

Kein Land in Sicht



Schwere Krisen, Suizidgedanken

- ▶ Kinder- und Jugendpsychiatrie
Landeskrankenhaus Rankweil
Notfallambulanz **05522 4030** (24 h)
- ▶ Rat auf Draht **147** (24 h)
- ▶ Kindernotruf kindernotruf.at
0800 567 567 (24 h)
- ▶ anker Jugendnotschlafstelle
0664 419 6666 (18–9 Uhr)

Eltern psychisch krank

- ▶ HPE – Hilfe für Angehörige
psychisch Erkrankter
Holzmeister-Gasse 2, 6900 Bregenz
0664 7805085
hpe.at

Jugendberatung

- ▶ Kinder- und Jugendanwaltschaft
05522 84 900
vorarlberg.kija.at
- ▶ Kinder- und Jugendhilfe
vorarlberg.at/-/kinder-und-jugendhilfe
- ▶ Ifs Kinder und Jugendberatung
05 1755 510
kinder.jugendberatung@ifs.at
- ▶ Ifs Mühlethor
05 1755 565
jugendberatung.muehlethor@ifs.at

Suchtprobleme

Alkohol, Drogen, Medien, Spielsucht

- ▶ Clean Beratungsstelle
clean.mariaebene.at
- ▶ Die Faehre
05572 23113 0
diefahre.at

Vorsorge und Nachsorge

Selbsthilfegruppen
0664 4349654
selbsthilfe-vorarlberg.at

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 h)

Telefonseelsorge **142** (24 h)

Ö3 Kummernummer **116 123** (16–24 h)

Meine persönliche
»Nummer gegen Kummer«

Wenn die Seele überläuft

Wo Du in
Vorarlberg
Hilfe findest



Für Dich von

IRRSINNIG  MENSCHLICH

irrsinnig-menschlich.de

SOS



Polizei 133

Ärztenotdienst 141

Rettung 144

Gesundheits-
hotline 1450

Vergiftungszentrale
01 406 43 43

Klinik & Ambulanz

▶ **Kinder- und Jugendpsychiatrie**
Landeskrankenhaus Rankweil
Valdunastraße 16, 6830 Rankweil

Notfallambulanz ist durchgehend besetzt
05522 4030

▶ **Vorarlberger Landesverband
für Psychotherapie**
05572 21463
psychotherapie@vlp.or.at
vlp.or.at

▶ **Sozialpsychiatrischer Dienst**
ab 18 Jahren spdi.at
SpDi **Bregenz** 050 411 690
SpDi **Bregenzerwald** 050 411 686
SpDi **Dornbirn** 050 411 685
SpDi **Feldkirch** 050 411 680
SpDi **Bludenz** 050 411 670

▶ **Anlaufstelle Jugend**
ab 14 Jahren promente-v.at/jugend

Anlaufstelle Jugend **Unterland**
05572 21274

Anlaufstelle Jugend **Oberland**
05525 63829

Angst, Gewalt, Missbrauch

▶ **Opfernotruf**
0800 112 112 (24 h)

▶ **Frauenhelpline**
0800 222 555 (24 h)
frauenhelpline.at

▶ **Gewaltschutzstelle des ifs**
05 1755 535
ifs.at/gewaltberatung

▶ **Kinderschutz des ifs**
05 1755 505
ifs.at/kinderschutz

▶ **Gewaltberatung des ifs**
05 1755 515
ifs.at/gewaltberatung

Wir kommen gern in Deine Klasse

pro mente v

SOZIALPSYCHIATRISCHE DIENSTE

Nadine Krobath, MA
pro mente Vorarlberg
Projektleitung
Mobil: 0664 88267892
verrueckt-na-und@promente-v.at



VERRÜCKT?
NA UND!
Ein Programm von
Irrsinnig Menschlich

Weitere Partner



HILFE FÜR ANGEHÖRIGE
PSYCHISCH ERKRANKTER
HPE VORARLBERG



omnibus
... für seelische Gesundheit