



Gymnasium  
sprachlich  
musisch  
mathematisch-  
naturwissenschaftlich

Kantonsschule Stadelhofen  
Schanzengasse 17  
8001 Zürich  
Telefon 044 268 36 60  
sekretariat@ksstadelhofen.ch  
www.ksstadelhofen.ch

# Beratung für Schülerinnen und Schüler

August 2025

## **Liebe Schülerinnen und Schüler**

Es ist uns ein Anliegen, dass es Ihnen gut geht, Sie unsere Schule gerne besuchen und gesund bleiben. Sprechen Sie bei Schwierigkeiten mit dem Lernen oder auch ganz persönlichen Problemen frühzeitig mit anderen. Das können Ihre Kolleg/-innen, Lehrpersonen oder Eltern/Erziehungsberechtigte sein.

Die Schule bietet Ihnen ausserdem diverse Beratungsangebote an: Studien- und Laufbahnberatung, psychologische Beratung und die Schulsozialarbeit vor Ort. Ausführliche Information dazu finden Sie weiter unten.

**Sie finden alle Informationen aus dieser Broschüre sowie weitere Links zu Beratungsstellen auf unserer Webseite unter Angebot > Beratung: [www.ksstadelhofen.ch](http://www.ksstadelhofen.ch)**

Wir wünschen Ihnen eine erfolgreiche Schulzeit bei uns!

## **Kommission für Gesundheit, Prävention und Beratung**

Die Kommission organisiert Veranstaltungen zu aktuellen gesundheitlichen Themen: Rauschtrinken, Ernährung, (Bildschirm-) Medienkompetenz, Liebe Beziehung Sexualität, Entspannung und Stressbewältigung.

Die Mitglieder der Kommission sind Ansprechpartner/-innen und helfen Ihnen, Beratungswege zu suchen und zu koordinieren:

Patricia Brändle (Präsidentin)  
Fabian Bächli (Suchtprävention Zürich)  
Sandra Gächter  
Dieter Hool  
Villő Huszai  
Christoph Irniger

Dylan Lorenz  
Silvan Mani  
Marisa Mazzarelli  
Laura Sanchez  
Stefanie Plutschow (Schulsozialarbeit)  
Joanna Anders (Prorektorin)

## **Beratungen an der Schule**

Unser Beratungsteam an der Schule unterstützt Sie bei sozialen Problemen in der Klasse oder Familie, bei Konflikten, persönlichen Anliegen, in Krisensituationen (Liebeskummer, depressive Verstimmung) sowie bei Suchtproblemen (Anorexie, Substanzkonsum) oder schulischen Schwierigkeiten (Prüfungsangst, Leistungsdruck, Lernschwierigkeiten).

Vertraulich, unkompliziert und kostenlos finden Sie ein offenes Ohr und Zeit für alle Ihre Anliegen. Ohne Ihr Wissen werden keine Informationen an andere Personen weitergegeben (Ausnahme: Selbst- oder Fremdgefährdung).

Eltern dürfen die Beratungsangebote ebenfalls nutzen.

Schulsozialarbeit Kantonsschule Stadelhofen

**Frau Stefanie Plutschow**, MSc Soziale Arbeit

Anwesenheit: Montag bis Mittwoch

Büro Zi 27A (Hauptgebäude, 2. Stock)

Spontan vorbeigehen oder mit Voranmeldung per E-Mail  
(in Notfällen auch während des Unterrichts)

[stefanie.plutschow@ksstadelhofen.ch](mailto:stefanie.plutschow@ksstadelhofen.ch)

Telefon 044 268 36 86 (intern 3686) oder 079 912 95 25 (auch SMS)

Psychologische Beratung

**Herr Norbert Hänsli**, lic. phil., eidg. anerk. Psychotherapeut FSP

Anwesenheit vor: Mittwoch, 12.15–13.15 Uhr, Zi 27 (Hauptgebäude, 2. Stock)

Spontan vorbeigehen oder mit Voranmeldung.

Zusätzlich kann via E-Mail oder SMS eine Beratungsstunde ausserhalb der Anwesenheit vereinbart werden.

Praxis (zwei Gehminuten von der Schule entfernt):

Norbert Hänsli, Psychologische Beratung und Psychotherapie

Seefeldstrasse 14

8008 Zürich

[norbert.haensli@ksstadelhofen.ch](mailto:norbert.haensli@ksstadelhofen.ch) / Tel.: 076 345 09 12 (auch SMS)

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

## **Psychische Notfälle**

Wenn Sie sich aufgrund von psychischen Problemen in einer Krise befinden und nicht mehr wissen, wie es weitergehen soll, liegt ein Notfall vor. In Notsituationen können Sie sich 365 Tage im Jahr rund um die Uhr an die Psychiatrische Universitätsklinik Zürich (PUK) wenden.

Notfall PUK Jugendliche (oder Eltern) Telefon +41 58 384 66 66

Notfall PUK Erwachsene (ab 18 Jahren) Telefon +41 58 384 20 00

Psychiatrische Universitätsklinik Zürich

Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie

Krisen-, Abklärungs-, Notfall- und Triagezentrum KANT

Neumünsterallee 3

8032 Zürich

## Studien- und Laufbahnberatung

Für unsere Schule ist **Frau Anna Moser**, Studien- und Laufbahnberatung des biz Oerlikon (Amt für Jugend und Berufsberatung AJB) zuständig.

Frau Moser bietet für alle Schülerinnen und Schüler persönliche Beratungen direkt an der Schule an:

- jeweils am Donnerstag, 12.20–16.45 Uhr (auf Voranmeldung)
- in der KS Hohe Promenade, Zimmer 026 (Erdgeschoss)
- Anmeldung für eine Beratung: [www.studienwahl.zh.ch/beratung](http://www.studienwahl.zh.ch/beratung)

Der Besuch der Sprechstunden ist kostenlos und vertraulich.

Längere Beratungen können auch an einem anderen Termin bei der biz Oerlikon Studien- und Laufbahnberatung stattfinden. Die Beratungen unterstehen der Schweigepflicht und sind für Personen unter 20 Jahren kostenlos.

Für die vierten Klassen finden im biz Oerlikon Klassengespräche zur Studien- und Berufsberatung statt.

Selbstverständlich stehen Ihnen auch die anderen Dienste der Studien- und Laufbahnberatung zur Verfügung (<http://www.studienwahl.zh.ch>). Sie finden in der Infothek an der Dörflistrasse 120 ein vielfältiges Informationsangebot zur Studien- und Berufswahl: Bücher und Informationsmappen, Broschüren über Ausbildungsgänge sowie Studienführer. Die Bibliothekarin ist Ihnen gerne behilflich (Infothek Montag geschlossen).

Biz Oerlikon Studien- und Laufbahnberatung  
Dörflistrasse 120, 8050 Zürich (beim Bahnhof Oerlikon)  
Tel.: 043 259 97 00  
Öffnungszeiten Sekretariat:  
Montag–Freitag: 08.00–12.00 Uhr und 13.30–17.00 Uhr

## Schulärztin

Unsere Schulärztin **Frau Dr. med. P. Vetter-Schilliger** berät Sie in medizinischen Fragen. Auf Wunsch kann auch ein Termin mit **Herrn Dr. med. R. Semadeni** von der Praxisgemeinschaft vereinbart werden.

Die Erstkonsultation ist kostenlos.

Frau Dr. Patrizia Vetter-Schilliger, Dr. med., FMH für allg. Medizin  
Praxisgemeinschaft am Schaffhauserplatz  
Schaffhauserstrasse 74  
8057 Zürich  
Tel.: 044 361 90 00  
[praxisgemeinschaft-am-schaffhauserplatz@hin.ch](mailto:praxisgemeinschaft-am-schaffhauserplatz@hin.ch)