

# Rasche Hilfe bei psychischer Belastung

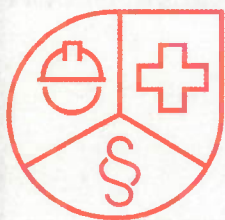
Psychische Krisen können jede\*n treffen, unabhängig von Alter, Bildung, Herkunft und sozialem Status.

**Zögern Sie daher nicht, sich Unterstützung zu holen und die Support-Hotlines der Stadt Wien zu kontaktieren,** wenn Sie den Eindruck haben, dass

- Angst, Wut, Hoffnungslosigkeit, Einsamkeit oder Trauer übermächtig werden,
- sich Ihre Gedanken im Kreis drehen und Sie sich nicht konzentrieren können
- oder Sie einfach jemanden zum Reden brauchen.

Alle Gespräche unterliegen der Verschwiegenheit!

## Kontaktstellen Wiener Wohnen im Falle von psychischer Belastung:



### **Arbeitsmediziner\*innen**

Telefonisch oder zu den Sprechstunden (Gate 2)  
Tel.: 05 75 75 152 091

### **Arbeitspsychologin - Mag.<sup>a</sup> Nora Hlous**

Tel.: +43 676 592 39 63  
E-Mail: office@hlous.at



# Weitere Kontaktstellen für psychologische Unterstützung:

- **Sozialpsychiatrischer Notdienst Wien**  
Tel.: +43 1 313 30 (24h Hotline), psd-wien.at
- **Notfallpsychologischer Dienst Österreich**  
Tel.: +43 699 188 554 00 (24h Hotline)
- **Kriseninterventionszentrum Wien**  
Tel.: +43 1 406 95 95 (Mo-Fr von 10 bis 17 Uhr)
- **24-Stunden Frauennotruf - Stadt Wien**  
Tel.: +43 1 71 71 9
- **Frauenhelpline gegen Gewalt**  
Tel.: 0800 222 555, frauenhelpline.at
- **Männerberatung Wien**  
Tel.: 0800 400 777, maennerinfo.at
- **MINDBASE - Digitale Plattform**  
Tel.: +43 1 4000 87321, E-Mail: mindbase@sd-wien.at
- **Sorgenhotline Wien „Reden hilft“**  
Tel.: +43 1 4000 53000 (Mo-So von 8 bis 20 Uhr)
- **Suchthilfe Wien**  
Tel.: +43 1 4000 53799
- **Österreichische Gesundheitskasse - ÖGK**  
gesundheitskasse.at

