

## Kein Land in Sicht



**Schwere Krisen, Suizidgedanken**

- ▶ **Telefonseelsorge: 142**  
(24-Stunden-Hotline)  
telefonseelsorge.at

bittelebe.at / psz.co.at / junginkrise.at  
Im Notfall die nächste Klinik oder  
internationaler Notruf **112**

## Jugendberatung

- ▶ **Verein EXIT –  
Jugendberatung Tulln**  
**0664 82938 75**  
exit@jugend-tulln.at  
exit.jugend-tulln.at

## Jugendberatung

- ▶ **Gemma! Mobile Jugendarbeit**  
Für Jugendliche zwischen 12 und 23 Jahren  
**0664 84723 99**  
**0660 91663 23**  
gemma@jugend-tulln.at  
gemma.jugend-tulln.at
- ▶ **GEH.BEAT, Mobile Jugendarbeit  
Klosterneuburg**  
Für Jugendliche zwischen 12 und 23 Jahren  
**0699 15502068**  
mobilejugendarbeit.klbg@projuventute.at  
projuventute.at
- ▶ **KIJA Kinder- und  
Jugendanwaltschaft NÖ**  
kija-noe.at

## Suchtprobleme

- ▶ **checkit! Beratung zu Abhängigkeit  
und Sucht**  
Online, telefonisch und persönlich  
**01 4000 53655**  
checkit@suchthilfe.at  
checkit.wien
- ▶ **PSZ Suchtberatung**  
**02266 66185 55**  
office@psz.co.at, sucht.psz.co.at  
Onlineberatung: onbe.psz.co.at
- ▶ **Zentrale Suchtberatung der Caritas**  
**0676 83 844 7575**  
suchtberatung@caritas-stpoelten.at  
caritas-stpoelten.at
- ▶ **Beratungsstellen Nö:**  
fachstelle.at/beratungsstellen

## Schlechte Gefühle?

Sprich darüber

- mit Deinen Eltern, den Großeltern
- mit Vertrauenslehrer\*innen,  
Schulsozialarbeiter\*innen,  
Schulpsycholog\*innen
- mit Deinen Kinder- und Jugend-  
ärzt\*innen oder Hausärzt\*innen

**Rat auf Draht 147** (24 Stunden-Hotline)  
rataufdraht.at

**Ö3 Kummernummer 116 123**  
(täglich 16:00 – 24:00 Uhr)  
oe3.orf.at/kummernummer

**Meine persönliche  
»Nummer gegen Kummer«**

## Wenn die Seele überläuft

Wo Du in  
**Tulln**  
Hilfe findest



Für Dich von

**IRRSINNIG | MENSCHLICH**

irrsinnig-menschlich.de

SOS



Rettung

144

Polizei

133

## Klinik & Ambulanz

- ▶ **Universitätsklinikum Tulln**  
Klinik & Ambulanz  
Für Kinder und Jugendliche vom  
1. bis 18. Lebensjahr  
02272 9004 13570  
kjpp@tulln.lknoe.at  
tulln.lknoe.at

## Eltern psychisch krank

- ▶ **KIPKE –**  
**Psychosoziale Zentren gGmbH**  
Beratung von Kindern psychisch kranker  
Eltern  
02266 66185 55  
office@psz.co.at  
kipke.psz.co.at

## Angst, Gewalt, Mißbrauch

- Kinder- und Jugendnotdienst**
- ▶ **Verein Lichtblick**  
Kinder-Notruf in Konflikt- und  
Krisensituationen  
0800 567 567 (24-Stunden Hotline)  
kindernotruf@kindernotruf.at  
verein-lichtblick.at

- Notrufe/-dienste für Opfer  
sexualisierter Gewalt**
- ▶ **die möwe – Wien**  
Hilfe bei körperlichen, seelischen und  
sexuellen Gewalterfahrungen  
01 532 15 15  
ksz-wien@die-moewe.at  
die-moewe.at

- Opfer von Straftaten**
- ▶ **Opfer-Notruf 0800 112 112**  
p.A. WEISSER RING  
Verbrechensopferhilfe  
01 712 14 05  
office@opfer-notruf.at  
opfer-notruf.at

- Betroffene rechtsextremer/rassistischer  
Gewalt**
- ▶ **ZARA Zivilcourage und  
Anti-Rassismus-Arbeit**  
Beratung und Meldestelle Rassismus &  
Hass im Netz  
01 929 13 99  
office@zara.or.at  
zara.or.at

## Vorsorge, Nachsorge

- ▶ **Kostenlose Psychotherapie**  
gesundausderkrise.at
- ▶ **Selbsthilfe-Programm  
für Jugendliche**  
Istokay.at

Wir kommen gern in Deine Klasse



**Psychosoziale Zentren gGmbH**  
Austraße 9, 2000 Stockerau  
02266 661 85  
office@psz.co.at  
psz.co.at



Mit Unterstützung des



Ein Präventionsprogramm von  
Irrsinnig Menschlich e.V. in  
Zusammenarbeit mit der  
Psychosozialen Zentren gGmbH und  
der Caritas St. Pölten.