

# Die psychische Gesundheit von Frauen in der Corona-Krise

Sie werden mit Ihren Sorgen  
nicht alleine gelassen

Telefonseelsorge 142

Ö3 Kummernummer 116 123

Rat auf Draht für Kinder  
und Jugendliche 147

Telefonseelsorge Chatberatung  
[onlineberatung-telefonseelsorge.at/  
chatberatung.html](https://onlineberatung-telefonseelsorge.at/chatberatung.html)

Frauenhelpline gegen Gewalt  
0800 222 555

# Beratung und Unterstützung für die psychische Gesundheit

## Schauen Sie auf sich

Für ein glückliches und gesundes Leben ist auch die psychische Gesundheit essenziell. Aufgrund der für alle Menschen herausfordernden Corona-Krise ist das seelische Wohl nun wichtiger denn je – denn die Krise kann in der Bevölkerung, etwa aufgrund von häuslicher Isolation und Quarantäne oder auch wegen finanzieller Probleme und Jobverlust, Ängste, Sorgen und Stress auslösen.



Einen Überblick über das umfassende Beratungsangebot für die psychische Gesundheit inklusive des Angebotes für von Gewalt betroffene Frauen finden Sie unter:

- [oesterreich.gv.at/themen/frauen.html](https://oesterreich.gv.at/themen/frauen.html)
- [bundeskanzleramt.gv.at/agenda/gewalt-gegen-frauen.html](https://bundeskanzleramt.gv.at/agenda/gewalt-gegen-frauen.html)
- [bundeskanzleramt.gv.at/agenda/frauen-und-gleichstellung/frauengesundheit.html](https://bundeskanzleramt.gv.at/agenda/frauen-und-gleichstellung/frauengesundheit.html)
- [bundeskanzleramt.gv.at/service/frauenservice-beratung-und-gewaltschutzeinrichtungen.html](https://bundeskanzleramt.gv.at/service/frauenservice-beratung-und-gewaltschutzeinrichtungen.html)
- [familienberatung.gv.at](https://familienberatung.gv.at)

## Die wichtigsten Angebote auf einen Blick

Insbesondere Frauen leisten in der Corona-Krise oft Übermenschliches – ob in den Pflegeberufen oder bei der Vereinbarkeit von Erwerbsarbeit und Kinder- bzw. Angehörigenbetreuung. Daher ist es nun umso wichtiger, den psychisch oft stark belasteten Frauen ein gut ausgebautes Hilfsangebot zur Verfügung zu stellen. Dieser Folder enthält die wichtigsten Telefonnummern und Websites.

## Wer kann mir helfen?

Scheuen Sie sich nicht, Hilfe in Anspruch zu nehmen, wenn die Auswirkungen der Corona-Pandemie Ihnen Kummer und Sorgen bereiten. Niemand wird alleine gelassen, jedes Mädchen und jede Frau erhält Hilfe. In diesem Folder finden Sie das für Sie passende Hilfsangebot.

## Allgemeine Hilfe bei psychischer Belastung – österreichweit

Nützen Sie diese Angebote: anonym und kostenlos!

**Telefonseelsorge 142**

**Ö3 Kummernummer 116 123**

**Rat auf Draht für Kinder und Jugendliche 147**

- **Telefonseelsorge Chatberatung**  
[onlineberatung-telefonseelsorge.at/  
chatberatung.html](https://onlineberatung-telefonseelsorge.at/chatberatung.html)
- [frauengesundheit.at](https://frauengesundheit.at)
- **Psychosoziale telefonische Beratung Frauengesundheitszentrum FEM Süd 01 60 191 5201**
- **Informationen des Österreichischen Bundesverbandes für Psychotherapie**  
[psychotherapie.at/patientinnen/coronavirus-informationen-psychotherapie-patientinnen](https://psychotherapie.at/patientinnen/coronavirus-informationen-psychotherapie-patientinnen)
- **Psychosoziale Telefon- und Onlineberatung Frauen\*beraten Frauen\* 01 587 67 50**  
[frauenberatenfrauen.at/kontakt.html](https://frauenberatenfrauen.at/kontakt.html)

## Frauenspezifische Hilfe bei Gewalt – österreichweit

- [bundeskanzleramt.gv.at/agenda/gewalt-gegen-frauen.html](https://bundeskanzleramt.gv.at/agenda/gewalt-gegen-frauen.html)
- [haltdergewalt.at](https://haltdergewalt.at)
- [gewaltschutzzentrum.at](https://gewaltschutzzentrum.at)
- [sexuellegewalt.at](https://sexuellegewalt.at)
- [frauenhelpline.at](https://frauenhelpline.at), 0800 222 555
- **Frauenhelpline Relay-Service für gehörlose Frauen** [oegsbarrierefrei.at/frauenhelpline](https://oegsbarrierefrei.at/frauenhelpline)

## Psychotherapeutische Hotlines der Bundesländer

Psychotherapie Helpline Wien und

österreichweit: [0720 120012](tel:0720120012)

Burgenland: [02682 24690](tel:0268224690)

Kärnten: [0664 730 101 47](tel:066473010147)

Niederösterreich: [0800 20 20 16](tel:0800202016)

Oberösterreich: [0800 202 533](tel:0800202533)

Salzburg: [0662 433351](tel:0662433351)

Steiermark: [0800 500 154](tel:0800500154)

Tirol: [0800 400 120](tel:0800400120)

Vorarlberg: [05572 21463](tel:0557221463)

## Weitere hilfreiche Kontakte in den Bundesländern

Burgenland: [feminina-bgld.at](http://feminina-bgld.at)

Kärnten: [fgz-kaernten.at](http://fgz-kaernten.at)

Niederösterreich: [frauenberatung-noe.at](http://frauenberatung-noe.at)

Oberösterreich: [frauenreferat-ooe.at](http://frauenreferat-ooe.at)

Salzburg: [frauengesundheitszentrum-salzburg.at](http://frauengesundheitszentrum-salzburg.at)

Steiermark: [frauengesundheitszentrum.eu/  
psychotherapie](http://frauengesundheitszentrum.eu/psychotherapie)

Tirol: [tirol.gv.at/gesellschaft-soziales/frauen/aktuelles](http://tirol.gv.at/gesellschaft-soziales/frauen/aktuelles)

Vorarlberg: [vorarlberg.at/web/land-vorarlberg/frauen](http://vorarlberg.at/web/land-vorarlberg/frauen)

Wien: [psd-wien.at/corona-sorgenhotline-wien.html](http://psd-wien.at/corona-sorgenhotline-wien.html)

## **Impressum**

Medieninhaber, Verleger und Herausgeber:

Bundeskanzleramt, Sektion III Frauenangelegenheiten  
und Gleichstellung, Minoritenplatz 3, 1010 Wien

Fotonachweis: istockphoto

Gestaltung: BKA Design & Grafik

Wien, Juni 2021

## **Hinweis**

Die angebotenen Inhalte dienen der allgemeinen Information.  
Für die Richtigkeit, Vollständigkeit und Verfügbarkeit der  
Informationen übernehmen wir keine Gewährleistung/Haftung.  
Aus der Verwendung der Informationen können insbesondere  
keine Rechtsansprüche begründet werden.