

GEWALTERFAHRUNG

- **Polizei: 133**
- **Gewaltschutzzentrum Steiermark**
Granatengasse 4/2. Stock, 8020 Graz
Tel: 0316 77 41 99 (in Notfällen bis 22 Uhr)
<http://www.gewaltschutzzentrum-steiermark.at/kontakt>
- **Frauenberatungsstelle TARA (sex. Gewalt)**
Haydngasse 7, Erdgeschoss, 1, 8010 Graz
Tel: 0316 31 80 77,
Mo, Fr: 8–12 Uhr; Mi, Do: 12–17 Uhr
<https://www.taraweb.at/>

LGBTQIA+

- **RosaLila PantherInnen**
Beratungszentrum feel free
Annenstraße 26, 8020 Graz
Tel: 0316 36 66 01
<https://www.homo.at/kontakt/>
- **Courage* Graz**
Plüddemanngasse 39, 8010 Graz
Beratung: Mo: 15–18 Uhr; Di–Do: 16–19 Uhr
Tel. Voranmeldung: Mo–Do: 9–15 Uhr
Tel: 0699 166 166 62
<https://www.courage-beratung.at/>

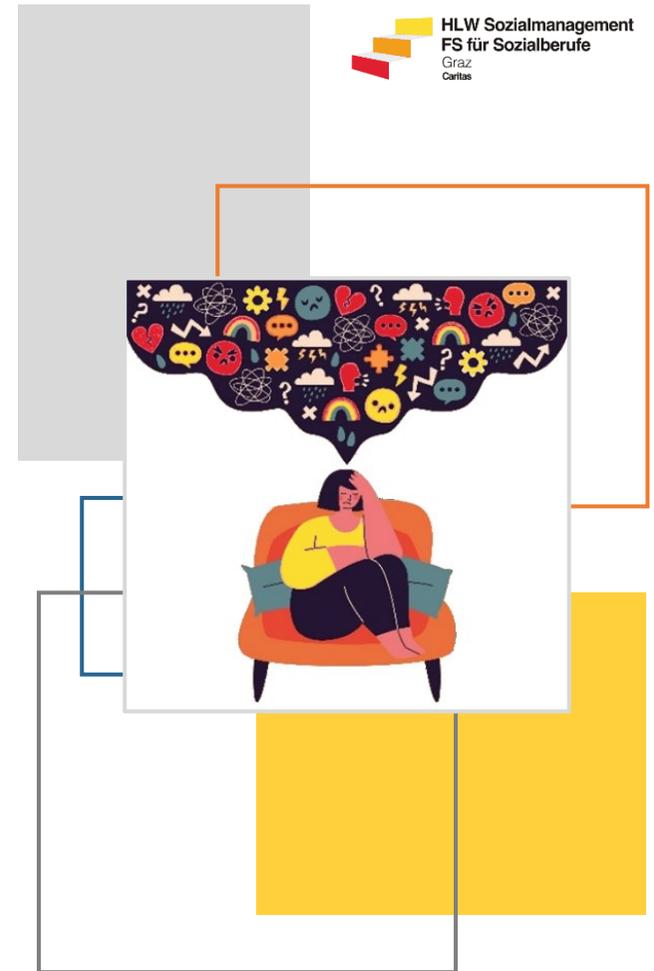


ESSSTÖRUNGEN

- **Hotline für Essstörungen der Wiener Gesundheitsförderung**
kostenlos - anonym - bundesweit
Tel: 0800 20 11 20, Mo–Do: 12–17 Uhr
- **LeLi Tageszentrum für Menschen mit Essstörungen**
Reininghauspark 7, 8020 Graz
Tel: +43 676 84 71 55 580,
Mo, Di, Do, Fr: 10–12 Uhr
<https://leli-tageszentrum.at/>
- **Frauengesundheitszentrum**
Joanneumring 3, 8010 Graz
Tel: 0316 83 79 98
<https://www.frauengesundheitszentrum.eu/>
- **NoTube GmbH**
Gesundheitsberatung in Graz
Lenaugasse 5, 8010 Graz
<https://www.notube.com/>

SUCHTPROBLEME

- **Vivid**
Zimmerplatzgasse 13/I, 8010 Graz
Tel: 0316 82 33 00 | <https://www.vivid.at/>
- **Anonyme Alkoholiker**
Mesnergasse 3, 8010 Graz
Tel: 0650 75 12 153, tägl. 9–19 Uhr
<https://www.anonyme-alkoholiker.at/steiermark>
- **Kontaktladen/Streetwork im Drogenbereich**
Orpheumgasse 8, 8020 Graz
Infos zum Journaldienst und Kontaktladen-Café der Caritas auf
www.caritas-steiermark.at/hilfe-angebote/menschen-in-not/suchthilfe/kontaktladen-streetwork-im-drogenbereich



HLW & FSB OK

Unterstützungsmöglichkeiten für Jugendliche in psychischen Krisen



AUFFANGNETZ AN DER HLW SOZIALMANAGEMENT

- **Jahgangsvorständ*innen (KV):**
1. Ansprechpersonen
- **Vertrauenslehrer:** DSA Jörg Pagger
joerg.pagger@hlw-caritas.st
Sprechstunde nach Vereinbarung
- **Sozialpädagogin:** Eva Martini, MA
eva.martini@fw-caritas.at
Sprechstunde nach Vereinbarung
- **Schulärztin:** Dr.ⁱⁿ Diana Asslaber
Sprechstunde:
Mo: 13:30–15:30 Uhr; Mi: 8–12 Uhr
- **Schüler*innenvertretung:**
Kontakt siehe Schulhomepage
<https://www.diesozialschule.at/ueber-uns/unser-team/schuelerinnen/schuelerinnenvertretung>
- **Schulpsychologischer Dienst | BD Stmk**
Kostenfreie fachpsychologische Beratung & Unterstützung bei schulischen und persönlichen Problemen
Krisenhotline: 0800 211 320
Mo–Fr: 8–20 Uhr und Sa: 8–12 Uhr

INFORMATION UND HILFE

In Österreich leiden 18,2 Prozent der 10-19-jährigen unter psychischen Problemen.*

Wenn es dir nicht gut geht, ist es wichtig, dass du dich informierst und dir Hilfe holst!

- **Rat auf Draht:** Tel. 147 und im Internet/Chat unter www.rataufdraht.at - kostenlose und anonyme Beratung rund um die Uhr
- **Telefonseelsorge:** Tel. 142, erreichbar 24/7 sowie gebührenfreie Chat- und Mailberatung
- **Ö3 Kummernummer:** Tel. 0800 600 607
Kostenfreie, professionelle Telefonberatung durch das Rote Kreuz, 16–24 Uhr
- **Gesund aus der Krise:** zentrale Anlaufstelle für Beratungs- und Behandlungsstellen für Kinder und Jugendliche bis 21 Jahre in Österreich.
Tel: 0800 800 122, Mo–Fr: 8–18 Uhr
<https://gesundausderkrise.at/>
- **www.istokay.at** Ein Online-Selbsthilfe-Programm der Donauuniversität Krems zur Verbesserung der psychischen Gesundheit von Jugendlichen.
- Einen Überblick zu allen **Hotlines** und **Beratungsangeboten** findest du auf www.gesundheit.gv.at



* UNICEF-Bericht (2021)

SELBSTGEFÄHRDUNG

- **Suizidprävention GO-ON**
Grieskai 52/2, 8020 Graz
Tel: 0676 847 886 200
<http://suizidpraevention-stmk.at/>
- **Psychosoziales Zentrum Graz-Ost**
Hasnerplatz 4, 8010 Graz
Tel: 0316 67 60 76
Mo–Do: 9–15 Uhr, Fr: 9–14 Uhr
<https://gfsg.at/beratung>

FAMILIÄRE KRISEN

- **if-Familienförderung**
Elisabethstraße 59, 8010 Graz
Tel: 0316 32 82 88
oder:
Nordberggasse 6, 8045 Graz
Tel. 0316 677 214
<https://www.familienfoerderung.at/>
- **Rainbows Steiermark**
Grabenstraße 88, 8010 Graz
Tel: 0316 67 87 83
Mo: 8–12:30; 14–16 Uhr; Di–Fr: 8–12:30 Uhr
<https://www.rainbows.at/steiermark/>

Ein Projekt der 5B und Mag.^a Tanja Lackner-Pavicic in Kooperation mit Mag.^a Andrea Mayr vom **Krisenteam** der HLW Sozialmanagement Graz | SJ 22/23