

## PERSÖNLICHE ANGABEN: *zum selber Ausfüllen*

Familienangehörige benachrichtigen

Im Notfall zu verständigen

Bestattung meiner Wahl

Krankenkasse- und Versicherungsnr

Notfall-Medikamente

Blutgruppe

Insulinpflichtig/Allergien

Hausarzt/ärztin

Pfarrre/Religion

Polizeidienststelle

Kanal-Notdienst

Schlüsseldienst

Notizen:

**BEI UNFALL:** Ruhe bewahren! Bergen aus Gefahrenzone. Sichern. Erste Hilfe. Melden:  
Was ist passiert? Wie viele Verletzte? Wo? Wann? Wer meldet? Wetter am Ort? Hilfe holen lassen.  
Bei Verletztem bleiben. Gott oder den Kosmos um Hilfe bitten. Atmen! Alles wird gut.

**Siehe, die Trauer:  
Sie ist der Trauernden einziger Trost.**

Jede Person trauert individuell anders, braucht Respekt, Angenommenwerden.  
Robert Hamerling wusste, daß es für Trauernde wichtig ist, sich Zeit für Gefühle,  
neue Identität und Heilung des Beziehungsnetzes zu nehmen.  
Vielleicht macht dich nichts so menschlich wie deine Trauer.  
Sie ist notwendige Phase für unsere Lebenswerte und gemeinsame Zukunft.

## WOLLEN SIE UNS UNTERSTÜTZEN?

Wir erheben keine Kostensätze, sondern finanzieren uns durch Spenden. Auch Sachspenden sind willkommen.

**Kontonummer des Vereins und der SHG für Mitgliedsbeiträge und Spenden:**

Steiermärkische Sparkasse, IBAN: AT982081500001051598, BIC: STSPAT2GXXX

Unsere Förderer:



NOTFALLKARTE 2014

# NOTFALLKARTE

Bei Gefährdung durch Suizidabsicht und bei allgemeinen Notfällen.  
Wir sprechen darüber: **Sich das Leben nehmen!**

**Beende dein Schweigen und nicht dein Leben!**

Prävention: Vorher z'amkommen! Bereit sein – Gefahr erkennen, Kontakt halten, Therapie vermitteln.  
Es gibt kein Leid, das nicht durch menschliche Nähe gemildert werden könnte.

**Verein Verwaiste Eltern Österreich wünscht Mut zum Leben:**  
[www.verwaisteeltern.at](http://www.verwaisteeltern.at)

## SEELISCHER NOTFALL:

### Suizidprävention

Gesellschaft zur Förderung seelischer Gesundheit	0316 93 17 57	Bürozeit
Psychosozialer Dienst Graz	0316 67 60 76	Bürozeit
Psychosozialer Dienst Hartberg	03332 66 2 66	Bürozeit
Psychosozialer Dienst Leibnitz	03452 72 6 47	Bürozeit
WEIL: Hilfe für Selbsttötungsgefährdete Jugendliche	0664 35 86 786	0-24 Uhr
TelefonSeelsorge	142	0-24 Uhr
Rat auf Draht	147	0-24 Uhr
L.S.F. Klinik: Kinder/Jugend-Psychiatrie	0316 21 91 2532	0-24 Uhr
Landesnervenkrankenh. Sigmund Freud: Psychiatrie	0316 21 91 2205	0-24 Uhr
Babyklappe oder Anonyme Geburt	0800 83 83 83	0-24 Uhr
Notfallpsychologischer Dienst Österreich	0699 188 554 00	0-24 Uhr
Heeres-Psychologischer Dienst	0810 20 01 04	0-24 Uhr
Tartaruga Jugendlichen-Zuflucht. Krisen	050 7900 3200	0-24 Uhr
Schlupfhaus Jugend-Notunterkunft	0316 48 29 59	Täglich 18-9 Uhr
Baby-Hotline Kinder-Klinik	0316 385 82 623	0-24 Uhr
KIT Krisen-Interventions-Team	130, 0316 877 77	0-24 Uhr
Trauer: Suizid-Hinterbliebene u. Verwaiste Eltern	0664 533 60 44	14-20 Uhr

## ALLGEMEINE NOTRUF EÖSTERREICH:

Euro Notruf	112	0-24 Uhr
Feuerwehr	122	0-24 Uhr
Polizei	133	0-24 Uhr
Polizei und Sicherheitsdirektion Stmk	0316 888-0	0-24 Uhr
Rettung und Rotkreuz	144	0-24 Uhr
Bergrettung u Alpinnotruf	140	0-24 Uhr
Landeswarnzentrale, Katastrophenschutz	130	0-24 Uhr
Ärzte-Notdienst	141	0-24 Uhr
Vergiftungszentrale Wien	01 406 43 43	0-24 Uhr
Vergiftungszentrale München	0049 891 92 40	0-24 Uhr

Air Ambulance Vienna	0664 34 05 698	0-24 Uhr
Ambulanzflugdienst Wien	01 616 01 21	0-24 Uhr
Ambulanzflugdienst Innsbruck	0512 224 22	0-24 Uhr
International. Flugrettungsdienst Austria	02732 700 07	0-24 Uhr
Christopherus Notarzt Hubschrauber	144	0-24 Uhr
Ärzteflugambulanz	01 401 44 0	0-24 Uhr
Österreichische Wasserrettung	0664 433 68 65	0-24 Uhr
Österreichische Höhlenrettung	140 oder 144	0-24 Uhr
Opfernotruf	0800 112 112	0-24 Uhr
Österreichische Rettungshundebrigade	01 288 98	0-24 Uhr
Landesverteidigung Warndienst	0316 877 29 09	0-24 Uhr
Geisterfahrer Warnung an Rundfunk geben	0800 600 601	0-24 Uhr
Gas-Gebrechen Behebungsdienst	128	0-24 Uhr
Zahnärztlicher Notdienst	0316 81 81 11	0-24 Uhr
Apothekennotdienst	1455	0-24 Uhr
Tier-Rettung Notruf	122	0-24 Uhr

#### KINDER UND JUGENDLICHE:

Hilfe für Kinder	OPFER-NOTRUF	0800 112 112	0-24 Uhr
Kinder-Hospiz: Auskunft St. Anna-Kinderspital Wien		01 401 700	0-24 Uhr
Verein Netz Kinderhospiz		01 786 34 12	0-24 Uhr
Hospiz: Mobiles Palliativteam, Stmk		0664 220 11 44	0-24 Uhr
Hospiz Verein Steiermark	mobil: 0664 311 80 13	0316 39 15 70	Bürozeit
Streetwork Kontakt-Laden Orpheum Suchterkrankte		0316 77 22 38	Bürozeit
Kinder u. Jugendanwaltschaft		0316 877 55 00	Bürozeit
Vermisste Kinder	www.vermisste-kinder.de	Notruf 116000	0-24 Uhr
Jugend-Streetwork Versorgung Kontakt Beratung		0316 81 05 91	nachmittags
Kinderschutzzentrum Graz		0316 83 19 41	Mo-Fr 10-13 Uhr
Kinderärzte – Notdienst Graz		0316 69 15 12	Wochenende
LOGO Sektenberatung		0676 866 30 227	0-24 Uhr

#### FRAUEN:

Schwangerschafts-Krise		0316 82 99 03	Bürozeit
Frauenhaus Graz Gewalt in Familie, Schutz Fr +Ki		0316 42 99 00	0-24 Uhr
VinziSchutz: Notschlafstelle Ausländ. Frauen		0676 87 42 31 14	18-7 Uhr
Haus Rosalie Graz: Frauen in Not, auch Schlafstelle		0316 58 58 06	0-24 Uhr
Tara: Hilfe nach sexueller Gewalt		0316 31 80 77	Bürozeit
Frauengesundheitszentrum Graz		0316 83 79 98	Bürozeit
Schwangerschafts-Krise Caritas		0316 80 15 400	Bürozeit

#### MÄNNER:

Männerberatung		0316 83 14 14	Bürozeit
VinziNest: Notschlafstelle für Ausländer in Graz		0316 58 58 02	17-7 Uhr
Arche 38, Caritas-Notschlafstelle-Männer		0316 80 15 730	20-8 Uhr

#### SENIORINNEN:

Pflegedienst – Notfall	0810 24 24 07	Ortstarif
Alzheimer Hotline	01 332 51 66	Bürozeit

#### ALLGEMEINE HILFE:

Sorgentelefon Kinder und Erwachsene	0800 20 14 40	Mo-Sa 13-19 Uhr	
Anonyme Alkoholiker u. Angehörige von Suchtkranken	0316 57 47 40	18-21 Uhr	
Gefahr durch Sucht, Drogen, Elternkreis Wien	0676 36 60 324	8-20 Uhr	
BAS: Suchtkranken-Beratung, Therapie	0316 82 11 99	Bürozeit	
Grüner Kreis: Suchtkranken-Beratung, Reha, Integration	0316 76 01 96	Mo-Do 12-18 Uhr	
Walk About Kainbach, Entgiftungsstation Drogen	0316 30 10 81 500	9-16 Uhr	
AIDS-Hilfe, HIV-Beratung	0316 81 50 50	Bürozeit	
Eßstörungen-Hotline	0800 20 11 20	10-12 Uhr	
Sozialarbeit Graz Krisendienst	Sonn/Feiertag, nachts	0316 872 58 58	0-24 Uhr
Gewaltschutzzentrum Opferschutz,-hilfe		0316 77 41 99	Werktag 8-22 Uhr
Kummer-Nummer Ö3		116 123	16-24 Uhr
Helpline SPÖ-Steiermark		0800 211 112	Bürozeit
Rechtsauskunft im Notfall u Verhaftung		0316 84 53 00	0-24 Uhr
Menschenrechtsverletzung. Gesundheitsz. Omega		0316 77 35 54 0	Mo-Fr 8-16 Uhr
Marien-Ambulanz für Nichtversicherte		0316 8015 361	Mo-Fr 12-14 Uhr
Fremdsprachennotdienst,	kostenpflichtig	0900 970 200	0-24 Uhr
VinziTel – Allgemeine Notschlafstelle		0316 58 58 05	0-24 Uhr
Arbeiter Samariter Bund		0316 26 21 44	0-24 Uhr
Krankentransport Rotes Kreuz		14844	0-24 Uhr
Bankomat Kartensperre		0800 204 880	0-24 Uhr
Bankomat Kartensperre aus Ausland		00431 20 48 80 0	0-24 Uhr
Pannendienst ARBÖ		123	0-24 Uhr
Pannendienst VCÖ		01 5250 3271	0-24 Uhr
Pannendienst ÖAMTC		120	0-24 Uhr
Taxi: Funk-Taxis Graz		0316 878, -2400, -222, 2801, -889	0-24 Uhr
Auskunft Telekom Österreich		11 88 77	0-24 Uhr

#### DEUTSCHLAND:

Neuhland Berlin Suizidprävention Jugendliche/Angehörige	0049 30 87 30 111	Bürozeit
Arche München Suizidprävention und nach Trauma	0049 89 33 40 41	Bürozeit
Arbeitskreis Leben Stuttgart Hilfe Selbsttötungsgefahr	0049 711 600 620	Bürozeit
AGUS Hinterbliebene nach Suizid D, Trauer	0049 921 150 03 80	Bürozeit
Trauertelefon BRD	0049 700 704 00 400	0-24 Uhr
Allgem. Telefonseelsorge: erreichbar nur von D aus	0800 111 0 111	0-24 Uhr

Notizen: