

Wichtige Stellen und Telefonnummern, an die im Notfall weitervermittelt werden kann

Österreichweit

- **Telefonseelsorge 142**, Tel. 142 (ohne Vorwahl, 0-24 Uhr), www.telefonseelsorge.at
- **Rat auf Draht 147**, Tel. 147 (ohne Vorwahl, 0 – 24 Uhr), bei Fragen zum Umgang mit Kindern und Jugendlichen, www.rataufdraht.at
- **Kriseninterventionszentrum** (bei akuten Krisen und Suizidgedanken), Tel. **01/406 95 95**, www.kriseninterventionszentrum.at
- **Frauenhelpline**, Tel. **0800 222 555** (0 – 24 Uhr), www.frauenhelpline.at
- **Männernotruf**, Tel. **0800 246 247** (0 – 24 Uhr), www.maennernotruf.at
- **Psychotherapie Helpline**, Tel. **0720/ 1200 12** (täglich 8 – 22 Uhr), <https://www.psychotherapie-wlp.at/wlp/psychotherapie-helpline>
- **BÖP** (Berufsverband österreichischer Psychologen) Helpline: Tel. **01504 8000** (9 – 20 Uhr), <https://www.boep.or.at/psychologische-behandlung/helpline>
- **Hotline der Caritas**, Tel. **05 1776 300** (Mo-Fr 9-13 Uhr), bei sozialen Notlagen

Wien

- **Sozialpsychiatrischer Notdienst/PSD**, Tel. 01/31 330 (0-24 Uhr), Psychiatrische Soforthilfe im Krisenfall, www.psd-wien.at
- **Für Kinder und Jugendliche**, www.bittelebe.at
- **Frauennotruf der Stadt Wien** (0-24 Uhr) Tel. 01/71 71 9, <https://www.wien.gv.at/menschen/frauen/beratung/frauennotruf/>

Niederösterreich

- **PsychoSoziale Dienst**, Erstinformation unter 0676 838 447 575, Mo-Fr 8-18 Uhr
- **NÖ-Frauentelefon**, Tel. 0800 800 810, Mo-Do 9–12 Uhr
Bei psychischen, sozialen, rechtlichen, gesundheitlichen und wirtschaftlichen Fragen. Rechtsberatung immer Freitags von 14-16 Uhr

Burgenland

- **Psychosozialer Dienst Burgenland**, www.psychosozialerdienst.at
Standorte: Eisenstadt, Neusiedl, Mattersburg, Oberpullendorf, Oberwart, Güssing, Jennersdorf
- **Selbsthilfegruppen für Angehörige HPE**, Hilfe für Angehörige psychisch Erkrankter: online unter www.hpe.at

Steiermark

- **Psychosoziale Versorgung in der Steiermark**, www.plattformpsyche.at
- **PsyNot** (das psychiatrische Krisentelefon für die Steiermark), 24h täglich erreichbar unter der **0800/44 99 33**, online unter <https://psynot-stmk.at/>
- **GO-ON Suizidprävention Steiermark**, Kompetenzzentrum für Suizidprävention www.suizidpraevention-stmk.at
- **WEIL – Weiter im Leben**, Hilfe für betroffene Jugendliche bis 25, deren Angehörige und FreundInnen. Online unter <https://weil-graz.org/>
- **Selbsthilfegruppen zu allen Themen**, <https://selbsthilfe-stmk.at/>
- **HPE, Hilfe für Angehörige psychisch Erkrankter**, online unter www.hpe.at.

Oberösterreich

- **Krisenhilfe Oberösterreich**, Tel.: 0732 21-77, täglich 0–24 Uhr, telefonische Hilfe bei psychischen Krisen rund um die Uhr für Anrufer*innen aus ganz Oberösterreich. Online-Beratung möglich. Auch mobile Einsätze – Hilfe vor Ort. www.krisenhilfeooe.at

Kärnten

- **PNK Ost** (Psychiatrischer Not- und Krisendienst Ost, Abteilung für Psychiatrie und Psychotherapie, Klinikum Klagenfurt), Tel.: 0664/3007007, täglich 0-24 Uhr, www.kabeg.at
- **PNK West** (Abteilung für Psychiatrie und psychotherapeutische Medizin, Landeskrankenhaus Villach), Tel.: 0664/3009003, täglich 0-24 Uhr, www.kabeg.at.

Salzburg

- **Pro Mente Salzburg**, für Menschen in akuten Not- und Krisensituationen sowie deren Angehörigen. Online unter www.promentesalzburg.at
- **Krisenhotline Salzburg**, Tel.: 0662 433351, tägl. 0–24 Uhr
- **Krisenhotline St. Johann**, Tel.: 06412 20033, tägl. 0–24 Uhr
- **Krisenhotline Zell am See**, Tel. 06542 72600, tägl. 0–24 Uhr

Tirol

- **Universitätsklinik für Psychiatrie Innsbruck**, Tel.: 050 504 (diensthabende Psychiater*innen verlangen), tägl. 0-24 Uhr
- **Psychosozialer Krisendienst** Land Tirol, Tel. 0800 400 120.
Montag bis Donnerstag: 8-20 Uhr, Freitag: 8-16:30 Uhr,
Wochenende: rund um die Uhr (ab Freitag 16:30 bis Montag 8 Uhr)
Feiertage: rund um die Uhr

Vorarlberg

- **Institut für Sozialdienste (ifs) Vorarlberg** – Beratungsstellen.
Beratung und Unterstützung von Menschen in psychischen und sozialen Notsituationen und Krisen www.ifs.at
Standorte: Bregenz, Bregenzerwald, Dornbirn, Hohenems, Feldkirch, Bludenz
- **Selbsthilfegruppen**: www.selbsthilfe-vorarlberg.at