

meine BIG

BÜRGER:INNENINFORMATION
DER STADT GRAZ
GRAZ HILFT

Alle
Informationen
finden Sie auch auf
[graz.at/ukraine](https://www.graz.at/ukraine)

#grazhilft



Graz solidarisiert sich sichtbar. Der Grazer Uhrturm und der Landhaushof leuchten dieser Tage in den ukrainischen Nationalfarben.

© STADT GRAZ/FISCHER

Menschenrechtsstadt

Eine Welle der Solidarität: was Grazer:innen an Menschlichkeit aufbieten und welche Vorbereitungen getroffen werden.

Seite 2-3

Mehr Service

Hilfe für Flüchtlinge – vom Ankunftszentrum in der Messe Graz bis zu den wichtigsten Kontakten zu Spenden- und Hilfsorganisationen.

Seite 4-7

Miteinander

Wie man Kindern den Krieg erklärt und die wichtigsten Anlaufstellen für Grazer:innen, die selbst Unterstützung benötigen.

Seite 8

Inhalt

- 4-5 Service: vom Ankunftszentrum bis zur Spendenhotline
- 6-7 Service: von der Willkommenschule bis zur Freifahrt
- 8 Kindgerecht die Krise erklären und die wichtigsten Kontakte

IMPRESSUM
Medieneigentümerin & Herausgeberin: Stadt Graz, Abteilung für Kommunikation, Tel. 0316 872-2420, big@stadt.graz.at;
Abteilungsleiter: maximilian.mazelle@stadt.graz.at; **Referatsleiter Öffentlichkeitsarbeit:** michael.baumgartner@stadt.graz.at; **Redakteur:innen:** birgit.pichler@stadt.graz.at, sarah.tatschl@stadt.graz.at, roman.sommersacher@stadt.graz.at;
Layout & Produktion: achtzigzehn;
Druck: Druck Styria GmbH & CoKG;
Verteilung: redmail; **Auflage:** 162.000 Stück; **Bestellung BIG:** Die Zeitung kann unter graz.at/big online gelesen werden. Tel. 0316 872-2421, graz.at/big

HINWEIS
 Informationen in dieser BIG können sich ändern. Aktuelle Serviceinhalte und Telefonnummern auf graz.at/ukraine

© STADT GRAZ/FISCHER (2)



Rasche Hilfe. EU-weit ist man nun gefordert, Flüchtlinge zu unterstützen. Graz ist bereit.

Menschlichkeit hochhalten

Welche Hilfestellung die Stadt Graz in Zeiten der Ukraine-Krise bietet, welche Rolle Graz als Menschenrechtsstadt einnimmt und wie man Flüchtlinge persönlich unterstützen kann.

Rund drei Millionen Menschen sind Schätzungen zufolge derzeit auf der Flucht vor dem Krieg in der Ukraine. In den nächsten Wochen wird Graz für viele Flüchtlinge eine Station auf ihrem weiteren Weg sein. Für einige von ihnen wird die Stadt zum vorläufigen Heimathafen.

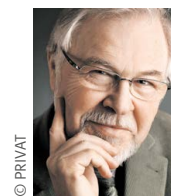
Seit dem Ausbruch der Kampfhandlungen in der Ukraine arbeitet der Führungsstab der Stadt

Graz in mehreren Planungsgruppen intensiv an den damit verbundenen Herausforderungen. Städtische, landes- und bundesweite Maßnahmen greifen gut ineinander. So arbeiten auch Vertreter:innen aus verschiedenen Ämtern und dem Führungsstab der Stadt Graz an der Errichtung und der Schaffung von organisatorischen Rahmenbedingungen für das Ankunftszentrum in der Halle D der Messe Graz.

Mehr dazu findet sich nun auf den Seiten dieser Sonder-BIG, die ein Leitfaden für Grazer:innen sein soll, die Flüchtlingen helfen wollen und dieser Tage vielleicht auch selbst Unterstützung brauchen.

Menschenrechtsstadt Graz
 Bereits angekommenen Menschen aus der Ukraine begegnen Grazer:innen mit großer Solidarität. „Die Menschenrechtsstadt

Graz hat eine lange humanitäre Tradition in der Aufnahme von Flüchtlingen“, betont der Grazer Menschenrechtsexperte Wolfgang Benedek, der kürzlich im Rahmen der Organisation für Sicherheit und Zusammenarbeit in Europa (OSZE) beauftragt wurde, den Vorsitz einer Kommission zu übernehmen, die Verletzungen der Menschenrechte und des Kriegsvölkerrechts in der Ukraine untersuchen soll.



© PRIVAT

„Die Menschenrechtsstadt Graz hat eine lange humanitäre Tradition in der Aufnahme von Flüchtlingen.“
 Menschenrechtsexperte Wolfgang Benedek

Während der Kriege in Kroatien, Bosnien-Herzegowina und im Kosovo, erinnert er weiter, seien „viele Menschen zu uns gekommen, die warmherzig unterstützt wurden. Unter ihnen auch viele Studierende, die an den Grazer Hochschulen weiterstudieren konnten. Auch diesmal sind die Hochschulen gefordert und schon aktiv.“

In den Jahren 2015/2016 und danach hätten sich viele

Grazer:innen in der Aufnahme und Betreuung von syrischen und afghanischen Kriegsflüchtlingen engagiert. „Auf diese Erfahrungen kann Graz heute zurückgreifen, wobei wir es diesmal mit wesentlich geringeren Zahlen zu tun haben“, erklärt Benedek und führt weiter aus: „Hilfreich ist die große Hilfs- und Aufnahmebereitschaft sowohl von öffentlichen Stellen der Stadt Graz und des Landes Steiermark als auch vonseiten der einschlägigen Organisationen und zahlreicher privater Helfer:innen. Auch dass kein Asylverfahren notwendig ist, erleichtert vorerst die Hilfe.“

Unkomplizierte Hilfestellung
 Rasche Hilfe ist das Stichwort – die Stadt Graz bemüht sich um eine unkomplizierte Abwicklung, von der Freifahrt mit den öffentlichen Verkehrsmitteln ins Ankunftszentrum in der Messe



Liebe Grazer:innen,

Kriege zerstören Leben und Länder, Träume und Hoffnungen. Unzählige Menschen erfahren momentan in der Ukraine Grausamkeit am eigenen Leib. Wenn Menschen in Not sind, darf man nicht wegschauen. Das gilt ganz besonders für eine Stadtregierung. Gemeinsam mit Ihnen wollen wir helfen und bieten mit dieser BIG-Sonderausgabe einen Leitfaden an – ob Sie nun Menschen persönlich beistehen wollen, offene Fragen zu relevanten Kontaktadressen haben oder selbst Unterstützung benötigen.

Die Grazer Stadtregierung:
 StR Manfred Eber, StR Kurt Hohensinner, StRⁱⁿ Claudia Schönbacher, Bgm.ⁱⁿ Elke Kahr, Bgm.ⁱⁿ-Stv.ⁱⁿ Judith Schwentner, StR Robert Krotzer, StR Günter Riegler (v. l.)

WISSENSWERT

► WO INFORMIEREN?

Die Stadt Graz aktualisiert laufend Serviceinhalte zu relevanten Telefonnummern (Spenden, Unterkünfte, ...) und bietet Hilfe, wenn Unterstützung in der momentanen Situation gefordert ist.

► WIE AM BESTEN VERMITTELN?

Wer helfen will, kann das auch aktiv tun. Auf der Website der Stadt Graz findet sich ein Flyer zum Herunterladen, auf dem der Weg zur Erstaufnahme via Öffis verzeichnet ist und die wichtigsten Details auch in ukrainischer Sprache in kyrillischer Schrift vermerkt sind. graz.at/ukraine



Zusammenhalt ist das Gebot der Stunde

Die Geschehnisse in der Ukraine haben weltweit für Betroffenheit gesorgt und eine Welle der Solidarität und Hilfsbereitschaft gegenüber der ukrainischen Bevölkerung ausgelöst. Hier finden Sie die wichtigsten Informationen, wenn Sie spenden möchten, eine Unterkunft bereitstellen wollen oder auf ankommende Menschen treffen.

sarah.tatschl@stadt.graz.at, roman.sommersacher@stadt.graz.at

Die erste Anlaufstelle für Ankommende in Graz ist das Ankunftszentrum in der Messehalle D (Messeplatz 1, 8010 Graz). Hier findet der Erstkontakt statt, bei dem die Ukrainerinnen und Ukrainer registriert werden und im Anschluss auf die über 4.000 gemeldeten Quartiere in der Steiermark aufgeteilt werden.

Große Hilfsbereitschaft

In den letzten Wochen hat sich eine große Hilfsbereitschaft aufgrund der dramatischen Situation in der Ukraine entwickelt. Menschen spenden, stellen Unterkünfte bereit und kümmern sich um die Versorgung der geflüchteten Personen. Sowohl private als auch öffentliche Initiativen von Bund, Land und Stadt signalisieren, dass jetzt geholfen werden muss. Vor allem NGOs sorgen dabei für einen geregelten Ablauf der Hilfsaktionen.

Die folgende Ansammlung an Informationen stellt eine Auswahl der Hilfsangebote dar und ist zeitlich auf den Redaktionsschluss am 17. März 2022 begrenzt. Aktuelle Informationen finden Sie unter [graz.at/ukraine](https://www.graz.at/ukraine)

ANKUNFTSZENTRUM

Erstmaßnahmen

Seit Mittwoch ist in der Messehalle D ein Ankunfts-zentrum für ukrainische Flüchtlinge in Betrieb. Dieses dient als Stützpunkt für die wichtigsten Erstmaßnahmen nach der Ankunft. In der Anfangsphase können rund 100 Personen täglich erstversorgt werden, bei Bedarf können die Kapazitäten auf bis zu 1.000 Menschen ausgedehnt werden.

Registrierung

Bei der Ankunft werden ankommende Menschen durch Dolmetscher:innen willkommen geheißen. Anschließend werden sie durch die Polizei registriert. Die Registrierung stellt sicher, dass die ankommenden Menschen Zugang zu medizinischer Versorgung, Wohnungen und zum Arbeitsmarkt erhalten. Außerdem kann so in weiterer Folge an den Servicestellen der Stadt Graz ein Meldezettel abgeholt werden. Pro Person nimmt die Registrierung lediglich rund fünf Minuten in Anspruch.

Coronatests

Im Anschluss an die Registrierung testet das Rote Kreuz die ankommenden Personen auf Covid-19. Ein separater Bereich für positiv Getestete

wurde eingerichtet. So kann eine Versorgung sowohl für erkrankte wie auch für gesunde Menschen sichergestellt werden. Bei der Unterbringung in Quarantäne wird darauf geachtet, dass Familien zusammenbleiben. Weiters gibt es in der Messe die Möglichkeit, sich gegen das Coronavirus impfen zu lassen.

Verpflegung

Im Ankunfts-zentrum ist eine Verpflegung durch Lebensmittel und Hygieneartikel sichergestellt. Außerdem werden medizinische und psychische Unterstützung vor Ort angeboten. In der Halle gibt es Ruhe-zonen, eigens eingerichtete Kinderbereiche und zahlreiche Aufladestationen für Mobiltelefone.

Quartiere

Nach der Erstversorgung werden die Ankommenden vom Land Steiermark auf die über 4.000 gemeldeten Quartiere in der Steiermark aufgeteilt. Dabei wird darauf geachtet, dass Familien- und Gruppenverbände gemeinsam unterkommen können. Sollten Menschen nicht unmittelbar untergebracht werden können, gibt es auch vor Ort die Möglichkeit, eine Nacht in einer eigens eingerichteten

Notschlafstelle zu verbringen. Neben der medizinischen Versorgung der ankommenden Menschen werden auch mitgebrachte Haustiere im Ankunfts-zentrum aufgenommen.

SPENDEN UND HELFEN

Viele Menschen in Graz haben in den letzten Wochen ihre Bereitschaft bekundet, persönlich zu helfen. Hilfsorganisationen haben bereits Spendenkonten eingerichtet und sind vor Ort in der Ukraine oder in Österreich tätig, um Menschen, die vom Krieg betroffen sind, zu unterstützen. Beispielfhaft genannt seien folgende Unterstützungsmöglichkeiten:

Geldspenden

Am besten helfen Sie zur Zeit mit Geldspenden, da so konkret dringend benötigte medizinische und humanitäre Hilfe geleistet werden kann. Außerdem werden mit den Spenden dringend benötigte Güter angekauft. Dafür haben Hilfsorganisationen wie das Rote Kreuz, die Caritas oder das Grazer Welthaus eigene Spendenkonten eingerichtet. Um direkt spenden zu können, finden Sie die Kontodaten der Spendenaktionen

©STADT GRAZ/FISCHER (2)



Angekommen. Im Ankunfts-zentrum in der Messe greifen das Land Steiermark, die Polizei, das Rote Kreuz und die Stadt Graz zusammen, um die Menschen mit den Basics zu versorgen.

in der blauen Box. Spenden können übrigens steuerlich abgesetzt werden.

Sachspenden

Neben zahlreichen privaten Sammelaktionen können Lebensmittel im VinziMarkt in der Karl-Morre-Straße 9 abgegeben werden. Benötigt werden vor allem Grundnahrungsmittel wie Mehl, Speiseöl, Nudeln, Eier, haltbare Ware und Konserven, aber auch Hygieneartikel. Achten Sie dabei bitte auf die Mindesthaltbarkeitsdaten. Von Mittwoch bis Sonntag können außerdem Sachspenden an die Organisation „Save Ukraine Graz“ in der von der Holding zur Verfügung gestellten Remise in der Brockmann-gasse abgegeben werden. Die Caritas sammelt außerdem Sachspenden am „Carla“-Standort in der Herrgottwiesgasse. Dringend benötigt werden vor allem Kinder- und Damenbekleidung inklusive Schuhe.

Zeit spenden

Sollten Sie Ihre Zeit spenden wollen und die Caritas bei den Hilfeleistungen für die Ukraine unterstützen wollen, können Sie sich online für die Mitarbeit beim „Team Nächstenliebe“ für die Aufgabe „Hilfe für die Ukraine“ registrieren. Sie werden bei Bedarf von der Caritas kontaktiert.

UNTERKÜNFTE MELDEN

Über die Hotline der Sozialabteilung des Landes Steiermark können freie Quartiere und andere Unterstützungsangebote gemeldet werden. Am besten meldet man freie Unterkünfte per E-Mail an die zuständige Stelle des Landes. Dabei sollten Name, Adresse und Größe der zur Verfügung stehenden Wohnung, sowie die Telefonnummer angegeben werden. Außerdem kann freier Wohnraum über die Homepage der Caritas unverbindlich gemeldet werden. Bei Bedarf werden dann individuelle Lösungen mit den Bereitsteller:innen besprochen.

Tel.: +43 800 201010
grundversorgung@stmk.gv.at

AUFENTHALTSSTATUS

Am Donnerstag, 3. März 2022, wurde von den EU-Staaten gemeinsam

vereinbart, dass Flüchtlinge aus der Ukraine einen Schutzstatus bekommen. Dieser gilt vorläufig für ein Jahr und ist bis auf drei Jahre verlängerbar. Sie haben damit nach der Registrierung einen legalen Aufenthalt auch nach den 90 Tagen, die sie als Tourist:innen bleiben können, und bekommen eine E-Card. Die Verordnung zum Aufenthalt besagt: „Staatsangehörige der Ukraine, die aufgrund des bewaffneten Konfliktes nicht in die Ukraine zurückkehren können, haben nach Ablauf der Gültigkeitsdauer dieses Aufenthaltstitels ebenfalls ein vorübergehendes Aufenthaltsrecht im Bundesgebiet.“ Dies bedeutet, dass beispielsweise ukrainische Studierende in Graz damit legal in Österreich bleiben können.

Hotline der Caritas für fremdenrechtliche Fragen
Tel.: +43 5 1776380

Fortsetzung nächste Seite

SPENDENKONTEN UNTER ANDEREM

Rotes Kreuz	IBAN: AT57 2011 1400 1440 0144
Caritas	IBAN: AT23 2011 1000 0123 4560 Kennwort: Ukraine Soforthilfe
Welthaus Graz	IBAN: AT79 2081 5000 0191 3300 Kennwort: Ukraine



Galyna Skotnik, MigrantInnen-beirätin und Vorsitzende des Ukrainischen Kulturvereins in Graz

Ein Zeichen des Friedens senden

Frau Skotnik, wohin können sich Ukrainer:innen in Graz wenden?

Galyna Skotnik: In der An-nenstraße 20 wird es ab der kommenden Woche einen permanenten Treffpunkt für Ukrainerinnen und Ukrainer geben. Dort wird künftig der „Ukrainische Kulturverein in Graz“ seine Heimat haben.

Welche Hilfeleistungen werden dort derzeit angeboten?

Skotnik: Dort werden wir eine Anlaufstelle für humanitäre Hilfe anbieten. Wir haben viele Lebensmittel für geflüchtete Ukrainerinnen und Ukrainer gelagert. Außerdem werden wir gemeinsam mit flüchtenden Lehrern Angebote für ukrainische Kinder schaffen, beispielsweise durch Musik- oder Kreativworkshops.

Wie sehen Sie die aktuelle Anteilnahme in Graz bezüglich der Geschehnisse in der Ukraine?

Skotnik: Es ist schön, dass so viel in Graz passiert. Es gibt täglich Benefiz-Veranstaltungen, wie zum Beispiel zuletzt von den Mariagrüner Serenaden. Damit werden tolle Friedenszeichen gesetzt. Das, was jetzt passiert, passiert direkt vor unserer Haustür und es betrifft uns alle. Es ist wichtig, dass wir uns nicht an diese Bilder gewöhnen und die Situation als gegeben betrachten. Es ist wirklich schön zu sehen, welche Unterstützung wir derzeit in Graz erfahren.

[ridnadomivka.at](https://www.ridnadomivka.at)

Fortsetzung

► FREIFAHRT UND PARKEN

Freifahrt

Aufgrund der aktuellen Situation in der Ukraine werden ab sofort Personen, die sich auf der Flucht aus der Ukraine befinden, mit allen Bussen und Bahnen im Verkehrsverbund Steiermark zum Zwecke der An- und Durchreise kostenlos befördert. Menschen, die aus der Ukraine geflüchtet sind, können das gesamte Netz der Graz Linien in der Zone 101 gegen Vorlage des ukrainischen Reisepasses bis auf Widerruf kostenlos nutzen. Ukrainische Kinder, die in Graz zur Schule gehen, bekommen eine Schüler:innenfreifahrt.

Parken

Autos mit ukrainischen Kennzeichen, die in einer gebührenpflichtigen Zone parken, erhalten einen mehrsprachigen Hinweis an die Windschutzscheibe. Sie werden nicht abgestraft.

► SCHULPLÄTZE

Volksschule, Mittelschule und Polytechnische Schule

Für Kinder, die einen Schulplatz an einer Volksschule (rund 6 bis 10 Jahre), Mittelschule (rund 10 bis 14 Jahre) oder polytechnischen Schule in Graz brauchen, ist die Abteilung für Bildung und Integration der Stadt Graz zuständig.

Tel.: 0316 872-7474
abiservice@stadt.graz.at

AHS, BHS und Schulen außerhalb von Graz

Kinder und Jugendliche, die eine AHS (Allgemeinbildende höhere Schule) oder BMHS (berufsbildende mittlere oder höhere Schule) besuchen möchten, sollten sich direkt an die Schule wenden. Wenn ein Schulbesuch außerhalb von Graz gewünscht ist, sollten sich Betroffene direkt an die Schule oder die Wohnsitzgemeinde wenden.

Willkommenschule

Die Willkommenschule ist die zentrale Erstscheule für

© STADT GRAZ/FISCHER (2)



Sichtbar. An vielen Stellen der Stadt wurden sichtbare Zeichen der Solidarität gesetzt.

alle Altersstufen von sechs bis 15 Jahren. Dort werden die Kinder für den anschließenden Schuleinstieg vorbereitet. Ukrainisch sprechende Personen sind vor Ort. Hefte und Stifte bekommen die Kinder vor Ort in der Volksschule St. Leonhard in der Elisabethstraße 56.

► BETREUUNGSPLÄTZE

Wenn Sie einen Betreuungsplatz in einem Kindergarten (3 bis 6 Jahre) in Graz benötigen, gilt Folgendes:

- **Abgeschlossene vollständige Registrierung** und damit Festlegung der Wohnadresse.
- **Wenden Sie sich bitte mit dem Nachweis der Registrierung** an die Abteilung für Bildung und Integration, Keesgasse 6, 8010 Graz.
- **Kosten:** Der Essensbeitrag für die Kinderkrippe und den Kindergarten in der Höhe von € 37,98 ist als Mindestbeitrag zu bezahlen.

- **Ein freier Kinderbetreuungsplatz in Wohnortnähe** wird von der ABI-Service gesucht und der Erstkontakt zwischen Leitung und Flüchtlingsfamilie wird hergestellt.
Tel.: 0316 872-7474
abiservice@stadt.graz.at

► EHRENAMTSVERSICHERUNG

Für alle, die nun im Rahmen der Betreuung von Geflüchteten tätig sind und keine Versicherung im Rahmen einer NGO haben, kommt die Ehrenamtsversicherung für freiwillige Helfer:innen zum Tragen. Diese wurde erst kürzlich von der Stadt Graz auf weitere 10 Jahre beauftragt.
engagiert@stadt.graz.at

► FINANZIELLE ANLIEGEN

Aktuell ist es in keiner steirischen Bank möglich, die ukrainischen Griwna in Euro zu wechseln. Um die Grundversorgung zu decken, teilt die Caritas Gutscheine für eine Supermarktkette aus und stellt Gutscheine für die Carla-Läden

zur Verfügung. Abgeholt werden können diese im Marianum in der Mariengasse 2. Mit ukrainischem Pass können Menschen außerdem an den Lebensmitelausgaben der Caritas die wichtigsten Grundnahrungsmittel einkaufen. Außerdem wird zu Redaktionsschluss an einer europaweiten Lösung gearbeitet, die eine Geldbehebung von Ukrainerinnen und Ukrainern im Ausland ermöglicht. Weiters soll es dann auch möglich sein, dass Schutzsuchende Konten in Österreich eröffnen können.

► WEITERE INFORMATIONEN

Sirenen

Traumatisierte flüchtende Menschen wissen oft nicht, dass in Österreich jeden Samstag um 12 Uhr eine Sirenenprobe stattfindet. Am ersten Samstag im Monat dauert der Alarm länger. Es ist wichtig, diesen Menschen klarzumachen, dass das kein Grund zur Sorge ist und sie hier sicher sind.

Corona

Kostenlose Testmöglichkeiten gibt es neben der Messe auch

in den meisten Apotheken und Testzentren. Vorerst können Geflüchtete dieses Angebot bis Ende März nutzen. Die Einreise nach Österreich ist allerdings auch mit einem positiven Coronatest möglich.

Telefonie

Telefonie aus Österreich in die Ukraine und umgekehrt ist bei vielen Anbietern kostenlos.

► BEI FRAGEN

Bundeshotline

Für Ukrainer:innen gibt es eine Hotline, die auf Ukrainisch betreut wird. Sie wird von der Bundesagentur für Betreuungs- und Unterstützungsleistungen (BBU) verwaltet und ist rund um die Uhr erreichbar. Diese Hotline richtet sich explizit an ukrainische Flüchtlinge, weshalb Helfende von einem Anruf absehen sollten.

Tel.: +43 1 2676 870 9460

Sozialservice des Landes Steiermark

Bei Fragen und Meldungen rund um freie Quartiere und andere Unterstützungsangebote hilft die Hotline der Sozialabteilung des Landes Steiermark weiter.

Tel.: +43 800 20 10 10

Caritas

Die Caritas hat eine eigene Hotline zu Fragen zur Ukraine eingerichtet. Außerdem gibt es eine österreichweit tätige Hotline für fremdenrechtliche Fragen.

Steiermarkhotline:
Tel. +43 316 8015 215

fremdenrechtliche Fragen:
Tel. +43 5177 6380

TOPINFORMIERT AUF GRAZ.AT

Die Geschehnisse in der Ukraine sind turbulent und haben starke Auswirkung auf zahlreiche Bereiche des täglichen Zusammenlebens in Europa. Die für Graz relevanten Informationen bereiten wir für Sie komprimiert und tagesaktuell auf unserem Webauftritt auf.
graz.at/ukraine

Gut vorbereitet

Der Krieg in der Ukraine ist nur 700 Kilometer weit weg – aber er zeigt, wie wichtig es ist, den eigenen Haushalt krisenfest zu machen.

sicherheitsmanagement@stadt.graz.at

Naturkatastrophen, Stromausfälle, Streiks, Krieg oder einfach ein Krankheitsfall: Es ist immer gut, wenn man einige Vorräte, am besten für 14 Tage, daheim hat. Die wichtigsten Tipps für einen krisenfesten Haushalt.

Familie

Legen Sie fest, wer sich im Notfall wo wann mit wem trifft bzw. wie man Kontakt hält.

Wasser

Lagern Sie pro Tag und Person mindestens 1,5 Liter ein.

Lebensmittel

Sie sollten lang haltbar, gut verpackt, kalorienreich sein.

Hausapotheke

Haben Sie von den wichtigen

Medikamenten immer einen Vorrat daheim. Zusätzlich empfehlen sich Schmerztabletten, Desinfektionsmittel und auch Verbandsmaterial.

Technische Geräte

Um an nötige Informationen zu kommen, sollte ein batteriebetriebenes Radio mit Ersatzbatterien vorhanden sein. Außerdem sollten Sie Taschenlampen, Kerzen inklusive Zünder haben. Auch ein Campingkocher zur Speisenzubereitung ist hilfreich.

Dokumente

Achten Sie auch darauf, wichtige Urkunden, Reisepässe, Sparbücher und andere Wertgegenstände gesammelt zu lagern.

sicherheit.graz.at



Friedrich Möstl,
Honorarkonsul
der Ukraine
in der Stadt Graz

In Krisenzeiten zusammenrücken

Im Namen aller Ukrainer darf ich mich für die unglaubliche Solidarität der Menschen in unserem Land in Form von Hilfeleistungen, Sachspenden, Wohnungen und ehrenamtlichen Tätigkeiten sehr herzlich bedanken und schließe gleich die Bitte an, auszuhalten, denn wir werden diese Solidarität und Hilfe noch eine Zeit lang brauchen.

Der Anzahl der Mitglieder der ukrainischen Gemeinde in der Steiermark – bislang waren es circa 200 Menschen – ist wohl schon jetzt verdoppelt worden. Laut UNO werden sich voraussichtlich über fünf Millionen Menschen auf den Weg machen.

Wenn wir das auf eine Quote umrechnen würden, hochgerechnet mit dem Bevölkerungsanteil in der Steiermark, sind es demnach circa 14.000 bis 15.000 Ukrainerinnen und Ukrainer, die in der Steiermark Schutz suchen werden.

Wir hoffen, dass diese Menschen, wenn der Krieg vorbei ist und wieder Frieden herrscht, ihr Leben in der Ukraine wieder aufnehmen und weiterführen können. Bis dahin sind wir bereit zu helfen, wo wir können. Gerade in Krisenzeiten rücken wir Menschen zusammen. Wir werden zeigen, dass wir gemeinsam noch stärker sind.

graz@konsulat-ukraine.at,
konsulat-ukraine.at



Vorbereitet. Haltbare Lebensmittel sind im Krisenfall essenziell.

Kindgerechte Gespräche

*Fünf Tipps der Psychologen
Gerald Friedrich und Dominik Paleczek,
wie man am besten mit Kindern über
die aktuelle Situation spricht.*

© ADOBE STOCK/STUDIO ROMANTIC



Kinder haben sehr feine Sensoren. Sie nehmen wahr, dass Erwachsene durch die aktuelle Situation in Sorge versetzt sind – auch wenn sie es nicht immer zeigen.



1. Kindgerecht

Entscheidend ist, dass Sie Ihrem Kind auf Augenhöhe begegnen, dass Sie in seiner Sprache mit ihm sprechen und vor allem dass Sie ihm zuhören. Welche Fragen hat Ihr Kind? Was beunruhigt Ihr Kind? Wie kann ein Kind verstehen, was Krieg ist? Vielleicht finden Sie Alltagssituationen im Leben Ihres Kindes, in denen Menschen mit unangemessener Gewalt reagiert haben – um zu verdeutlichen: Gewalt ist keine Lösung für einen Konflikt.



2. Sicherheit geben

Ihr Kind spürt, dass auch Sie in Sorge sind. Finden Sie ehrliche, kindgerechte Worte, damit Ihr Kind versteht,

was Sie gerade betroffen macht, ohne es zu ängstigen. Vermitteln Sie dann Ihrem Kind Sicherheit, indem Sie es an die gemeinsamen Werte des friedlichen Zusammenlebens, an die familiäre Gemeinschaft oder auch an den Glauben erinnern – mit positiven Worten: „Du bist bei uns in Sicherheit, wir leben in einem sicheren Land, einer sicheren Stadt.“ Umarmen Sie Ihr Kind – es wird sich von Ihnen beschützt fühlen.



3. Von der passiven Bedrohung zum aktiven Tun

Angst entsteht, wenn wir das Gefühl haben, an einer Situation nichts verändern zu können. Werden Sie daher gemeinsam mit Ihrem Kind aktiv. Suchen Sie

nach Spielsachen, Kleidung oder Decken, die Sie spenden möchten. Ihr Kind hat bestimmt weitere Ideen, wie Sie sich als Familie mit den Menschen im Krieg solidarisch zeigen können.



4. Gutes Gesprächsklima

Beantworten Sie akute Fragen Ihres Kindes sofort und schaffen Sie für ein längeres Familiengespräch ein kindgerechtes Setting, indem Sie zum Beispiel zuerst mit Ihrem Kind altersentsprechende Nachrichten auf dem Kinderkanal oder kindgerechte Videos gemeinsam ansehen, die den Krieg erklären. Oder knüpfen Sie am Alltag Ihres Kindes an: „Habt ihr in der Schule, im Kindergarten darüber gesprochen?“



5. Alltagsstrukturen

Versuchen Sie, auch selbst wieder ins emotionale Gleichgewicht zu kommen, finden Sie zu Ihrer eigenen Sicherheit zurück. Vermehrte Struktur und Routinen im Alltag können Ihnen und Ihrem Kind in Phasen der Unsicherheit helfen. Ganz wichtig: Legen Sie nachrichtenfremde Zeiten fest, deaktivieren Sie Push-Nachrichten am Handy und schützen Sie Kinderohren vor den dauernden Gesprächen der Erwachsenen zu diesem Thema.

Bei Fragen und Unsicherheiten ist das Familien.Kompetenz.Zentrum für Sie da.
Tel.: +43 316 872-4650

FÜR HILFESUCHENDE

► UNTERSTÜTZUNG

- **Mehrsprachige Krisenintervention und psychologische Beratung für Betroffene/Geflüchtete**

Omega: +43 316 773554
Zebra: +43 316 835630

- **Unterstützung für Künstler:innen aus der Ukraine via <rotor>**
+43 316 688306

► STÄDTISCHE WOHNHEIME

- **Männerwohnheim**
Rankengasse 24
Tel.: +43 316 872-6481

- **Frauenwohnheim**
Hüttenbrennergasse 41
Tel. +43 316 872-6491

► HOTLINES

- **Bundes-Hotline für Ukrainer:innen in Österreich**
Tel.: +43 1 26768709460
- **Sozialservicestelle Land Steiermark**
Tel.: +43 800 201010
- **Ukraine-Hotline Caritas Steiermark**
Tel.: +43 316 8015215
- **Hotline der Caritas für fremdenrechtliche Fragen**
Tel.: +43 51776380

► PSYCHOSOZIALE BERATUNGSSTELLEN

- **Hasnerplatz 4**
Tel.: +43 316 676076
- **Plüddemanngasse 45**
Tel.: +43 316 228445
- **Granatengasse 4**
Tel.: +43 316 711004
- **Eggenberger Allee 49**
Tel.: +43 316 442000

► TELEFONISCHE HILFE

- **Rat auf Draht**
Tel.: 147
- **Telefonseelsorge**
Tel.: 142

- **Psychosozialer Dienst**
(Notruf bei psychischen Krisen)
Tel.: +43 1 31330
- **Bereitschaftsdienst für Kinder und Jugendliche**
Tel.: +43 316 872-3043
- **Notfall-Hotline des Außenministeriums**
(bei Aufenthalt im Ausland)
Tel.: +43 1 901144411
- **Männer-Notruf Steiermark**
Tel.: +43 800 246247
- **Notruf der steirischen Frauenhäuser**
Tel.: +43 316 429900