

DURCH DIE KRISE - ABER NICHT ALLEIN

HOL' DIR HILFE - DIE BERATUNGSSTELLEN
GU-NORD SIND FÜR DICH DA!

**ERKENNEN.
BERICHTEN.
AUFKLÄREN.**

**WER BIETET DIR SCHUTZ
UND UNTERSTÜTZUNG?**

Informationen zu Beratungsstellen
in Krisensituationen in GU-Nord
Stand November 2024



Kostenlose Beratung für Familien

Frühe Hilfen Graz und Graz-Umgebung

Beratung in der Schwangerschaft und nach der Geburt
Termine nach telefonischer Vereinbarung:
+43 676 845 278 888

Elterncafé und Elternberatung in Gratkorn

jeden Mittwoch von 09.00 - 11.30 Uhr (Kinder von 1-3 Jahren)
jeden Freitag von 09.00 - 12.00 Uhr (Kinder von 0-12 Monate)
Sozialarbeiter*innen sind vor Ort und unterstützen dich!
Haus im Park, Dr. Karl Renner Straße 17a, 8101 Gratkorn

Sozialarbeiterische Sprechstunde in Gratkorn

mit Nicole Lane (Sozialarbeiter*in BH-GU für Familien mit Kindern von 0-3 Jahren)
ab November 2024 jeden Montag von 08.00 - 09.30 Uhr und nach telefonischer Vereinbarung: +43 676 866 40 031
Haus im Park, Dr. Karl Renner Straße 17a, 8101 Gratkorn

Familien- und Sozialberatung in Gratwein

jeden Dienstag, Mittwoch und Donnerstag
Sozialarbeiter*innen sind vor Ort und unterstützen dich
von 09.00 - 17.00 Uhr und nach telefonischer Vereinbarung:
+43 676 866 30 222
Generationenhaus Gratwein
Hauptplatz 5, 8112 Gratwein-Strassengel

Kostenlose Beratung für Mädchen und Frauen

Verein Weitblick

kostenlose und anonyme Beratung für Mädchen und Frauen
regelmäßige Sprechstunden im Generationenhaus Gratwein
nach telefonischer Vereinbarung: +43 650 300 47 19

Kostenlose Beratung zur Existenzsicherung

Volkshilfe

Beratung und Unterstützung für Menschen in Notlagen
regelmäßige Sprechstunden im Generationenhaus Gratwein
nach telefonischer Vereinbarung: +43 676 870 83 15 05

Caritas Beratungsstelle zur Existenzsicherung

Beratung, Begleitung und Unterstützung für Menschen in finanziellen und sozialen Notlagen, regelmäßige Sprechstunden im Generationenhaus Gratwein
nach telefonischer Vereinbarung bei:
DSA Mag^a Helga Paul-Pock: +43 676 880 15 85 57

Kostenlose Beratung für Kinder und Jugendliche

kija (Kinder- und Jugendanwaltschaft) Steiermark,
+43 676 866 60 609
GFSG - Psychosoziale Beratungsstelle für Kinder und Jugendliche Graz/GU, +43 316 22 55 80
Rat auf Draht, Notruf 147

Kostenlose Beratung bei psychosozialen Problemen

Psychosoziale Beratungsstelle für Erwachsene Frohnleiten
Hauptplatz 27, 8130 Frohnleiten, +43 3126 42 25

Kostenlose Hotline bei psychosozialen Problemen

Hotline **PSYnot** 0800 44 99 33

Kostenlose Hotline und Onlinechats bei Gewalt an Mädchen und Frauen

Frauenhelpline gegen Gewalt 0800 222 555
helpch@t Onlineberatung unter www.haltdergewalt.at

Kostenlose Hilfe und Unterstützung für Opfer von Gewalt

Gewaltschutz Zentrum Steiermark +43 316 77 41 99

Kostenlose Hotline für Männer in Krisensituationen

MÄNNERINFO Krisenhelpline 0800 400 777
männernotruf 0800 246 247 (24h)

Kostenlose Beratung für geflüchtete Menschen

ZEBRA Zentrum für Interkulturelle Beratung und Therapie,
+43 316 83 56 30
AMIKE-Telefon für Interkulturelle psychologische Hilfe
+43 1 343 0101

Kostenlose Beratung für beeinträchtigte Menschen

Beratungszentrum für Menschen mit Behinderung
regelmäßige Sprechstunden im Generationenhaus Gratwein
Kontakt unter www.behindertenanwaltschaft.steiermark.at

Kostenlose Beratung für LGBTIQ+ Menschen

Courage* Beratungsstelle Graz +43 699 166 166 62
RosaLila PantherInnen Beratungsstelle Graz +43 316 36 66 01

Kostenlose Beratung bei Abhängigkeiten und Sucht

DB Drogenberatung des Landes Steiermark
+43 316 32 60 44
b.a.s - Steirische Gesellschaft für Suchtfragen
+43 316 82 11 99

Kostenlose Beratung bei der Pflege von An- und Zugehörigen

Pflegeberatung der Arbeiterkammer (AK)

+43 5 77 99 22 73

Kompetenzzentrum der Caritas - Beratung von

Senior*innen und Angehörigen

+43 676 88 015 81 20

kompetenzzentrum@caritas-steiermark.at

Pflegehotline der Caritas Steiermark

+43 800 500 176

Kostenlose Beratung und Selbsthilfe für an Demenz erkrankte Menschen und ihren An- und Zugehörigen

SALZ Steirische Alzheimerhilfe

Gesprächsrunden für An- und Zugehörige von Menschen mit Demenz

Regelmäßige Sprechstunden im Generationenhaus Gratwein
+43 664 45 20 400 oder info@steirische-alzheimerhilfe.at

needs Netzwerk Demenz Steiermark

Online Wegweiser zum Thema Demenz unter:
<https://wegweiser.demenz-steiermark.at/>

Kostenlose Beratung und Selbsthilfe für an Parkinson erkrankte Menschen und ihren An- und Zugehörigen

Parkinson Selbsthilfe Landesverband Steiermark

Selbsthilfegruppe Graz, +43 664 49 32 662 oder
+43 664 34 95 152

Kostenlose Beratung und Selbsthilfe bei Diabetes

ÖDV Österreichische Diabetikervereinigung

Grazer Diabetes Stammtisch, Elfriede Dörfler

+43 664 23 72 551

ÖDV Diabetes Kids Steiermark

Kathrin Freinschlag, +43 660 461 06 39

Christian Taucher, +43 680 143 66 56

Kostenlose Beratung für an Krebs erkrankte Menschen und ihren An- und Zugehörigen

Österreichische Krebshilfe Steiermark

Beratungszentrum Graz

+ 43 316 47 44 33 0

beratung@krebshilfe.at

Weitere Informationen zu Selbsthilfegruppen unter:

<https://selbsthilfe-stmk.at/gruppenverzeichnis-a-z/>