

## Psychische Gesundheit: Hilfreiche Einrichtungen

In aktuellen Studien bestätigen gut 2/3 aller Erwachsenen aber auch Jugendliche und Kinder, dass es ihnen seit der Pandemie psychisch schlechter geht. Die eingeschränkten Sozialkontakte, mangelnde Freizeitmöglichkeiten, Unsicherheit wie es weitergeht und der dauerhafte on/off Betrieb der Schulen und Kindergärten führten bei sehr vielen zu großen psychischen Belastungen, die sich mitunter auch in depressiven Symptomen, Schlafstörungen oder Angstzustände zeigen.

Generell gilt:

**Man darf und soll sich professionelle Hilfe holen, wenn die Seele schmerzt!**  
**Auch wenn es dafür Mut braucht oder man nicht gleich eine passende Stelle findet: geben Sie nicht auf!**

Sie erhalten Unterstützung für sich oder Ihre Kinder hier:

| Institution                                  |                                                                                                                        | Adresse                        | PLZ  | Ort        | Erreichbarkeiten                                                                                                                                                                              |
|----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|------|------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| TelefonSeelsorge:                            | rund um die Uhr<br>kostenlos und<br>vertraulich                                                                        |                                |      |            | Notruf-Nummer 142<br><a href="http://www.telefonseelsorge.at">www.telefonseelsorge.at</a>                                                                                                     |
| Psychosozialer Dienst<br>Burgenland          | PsychiaterInnen,<br>TherapeutInnen,<br>PsychologInnen für<br>Kinder, Jugendliche<br>und Erwachsene                     | Franz Liszt-Gasse 1/Top<br>III | 7000 | Eisenstadt | <a href="mailto:eisenstadt@psd-bgld.at">eisenstadt@psd-bgld.at</a><br>05/7979 20 100                                                                                                          |
| Rat auf Draht<br>gemeinnützige GmbH          | Anlaufstelle für Eltern<br>und Bezugspersonen<br>bei Erziehungsfragen<br>und<br>Herausforderungen im<br>Familienalltag | Vivenotgasse 3                 | 1120 | Wien       | Online-Chat über: <a href="http://www.rataufdraht.at">www.rataufdraht.at</a><br>Tel. 147                                                                                                      |
| Familienberatungsstellen<br>Burgenland       |                                                                                                                        | In jedem Bezirk                |      |            | <a href="https://www.familienberatung.gv.at/beratungsstellen/">https://www.familienberatung.gv.at/beratungsstellen/</a>                                                                       |
| Ehe-, Familien- und<br>Lebensberatung        | Caritas Burgenland                                                                                                     | Sankt-Rochus-Straße 15         | 7000 | Eisenstadt | <a href="http://www.caritas-burgenland.at">www.caritas-burgenland.at</a><br>02682/736 00 301                                                                                                  |
| Ehe-, Familien- und<br>Lebensberatungsstelle | Evangelischen<br>Diözese Burgenland                                                                                    |                                |      |            | <a href="https://evang-bgld.at/telefonseelsorge-ehe-familien-und-lebensberatungsstelle">https://evang-bgld.at/telefonseelsorge-ehe-familien-und-lebensberatungsstelle</a><br>0699/18 87 71 11 |

|                                                |                                                                                                      |                        |      |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Frauenberatungsstellen                         | Die Tür                                                                                              | Bürgerspitalsgasse 5/7 | 7000 | Eisenstadt        | <a href="https://frauenservicestelle.org/eisenstadt@frauenservicestelle.org">https://frauenservicestelle.org/eisenstadt@frauenservicestelle.org</a><br>Tel. 02682/66124                                                                                            |
|                                                | Der Lichtblick                                                                                       | Obere Hauptstraße 1/7  | 7100 | Neusiedl am See   | <a href="http://www.der-lichtblick.at/office@der-lichtblick.at">http://www.der-lichtblick.at/office@der-lichtblick.at</a><br>02167/3338                                                                                                                            |
|                                                | Die Tür                                                                                              | Brunnenplatz 3/2       | 7210 | Mattersburg       | <a href="https://frauenservicestelle.org/mattersburg@frauenservicestelle.org">https://frauenservicestelle.org/mattersburg@frauenservicestelle.org</a><br>02626/62670                                                                                               |
|                                                | Frauenberatungsstelle:                                                                               | Spitalstrasse 11 und 6 | 7350 | Oberpullendorf    | <a href="http://www.frauenberatung-oberpullendorf.at">www.frauenberatung-oberpullendorf.at</a><br>office@)frauen-op.at<br>02612/42905<br>24h Frauenhelpline: 0800 222 555                                                                                          |
|                                                | Frauen-, Mädchen- und Familienberatungsstelle Oberwart                                               | Prinz Eugen-Straße 12  | 7400 | Oberwart          | <a href="http://www.frauenberatung-burgenland.at">www.frauenberatung-burgenland.at</a><br>oberwart@frauenberatung-burgenland.at<br>03352/33855                                                                                                                     |
| TelefonSeelsorge und OnlineBeratung Burgenland | <i>Katholische und Evangelische Kirche Burgenland</i>                                                | St. Rochus Straße 21   | 7000 | <b>Eisenstadt</b> | <b><a href="http://www.telefonseelsorge.at">www.telefonseelsorge.at</a></b><br><b><a href="mailto:telefonseelsorge@martinus.at">telefonseelsorge@martinus.at</a></b><br><b>0676/880 70 13 40</b><br><b>0676/880 70 13 41</b>                                       |
| Gewaltschutzzentrum Burgenland                 | Gewalt in der Familie, Häusliche Gewalt                                                              | Waldmüllergasse 1/2    | 7400 | Oberwart          | <a href="http://www.gewaltschutz.at">www.gewaltschutz.at</a><br>burgenland@gewaltschutz.at<br>352 31 420                                                                                                                                                           |
| Jugendwohlfahrt                                | Kinderschutzzentrum, sozialpädagogische Wohngemeinschaft Breitenbrunn, Außenwohngruppe Frauenkirchen | Neusiedlerstraße 60    | 7000 | Eisenstadt        | <a href="http://www.rettet-das-kind-bgld.at/cms/index.php/jugendwohlfahrt">http://www.rettet-das-kind-bgld.at/cms/index.php/jugendwohlfahrt</a><br><a href="mailto:eva.horvath@rettet-das-kind-bgld.at">eva.horvath@rettet-das-kind-bgld.at</a><br>02682/720 90 17 |
| Kinder- und Jugendhilfe                        | Öffentliche Kinder- und Jugendhilfe                                                                  |                        |      |                   | <a href="http://www.burgenland.at/themen/soziales/kinder-und-jugendhilfe">www.burgenland.at/themen/soziales/kinder-und-jugendhilfe</a>                                                                                                                             |

|                                                               |                                                            |                                                                  |      |               |                                                                                                                                                                                     |
|---------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|------|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                               |                                                            |                                                                  |      |               | post.a6-soziales(at)bgld.gv.at<br>Tel. 057/600-2325                                                                                                                                 |
| MonA-Net                                                      | Beratungsstelle für Mädchen und junge Frauen               | Thomas-Alva-Edison-Str. 2                                        | 7000 | Eisenstadt    | <a href="https://www.mona-net.at">https://www.mona-net.at</a><br><a href="mailto:info@mona-net.at">info@mona-net.at</a><br>Tel. 0664/882 69 404                                     |
| Netzwerk Kind Burgenland                                      | Für ganz junge Eltern – Schwangerschaft/ Geburt/Babyphase  | In jedem Bezirk                                                  |      |               | <a href="mailto:netzwerkkind@oegk.at">netzwerkkind@oegk.at</a><br>Tel. 0676/88350 770                                                                                               |
| HPE Burgenland                                                | Hilfe für Angehörige psychisch Erkrankter                  | Hunnenweg 1                                                      | 7000 | Eisenstadt    | <a href="mailto:hpe-burgenland@hpe.at">hpe-burgenland@hpe.at</a><br>Tel. 0664/403 20 76                                                                                             |
| Psychotherapie auf Krankenschein über (IPR)                   | Überblick aller Dienststellen und TherapeutInnen           | Dienststellen der ÖGK                                            |      |               | <a href="http://www.psyonline.at">www.psyonline.at</a>                                                                                                                              |
| Burgenländischer Landesverband für Psychotherapie             |                                                            | Bründlfeldweg 74/Top 2                                           | 7000 | Eisenstadt    | <a href="https://www.psychotherapie.at/office@blp.at">https://www.psychotherapie.at/office@blp.at</a><br>Tel. 02682/630 10                                                          |
| Selbsthilfegruppen Psychische Erkrankungen                    |                                                            | Thomas A. Edison Straße 2<br>Technologiezentrum,<br>Haus TechLab | 7000 | Eisenstadt    | <a href="http://www.selbsthilfe-bgld.at">www.selbsthilfe-bgld.at</a><br><a href="mailto:Office@selbsthilfe-bgld.at">Office@selbsthilfe-bgld.at</a><br>0664 7836470 oder 02626 64925 |
|                                                               |                                                            | Hauptstraße 54<br>Gemeindeamt                                    | 7212 | Forchtenstein |                                                                                                                                                                                     |
|                                                               |                                                            | Wiener Straße 40                                                 | 7400 | Oberwart      |                                                                                                                                                                                     |
| BurnOut<br><a href="http://burn-out.co.at">burn-out.co.at</a> | Praxis für Burnout-Prophylaxetraining und Stressmanagement | Peter Zauner Weg 6b                                              | 7400 | Oberwart      | <a href="mailto:info@burn--out.co.at">info@burn--out.co.at</a><br>0664/926 84 85                                                                                                    |

**Online-Informationsangebote sind:**

|               |                                                                  |                                                                    |
|---------------|------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|
| Corona und Du | Infoportal zur psychischen Gesundheit für Kinder und Jugendliche | <a href="http://www.corona-und-du.info">www.corona-und-du.info</a> |
| Elternbildung |                                                                  | <a href="http://www.eltern-bildung.at">www.eltern-bildung.at</a>   |