

Anonym und kostenlos aus ganz Österreich.

? **Große Sorgen?
Angst vor der Zukunft?
Ganz allein damit?**

Rufen Sie uns an!
Wir sprechen gern mit Ihnen!

در سراسر اتریش • ناشناس و رایگان

? نگرانی ها؟
ترس از آینده؟
چطورتهایی با مشکلات کنار آمدن؟

با ما تماس بگیرید
ما با کمال میل با شما صحبت
می کنیم

DAR/FARSI

Анонімно та безкоштовно • по всій Австрії

? **Проблеми?
Страх перед майбутнім?
Наодинці з усім цим?**

Зателефонуйте нам! Ми будемо
раді поговорити з Вами!

UKRAINISCH

من كامل انحاء النمسا • مجاني • بشكل مجهول

? هموم كبيرة؟
خوف من المستقبل؟
هل انت وحيد في مواجهة هذه
المشاكل؟

اتصل بنا!
نحن سعيدين بالتحدث معكم!

ARABISCH

AMIKE-Telefon

01/343 0101

Interkulturelle psychologische Hilfe

Anonymous and for free • from all over Austria

? **Are you worried?
Afraid of the future?
All alone with that?**

Give us a call!
We'd like to talk to you!

ENGLISCH

Анонимно и бесплатно • по всей Австрии

? **Проблеми?
Страх перед будущим?
Один-на-один со всем этим?**

Позвоните нам! Мы будем
рады поговорить с Вами!

RUSSISCH

anonimno i besplatno - iz cele Austrije

? **Muče Vas velike brige?
Imate strah od budućnosti?
Sami se suočavate s tim?**

Pozovite nas! Rado ćemo mi
porazgovarati sa Vama!

BOSNISCH/KROATISCH/SERBISCH

Anonim ve ücretsiz • Avusturya'nın her yerinden

? **Büyük endişeler?
Gelecek korkusu?
Yalnızlık hissi?**

Bizi arayın!
Sizinle konuşmaktan
memnuniyet duyarız!

TÜRKISCH



AMIKE-Telefon
Informationen online

Gefördert aus Mitteln von:
Bundesministerium
Soziales, Gesundheit, Pflege
und Konsumentenschutz

Diakonie
Flüchtlingsdienst

AMIKE-Telefon

Interkulturelle psychosoziale Akuthilfe für Menschen mit Migrations- oder Fluchtbiografie

01/343 0101



Das AMIKE-Telefon bietet Rat und Hilfe bei psychischen Belastungen. Anonym, mehrsprachig und für ganz Österreich.

Sorgen um die Familie hier und anderswo, um die eigene Sicherheit, Arbeit, Gesundheit, persönliche Krisen und traumatische Erlebnisse, wenn wichtige Entscheidungen zu treffen sind, die Zukunft aber Angst macht und die Vergangenheit nicht vergangen sein will – diese Lebensumstände sind schwer zu ertragen, sie kosten jeden Tag Kraft, machen nervös, schlaflos oder sogar krank.

Nicht immer kennt man einen Menschen, mit dem man darüber reden kann oder will. COVID-19 und die aktuellen Kriege haben die Probleme für viele von uns noch verstärkt.

Rufen Sie uns an!

01/343 0101

Unsere krisenerfahrenen Psychotherapeut:innen und Psycholog:innen haben eigene Flucht- und Migrationserfahrung und sprechen gern mit Ihnen. Sie, sie hören zu und verstehen – anonym, vertraulich, ein- oder mehrmalig, ohne Termin und ohne Dolmetsch.

Die **AMIKE-Hotline** richtet sich an **Menschen mit Flucht- und Migrationshintergrund** in ganz Österreich, unabh. von Aufenthaltsgrund, -dauer, -status. **Die Beratung ist kostenlos**, Telefon- oder Internetgebühren können, abhängig vom Tarif, anfallen. Auf Wunsch kann gerne auch ein Rückruf vereinbart werden. **Man kann nicht persönlich zu uns kommen.**

AMIKE-Telefon

MO – FR

10-13 und 14-17.30

Am Tonband erfahren Sie, wann die gewünschte Sprache erreichbar ist:

AMIKE in Deutsch/Engl.:	01/343 0101 1
AMIKE in Farsi/Dari:	01/343 0101 2
AMIKE in Arab./Kurd.:	01/343 0101 3
AMIKE in Russisch:	01/343 0101 4
AMIKE in BKS:	01/343 0101 5
AMIKE in Türkisch:	01/343 0101 6
AMIKE in Ukrainisch:	01/343 0101 7

Achtung!

Bei akuter Fremd- oder Selbstgefährdung rufen Sie umgehend die Notrufnummern **144 Rettung**, **133 Polizei** oder wenden Sie sich an eine **Kriseneinrichtung in Ihrem Bundesland.**