

Anlaufstelle Suizidprävention

## Wichtige Angebote zum Thema Suizidalität

### Allgemeine Notfallnummer

Polizei 117

Schutz und Rettung 144

Vergiftungsnotfälle 145

### Angebote für Betroffene

Erwachsene:

- Die dargebotene Hand: 143
- Notfall- und Krisenambulanz (NoKiA) der Psychiatrischen Dienste soH:
  - Solothurn: 032 627 11 11 (24/7)
  - Olten: 062 311 52 10 (werktags 8–17 Uhr)

Kinder und Jugendliche:

- Beratung und Hilfe Pro Juventute: 147
- Notfallnummer der Kinder- und Jugendpsychiatrie soH:
  - Ambulatorium Solothurn & Grenchen: 032 627 17 00 (werktags 8–17 Uhr)
  - Ambulatorium Olten & Balsthal: 032 627 18 50 (werktags 8–17 Uhr)
  - Pikettdienst: 032 627 10 60 (ausserhalb der Bürozeiten und an Feiertagen)

### Angebote für Angehörige

- Elternnotruf (24/7): 0848 35 45 55  
24h@elternnotruf.ch
- Angehörigenberatung (Einzelberatung und Angehörigengruppe) der Psychiatrischen Dienste soH: 032 627 11 11  
angehoerigen-beratung.pd@spital.so.ch
- diverse Angehörigen-Selbsthilfegruppen der Selbsthilfe Solothurn: 062 296 93 91  
info@selbsthilfesolothurn.ch

## Angebote für Hinterbliebene

- diverse Selbsthilfegruppen für Hinterbliebene der Selbsthilfe Solothurn: 062 296 93 91  
info@selbsthilfesolothurn.ch
- Refugium-Verein, Selbsthilfegruppen und Kontaktgespräche: 076 701 14 44  
ursula.kaeufeler@verein-refugium.ch  
(Bern, Basel, Zentralschweiz und Zürich/  
Winterthur)
- Nebelmeer-Gruppen, Angebot des Vereins Trauernetz:
  - für unter 30-Jährige: 076 598 45 30  
info@nebelmeer.net  
(Basel, Bern, Zürich, St. Gallen)
  - für über 30-Jährige: je nach Standort unterschiedliche Kontaktdaten unter  
www.trauernetz.ch/nebelmeer\_ue30  
(Luzern, Zürich, Winterthur, St. Gallen)
- life with – wenn ein Geschwister stirbt, Gruppentreffen (Zürich): team.lifewith@gmail.com
- Online-Vorträge zum Thema Hinterbliebene nach Suizid unter www.agus-selbsthilfe.de

Für weitere Beratungsangebote verweisen wir auf die Internetseite des Kantons Solothurn:

<https://so.ch/verwaltung/departement-des-innern/gesundheitsamt/gesundheitsfoerderung/beratungsangebote/>



Psychiatrische  
Dienste

solothurner  
spitäler **so**H

---

 **KANTON solothurn**

Unterstützt durch das Aktionsprogramm Ernährung, Bewegung und psychische Gesundheit des Kantons Solothurn und Gesundheitsförderung Schweiz.