

Psychische Gesundheit

Du fühlst dich nicht wohl? Suchst du Hilfe und möchtest mit jemandem reden? Dann nutze bitte eine der folgenden Möglichkeiten:

Organisation	Kontaktdaten	Themen	Zusatzinfo
Rat auf Draht	https://www.rataufdraht.at/# Tel: 147 (rund um die Uhr) Onlineberatung Chatberatung (Mo-Fr 18-20 Uhr)	Schule, Gesundheit, Gewalt, Liebe Sexualität, Familie usw.	Rat auf Draht für Eltern: https://elternseite.at/de/home auch Videochats werden angeboten
Berufsverband österreichischer PsychologInnen (BÖP)	www.boep.or.at/psychologische-behandlung/helpline Tel: 01/504-8000 (Mo-Do 9-13 Uhr) helpline@psychologiehilft.at	akute Krisen, psychische Störungen (Ängste, Depressionen, Zwänge), Existenzängste, Leidensdruck wegen häuslicher Isolation	Psychologinnen stehen für Fragen und persönliche Anliegen am Telefon und per Email zur Verfügung, helfen auch bei der Suche nach psychologischer Betreuung für konkretes Problem
Schulpsychologie Niederösterreich – Bildungsdirektion	Schulpsychologie, Bildungsdirektion Niederösterreich (bildung-noe.gv.at) Tel: 0800211320 (MO-FR von 8-20 Uhr, SA 8-12 Uhr) Tel: 02742/280 4700 oder 0664/8257189 Mag. Kugler-Windisch	Lernprobleme, Prüfungsangst, Perspektiven-/Orientierungslosigkeit, schwierige Situationen zu Hause, Gewalterfahrung, psychosomatische Beschwerden, Suizidgedanken	Leiterin: Mag. Beate Wais Schulpsychologin Mag. Kugler-Windisch ist in ihren Sprechstunden an HAK HAS am 18.10., 17.11., 15.12., 19.01. von. 08-12 Uhr in der Business Lounge anwesend
Kinder -und Jugendhilfe NÖ	https://www.noegv.at/noe/Jugend/KJH_Beratung_Hilfestellung.html	Festsetzung des Unterhalts, Beurteilung der Kindeswohlgefährdung, Erziehungshilfen	auch Beratung bei familiären Problemen
Jugendcoaching	Kathrin.ernst@caritas-stpoelten.at 0676/838 44 488 Bahnhofplatz 8, 3500 Krems	Berufsorientierung, Karriereplanung, Bewerbungcoaching, Hilfe zur eigenen Entscheidungsfindung, Hilfe bei Problemen, die das Lernen erschweren	Jugendcoaches beraten am Übergang Schule-Beruf
Suchtprävention Fachstelle NÖ	https://www.fachstelle.at 02742/31440-32, office@fachstelle.at	Abhängigkeitserkrankungen	Angebote für Betroffene und Angehörige, auch Online-Angebote
Telefonseelsorge Niederösterreich	Tel: 142 Mo-So 0-24 Uhr	Gesprächsunterstützung in Krisen, bei Problemen zur Entlastung	Rund um die Uhr erreichbar, kostenlos von Festnetz und Handy
Opferschutzgruppe Krems Kinderschutzgruppe Krems	Universitätsklinikum Krems Mitterweg 10, 3500 Krems, Tel: 02732/9004-0 unfallchirurgie@krems.lknoe.at , gyn-geburtshilfe@krems.lknoe.at kinderheilkunde@krems.lknoe.at	Hilfe und Unterstützung bei jeglichen körperlichen und/oder psychischen Gewaltsituationen gegen Erwachsene, Kinder und Jugendliche (Kinderschutzgruppe)	Unterstützung, um erste Schritte aus der Gewaltsituation zu setzen, wie Erste Hilfe, Kontakt zu Hilfseinrichtungen, Psychologische Gespräche und Informationen über Anzeigemöglichkeiten
Krisentelefon NÖGUS	Tel: 0800/202016 Mo-So 0-24 Uhr	Professionelle Beratung in psychischen Notsituationen und Krisen	
Dr. Giovanna Celentano	Di und Do von 8-11:30 Uhr im Schularztzimmer	Medizinische Beratung in vertraulichen Gesprächen	Fachärztin für Notfallmedizin und Anästhesie