

# Psychosoziale

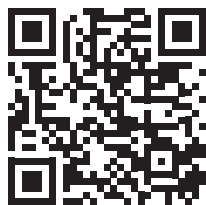
# Online-Beratung



HILFSWERK

## Digitale Beratung bei Sorgen, Ängsten, Depressionen, ...

- **Anonym & kostenlos**
- **Schriftlicher Kontakt** statt Telefonie oder Beratung vor Ort
- **Professionelle Unterstützung** aus den Bereichen Psychologie, Psychotherapie und Beratung



[onlineberatung.noehilfswerk.at](https://onlineberatung.noehilfswerk.at)

### Unsere weiteren

### Beratungsangebote:

**Persönliche oder telefonische Beratung in unseren Familienberatungsstellen**

» [noehilfswerk.at](https://noehilfswerk.at)



**Telefonische Beratung für Mädchen & Frauen**

» **NÖ Frauentelefon: 0800 800 810**



 **Bundeskanzleramt**

Unsere Beratungsangebote werden vom Bundeskanzleramt (Abt. III/2-Frauenprojektförderung) sowie vom Land NÖ (Abt. Soziales und Generationenförderung) gefördert.

Hilfswerk Niederösterreich, März 2025

## Hilfswerk Niederösterreich berät nun auch online

### **Kostenfrei und anonym: Psychosoziale Online-Beratung ergänzt persönliches und telefonisches Angebot**

„Manchmal fällt es leichter, seine Gedanken, Ängste und Sorgen niederzuschreiben, anstatt sie auszusprechen. Wir haben daher unser psychosoziales Beratungsangebot um eine vertrauliche Online-Beratung ergänzt“, berichtet Hilfswerk Niederösterreich-Präsidentin Michaela Hinterholzer. „Damit bieten wir vielfältige Möglichkeiten der professionellen Hilfe in schwierigen Lebenslagen.“

Ob Familie, Partnerschaft, berufliche Fragen, Ängste, Depressionen: Man kann sich mit vielen Themen, die gerade belastend wirken, an die Beratungsstelle wenden. Fachleute aus den Bereichen Psychologie und Familienberatung antworten an Werktagen innerhalb von 48 Stunden und gehen auf die individuellen Fragen und Themen ein. Die Beratung ist absolut vertraulich und läuft über ein webbasiertes datensicheres System: Man muss keinen Namen oder eigene Mailadresse angeben, sondern schreibt über einen Account, der auf der Hilfswerk-Website ganz unkompliziert eingerichtet wird. Durch einen Klick auf den Exit-Button ist ein schnelles und spurloses Verlassen der Beratungsseite möglich. Der Verlauf ist am jeweiligen Gerät nicht nachvollziehbar. Die Beratungsseite ist unter <https://onlineberatung.noehilfswerk.at/> erreichbar.

### **Familienberatungsstellen und NÖ Frauentelefon**

Für persönliche Beratungen von Erwachsenen, Jugendlichen und Kindern stehen die Expertinnen und Experten des Hilfswerk Niederösterreich in den 13 geförderten Familienberatungsstellen zur Verfügung. Beratungen sind zu den Öffnungszeiten persönlich, telefonisch und auch per Videocall möglich. Das NÖ Frauentelefon bietet unter 0800 800 810 anonyme und kostenlose Beratung für Frauen und Mädchen. Auch Rechtsberatung und Gespräche in Fremdsprachen sind möglich.

**Rückfragen:** Hilfswerk NÖ, Presse & Kommunikation, Tel. 05 9249-30140, [presse@noehilfswerk.at](mailto:presse@noehilfswerk.at)