

## WIE KANN ICH MITARBEITEN?

Die Voraussetzung für die Mitarbeit bei der Ö3 Kummernummer sind Interesse an Menschen und die Fähigkeit, die Lebenswelt aus ihrem Blickwinkel zu sehen, soziales Engagement, Reflexionsfähigkeit und Teamfähigkeit.

Zu den formalen Kriterien zählen ein Mindestalter von 25 Jahren und psychosoziale Vorerfahrung oder mind. 21 Jahre und psychosoziale Grundausbildung (z. B. Studium oder Berufsausbildung mit psychosozialen Hintergrund – Psychologie, Psychotherapie, Sozialarbeit, ...). Die Bereitschaft, die vorgesehene Ausbildung zu absolvieren und sich für mindestens zwei Jahre zu ehrenamtlichen Diensten an einer Rotkreuz-Dienststelle zu verpflichten, wird vorausgesetzt.

Nach einem Auswahlgespräch kann mit der Ausbildung begonnen werden. Sie besteht aus 48 Stunden theoretischer Ausbildung, primär Gesprächsführung (in drei Wochenendblöcken in Wien), 8 Stunden „Das Rote Kreuz“ und einem 16-stündigen Erste-Hilfe-Kurs. Danach beginnt die Praxisausbildung unter Aufsicht einer psychosozialen Fachkraft. Regelmäßige Supervision und Fortbildungsveranstaltungen ergänzen die Ausbildung

## WIR HÖREN ZU!

Ö3 KUMMERNUMMER

116 123



Täglich zwischen 16:00 und 24:00 Uhr

### WEITERE INFORMATIONEN - KONTAKT

ÖRK – Generalsekretariat  
Psychosoziale Betreuung

☎ 01/58900-134

✉ [psychosozial@roteskreuz.at](mailto:psychosozial@roteskreuz.at)

🌐 [www.roteskreuz.at/psychosozial](http://www.roteskreuz.at/psychosozial)

**IMPRESSUM:** Österreichisches Rotes Kreuz, Wiedner Hauptstraße 32, 1041 Wien, Tel.: +43 1 58900-134, E-Mail: [service@roteskreuz.at](mailto:service@roteskreuz.at), [www.roteskreuz.at](http://www.roteskreuz.at). Redaktion: Mag. Monika Stickler, Mag. Ursula Fraisl. ZVR-Zahl: 432857691. Fotos: ÖRK / Gerald Czech, ÖRK/Nadja Meister, fotolia/Lars Zahner, fotolia/Janina Dierks. Layout: markushechenberger.net, Auflage 1/ 2014





» Ich war verzweifelt, irgendwie war auf einmal alles zu viel. Mein Mann hatte seinen Job verloren, wir waren mit der Miete im Rückstand, es war kurz vor Weihnachten. Kein Geld da für Weihnachtsgeschenke. Meine beiden kleinen Kinder krank und keiner da, mit dem ich darüber reden hätte können. Irgendwann erinnerte ich mich an die Kummernummer und rief an.

Nach dem Gespräch mit einer sehr geduligen Beraterin waren zwar meine Probleme immer noch da, aber schon allein durch das Reden legte sich meine Verzweiflung. Ich hab dann in den folgenden Tagen noch zwei Mal angerufen. Das hat mir sehr geholfen mich wieder zu fangen und gemeinsam mit meinem Mann einen Weg zu finden.

« Elisabeth L.

Hilfe kommt vom Roten Kreuz nicht nur bei Unfällen und Katastrophen, sondern auch bei Problemen wie Einsamkeit, Konflikten, Beziehungsproblemen und Existenzsorgen. Anrufer/innen können vollständig anonym die gebührenfreie Ö3 Kummernummer **116 123** wählen und am anderen Ende der Leitung melden sich psychosozial kompetente Mitarbeiter/innen des Österreichischen Roten Kreuzes. Die Kummernummer-Mitarbeiter/innen hören sich die Sorgen an und können gemeinsam mit den Anrufer/innen erste Schritte entwickeln oder Möglichkeiten weiterführender Beratung oder Betreuung aufzeigen. Derzeit sind über 120 Mitarbeiter/innen aus den Bundesländern Niederösterreich, Steiermark, Tirol und Wien in Wechseldiensten als Telefonberater/innen tätig.

Die Ö3-Kummernummer ist unter der internationalen Kurzwahl **116 123** erreichbar. Die Nummer **116 123** wird in ganz Europa für Lebenshilfelinehotlines vergeben und ist ohne eine Vorwahl zum Nulltarif in ganz Europa erreichbar. In jedem Land wird diese Kurznummer nur ein einziges Mal vergeben. Wer diese Nummer zum Beispiel in Frankreich wählt, wird zu einer vergleichbaren seriösen Hotline für Lebenshilfe verbunden.



In Österreich hat die Ö3-Kummernummer den Zuschlag erhalten. Die behördliche Zuteilung dieser Rufnummer ist daher eine besondere Auszeichnung für Ö3 und das Rote Kreuz.

Die Kurzwahlnummer **116 123** ist aus allen Netzen zum Nulltarif erreichbar.

Mit kontinuierlich 15.000 Beratungsgesprächen jährlich ist die Ö3 Kummernummer als niederschwelliges psychosoziales Angebot eine fixe Einrichtung in Österreich geworden.