

Wer hilft wie in Tirol

www.werhilftwie-tirol.at

Caritas Beratungszentrum

Heiliggeiststraße 16, 6020 Innsbruck
Tel. 0512 72 70 15

www.caritas-tirol.at

- Sozialberatung
- Rechtsberatung
- Onlineberatung

Caritas Sozialberatung Imst

Pfarrgasse 15, 6460 Imst
Tel. 0676 87 30 63 43

DOWAS Sozialberatungsstelle

Rathausstr. 1, 6460 Imst
(in den Räumen der AK)
Tel. 0664 88 25 11 80 oder
0664 88 25 11 81

imst@dowas.org

www.dowas.org

inbus – Auskommen mit dem Einkommen

Wenn es trotz Arbeit vorne und hinten nicht reicht – Beratung, Begleitung
WhatsApp Nachricht „Hallo“ an
Tel. 0676 843 843 15

www.inbus.tirol

Psychosoziales Zentrum Oberland

Beratungsstelle für Menschen in einer psychischen Krise und deren Angehörigen
Pfarrgasse 32, 6460 Imst
Mo-Fr: 9 bis 14 Uhr
Tel. 050 500

www.psz.tirol

Gewaltschutzzentrum Tirol

+43 512 57 13 13

www.gewaltschutzzentrum-tirol.at

FAMILIEN MIT KINDERN

Gesund ins Leben – GiL

Unterstützung, Beratung und Begleitung für werdende und junge Eltern mit Kindern bis 3 Jahren
Tel. 0664 604 6630 480

willkommen@gesundinsleben.at

www.gesundinsleben.at

Schreiambulanz Klinik Innsbruck

Tel. 0512 504 23 483

Erziehungsberatung des Landes Tirol

Stadtplatz 8, 6460 Imst

Tel. 0512 508 5396

Mütterberatung in Wenns

- für Eltern mit Kindern bis 4 Jahren
- jeden 4. Mittwoch im Monat
- 14 bis 17 Uhr, Mehrzwecksaal

Hebamme Petra Frischmann

Tel. 0699 11 97 01 34

Terminvereinbarung erforderlich!

Tiroler Plattform für Alleinerziehende

Tel. 0676 87 30 40 80

Schulbeihilfe für Schulveranstaltung im Inland, z.B. Skiwoche oder Sportwoche
Formular bei der Schuldirektion oder online:

<https://www.tirol.gv.at/buergerservice/e-government/formulare/foerderung-zur-teilnahme-an-schulveranstaltungen-im-inland/>

© RAINBOWS - für Kinder in stürmischen Zeiten (Tod, Scheidung)

Tel. 0512 57 99 30

tirol@rainbows.at

www.rainbows.at/tirol

KINDER UND JUGENDLICHE

Rat auf Draht: Tel. 147

Lerncafé Imst

Dr.-Carl-Pfeiffenberger-Str. 13, Imst
für Schüler von 6-15 Jahren
Tel. 0676 87 30 63 46
Mo-Do 13 bis 17 Uhr

AK Lernbegleitung

Information und Anmeldung
Tel. 0512 59 660

lernbegleitung@bfi-tirol.at

Jugendzentrum JZI (Jayzee)

Johannesplatz 6, 6460 Imst
Tel. 0664 60 69 82 12

youngCaritas

www.tirol.youngcaritas.at

MENSCHEN MIT BEEINTRÄCHTIGUNG

Wohngemeinschaft Zams

Hauptstraße 88, 6511 Zams
Tel. 0676 87 30 61 40
dietmar.wolf@caritas.tirol

Lebenshilfe Tirol

Tel. 050 43 40

www.lebenshilfe.tirol

arbas Tirol – Arbeitsassistenten Tirol

Tel. 05 996 99

www.arbas.at

MENSCHEN MIT SUCHTERKRANKUNG

Suchthilfe Tirol

Tel. 0512 580 080

www.suchthilfe.tirol

Anonyme Alkoholiker

Tel. 0664 51 65 880

tirol@anonyme-alkoholiker.at

www.anonyme-alkoholiker.at

abrakadabra – Arbeitsprojekt

Kaiser-Josef-Str. 9, 6020 Innsbruck
Tel. 0676 87 30 63 51

abrakadabra@caritas.tirol

www.abrakadabra.caritas-tirol.at

Komfüdö – Mentlvilla

Tageszentrum und Anlaufstelle
Mentlgasse 20, 6020 Innsbruck
Tel. 0512 56 14 03

komfuedro@caritas.tirol

OBDACHLOSIGKEIT

Bahnhofsozialdienst Innsbruck

Hauptbahnhof Innsbruck
Tel. 0676 87 30 62 93

Wolfgangstube

Kaiserjägerstraße 6, 6020 Innsbruck
Tel. 0676 87 30 62 67
Frühstück Mo-Fr: 8:30 bis 9:30 Uhr,
Abendessen: Mo-So: 18:30 Uhr
(Vinzibus)

Katharina-Stube der

Barmherzigen Schwestern

Rennweg 40, 6020 Innsbruck

Mo-Sa: 9 bis 14 Uhr

Tel. 0676 87 30 63 30

Alexihaus (nur Männer)

Dreiheiligenstraße 9, 6020 Innsbruck
Tel. 0512 53 31 76 20

alexihaus@isd.or.at

medcar(e) – medizinische

Basisversorgung für Menschen OHNE
Krankenversicherung
Ordination: Innrain 28/T45, Innsbruck
Mo: 16 bis 18 Uhr
Mi: 8 bis 8:30 Uhr
medcar(e)-Bus: mobil in Innsbruck

INTEGRATION

Integrationsberatung und -begleitung
Heiliggeiststraße 16, 6020 Innsbruck
Tel. 0676 87 30 63 06
johannes.neuerer@caritas.tirol

ABC-Café Imst
Niederschwelliges Deutschlernen im
Integrationsbüro Imst
Mag. Kirsten MAYR
Pfarrgasse 16, 6460 Imst
Tel. 0664 606 98 218
integrationsbuero@imst.gv.at

FRAUEN

Frauenhelpline gegen Gewalt
anonym, kostenlos, 24/7
Tel. 0800 222 555

Frauen helfen Frauen

- Frauenhaus
- Übergangswohnungen
- Familienbetreuung

Tel. 0512 58 09 77
info@fhf-tirol.at
www.fhf-tirol.at

lilawohnt (DOWAS Frauen)
Beratungsstelle
Adamgasse 4/3, 6020 Innsbruck
Tel. 0512 56 24 77
beratung@lilawohnt.at
www.lilawohnt.at

MÄNNER

Männer Krisentelefon bei Gewalt
Tel. 0800 400 777

Mannsbilder Innsbruck
Anichstraße 11/1, 6020 Innsbruck
Tel. 0512 57 66 44
beratung@mannsbilder.at
www.mannsbilder.at

GESUNDHEIT – PFLEGE – TRAUER

☺ Sozial- und Gesundheitssprengel
Pitztal
Tel. 05412 611 30 3000
Hotline: Tel. 0650 86 86 430

- Tagesbetreuung
- Heilbehelfe
- Essen auf Räder
- Hauskrankenpflege
- Heim- und Haushaltshilfe

☺ Pflegezentrum Pitztal
Kurzzeitpflege und Langzeitpflege
Fatlent 2, 6471 Arzl i.P.
Tel. 05412 611 30

☺ HAUSNOTRUF TIROL
Hunoldstraße 12, 6020 Innsbruck
Tel. 0810 100 144
info@hausnotruf-tirol.at

Demenz-Servicezentrum Imst und
Beratung für pflegende Angehörige
Melanie Albrecht
Pfarrgasse 15, 6460 Imst
Tel. 0676 87 30 62 29

Hospiz Tirol
Begleitung schwerkranker und
sterbender Menschen und deren
Angehörigen, Trauerbegleitung
Tel. 0810 96 98 78

Hospizteam Pitztal
Susanne Partoll
Tel. 0676 88 188 60

Trauercafé Imst
jeden letzten Freitag im Monat
von 14:30 bis 16:30 Uhr
Pfarrwidum Imst, Pfarrgasse 15

VERSCHIEDENES

Freiwilligenzentrum Bezirk Imst
Vermittlung von Freiwilligen für
ehrenamtliche Tätigkeiten in
verschiedenen Bereichen
Tel. 05417 200 18
freiwilligenzentrum@regio-imst.at
www.freiwilligenzentren-tirol.at

☺ SOMI Imst - Sozialmarkt
www.somi.at
Tel. 0650 92 400 80
günstiger einkaufen mit der SOMI-
Berechtigungskarte
neue Adresse ab Frühjahr 2024:
Dr.-Carl-Pfeiffenberger-Str. 4, 6460 Imst

Team Tafel Österreich
www.rotekreuz.at/tirol
Mit der Team Tafel Österreich-Karte
können am Samstagabend in Imst
Lebensmittel gratis abgeholt werden.

Die Menge richtet sich nach
Haushaltsgröße und Verfügbarkeit.
Rotes Kreuz Imst
Tel. 05412 66 444

☺ Kleiderläden Rotes Kreuz
Secondhand Kleidung und Zubehör
Ermäßigung mit Team Tafel Karte
Ötztaler Höhe:
Mi: 14 bis 18 Uhr
Sa: 9 bis 13 Uhr
Zams:
Mo: 9 bis 12 Uhr
Mi und Sa: 13 bis 18 Uhr

Gebührenbefreiungen
abhängig vom Haushaltseinkommen:

- Rezeptgebühren
- ORF Haushaltsabgabe
- Zuschuss zum Fernsprechtgelt

Netzwerk Tirol hilft
Finanzhilfe, Strom- und Gasrechnung
<https://www.tirol.gv.at/gesellschaft-soziales/netzwerk/>

Selbsthilfegruppen
Tel. 0512 57 71 98
dachverband@selbsthilfe-tirol.at
www.selbsthilfe-tirol.at

Hunger auf Kunst und Kultur
gratis Eintritt in viele Museen Tirols
und bei ausgewählten Veranstaltungen
www.hungeraufkunstundkultur.at

REDEN HILFT – ANONYM UND VERTRAULICH

Telefonseelsorge Tel. 142
rund um die Uhr

Ö3-Kummernummer Tel. 116 123
täglich von 16 bis 24 Uhr

SCHLUSSBEMERKUNGEN

Die 2. Ausgabe des Informationsblattes
enthält eine aktualisierte Auswahl von
kostenlosen Einrichtungen
(Hinweis: ☺ = bedingt kostenlos, bzw.
kostenpflichtig!),
die von Alexandra Jehart, Pfarrcaritas
Wenns, nach bestem Wissen und
Gewissen zusammengestellt wurde.
Jede/r Rat- und Hilfesuchende/r ist
selbst für die Kontaktaufnahme
verantwortlich. Für eine etwaige
Ablehnung des Hilfsansuchens kann
die Pfarrcaritas Wenns nicht
verantwortlich gemacht werden.
Angaben ohne Gewähr.

pfarrcaritas.wenns@gmail.com
Wenns, September 2024