

**Austria:**

**Emergency: [112](#) Telefonseelsorge 24/7 : [142](#) Rat auf Draht 24/7 : [147](#) (Youth)**

### **[TelefonSeelsorge – Notruf 142](#)**

Call:142

#### **[Online Chat](#)**

TelefonSeelsorge ist ein vertrauliches und kostenloses Angebot rund um die Uhr für Menschen in besonderen Krisensituationen, für Menschen, die daran denken, sich das Leben zu nehmen und Menschen, die einen schwierigen Alltag bewältigen müssen, z.B. Einsame, psychisch Erkrankte, Menschen mit sozialen und finanziellen Einschränkungen oder in schwierigen Beziehungen.

English translation: Telephone counseling is a confidential and free service around the clock for people in special crisis situations, for people who are thinking of taking their own life and people who have to cope with a difficult everyday life, e.g., lonely, mentally ill, people with social and financial problems restrictions or in difficult relationships.

### **[Rat auf Draht](#)**

Call:147

#### **[Online Chat](#)**

Rat auf Draht provides 24/7, free and confidential support by phone and online chat. We are here for youth, children in Austria who may need emotional support with abuse & domestic violence, anxiety, bullying, Dementia & Alzheimer's, depression, eating & body image, family issues, gambling, gender & sexual identity, grief & loss, loneliness, parenting, pregnancy & abortion, relationships, school or work issues, self-harm, sexual abuse, stress, substance use, suicide, supporting a friend or family member, physical illness, trauma & PTSD.

### **[time4friends](#)**

Text: 0664-1070-144

Time4friends ist eine Beratungsstelle von Jugendlichen für Jugendliche. Unsere ausgebildeten time4friends-Peers engagieren sich in verschiedenen Tätigkeitsfeldern, um anderen Jugendlichen in belastenden Situationen wie Einsamkeit, Streit oder Liebeskummer weiterzuhelfen.

English translation: Time4friends is a counseling center run by young people for young people. Our trained time4friends peers are involved in various fields of activity to help other young people in stressful situations such as loneliness, arguments or lovesickness.

**Pro Mente Vorarlberg - Sozialpsychiatrischer Dienst, Anlaufstelle Jugendliche Nenzing**

Tell: 05525-63829

**Pro Mente Vorarlberg - Sozialpsychiatrischer Dienst, Anlaufstelle Jugendliche Dornbirn**

Tell: 05572-21274

**Pro Mente Vorarlberg - Sozialpsychiatrischer Dienst Feldkirch**

Tell: 050-411-680

**Pro Mente Vorarlberg - Sozialpsychiatrischer Dienst Bregenz**

Tell: 050-411-690

**Pro Mente Vorarlberg - Sozialpsychiatrischer Dienst Bludenz**

Tell: 050-411-670

**Pro Mente Vorarlberg - Sozialpsychiatrischer Dienst Dornbirn**

Tell: 050-411-685

**NÖ Frauentelefon**

Tell: 0800-800-810

**24-Stunden Frauennotruf**

Call: 01-71-719

Der 24-Stunden Frauennotruf der Stadt Wien berät Frauen und Mädchen über 14, die sexualisierte, körperliche oder psychische Gewalt erlebt haben, rund um die Uhr. 24-Hours Women's Emergency Helpline of the City of Vienna offers offers counselling for women and girls aged 14 and above who have experienced sexual, physical and/or psychological violence.

English translation: The 24-hour women's emergency hotline of the City of Vienna advises women and girls over the age of 14 who have experienced sexualised, physical or psychological violence around the clock. 24-Hours Women's Emergency Helpline of the City of Vienna offers counseling for women and girls aged 14 and above who have experienced sexual, physical and/or psychological violence.

### **Opfer-Notruf**

Call: 0800-112-112

The Opfer-Notruf is a helpline for victims of crime. We are a general helpline for first information about possible help organisations and legal information if you have become the victim of any kind of criminal offence.

### **Hotline für Essstörungen**

Call: 0800-20-11-20

Hotline für Essstörungen (The Hotline for Eating Disorders) is a free and anonymous telephone and e-mail counseling service for people in Austria. It gives professional advice, information and offers help to people suffering from Eating Disorders, their relatives and professionals working with people affected by eating disorder.

### **Kindernotruf**

Call: 0800-567-567

### **Männernotruf**

Call: 0800-246-247

### **Hilfe für Angehörige psychisch Erkrankter**

Call: 01-526-42-02

### **Frauenhelpline Gegen Gewalt**

Call: 0800-222-555

Die Frauenhelpline versteht sich als erste Anlaufstelle für alle Fragen im Zusammenhang mit Gewalt gegen Frauen\* (Gewalt in der Familie, bzw. in der Ehe oder Partner\*innenschaft, Stalking, Zwangsheirat, Vergewaltigung, sexueller Missbrauch, sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz etc.).

Sie ist eine professionelle, zielgruppenorientierte Einrichtung, die rund um die Uhr, kostenlos und bundesweit Beratung und Information anbietet.

English translation: Women's Helpline against Violence is the primary place to go for all questions relating to violence against women in Austria. The helpline is managed by professionals providing callers anonymous and unbureaucratic help and support. Calling Women's Helpline against Violence can be the first step to escape a relationship of violence!