

## Psychische Gesundheit

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

Organisation	Kontaktdaten	Themen	Zusatzinfo
<b>Rat auf Draht</b>	<a href="https://www.rataufdraht.at/#">https://www.rataufdraht.at/#</a> 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: <a href="https://elternseite.at/de/home">https://elternseite.at/de/home</a> auch Videochats werden angeboten
<b>Berufsverband österreichischer PsychologInnen (BÖP)</b>	<a href="http://www.boep.or.at/psychologische-behandlung/helpline">www.boep.or.at/psychologische-behandlung/helpline</a> Tel: 01/504-8000 (Mo-Do 9-13 Uhr) <a href="mailto:helpline@psychologiehilft.at">helpline@psychologiehilft.at</a>	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
<b>Schulpsychologie Niederösterreich – Bildungsdirektion</b>	<a href="http://Schulpsychologie.Bildungsdirektion.Niederösterreich(bildung-noe.gv.at)">Schulpsychologie, Bildungsdirektion Niederösterreich (bildung-noe.gv.at)</a> Tel: 0800211320 (MO-FR von 8-20 Uhr, SA 8-12 Uhr) Tel: 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
<b>Kinder -und Jugendhilfe NÖ</b>	<a href="https://www.noegv.at/noe/Jugend/KJH/Beratung_Hilfestellung.html">https://www.noegv.at/noe/Jugend/KJH/Beratung_Hilfestellung.html</a>	Festsetzung des Unterhalts, Beurteilung der Kindeswohlgefährdung, Erziehungshilfen	auch Beratung bei familiären Problemen
<b>Jugendcoaching</b>	<a href="mailto:Kathrin.ernst@caritas-stpoelten.at">Kathrin.ernst@caritas-stpoelten.at</a> 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
<b>Suchtprävention Fachstelle NÖ</b>	<a href="https://www.fachstelle.at">https://www.fachstelle.at</a> 02742/31440-32, <a href="mailto:office@fachstelle.at">office@fachstelle.at</a>	Abhängigkeitserkrankungen	Angebote für Betroffene und Angehörige, auch Online-Angebote
<b>Telefonseelsorge Niederösterreich</b>	Tel: 142 Mo-So 0-24 Uhr	Gesprächsunterstützung in Krisen, bei Problemen zur Entlastung	Rund um die Uhr erreichbar, kostenlos von Festnetz und Handy
<b>Krisentelefon NÖGUS</b>	Tel: 0800/202016 Mo-So 0-24 Uhr	Professionelle Beratung in psychischen Notsituationen und Krisen	
<b>Dr. Giovanna Celentano</b>	Di und Do von 8-11:30 Uhr im Schularztzimmer	Medizinische Beratung in vertraulichen Gesprächen	Fachärztin für Notfallmedizin und Anästhesie

Übersicht erstellt von: SL MMag. Mayr-Messerer, aktualisiert am 06.10.2023