

Notfälle und Beratungsstellen

[Notfallnummern](#)

[Beratungsstellen](#)

Notfallnummern

Notfallnummern sind jeden Tag während 24 Stunden erreichbar. Die Kurznummern (3 Stellen) sind immer kostenlos. Für die anderen Nummern bezahlt man in der Regel den normalen Telefontarif.

Allgemeine Notrufnummer: 112

Unter dieser Nummer erreicht man die Notrufzentrale der Polizei. Je nach Art des Notfalls informiert die Polizei auch andere Stellen (z.B. Feuerwehr).

Polizei: 117

Unter dieser Nummer erreicht man die Notrufzentrale der Polizei.

Feuerwehr: 118

Unter dieser Nummer erreicht man die Einsatzzentrale der Feuerwehr.

Erste Hilfe / Rettungsdienst: 144

Unter dieser Nummer erreicht man die Einsatzzentrale des Rettungsdienstes. Die Nummer 144 sollte nur gewählt werden, wenn man sofort Hilfe und einen Krankenwagen benötigt oder man die Situation nicht einschätzen kann (z.B. nach einem Unfall).

Bei anderen medizinischen Problemen kontaktiert man zuerst einen Hausarzt / eine Hausärztin. Ausserhalb der Öffnungszeiten haben immer einige Hausärzte Notfalldienst. Wer Notfalldienst hat, erfährt man über den Anrufbeantworter des Hausarztes oder in der regionalen Presse. Man kann auch die kantonale Triagestelle "im Notfall gut beraten" 0844 55 00 55 telefonisch kontaktieren. Dort erhält man medizinische Beratung und wird an die richtige, nächstgelegene Stelle (Arzt, Krankenhaus) weitergeleitet. Es ist auch möglich, selber eine Notfallstation (Krankenhaus/Notfallpraxis) aufzusuchen.

Triagestelle / Medizinische Beratung:

Wählen Sie die Telefonnummer 0844 55 00 55, Tag und Nacht, an 365 Tagen im Jahr.

Notfallapotheke: 0844 55 00 55

Unter der Nummer 0844 55 00 55 erfährt man, welche Apotheken im Kanton Appenzell Ausserrhoden Notfalldienst haben (Notfallapotheke). Dort kann man auch ausserhalb der regulären Öffnungszeiten Medikamente besorgen.

Notfallzahnarzt: 0844 144 006

Unter dieser Nummer erfährt man, welcher Zahnarzt oder welche Zahnärztin im Kanton Notfalldienst hat.

Gift-Notruf: 145

Falls man etwas Giftiges geschluckt hat oder vermutet, etwas Giftiges geschluckt zu haben, helfen Ärzte und Fachpersonen unter dieser Nummer. Sie erklären, was bei einer Vergiftung zu tun ist. Bei lebensbedrohlichen Zuständen sollte man aber sofort die Nummer 144 wählen. Auf der Internetseite finden sich umfangreiche Informationen zum Thema Gift/Vergiftung.

Beratung für Erwachsene: 143

Das "Telefon 143" (Dargebotene Hand) ist für Personen, die mit jemandem über ihre Probleme, egal welcher Art, sprechen möchten (in Deutsch, Französisch, Italienisch). Man kann in Krisensituationen aber auch bei allen anderen Schwierigkeiten und Sorgen anrufen. Das Gespräch ist vertraulich und anonym. Auf Wunsch erhält man auch Informationen über geeignete weitere Hilfsangebote. Es ist auch eine Kontaktaufnahme per Mail oder Chat möglich.

Beratung für Kinder / Jugendliche: 147

Das "Telefon 147" ist für Kinder und Jugendliche, die mit jemandem über ihre Probleme, egal welcher Art, sprechen möchten (in Deutsch, Französisch, Italienisch). Man kann in Krisensituationen aber auch bei allen anderen Schwierigkeiten und Sorgen anrufen. Rund um die Uhr sind Fachpersonen erreichbar. Das Gespräch ist vertraulich und anonym. Es ist auch eine Kontaktaufnahme per Mail, SMS oder Chat möglich.

Elternnotruf: 0848 35 45 55

Beim Elternnotruf beraten Fachleute Eltern oder andere Personen bei Erziehungsfragen. Sie helfen weiter, wenn man sich im Umgang mit Kindern überfordert oder überlastet fühlt oder sich Sorgen um das eigene oder ein anderes Kind macht. Man kann sich auch an den Elternnotruf wenden, wenn man befürchtet, dass das eigene oder ein anderes Kind Opfer von psychischer/physischer Misshandlung ist. Das Gespräch ist vertraulich und auf Wunsch anonym. Es ist auch eine Kontaktaufnahme per Mail möglich. Bei medizinischen Fragen kann der Elternnotruf nicht weiterhelfen.

Häusliche Gewalt (Frauen): 071 250 03 45

Das Frauenhaus St. Gallen bietet rund um die Uhr Beratung und Unterstützung für Frauen, die von häuslicher Gewalt betroffen sind. Auch Angehörige und Fachleute können sich an die Stelle wenden. Das Gespräch ist vertraulich und auf Wunsch anonym. Die Kontaktaufnahme ist auch per Mail möglich. Ausführliche Informationen zum Thema häusliche Gewalt, auch für betroffene Männer, und Kontaktdaten von weiteren Anlauf- und Beratungsstellen finden sich im Kapitel Partnerschaft und Kinder > Konflikte auf hallo-ar.ch.

Mehr Informationen (Links, Adressen, Broschüren, Merkblätter)

www.hallo-ar.ch/de/notfaelle-und-beratungsstellen/notfallnummern

Beratungsstellen

Einige Beratungsstellen beantworten allgemeine Fragen, andere sind spezialisiert auf bestimmte Themen oder Lebensbereiche. Das Angebot ist je nach Wohnregion unterschiedlich. In der Regel ist eine erste Beratung kostenlos, oft auch weitere Beratungen. Verschiedene Stellen bieten auch Beratungen in Fremdsprachen an.

Informationsstelle Integration INFI

Die INFI steht Migrantinnen und Migranten bei Alltagsfragen für Kurzauskünfte zur Verfügung. Ausserdem gibt die INFI Auskünfte an die Verwaltung, Regelstrukturen, Organisationen und Fachinstitutionen.

Haben Sie eine Frage? Kontaktieren Sie uns per E-Mail chancengleichheit@ar.ch oder telefonisch 071 353 64 26.

Gemeindeverwaltung / Stadtverwaltung

In vielen Situationen ist die Verwaltung des eigenen Wohnorts (Gemeindeverwaltung / Stadtverwaltung) eine gute erste Anlaufstelle. Die Mitarbeitenden können Fragen oft direkt beantworten oder sonst eine geeignete Beratungsstelle empfehlen. Alle Gemeinden im Kanton Appenzell Ausserrhoden haben eine eigene Internetseite. Dort findet man Kontaktdaten, Öffnungszeiten und weitere Informationen, teilweise auch Listen mit Beratungs- und Integrationsangeboten in der Region.

Unentgeltliche Rechtsberatung

Der Kanton ermöglicht unentgeltliche Rechtsberatungen. Diese beraten alle Einwohnerinnen und Einwohner kostenlos bei rechtlichen Fragen (Kurzberatungen). In regelmässigen Abständen finden Sprechstunden statt. Die Daten findet man im Internet oder man fragt bei der Wohngemeinde. Es werden keine telefonischen oder schriftlichen Anfragen beantwortet, man muss persönlich vorbei gehen. Daneben bieten noch andere Stellen eine meistens kostenlose Rechtsberatung zu verschiedenen Themenbereichen (Arbeit, Wohnen, Ehe/Familie), zum Beispiel die Gewerkschaften. Ist die Beratung zeitaufwändig, fallen in der Regel Kosten an.

- Advokatur + Notariat La Region, Heiden, Teufen, Herisau, Appenzell, T: +41 71 622 03 03
- Grand & Nisple Rechtsanwälte, Oberer Graben 26, 9000 St.Gallen, T: +41 71 222 40 33

Rassistische Diskriminierung

HEKS Beratungsstelle gegen Rassismus und Diskriminierung in St. Gallen eine unabhängige Beratungsstelle für Opfer von rassistischer Diskriminierung. Die Beratung ist vertraulich und für Einwohnerinnen und Einwohner des Kantons Appenzell Ausserrhoden kostenlos. Es sind sowohl persönliche Gespräche wie auch Beratungen per Telefon möglich.

find help Appenzell Ausserrhoden

Gesundheit und Soziales - Hilfe leicht gefunden

Hier finden Einwohnerinnen und Einwohner des Kantons Appenzell Ausserrhoden Beratungs- und Unterstützungsangebote in den Bereichen Gesundheit und Soziales.

- **Tipp: Geben Sie bei der Suche Ihren Wohnort an. So finden Sie die Angebote der für Sie zuständigen Stellen.**

Mehr Informationen (Links, Adressen, Broschüren, Merkblätter)

www.hallo-ar.ch/de/notfaelle-und-beratungsstellen/beratungsstellen