Das Beratungszentrum Soziales in Ihrer Region

Chur Plessur Imboden
Grabenstrasse 8, 7001 Chur
+41 81 257 26 67
beratung.chur@soa.gr.ch

Landquart Prättigau
Bahnhofplatz 3B, 7302 Landquart
+41 81 257 66 23
beratung.landquart@soa.gr.ch

Albula Viamala
Untere Gasse 1, 7430 Thusis
+41 81 257 52 75
beratung.thusis@soa.gr.ch

Surselva
Bahnhofstrasse 31, 7130 Ilanz/Glion
+41 81 257 62 30
beratung.surselva@soa.gr.ch

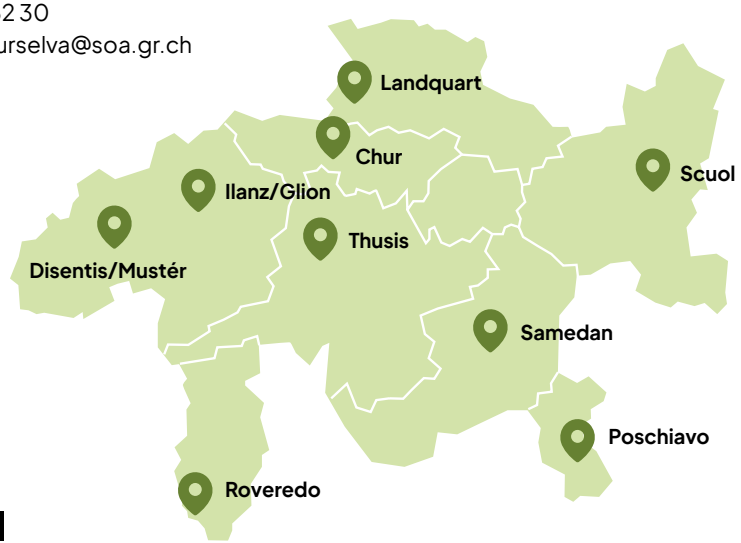
Via Sursilvana 25, 7180 Disentis/Mustér
+41 81 257 62 30
beratung.surselva@soa.gr.ch

Moesa
Al Giardinètt 2, 6535 Roveredo
+41 81 257 65 70
beratung.roveredo@soa.gr.ch

Bernina
Via da Spultri 44, 7742 Poschiavo
+41 81 257 49 11
beratung.bernina@soa.gr.ch

Maloja – Region
A l'En 1a, 7503 Samedan
+41 81 257 49 10
beratung.samedan@soa.gr.ch

Engiadina Bassa/Val Müstair
Stradun 127, 7550 Scuol
+41 81 257 64 32
beratung.scuol@soa.gr.ch



Melden Sie sich.
www.gr.ch/beratung-soziales

Nächste Schritte.
Neue Perspektiven.
Gute Beratung.

Wir hören zu, unterstützen
und finden gemeinsam Lösungen.

Beratungszentrum Soziales
Center da cussegliaziun sociala
Centro di consulenza sociale

Eine Dienstleistung des
Kantons Graubünden

Unsere Beratungen

Wir informieren und beraten Menschen in schwierigen Lebenssituationen sowie Angehörige, die sich Sorgen machen. Unsere Fachpersonen in den Beratungszentren Soziales sind in allen Regionen des Kantons präsent – nah bei den Menschen, die uns brauchen. Durch unser Netzwerk können wir zudem spezialisierte Fachstellen vermitteln.

Wir beraten Sie vertraulich und kostenlos. Melden Sie sich bei uns. Gemeinsam finden wir die beste Lösung.

Unterstützung, wenn das Leben aus dem Takt gerät.

Schulden, Jobverlust, Stress in der Familie. Manchmal kommt vieles auf einmal. Sie müssen diesen Weg nicht alleine gehen. Wir hören zu, beraten und finden gemeinsam Lösungen.

Finanzielle Unterstützung
Sorgen um Geld kosten Kraft. Wenn Sie in eine finanzielle Notlage geraten, profitieren Sie von einer frühzeitigen Beratung. Wir schauen gemeinsam, wo Sie stehen, und planen die nächsten Schritte. Wir klären auch, welche Unterstützung Ihnen zusteht: zum Beispiel Ergänzungsleistungen, Prämienverbilligung oder Bevorschussung von Alimenten. Wenn Sie Anspruch auf finanzielle Sozialhilfe haben, unterstützen wir Sie beim Antrag an die zuständige Gemeinde.

Budget- und Schuldenberatung
Schulden oder ein unübersichtliches Budget belasten den Alltag. Wir erstellen mit Ihnen ein realistisches Budget, zeigen konkrete Wege aus der Verschuldung, vermitteln Fachpersonen und begleiten Sie bei der Umsetzung. Schritt für Schritt.

Wohnen und Obdach
Probleme mit der Wohnsituation können schnell existenziell werden. Wir beraten und unterstützen Sie bei drohendem Wohnungsverlust. Wir vermitteln bei Konflikten mit der Vermietung und helfen Ihnen bei der Suche nach einer Notunterkunft.

Arbeit und berufliche Integration
Eine Arbeit zu haben, gibt Halt und Unabhängigkeit. Wir unterstützen Sie auf dem Weg zurück in die Arbeitswelt. Wenn Sie Sozialhilfe beziehen, vermitteln wir Einsatzprogramme oder Praktika in einer Sozialfirma. Das hilft Ihnen, Ihre fachlichen und sozialen Fähigkeiten zu stärken und wieder Fuss zu fassen.

Sucht
Sucht verändert den Alltag. Wir beraten und begleiten Betroffene und Angehörige. Gemeinsam suchen wir nach Wegen aus der Sucht. Wir begleiten Sie von der ersten Information über die Therapievermittlung bis zur Nachbetreuung.

Flüchtlingsberatung
Wir unterstützen Flüchtlinge, Schutzbedürftige und vorläufig aufgenommene Personen. Unser Ziel ist die gesellschaftliche Integration: Orientierung im Alltag und Sprachförderung.

Jugendliche und junge Erwachsene
Zwischen 15 und 25 Jahren stellen sich viele Fragen gleichzeitig: Ausbildung, Arbeit, Finanzen und Beziehungen. Wir beraten junge Menschen offen zu schwierigen Situationen zuhause oder Schulden und informieren zu Stipendien.

Familie und Erziehung
Erziehungsfragen, Konflikte im Familienalltag oder belastende Lebensphasen können alle treffen. Wir begleiten Familien und unterstützen Eltern und Erziehungsverantwortliche dabei, gemeinsam tragfähige Lösungen zu finden.

Partnerschaft
Krisen und Konflikte in der Ehe oder Partnerschaft brauchen einen geschützten Rahmen. Wir beraten bei Paarkonflikten und begleiten bei Fragen rund um Trennung und Scheidung. Das Gespräch bleibt vertraulich und wertfrei.

Schwangerschaft
Eine Schwangerschaft wirft viele Fragen auf. Wir beraten zu Familienplanung und schwierigen Situationen in der Partnerschaft oder Schwangerschaft. Das Angebot richtet sich auch an junge Frauen unter 16 Jahren. Bei Bedarf vermitteln wir Fachpersonen.

Menschen mit Behinderung
Wir informieren Menschen mit Behinderung und ihre Angehörigen zu finanziellen, rechtlichen und sozialen Fragen. Bei Bedarf vermitteln wir Fachpersonen.

Alter
Im Alter stellen sich neue Fragen zu Finanzen, Recht, Wohnen oder Lebenskrisen. Wir vermitteln Ihnen Fachpersonen zu diesem dritten Lebensabschnitt – auch in Fragen zur Frühpensionierung.