



# Erste Hilfe für die Seele

 <b>PSYCHOSOZIALE BERATUNGSANGEBOTE</b>		 <b>TELEFONNUMMERN</b>	 <b>E-MAIL   INTERNET</b>
<b>ifs Erstberatungsstellen</b>	<u>Bregenz, Dornbirn, Feldkirch, Bludenz:</u> Mo – Fr: 8 bis 12 Uhr Mo – Mi: 13 bis 19 Uhr Di – Do: 13 bis 17 Uhr Freitagnachmittag nach Vereinbarung! <u>Bregenzwald (Egg):</u> Mo – Fr: 8 bis 11 Uhr <u>Hohenems:</u> Mo – Fr: 8 bis 12 Uhr	ifs Bregenz: T +43 5 1755 510 ifs Bregenzwald: T +43 5 1755 520 ifs Dornbirn: T +43 5 1755 530 ifs Hohenems: T +43 5 1755 540 ifs Feldkirch: +43 5 1755 550 ifs Bludenz: +43 5 1755 560	<a href="http://www.ifs.at/lebensbereiche/erstberatung.html">www.ifs.at/lebensbereiche/erstberatung.html</a>
<b>Telefonseelsorge</b>	Täglich: 24 Stunden	T 142	<a href="http://www.142online.at">www.142online.at</a>
<b>Rat auf Draht für Jugendliche</b>	Täglich: 24 Stunden	T 147	
<b>Suizidprävention</b>			<a href="http://www.bittellebe.at">www.bittellebe.at</a>
<b>Sozialpsychiatrische Dienste auf Bezirksebene (SpDi)</b>	Mo – Fr: 9 bis 14 Uhr <u>Bregenzwald:</u> Mo, Di, Mi und Fr: 9 bis 12 Uhr	SpDi Bregenz: T +43 50 411 690 SpDi Bregenzwald: T +43 50 411 686 SpDi Dornbirn: T +43 50 411 685 SpDi Feldkirch: T +43 50 411 680 SpDi Bludenz: T +43 50 411 670	<a href="http://www.spdi.at/kontakte">www.spdi.at/kontakte</a>
<b>Pro mente Jugend – Unterland</b>	Di, Mi und Fr: 9 bis 13 Uhr Mo und Do: 14 bis 18 Uhr	T +43 5572 21274	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="mailto:jugend.unterland@promente-v.at">jugend.unterland@promente-v.at</a></li> <li>• <a href="http://www.promente-v.at/jugend">www.promente-v.at/jugend</a></li> </ul>
<b>Pro mente Jugend – Oberland</b>	Mo, Do und Fr: 9 bis 12 Uhr Di und Mi: 13 bis 16 Uhr	T +43 5525 63829	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="mailto:jugend.oberland@promente-v.at">jugend.oberland@promente-v.at</a></li> <li>• <a href="http://www.promente-v.at/jugend">www.promente-v.at/jugend</a></li> </ul>
<b>Hotline für Kinder-Schüler-Elternberatung (ÖBVP in Zusammenarbeit mit VLP)</b>	Mo – Fr: 14 bis 16 Uhr	T +43 512 561734	Hier handelt es sich um eine kostenlose Kinder-Schüler-Eltern-Beratungshotline, bei der PsychotherapeutInnen mit Weiterbildung in Säuglings- Kinder und Jugendlichen-psychotherapie unterstützend und begleitend zur Verfügung stehen und AnruferInnen bei Bedarf an PsychotherapeutInnen in Vorarlberg weitervermittelt werden.
<b>Beratungsservice des Berufsverbandes Österreichischer Psycholog*innen</b>	Täglich: 8 bis 20 Uhr	Schreiben Sie bitte ein E-Mail mit Angabe Ihrer Telefonnummer und dann erfolgt die telefonisch Kontaktaufnahme durch die Psycholog*innen	<a href="mailto:leitung.vlbg@boep.or.at">leitung.vlbg@boep.or.at</a>
<b>Omnibus – Selbsthilfeorganisation</b>	Mo – Fr: 9 bis 13 Uhr	T +43 5574 54695 oder T +43 664 4446379	
<b>HPE Vorarlberg Hilfe für Angehörige psychisch Kranker</b>	Das Telefon ist immer eingeschaltet. Wenn nicht abgenommen wird, wird zurückgerufen.	T +43 664 7805085	<a href="http://www.hpe.at/vorarlberg">www.hpe.at/vorarlberg</a>
<b>Kinder- und Jugendanwaltschaft</b>	Mo – Do: 8:30 bis 12 Uhr und 13 bis 16 Uhr, Fr: 8:30 bis 12 Uhr	T +43 5522 84 900	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="mailto:kija@vorarlberg.at">kija@vorarlberg.at</a></li> <li>• <a href="http://www.vorarlberg.kija.at">www.vorarlberg.kija.at</a></li> </ul>
<b>Entlastungsgespräche für Frauen – femail Fraueninformationszentrum VlbG.</b>	Mo – Fr: 9 bis 12 Uhr	T +43 5522 31002 Beratung auf Türkisch: T +43 664 3560 603	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="mailto:info@femail.at">info@femail.at</a></li> <li>• <a href="http://www.femail.at/corona">www.femail.at/corona</a></li> </ul>
<b>Ehe &amp; Familienzentrum – In jeder Beziehung</b>	Mo – Mi: 8 bis 12 Uhr und 13:30 bis 15 Uhr, Do – Fr: 8 bis 12 Uhr	T +43 5522 74139	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="mailto:beratung@efz.at">beratung@efz.at</a></li> <li>• <a href="http://www.efz.at">www.efz.at</a> oder</li> <li>• <a href="http://www.familienberatung.gv.at">www.familienberatung.gv.at</a></li> </ul>



# Erste Hilfe für die Seele

 <b>PSYCHOSOZIALE BERATUNGSANGEBOTE</b>		 <b>TELEFONNUMMERN</b>	 <b>E-MAIL   INTERNET</b>
<b>Trauertelefon der Diözese Feldkirch</b>	Täglich: 8 bis 22 Uhr	T +43 676 83240 3333	
<b>Trauer-Hotline der Evangelischen Pfarrgemeinde A.u.H.B. Dornbirn</b>	Di – So: 9 bis 12 Uhr und 14 bis 19 Uhr	T +43 699 18877059	
<b>Kontakt bei Trauerfällen der Evangelischen Pfarrgemeinde A.u.H.B. Feldkirch und Bludenz</b>	Täglich: 8 bis 20 Uhr	T +43 699 1120 5432	
<b>Hospiz Vorarlberg</b>	Mo – Fr: 9 bis 18 Uhr	T +43 676 88420 5115	
<b>Verein Abschied in Würde</b>	Täglich: 8 bis 18 Uhr	T +43 664 4606491	<a href="mailto:verein@abschied-in-wuerde.at">verein@abschied-in-wuerde.at</a>