

Zabrinuti ste ili imate pitanja? Želite li razgovarati?

U kantonu Solothurn postoje razne mogućnosti za razgovor i podršku.

Ovdje ćete naći pregled po temama i ciljnoj skupini. Ne ustručavajte se potražiti savjet ili pomoć u teškim situacijama. Ako je potrebno, u savjetovališta se mogu pozvati tumači.

Telefonske službe za pomoć

Telefonska služba za pomoć mladima

Uvijek dostupno besplatno savjetovanje i pomoć za djecu i mlade kojima je potrebno.
Pro Juventute: www.147.ch | beratung@147.ch | ☎ 147 | SMS 147

Telefonska služba za pomoć roditeljima

Uvijek dostupno besplatno savjetovanje i pomoć za roditelje, obitelji i druge povezane osobe oko obrazovnih problema, sukoba ili kriza u obitelji.
Elternnotruf (Hitni poziv za roditelje):
www.elternnotruf.ch | 24h@elternnotruf.ch | ☎ 0848 35 45 55

Telefonska služba za pomoć odraslim osobama

Uvijek dostupne besplatne mogućnosti razgovora za pomoć i podršku u teškim situacijama.
Dargebotene Hand (Pružena ruka): www.143.ch | ☎ 143

Djeca i mladi

Psihijatrijska služba za djecu i mlade

Podrška i terapija pri savladavanju psihičkih kriza kod djece i mladih do dobi od 18 godina, savjetovanje roditelja, obitelji i okoline.
Solothurn: kjpd.solothurn@spital.so.ch | ☎ 032 627 17 00
Olten: kjpd.olten@spital.so.ch | ☎ 032 627 18 50
Grenchen: kjpd.grenchen@spital.so.ch | Prijava putem ambulante Solothurn: ☎ 032 627 17 00
Balsthal: kjpd.balsthal@spital.so.ch | Prijava putem ambulante Solothurn: ☎ 032 627 17 00

Savjetovališta za probleme mladih

Besplatna podrška za mlade ljude u dobi između 14 i 25 godina u različitim teškim fazama života, krizama i sukobima.
Perspektive (Perspektiva) Solothurn-Grenchen: perspektive-so.ch
jugendberatung@perspektive-so.ch | ☎ 032 626 56 20

Roditelji, obitelji i parovi

Savjetovanje za majke i očeve

Besplatno savjetovanje o zdravlju, razvoju i odgoju za obitelji s dojenčadi i malom djecom.
muetterberatung-so.ch | info@muetterberatung-so.ch

Kompass (Kompas)

Besplatna podrška i savjetovanje za roditelje, obitelji i povezane osobe po pitanjima odgoja i svakodnevice.
www.kompass-so.ch | mail@kompass-so.ch | ☎ 032 624 49 39

Fachstelle für Beziehungsfragen (Stručni ured za pitanja o odnosima), Kanton Solothurn

Savjetovanje i podrška u različitim područjima života u temama: partnerstvo, obitelj, trudnoća i spolni odgoj.
www.fabeso.ch
Solothurn: solothurn@fabeso.ch | ☎ 032 622 44 33
Grenchen: grenchen@fabeso.ch | ☎ 032 652 19 22
Olten: olten@fabeso.ch | ☎ 062 212 61 61
Breitenbach: breitenbach@fabeso.ch | ☎ 061 781 34 49

Savjetovališta za strane državljanke i državljane

Pravne informacije i socijalno savjetovanje po pitanjima koja se odnose na dvonacionalne odnose, zakon o strancima, zakon o socijalnoj sigurnosti, obiteljski zakon te zaštiti od diskriminacije.
www.frabina.ch | info@frabina.ch | ☎ 032 621 68 60

Duševne/tjelesne poteškoće

Psihijatrija za odrasle

Podrška i liječenje mentalnih bolesti te ozbiljnih životnih kriza kod odraslih osoba starijih od 18 godina.
Klinike za psihijatriju, psihoterapiju i psihosomatiku:
info.pd@spital.so.ch | ☎ 032 627 11 11
Solothurn: ambi-solothurn.pd@spital.so.ch | ☎ 032 627 14 60
Olten: ambi-olten.pd@spital.so.ch | ☎ 062 311 52 10
Grenchen: ambi-grenchen.pd@spital.so.ch | ☎ 032 627 18 20

Krebsliga (Liga protiv raka) Solothurn

Savjetovanje, podrška i skrb za oboljele od raka i članove njihove obitelji.
solothurn.krebsliga.ch | info@krebssliga-so.ch
Solothurn/Grenchen: ☎ 032 628 68 10
Olten: ☎ 032 628 68 18
Breitenbach: ☎ 061 781 19 54

Lungenliga (Liga protiv plućnih bolesti) Solothurn

Savjetovanje i podrška za osobe s plućnim i respiratornim bolestima i članove njihove obitelji.
www.lungenliga-so.ch | info@lungenliga-so.ch
Solothurn/Grenchen: ☎ 032 628 68 28
Olten: ☎ 062 206 77 55
Breitenbach: ☎ 061 785 70 10

Pitanja koja se odnose na starost

Pro Senectute Solothurn

Projekti, ponude i besplatno savjetovanje za pitanja o starosti i starenju.

so.prosenectute.ch

info@so.prosenectute.ch | ☎ 032 626 59 59

Problemi ovisnosti

Savjetovanje o ovisnosti Perspektive (Perspektiva) Solothurn-Grenchen

Besplatna ponuda za ovisnike, članove njihove obitelji i njihovu okolinu u regiji Solothurn i Grenchen.

perspektive-so.ch

beratungstellen@perspektive-so.ch | ☎ 032 626 56 30

Savjetovanje o ovisnosti Suchthilfe Ost (Pomoć pri ovisnosti)

Besplatna ponuda za ovisnike, članove njihove obitelji i njihovu okolinu u regiji Dorneck, Gäu, Gösigen, Olten, Thal i Thierstein.

suchthilfe-ost.ch

info@suchthilfe-ost.ch | ☎ 0800 061 535 ili ☎ 062 206 15 35

Nasilje

Savjetovanište o nasilju za počinitelje

Mogućnost povjerljivog i besplatnog savjetovanja za osobe koje su počinile nasilje ili se boje da će u budućnosti primijeniti nasilje.

beratungsgewalt.so.ch

beratungsgewalt@ddi.so.ch | ☎ 032 627 29 92

Savjetovanište Opferhilfe (Pomoć žrtvama) Aargau Solothurn

Besplatna podrška i savjetovanje za žrtve tjelesnog, duševnog ili spolnog nasilja i članove njihove obitelji.

opferhilfe-ag-so.ch

beratungsstelle@opferhilfe-ag-so.ch | ☎ 062 835 47 90

Frauenhaus (Sigurna kuća za žene) Aargau Solothurn

Savjetovanje, skrb, podrška i smještaj za žene te njihovu djecu koje su žrtve obiteljskog nasilja.

frauenhaus-ag-so.ch | beratung@frauenhaus-ag-so.ch

24h-Hotline: ☎ 062 823 86 00

Financijske poteškoće

Savjetovanje o dugovima i proračunu Aargau Solothurn

Besplatno savjetovanje i podrška u slučaju financijskih poteškoća.

schulden-ag-so.ch

ag-so@schulden.ch | ☎ 0800 061 535 ili ☎ 062 206 15 35

Savjetovanje o dugovima

Aarau / Solothurn: ☎ 062 822 82 11

(ponedjeljak – petak, 8.30 – 12.30)

Grenchen: ☎ 032 653 09 15

Savjetovanje o proračunu:

Aarau: info@budgetberatung-aargau.ch | ☎ 062 822 84 34

(ponedjeljak – petak, 8.30 – 12.30)

Solothurn: info@budgetberatung-so.ch | ☎ 062 822 84 34

(ponedjeljak – petak, 8.30 – 12.30)

Socijalno savjetovanje Caritas Solothurn

Besplatno savjetovanje o svakodnevici, administraciji, partnerstvu ili novcu neovisno o vjeroispovijesti i nacionalnosti.

caritas-solothurn.ch

Solothurn/Grenchen:

sozialberatung@caritas-solothurn.ch | ☎ 032 623 08 91

Olten/Starrkirch-Wil:

sozialdienst.katholten@st.-marien-olten.ch | ☎ 032 287 23 14

Važna web-mjesta

www.hebsorg.ch Web-mjesto s informacijama i mogućnostima podrške za teme psihičkog i tjelesnog zdravlja, prehrane, kretanja, nasilja, ovisnosti te proračuna i dugova.

www.wie-gehts-dir.ch Web-mjesto s informacijama, savjetima i mogućnostima podrške za psihičko zdravlje.

so.feel-ok.ch Web-platforma za mlade i roditelje o temama slobodno vrijeme, posao, ovisnost, krize, nasilje, tijelo, zakon itd.

www.maedchenbeschneidung.ch Savjetovanje obitelji u svrhu sprječavanja obrezivanja djevojčica.

www.zwangsheirat.ch Besplatna podrška i savjetovanje za uključene osobe i stručnjake.

safezone.ch Savjetovanje na mreži o pitanjima ovisnosti za ovisnike, članove obitelji i zainteresirane.



corona.so.ch