

Die folgende Auflistung bietet eine Auswahl an Kontaktstellen und Telefonnummern, wenn Sie in Problemen unterschiedlicher Art Hilfe suchen:

- [Telefonseelsorge](#) - Tel.: 142, kostenlose und anonyme 24h Beratung in ganz Österreich, Online-Beratung innerhalb 48 Stunden, Einzelchatberatung zu gebuchtem Termin
- [Rat auf Draht](#) – Tel.: 147, kostenlose und anonyme Beratung rund um die Uhr für Kinder, Jugendliche und deren Bezugspersonen – Telefonberatung, Online-Beratung oder Chatberatung
- [Ö3 Kummernummer](#) – Tel.: 116 123, anonyme Hotline für Lebenshilfe zum Nulltarif, täglich von 16:00 bis 24:00 Uhr
- [Kindernotruf](#) – Tel.: 0800/567 567, kostenlose Hotline für Kinder rund um die Uhr
- [Herzklopfen](#) - Tel.: 0800/20 60 60, kostenlose und anonyme Beratung über Liebe und Sexualität, Telefonberatung/Onlineberatung/Chatroom
- [Familienservice des Bundes](#) – Tel.: 0800 240 262, Informationsstelle des Ministeriums zu allen Fragen rund um die Familie, Nulltarifnummer von Montag bis Donnerstag von 9:00 bis 15:00.
- [Psychosozialer Notdienst Wien](#) – Tel.: 01/31330, Menschen in psychischen Krisen brauchen unverzüglich unbürokratische, professionelle Hilfe; täglich rund um die Uhr 365 Tage im Jahr erreichbar; Hilfestellung telefonisch, ambulant und mobil

Weitere wichtige Anlaufstellen:

- [Kriseninterventionszentrum](#): 01/ 406 95 95
- [24-Stunden Frauenotruf](#): 01/71719
- [Frauentelefon](#): 01/408 70 66
- [24-Stunden Männernotruf](#): 0800/246 247
- [Männerberatung](#): 01/603 28 28
- [Rauchertelefon](#): 0800/810 013