

Sich Hilfe zu suchen ist keine Schwäche sondern eine Stärke!

# ANLAUFSTELLEN FÜR JUNGE MENSCHEN

Auch für sehr persönliche Anliegen und psychische Beschwerden gibt es kompetente und kostenlose Angebote. Nachstehend sind Wiener Angebote für junge Menschen aufgelistet.



**First Level Support**

**01/31330**

MO–FR: 8–20 Uhr

[fls@psd-wien.at](mailto:fls@psd-wien.at)

[psd-wien.at/first-level-support](https://psd-wien.at/first-level-support)

Für junge Menschen, die die Hilfe und Unterstützung oder einfach nur allgemeine Informationen bezüglich psychischer oder psychosozialer Fragen benötigen.

**ICH BIN MEHR**

Max kann nicht mehr mit den Öffis fahren.  
Aber er ist mehr als seine psychische Erkrankung.  
Der Mensch zählt, nicht die Krankheit.  
#darüberredenwir

ALS MEINE ANGSTERKRANKUNG

[DARÜBERREDENWIR.AT](https://darueberredenwir.at)

## PSYCHISCHE KRISEN UND NOTFÄLLE



**Sozialpsychiatrischer Notdienst**  
**01/313 30** (täglich rund um die Uhr)

[psd-wien.at](https://psd-wien.at)



**Die Boje – Ambulatorium für Kinder und Jugendliche in Krisensituationen**

**01/406 66 02**

MO–FR: 9–14 Uhr

[die-boje.at](https://die-boje.at)



**Die Möwe – Kinderschutzzentren**

**01/532 15 15**

MO–DO: 9–17, FR: 9–14 Uhr

[die-moewe.at](https://die-moewe.at)



**MA11 Talkbox und MA11 Stressbox**

[talkbox@ma11.wien.gv.at](mailto:talkbox@ma11.wien.gv.at)

[wien.gv.at/menschen/kind-familie/servicestellen/e-mail-beratung.html](https://wien.gv.at/menschen/kind-familie/servicestellen/e-mail-beratung.html)

[e-mail-beratung.html](https://wien.gv.at/menschen/kind-familie/servicestellen/e-mail-beratung.html)

Rat und Hilfe für Kinder und Jugendliche; Manchmal ist es leichter, ein E-Mail zu schreiben, als eine Beratungsstelle aufzusuchen. Die Abteilung Kinder- und Jugendhilfe (MA 11) hat daher eigene Postfächer für Jugendliche eingerichtet.



**time4friends des Österreichischen Jugendrotkreuzes**

**0664/1070 144** (per WhatsApp)  
(täglich 18–22 Uhr)

[time4friends.at](https://time4friends.at)

Bei time4friends stehen Jugendliche als Peers anderen Jugendlichen via WhatsApp als Ansprechpartner\*innen für kleinere und größere Herausforderungen zur Verfügung.



**wienXtra-Jugendinfo**

**1., Babenbergerstraße/ Ecke Burgring**

**01/909-4000-84100**

MO–FR: 14.30–18.30 Uhr

[jugendinfowien@wienXtra.at](mailto:jugendinfowien@wienXtra.at)

[wienXtra.at/jugendinfo/infos-von-a-z/info-topic/beratung](https://wienXtra.at/jugendinfo/infos-von-a-z/info-topic/beratung)

Anonyme Beratung für Jugendliche, kostenlos und ohne Termin; anwaltliche Erstberatung: Jeden 1. Dienstag und 3. Donnerstag im Monat, Dienstag ist Thementag



### Rat auf Draht

147 (rund um die Uhr),  
auch Chat und Online-Beratung

[rataufdraht.at](http://rataufdraht.at)

Notrufnummer für Jugendliche für  
alle Anliegen – auch anonym.



HILFE FÜR ANGEHÖRIGE  
PSYCHISCH ERKRANKTER

### HPE – Hilfe für Angehörige psychisch Erkrankter

01/526 42 02

MO, MI, FR: 10–13, DO: 14–17 Uhr

[hpe.at](http://hpe.at)

Kostenlose telefonische, persönliche  
oder online Beratung, sowie regelmäßige  
Seminare und Selbsthilfegruppen für  
Angehörige und Freund\*innen psychisch  
Erkrankter.



### Verrückte Kindheit – Hilfe für Angehörige und Freunde psychisch Erkrankter

01/526 42 02

20., Brigittenauer Lände 50-54/  
Stiege 1/5. Stock

MO, MI, FR: 10–13, DO 14–17 Uhr

[vk@hpe.at](mailto:vk@hpe.at)

[verruetzte-kindheit.at](http://verruetzte-kindheit.at)

Kostenlose telefonische, persönliche oder  
online Beratung für Kinder und Jugend-  
liche ab 12 Jahren mit einem psychisch  
erkrankten Elternteil.



### MEN Männergesundheitszentrum

11., Klinik Favoriten,  
Kundratstraße 3

01/601 91 54 54

MO, MI, DO: 9–13 Uhr

[kfn.men@gesundheitsverbund.at](mailto:kfn.men@gesundheitsverbund.at)

[men-center.at](http://men-center.at)

Mehrsprachige Beratungsstelle für  
Burschen und Männer – insbesondere  
Gewaltprävention und Opferschutz.



### Rainbows

2., Malzgasse 1/EG/R 1

01/907 37 33

MO–DO: 9–12 Uhr

[rainbows.at](http://rainbows.at)

Begleitung von Kindern und Jugendlichen  
bei Verlust oder Trennung.



### Kinder- und Jugendanwaltschaft

01/70 77 000

MO, MI, DO: 9–16, DI: 13–16,

FR: 9–13 Uhr

[post@jugendanwalt.wien.gv.at](mailto:post@jugendanwalt.wien.gv.at)

[kija-wien.at](http://kija-wien.at)

Die Wiener Kinder- und Jugendanwalt-  
schaft ist als Ombudsstelle ein besonde-  
res, weisungsfreies Organ der Stadt Wien,  
das sich parteilich für die Interessen  
von Kindern und Jugendlichen einsetzt.

### MÄNNER BERATUNG

### Männerberatung – Jugendarbeit

11., Senefeldergasse 2/25

01/603 28 28

MO–DO: 9–12, 15–19, FR: 9–16 Uhr

[info@maenner.at](mailto:info@maenner.at)

[maenner.at](http://maenner.at)

Die Männerberatung bietet psychologi-  
sche, psychotherapeutische, soziale und  
juristische Hilfe, sowie ein breitgefächertes  
Informations- und Fortbildungsangebot  
zu Themen, die Männer beschäftigen.



### FEM Frauengesundheitszentrum

21., Klinik Floridsdorf, Verwaltungs-  
gebäude Venus/Ebene 3

01/27700-5600

MO–DO: 9–17, FR: 9–12 Uhr

[kfl.fem@gesundheitsverbund.at](mailto:kfl.fem@gesundheitsverbund.at)

[fem.at](http://fem.at)

Mehrsprachige umfangreiche  
Beratung für Mädchen und Frauen, auch  
zu psychischer Gesundheit.



### Telefonseelsorge Wien

142

[erzdioezese-wien.at/  
telefonseelsorge](http://erzdioezese-wien.at/telefonseelsorge)

Die Telefonseelsorge bietet Lebens- und  
Krisenhilfe via Telefon, Chat und Mail.



### Kinderschutzzentrum

3., Mohsgasse 1

01/526 18 20

MO: 10–12, 14–16, DI: 14–16,

MI u. DO: 10–12, 14–15,

FR: 10–12 Uhr

[kinderschutz-wien.at](http://kinderschutz-wien.at)

Hilfe und Beratung bei Gewalt gegen  
Kinder und Jugendliche für Kinder  
und Jugendliche.

### Männerinfo Krisenhelpline 24/7

0800/400 777

[www.maennerinfo.at](http://www.maennerinfo.at)

### Hotline für Essstörungen

0800/2011 20

MO–DO: 12–17 Uhr

[hilfe@essstoerungshotline.at](mailto:hilfe@essstoerungshotline.at)

Telefon- und Mailberatungsstelle rund  
um das Thema Essstörungen und krank-  
haftes Essverhalten.



### FEM Süd

11., Klinik Favoriten,  
Kundratstraße 3

01/60191-5201

MO: 9–14, DI–DO: 9–16, FR: 9–12 Uhr

[knf.femsued@gesundheitsverbund.at](mailto:knf.femsued@gesundheitsverbund.at)

[femsued.at](http://femsued.at)

Zahlreiche mehrsprachige Beratungs-  
angebote für Mädchen und Frauen.