert), [www.frauenbundsga.ch](http://www.frauenbundsga.ch)

→ **St.Galler Erklärung: Manifest der Glaubensgemeinschaften über das friedliche Zusammenleben der Religionen | <http://kanton.sg/sg-erklaerung>**





Welche Freizeitangebote gibt es in der Stadt St.Gallen?

Was bietet die Stadtbibliothek alles?

Gibt es einen Veranstaltungskalender für die Stadt St.Gallen?

**www.st.gallernetz.ch**

Adressverzeichnis über St.Galler Vereine, Politik, Kultur und Soziales

**www.saiten.ch**

Was läuft wo? Kultur-Veranstaltungskalender, Veranstaltungen erfassen und publizieren

**www.st.gallen-bodensee.ch**

Museen, Kultur, Veranstaltungen, Stadtführungen, Tourismus

**www.umwelt.stadt.sg.ch**

Natur findet Stadt. Erlebnis Natur, besuchen Sie eine der zahlreichen Veranstaltungen

**www.integration.stadt.sg.ch**

Vielfalt St.Gallen, Veranstaltungen, Projektförderung und Integrationsangebote

**www.stadtsg.ch/veranstaltungenorte**

Sie suchen einen Ort, Raum, Saal für ihre nächste Veranstaltung

**Stadtbibliothek St.Gallen**

Bücher und andere Medien für Gross und Klein, Veranstaltungen, Kindergeschichten in verschiedenen Sprachen, LibraForum – die interkulturelle Bibliothek, kostenlose PC-Arbeitsplätze mit Internetzugang und Drucker

- Stadtbibliothek Katharinen für Kinder, Jugendliche und Erziehende:  
Katharinengasse 11, 9004 St.Gallen, 058 229 09 80, [www.bibliothek.stadt.sg.ch](http://www.bibliothek.stadt.sg.ch)
- Bibliothek für Erwachsene: [www.bibliosg.ch](http://www.bibliosg.ch)  
Bibliothek Hauptpost, Gutenbergstrasse 2, 9000 St.Gallen, 058 229 09 90

**Mobile Jugendarbeit, [www.stadtsg.ch/mja](http://www.stadtsg.ch/mja)**

Schwertgasse 14, 9004 St.Gallen, 071 224 56 78

- Fachpersonen für Jugendliche im öffentlichen Raum
- Pflege und Kontakt zu Jugendlichen an diversen Treffpunkten

**Sport Stadt St.Gallen, [www.sport.stadt.sg.ch](http://www.sport.stadt.sg.ch)**

Neugasse 25, 9004 St.Gallen, 071 224 42 24

- Informationen zu Sportangeboten und Sportförderung
- Reservation von Turnhallen und Sportanlagen, Öffnungszeiten, 071 224 53 48

**Familiengärten in der Stadt St.Gallen, [www.familiengaertner-sg.ch](http://www.familiengaertner-sg.ch)**

Kontakt: Gisela Bertoldo, Hochwachstrasse 9, 9000 St.Gallen, 071 277 69 24

- Informationen über die 18 Areale am besten über die Homepage

**Vereinigte Quartiervereine St.Gallen, [www.quartiervereinesg.ch](http://www.quartiervereinesg.ch)**

- Ihr Quartierverein nimmt die Interessen der Quartierbevölkerung wahr und fördert das Zusammenleben im Quartier, regelmässige Treffen und Aktivitäten

**Siehe auch** → Interkultureller Begegnungstag St.Gallen, [www.begegnungstag.ch](http://www.begegnungstag.ch)  
→ Villa YoYo St.Gallen (Leben, Lern- und Spielplatz für Kinder), [www.villayoyosg.ch](http://www.villayoyosg.ch)  
→ Offene Arbeit mit Kindern (Freizeitangebote für Kinder im Quartier), [www.kjf.stadt.sg.ch](http://www.kjf.stadt.sg.ch)

## Treffpunkte

### **Cafe International, [www.wirkraumkirche.ch](http://www.wirkraumkirche.ch)**

Offene Kirche St.Gallen, Böcklinstrasse 2, jeden Dienstag 15.00 – 18.00 Uhr

- Treffpunkt für Flüchtlinge und freiwillige Helferinnen und Helfer, Kontakt, Austausch und Angebotsbörse, Informations- und Bildungsangebote von St.GallerInnen

### **AMIGAS Interkulturelle Frauengruppe AMIGAS, [www.arge.ch](http://www.arge.ch)**

ARGE Integration Ostschweiz, Rorschacher Str.1, 9004 St.Gallen 071 228 33 99

- Treffpunkt für Frauen mit und ohne Migrationshintergrund, Austausch von Alltagsinformationen. Dienstag von 14.00 – 15.30 Uhr, Böcklinstrasse 2

### **Brache Lachen, [www.brachelachen.ch](http://www.brachelachen.ch)**

- Freiraum für Kinder und deren Familien, in dem gebaut und gegärtet wird. Ort der Begegnung für Menschen aus dem Quartier Lachen und Umgebung

→ **Treffpunkte in den Quartieren, eine Übersicht von Begegnungsorten der Quartierarbeit Stadt St.Gallen | [www.stadtsg.ch/treffpunkte](http://www.stadtsg.ch/treffpunkte)**

## Freiwilligenarbeit

### **benevol St.Gallen, [www.benevol-sg.ch](http://www.benevol-sg.ch)**

benevol St.Gallen, St.Leonhard-Strasse 45, 9000 St.Gallen, 071 227 07 60

- Beratung und Vermittlung von Angeboten in der Freiwilligenarbeit

### **SRK Schweizer Rotes Kreuz Kanton St.Gallen, [www.srk-sg.ch](http://www.srk-sg.ch)**

Marktplatz 24, 9000 St.Gallen, 071 227 99 66

- Freiwilligeneinsätze im Fahrdienst, Besuchs- und Begleitedienst, Jugendrotkreuz und Notdienst

## Kultur

### **Kulturbüro St.Gallen, [www.kulturbuero.ch/sg](http://www.kulturbuero.ch/sg)**

Blumenbergplatz 3, 9000 St.Gallen, 071 222 60 77

- Unkomplizierte Unterstützung für Kulturschaffende durch nützliche und erschwingliche Dienstleistungen zum Gestalten und Kopieren, dazu moderne Geräte im Bereich Bühne, Audio, Video und Grafik zum Ausleihen

### **Kulturförderung, [www.kultur.stadt.sg.ch](http://www.kultur.stadt.sg.ch)**

- städtische Ansprechstelle für Kulturschaffende, Kulturinstitutionen und Interessierte
- Kulturförderung, Unterstützungsbeiträge für lokale Kulturprojekte

### **Jugendkulturraum flon, [www.flon-sg.ch](http://www.flon-sg.ch)**

Jugendkulturraum flon, Davidstrasse 42, 9000 St.Gallen, 071 224 41 30

- Ort für Tanztrainings, Theaterproben und Atelier
- Veranstaltungen: Konzerte, Tanzaufführungen und mehr
- Arbeitsräume und Infrastruktur für kulturelle Aktivitäten

→ **Zeitbörse von Benevol: Geben und Nehmen – und alle gewinnen! Tauschbörse von freiwilligen Arbeitseinsätzen | [www.zeitboerse.ch](http://www.zeitboerse.ch)**

→ **Das Partizipationsreglement der Stadt St.Gallen macht Mitsprache ohne Stimm- und Wahlrecht möglich | [www.stadtsg.ch/partizipation](http://www.stadtsg.ch/partizipation)**

## Nachhaltigkeit, sich engagieren



Wo kann ich mich nachhaltig engagieren?  
Welche Veranstaltungen zeigen nachhaltige Projekte auf?  
Wo treffen sich Menschen für neue Ideen und gute Zwecke?

### **OstSinn: Plattform für Nachhaltigkeit, [www.ostsinn.ch](http://www.ostsinn.ch)**

Benevolpark, St.Leonhardstr. 45, 9000 St.Gallen, 071 558 82 64, [office@ostsinn.ch](mailto:office@ostsinn.ch)

- Für Menschen und Organisationen welche sich für eine nachhaltige Entwicklung der Ostschweiz einsetzen, Projektinitiation, Begleitung, Vernetzung

### **Benevolpark, professionelle Hilfe für Verein [www.benevolpark.ch](http://www.benevolpark.ch)**

benevolpark, St.Leonhard-Strasse 45, 9000 St.Gallen, 071 227 07 60

- Unterstützung in allen Bereichen der Vereinsadministration durch die passende Infrastruktur und professionelles Fachpersonal. Zur Entlastung der Freiwilligenarbeit im Verein oder der NGO

### **Verein RestEssBar, [www.restessbar.ch](http://www.restessbar.ch)**

Standort: Lindenstrasse 57, 9000 St.Gallen, [stgallen@restessbar.ch](mailto:stgallen@restessbar.ch)

- Gegen «Food waist!», Einsammeln und vertreiben von einwandfreien Lebensmitteln (Restesswaren direkt aus Geschäften). Zum mitmachen und mithelfen

### **Erzählkaffee, [www.facebook.com/Erzaehlcafe.St.Gallen](https://www.facebook.com/Erzaehlcafe.St.Gallen)**

Kontakt: [rhea.r.braun@gmail.com](mailto:rhea.r.braun@gmail.com)

- Mit thematisch geführten Erzählkaffeés im Quartier oder in Organisationen neue Beziehungen und Netzwerke entwickeln und Ressourcen erkennen

### **Share-Markt St.Gallen, [www.stadtsg.ch/sharegallen](http://www.stadtsg.ch/sharegallen)**

- Umwelt und Energie, Vadianstrasse 6, 9001 St.Gallen, 071 224 56 76  
«teilen und erleben statt besitzen» Durchführung von regelmässigen «Share Märkten», als Plattform für nachhaltige Organisation und interessierte Menschen.

### **Denkbar, [www.denkbar-sg.ch](http://www.denkbar-sg.ch)**

Gallusstrasse 11, 9000 St.Gallen, 079 634 07 10, [kultur@denkbar-sg.ch](mailto:kultur@denkbar-sg.ch)

- Das Restaurant für Denkanstösse, für Gemeinsinn und Kulturvielfalt, auf der Basis von Dialog für gesellschaftspolitische Entwicklung

### **repaircafé, [www.repair-cafe.ch](http://www.repair-cafe.ch)**

Tschudistrasse 21, 9000 St.Gallen, [info@repaircafe.sg](mailto:info@repaircafe.sg)

- Reparieren statt wegwerfen! Defekte Dinge gemeinsam mit Reparaturprofis reparieren. Kostenlos etwas gegen den Abfallberg unternehmen und nebenbei interessante Menschen kennen lernen

- **Das «Fest der Kulturen» in der Stadt St.Gallen | [www.begegnungstag.ch](http://www.begegnungstag.ch)**
- **Sozial und Umweltforum (SUFO) gemeinsam in die Zukunft! | [www.sufo.ch](http://www.sufo.ch)**
- **Beiträge für gemeinnützige Projekte | [www.gesellschaftsfragen.stadt.sg.ch](http://www.gesellschaftsfragen.stadt.sg.ch)**
- **[www.weltraum.sg](http://www.weltraum.sg): Coworkingspace und Kulturaum für neue Ideen**



Wie und wo finde ich den richtigen Deutschkurse?  
Welcher Deutschkurs ist der richtige für mich?  
Wer kann mir bei Übersetzungen helfen?

### **Sprachschulen in der Stadt St.Gallen**

- Aida–Die Schule für fremdsprachige Frauen | [www.aidasg.ch](http://www.aidasg.ch) | 071 223 30 58
- ARGE Integration Ostschweiz-BILANG | [www.arge.ch](http://www.arge.ch) | 071 228 33 99
- Bénédicte Schule | [www.benedict.ch](http://www.benedict.ch) | 071 226 55 55
- HDS Handels- und Dolmetscherschule | [www.hds.ch](http://www.hds.ch) | 071 245 30 35
- Klubschule Migros St.Gallen | [www.klubschule.ch](http://www.klubschule.ch) | 058 568 44 44

### **Aida – Die Schule für fremdsprachige Frauen, [www.aidasg.ch](http://www.aidasg.ch)**

Merkurstrasse 2, 9000 St.Gallen, 071 223 30 58, [info@aidasg.ch](mailto:info@aidasg.ch)

- Alphabetisierung, Integrations-Deutschkurse, alle Sprachniveaus und telc-Prüfungszentrum
- SpiKi-Spielgruppen und Kinderkurse
- Deutschkurs «Meine Stadt» – das gesellschaftliche, soziale und kulturelle Leben in St.Gallen besser kennen lernen

### **Deutsch für Mütter, [www.stadtsg.ch/deutsch-für-mütter](http://www.stadtsg.ch/deutsch-für-mütter)**

Madlon Krüsi-Studer, [madlon.kruesi@stadt.sg.ch](mailto:madlon.kruesi@stadt.sg.ch), 076 344 25 47, 071 244 25 47

- Deutschkurse mit Kinderbetreuung für Frauen und Mütter
- Interkultureller Austausch und Informationen zum schweizerischen Alltag
- Abendkurse in den Schulhäusern Heimat und Feldli

### **Integra – Bildung für alle, [www.integra-sg.ch](http://www.integra-sg.ch)**

Tschudiwiesstrasse 21, 9000 St.Gallen, 071 220 17 45

- Deutschkurse, Schweizerdeutschkurse und ein breites Bildungsangebot für Menschen mit geringen finanziellen Mitteln, ehrenamtliche Lehrpersonen.

### **BILANG – Deutschkurse und Weiterbildungen, [www.arge.ch](http://www.arge.ch)**

ARGE Integration Ostschweiz, Rorschacher Strasse 1, 9004 St.Gallen, 071 228 33 99

- Deutsch- und Integrationskurse, Staatskundenkurse und –tests für die Einbürgerung, Weiterbildungen für interkulturelle DolmetscherInnen

### **Eine Runde Deutsch: Deutsch- Konversationskurs, [www.bibliosg.ch](http://www.bibliosg.ch)**

Bibliothek Hauptpost, Gutenbergstr. 2, 9000 St.Gallen, 058 229 09 90

- Deutsch-Konversation, Gesprächsgruppen, Reden über Alltagsthemen. Dienstag ab 18 Uhr, Einstieg jederzeit möglich ab Niveau A2, die Teilnahme ist kostenlos.

### **verdi–interkulturelles Dolmetschen in der Ostschweiz, [www.verdi-ost.ch](http://www.verdi-ost.ch)**

ARGE Integration Ostschweiz, Rorschacher Strasse 1, 9004 St.Gallen, 0848 28 33 99

- Vermittlung von interkulturellen DolmetscherInnen und schriftliche Übersetzungen

**Café International, Deutsch- und Konversationskurs, [www.wirkraumkirche.ch](http://www.wirkraumkirche.ch)**

Böcklinstrasse 2, 9000 St.Gallen, jeden Montag ab 16.00 - 17.30 Uhr

- Für Anfänger und Fortgeschrittene (mit Kinderbetreuung)

**HSK Heimatsprachlicher Unterricht, <https://kanton.sg/hsk-unterricht>**

Amt für Volksschule, Davidstrasse 31, 9001 St.Gallen, 058 229 32 84

- Übersicht und Stundenplan der verschiedenen HSK Schulen
- Rahmenlehrplan und kostenloser Sprachunterricht für HSK Lehrpersonen

**LIBRA FORUM Interkulturelle Bibliothek, [www.stadtsg.ch/libra-forum](http://www.stadtsg.ch/libra-forum)**

Bibliothek Hauptpost, Gutenbergstrasse 2, 058 229 09 90

- Konversationskurse in der Stadtbibliothek, jeden Dienstagabend
- Deutsch-Lernen: Lehrmittel, Sprachbücher
- Geschichten–Erzählstunden in Muttersprache für Kinder
- Mehrsprachige Bibliothek

→ **Vergünstigte Deutschkurse | [www.deutschkurse.sg.ch](http://www.deutschkurse.sg.ch)**

→ **Mehrsprachige Informationen zum Leben in der Schweiz | [www.migraweb.ch](http://www.migraweb.ch)**

**Siehe auch**

- Telefonische Übersetzungsdienste im Gesundheitsbereich 0842 442 442
- ARGE Informationsstelle in 15 Sprachen, [www.arge.ch](http://www.arge.ch)

## Integration



Welche Integrationsangebote gibt es in der Stadt St.Gallen?  
Wer hilft mir bei Fragen rund um das Thema Integration?  
Wo erhalte ich Informationen zum Leben in St.Gallen?

### **Integrationsstelle Stadt St.Gallen, [www.integration.stadt.sg.ch](http://www.integration.stadt.sg.ch)**

Gesellschaftsfragen, Amtshaus, Neugasse 3, 9004 St.Gallen, 071 224 56 99

- Anlaufstelle bei Integrationsfragen / Koordinationsstelle für Deutschkursangebote
- Unterstützung von Projekten zur Förderung des interkulturellen Zusammenlebens und der Integration
- Elternbildung und Elterninformationen: Übersicht und mehrsprachige Informationen zu Erziehungshilfen und Frühen Förderung im Kanton St.Gallen <https://bit.ly/31MkVNA>

### **ARGE Integration Ostschweiz, [www.arge.ch](http://www.arge.ch)**

Rorschacher Strasse 1, 9004 St.Gallen, 071 228 33 99

- Informationen in Muttersprache zum Alltag in der Schweiz, Beratung bei Behördenbriefen
- verdi – Interkulturelles Übersetzen in der Ostschweiz, [www.verdi-ost.ch](http://www.verdi-ost.ch)
- AMIGAS Internationale Frauengruppe, Treffpunkt, Lernangebote

### **Regionale Fachstelle Integration, 071 228 33 93, <https://kanton.sg/integration-region>**

Rorschacher Strasse 1, 9004 St.Gallen, 071 228 33 99

- Information und Projektberatung, Öffentlichkeitsarbeit, Vernetzung

### **Cafe International, [www.wirkraumkirche.ch](http://www.wirkraumkirche.ch)**

Offene Kirche St.Gallen, Böcklinstrasse 2, jeden Dienstag 15:00 bis 18:00 Uhr

- Treffpunkt für Flüchtlinge und freiwillige Helferinnen und Helfer, Kontakt, Austausch und Angebotsbörse, Informations- und Bildungsangebote von St.GallerInnen

### **Solidaritätshaus St.Gallen, [www.solihaus.ch](http://www.solihaus.ch)**

Fidesstrasse 1, 9000 St.Gallen, 071 244 68 10

- Offenes Haus für Flüchtlinge, MigrantInnen und Einheimische mit Beratungsangeboten
- Kurs- und Weiterbildungsangebot sowie Hausaufgabenhilfe
- Mittagstisch für Flüchtlinge, MigrantInnen und Einheimische

### **Caritas Regionalstelle St.Gallen-Appenzell, [www.caritas-stgallen.ch](http://www.caritas-stgallen.ch)**

Langgasse 13, 9008 St.Gallen, 071 577 50 10

- FemmesTISCHE: Elternbildungsprogramm mit Migrantinnen
- Patenschaftsprojekt «mit mir»: Freiwillige engagieren sich als Paten

### **CaBi Antirassismus-Treff, [www.cabi-sg.ch](http://www.cabi-sg.ch)**

Linsebühlstrasse 47, 9000 St.Gallen

- Informationsveranstaltungen und Öffentlichkeitsarbeit
- «Küche für Alle», Essen aus der ganzen Welt, jeden Freitag ab 19.00 Uhr

### **AKIN Sport verbindet und integriert, [www.akin-sg.ch](http://www.akin-sg.ch)**

Kontakt: Nadja Zwyzsig, [info@akin-sg.ch](mailto:info@akin-sg.ch), [www.facebook.com/akinstgallen](https://www.facebook.com/akinstgallen)

- Soziale Integration durch Sport, Taekwondo, Boxen, gemeinsames Lauftraining

### **Näh-Café, Ökumenisches Gemeindezentrum Halden**

Oberhaldenstrasse 25, 9016 St.Gallen, 071 288 38 34

- Für Flüchtlinge, MigrantInnen, Quartierbewohner und alle an Handarbeiten Interessierte mit oder ohne Vorkenntnisse
- jeden Donnerstag ab 14.00 Uhr, ausser in den Schulferien

### **HEKS - Hilfswerk der Evangelischen Kirchen Schweiz**

[www.heks.ch/heks-regionalstelle-ostschweiz](http://www.heks.ch/heks-regionalstelle-ostschweiz)

Tellstrasse 4, 9001 St.Gallen, 071 410 16 84

- Rechtsberatungsstelle für Asylsuchende, 071 222 22 79
- Beratungsstelle gegen Rassismus und Diskriminierung, 071 544 93 85
- Neue Gärten Ostschweiz, Integrations-, Gärtner-, Bildungsprojekt
- AltuM, Beratung und Freizeitangebote für ältere MigrantInnen
- Visite, sinnvolle Teilzeiteinsätze im Rahmen der Sozialhilfe
- MosaiQ Beratungsstelle zur Arbeitsintegration für Qualifizierte MigrantInnen

### **Stimme der Migrantenvereine des Kantons St.Gallen, [www.stimme-sg.ch](http://www.stimme-sg.ch)**

Postfach 2003, 9001 St.Gallen

- Vereinigung der Migrantenvereine in Stadt und Kanton St.Gallen
- nimmt Interessen der ausländischen Bevölkerung wahr

### **Schreibstube, ökumenische Gemeinde Halden**

Oberhaldenstrasse 25, 9016 St.Gallen, 071 224 07 10, [pfarramt.halden@kathsg.ch](mailto:pfarramt.halden@kathsg.ch)

- Haben Sie Mühe beim Verfassen von amtlichen Dokumenten? Wir unterstützen Sie gerne beim Verfassen von Briefen, Bewerbungen, Gesuchen, beim ausfüllen von Formularen auf Deutsch usw.

### **Einbürgerungs- und Staatskurse, [www.arge.ch](http://www.arge.ch)**

ARGE-Bilang, 071 228 33 99, [sekretariat@integration-sg.ch](mailto:sekretariat@integration-sg.ch)

- 6 Kursmodule am Mittwoch- oder Donnerstagabend 19.00 - 21.30 Uhr

- Siehe auch**
- Solidaritätsnetz Ostschweiz (für Menschen, die Nothilfe erhalten), [www.solidaritaetsnetz.ch](http://www.solidaritaetsnetz.ch)
  - Interkulturelle Bibliothek Libra Forum in der Stadtbibliothek, [www.stadtsq.ch/libra-forum](http://www.stadtsq.ch/libra-forum)
  - Binationale Paar/Beziehungsberatung der Familienberatung, <https://bit.ly/39vvoxX>
  - Interkultureller Begegnungstag St.Gallen, [www.begegnungstag.ch](http://www.begegnungstag.ch)
  - Verein Latzhose, Inklusion mit kulturellen Treffen und Freizeitgestaltung [www.vereinlathose.ch](http://www.vereinlathose.ch)

- **Projektbeiträge für gemeinnützige Projekte | [www.integration.stadt.sg.ch](http://www.integration.stadt.sg.ch)**
- **kostenlose Integrations- Sprach- Bildungs- und Begegnungsangebote für Menschen mit Fluchtgeschichte von Freiwilligen | [www.ankommen-sg.ch](http://www.ankommen-sg.ch)**
- **Das Partizipationsreglement der Stadt St.Gallen macht Mitsprache ohne Stimm- und Wahlrecht möglich | [www.stadtsq.ch/partizipation](http://www.stadtsq.ch/partizipation)**

## Wichtige Telefonnummern

### Notfallnummern

Notruf 144

Polizei 117

Feuerwehr 118

Rega Rettungshelikopter 1414

Pannenhilfe / Strassenhilfe 140

Dargebotene Hand / Sorgentelefon 143

Telefonhilfe für Kinder und Jugendliche 147

Telefon-Störungsdienst 175

Toxikologisches Informationszentrum/Vergiftungsnotfälle 145  
(044 251 51 51)

### Notfalldienste und Beratungsstellen

Hausärztlicher Notfalldienst 0900 144 144

Kantonsspital St.Gallen 071 494 11 11

24-H Notfallaufnahme Klinik Stephanshorn 071 282 74 74

Ostschweizer Kinderspital 071 243 71 11

Kindernotfallpraxis 0900 144 100 (1.92 CHF/Min. ab Festnetz)

Kinderarztthaus, [www.kinderarztthaus.ch](http://www.kinderarztthaus.ch), 071 226 86 66

Rechtsberatungsstelle für Asylsuchende 071 222 22 79

Drogenberatung 071 245 05 45

Krisenintervention St.Gallen Psychiatriezentrum (24h) 071 914 44 44

Opferhilfe 071 227 11 00

Hotline für Eltern mit Kindern im Alter von 0 bis 6 Jahren 071 243 78 78

Kinder und Jugendnotruf, [www.kjn.ch](http://www.kjn.ch), 071 243 77 77

Kinder- und Jugendpsychiatrische Dienste (ausserhalb Bürozeiten) 071 243 45 45

Soforthilfe für vergewaltigte Frauen und Jugendliche 079 698 95 02

Frauenhaus St.Gallen 071 250 03 45,

NUK Notunterkunft für Kinder und Jugendliche, 071 525 00 05

Spitex St.Gallen 071 277 66 77

### Technische Betriebe, Versorgung

St.Galler Stadtwerke – Störungsmeldungen

Elektrizität und Fernwärme 0848 747 901

Gas und Wasser 0848 747 902

Herausgeber, Kontakt:

### Stadt St. Gallen

#### Gesellschaftsfragen


Amtshaus / Neugasse 1–3

CH-9004 St.Gallen

Telefon +41 71 224 54 41

[gesellschaftsfragen@stadt.sg.ch](mailto:gesellschaftsfragen@stadt.sg.ch)

[www.gesellschaftsfragen.stadt.sg.ch](http://www.gesellschaftsfragen.stadt.sg.ch)



CORONA...  
mehrsprachige  
Informationen  
und Angebote  
für Hilfesuchende  
Stadt St.Gallen  
[www.ankommen-sg.ch/corona](http://www.ankommen-sg.ch/corona)  
oder HelpLine vom BAG  
**058 463 00 00**  
(6 bis 23 Uhr)

