

## ÜBERSICHT UNTERSCHIEDLICHER UNTERSTÜTZUNGSANGEBOTE

Stand, 16. April 2020

<b>telefonische Unterstützungsangebote</b>		
Gesundheitshotline	1450	
Infoline Coronavirus	0800/555 621	
PSD – psychosozialer Notdienst	01/313 30	24 Std
PSD – psychosoziale Information (allg. Auskünfte und Information, Beratungs- und Entlastungsgespräche)	01/4000-53060	
Telefonseelsorge (auch Sofortchat)	142	24 Std
Rat auf Draht	147	
BÖP	01/504 8000	Mo-So 9-20 Uhr
Psychotherapie-Helpline des WLP	0720/120012	Mo-So 8-22 Uhr
SFU Ambulanz	0660/1625160	Mo-So 10-16 Uhr
Hotline Familienzentren Caritas Wien & NÖ	01/481 5 481	Mo-Fr 9-16 Uhr
Ö3 Kummernummer	116 123	12-24 Uhr
Opfer Notruf (Beratung für Opfer von Straftaten)	0800/112 112	24 Std
Kindernotruf (Verein Lichtblick)	0800/567 567	24 Std
Frauenhelpline www.haltdergewalt.at - Onlineberatung für gewaltbetroffene Frauen und Mädchen in Dt., Englisch, Türkisch, Farsi/Dari (Persisch), Russisch, Bulgarisch, Arabisch	0800/222 555	24 Std 15-22 Uhr
Kriseninterventionszentrum	01/406 95 95	Mo-Fr 10-17 Uhr
Elterntelefon (Expertenteam von Rat auf Draht)	01/7 147 147	
Wiener Frauenotruf	01/71 71 9	24 Std
Frauenhaus Notruf	05 77 22	24 Std
Beratungsstelle der Wiener Frauenhäuser	01/512 38 39	Mo 9-18 Uhr, Di, Mi, Do und Fr 9-16.30 Uhr
Wiener Frauentelefon	01/408 70 66	Mo-Do 9-17 Uhr und Fr 9-16 Uhr
Wiener Interventionsstelle gegen Gewalt in der Familie	01/585 32 88	Mo-Fr 8.30-20 Uhr, Sa 8.30-13 Uhr
Frauenberatung – Notruf bei sexueller Gewalt	01/523 222	Mo-Do 10-15 Uhr
Wiener Kinder- und Jugendhilfe talkbox@ma11.wien.gv.at (psychologische e-mail Beratung für Kinder von der MA11) stressmitkindern@ma11.wien.gv.at (psychologische e-mail Beratung für Eltern von der MA11)	01/4000 8011	Mo-Fr 8-18 Uhr
FEM Gesundheitszentrum (Frauen, Mädchen, Eltern)	01/47615-5771	Mo, Mi und Fr 9-12 Uhr, Di und Do 13-16 Uhr
FEM Süd	01/60191-5201	Mo-Fr 9-12 Uhr
MEN Gesundheitszentrum für Männer, Väter, Burschen)	01/60191-5454	Mo-Fr 9-12 Uhr
Vergiftungsnotruf	01/406 43 43	
Epilepsie Hilfe (Epilepsie Dachverband Österreich)	0664/1254788	
Anonyme Alkoholiker	01/799 55 99	
Drogentelefon	01/405 22 44	
Anonyme Spieler	01/544 13 57	
Zahnarztnotdienst	01/512 20 78	
Blindenotruf	1714	
Notruf für Gehörlose	0800/133 133	
Kältetelefon Caritas	01/480 45 53	
24 Stunden Helpline Wien	01/4000-4001	

Info-Hotline für Auszubildende (Auskunft bzgl. Lehrabschluss, Zeugnisse, Kurzarbeit, Homeoffice)	0800/22 00 74	Mo-Sa 8-20 Uhr
<b>psychologische und psychotherapeutische Unterstützung</b>		
<a href="http://www.psychnet.at">www.psychnet.at</a>	Suche nach psychotherapeutischer Unterstützung (neu: psychologische Online-Beratung im Zusammenhang mit Corona)	
<a href="https://www.psychotherapie.at/">https://www.psychotherapie.at/</a>	Psychotherapeutensuche vom ÖBVP	
<a href="http://www.semicolon-relations.com/psychologische-betreuung/">www.semicolon-relations.com/psychologische-betreuung/</a>	derzeitiger Überblick über online Beratungen in Österreich	
<a href="https://www.psychologen.at/">https://www.psychologen.at/</a>	jeweils über 100 Experten in Wien mit spezifischen Angeboten während der Corona-Krise (e-mail Beratung, telefonische Beratung, online Beratung, Videotelefonie)	
<a href="https://www.wienercouch.at/">https://www.wienercouch.at/</a>	Zentrum für Psychotherapie und Persönlichkeitsentwicklung, 0664/35 82 139 oder INFO@WIENERCOUCH.AT	

<b>Anlaufstellen für Kinder</b>	
Die Möwe <a href="https://die-moewe.beranet.info/">https://die-moewe.beranet.info/</a>	01/532 15 15 Telefon- und Onlineberatung
Die Boje <a href="http://www.die-boje.at">www.die-boje.at</a>	0677/618 33 502 Mo-Fr 9-14 Uhr telefonische Beratung
Kinderschutzzentrum <a href="http://kinderschutz-wien.at/">http://kinderschutz-wien.at/</a>	Krisentelefon 01/526 18 20 Mo-Do 11-18 Uhr und Fr 11-16 Uhr auch Telefon- und Videoberatung
Tamar (Beratungsstelle für misshandelte, sexuelle missbrauchte Frauen, Mädchen und Kinder) <a href="https://tamar.at">https://tamar.at</a>	01/334 04 37 telefonische Beratung Mo-Do 9-17 Uhr
Sintem <a href="http://www.caritas-wien.at/hilfe-angebote/kinder-familie/familienzentren-beratung-und-psychotherapie/familienzentrum-wien">www.caritas-wien.at/hilfe-angebote/kinder-familie/familienzentren-beratung-und-psychotherapie/familienzentrum-wien</a>	Familienzentrum Wien 01/481 54 81 Beratung und Psychotherapie bei Problemen, Krisen und Konflikten
Hemayat <a href="http://www.hemayat.org">www.hemayat.org</a>	Betreuungszentrum für Folter- und Kriegsüberlebende (in dringenden Fällen online Beratung) 01/216 43 06
<b>Kinderambulanzen</b>	
AKH Wien 9., Währinger Gürtel 18-20	01/404 00-0
St. Anna Kinderspital 9., Kinderspitalgasse 6	01/401 70-0
Kaiser-Franz-Josef-Spital 10., Kundratstraße 3	01/601 91-2850
Wilhelminenspital 16., Montleartstraße 37	01/491 50-2901
Krankenhaus Nord – Klinik Floridsdorf 21., Brünner Straße 68	01/277 00-2660
Donauspital 22., Langobardenstraße 122	01/288 02-4350 oder 4351
Ambulanz für Kinder- und Jugendheilkunde 3., Krankenanstalt Rudolfstiftung ist wegen der aktuellen Corona(Covid-19) Situation bis auf weiteres geschlossen!	

<b>Hilfe für Alleinerziehende</b>	
<a href="https://www.alleinerziehen-juno.at/">https://www.alleinerziehen-juno.at/</a>	01/366 2934 u.a. Sozialberatung und psychologische Beratung durch Alleinerziehende
<a href="https://www.frauenberatenfrauen.at/">https://www.frauenberatenfrauen.at/</a>	01/5876750 telefonische Beratung, Onlineberatung
<a href="https://www.erzdioezese-wien.at/pages/inst/14430595">https://www.erzdioezese-wien.at/pages/inst/14430595</a>	Kontaktstelle für Alleinerziehende – Kategoriale Seelsorge der Erzdiözese Wien
<a href="https://www.alleinerziehende.org/">https://www.alleinerziehende.org/</a>	Österreichische Plattform für Alleinerziehende
<a href="https://www.kinderbetreuung.at/">https://www.kinderbetreuung.at/</a>	0800/20 20 99 kostenlose 24 Stunden Hotline „Task Force Kinderbetreuung“

<b>Unterstützung für andere</b>	
<a href="https://fragnebenan.com/">https://fragnebenan.com/</a>	Nachbarschaftshilfswerk
<a href="https://corona-nachbarschaftshilfe.at/">https://corona-nachbarschaftshilfe.at/</a>	wer was braucht bzw. wer kann helfen
<a href="https://wohnpartner-wien.at/aktuelles/detail/wichtige-information-1-1-1">https://wohnpartner-wien.at/aktuelles/detail/wichtige-information-1-1-1</a>	Wohnpartner Nachbarschaftstelefon – nach Bezirken aufgelistet; 01/24503-25960 für generelle Fragen Mo-Fr 9-16 Uhr
<a href="https://oe3.orf.at/teamoesterreich">https://oe3.orf.at/teamoesterreich</a>	Team Österreich

<b>Essenslieferung</b>		
<a href="https://www.samariterbund.net">https://www.samariterbund.net</a> <a href="https://www.roteskreuz.at">https://www.roteskreuz.at</a> <a href="https://www.fsw.at">https://www.fsw.at</a>	Samariterbund Rotes Kreuz Stadt Wien	Essen auf Räder
<a href="https://www.falter.at/onlineshop-fibel">https://www.falter.at/onlineshop-fibel</a>	Falter	Online-Bestellmöglichkeit diverser Anbieter
<a href="https://www.nunukaller.com">https://www.nunukaller.com</a>	Nunukaller	Plattform österreichischer Unternehmen mit Onlineversand
<a href="https://digitalenomadin.at/lebensmittel-lieferung/">https://digitalenomadin.at/lebensmittel-lieferung/</a>	Digitale Nomadin	Sammlung von digitalenomadin.at mit Lokalen und Läden, zur Essenabholung oder -lieferung

<b>Recherche-Seiten für Kinder</b>	
<a href="https://www.fragfinn.de/">https://www.fragfinn.de/</a>	geschützter Surfraum für Kinder
<a href="https://www.blinde-kuh.de/smart-index.html">https://www.blinde-kuh.de/smart-index.html</a>	Suchmaschine für 8-12 jährige Kinder
<a href="https://mobil.seitenstark.de/">https://mobil.seitenstark.de/</a>	Arbeitsgemeinschaft vernetzter Kinderseiten, viele Tipps für die schulfreie Zeit z.B. kostenlose Hörspiele, Zaubertricks lernen etc.
<a href="https://www.klick-tipps.net/startseite/">https://www.klick-tipps.net/startseite/</a>	verschiedenste Themen kindergerecht aufgearbeitet, viele Lern-Apps und Webseiten für Kinder

<b>Lernen mit Spaß</b>
Experimentierkästen von Kosmos (auf Amazon)
Gesellschaftsspiele: z.B. Uno (Mathematik), Tabu Junior (Sprache), Stadt-Land-Fluss (Geografie), Siedler von Cartan (logisches Denken), jede Art von Memorys (Merkfähigkeit), HalliGalli (Auge-Hand-Koordination, Reaktionsgeschwindigkeit)

<b><u>vertiefende Lernmaterialien</u></b>	
<a href="https://www.schlaukopf.at/">https://www.schlaukopf.at/</a>	Lernspiele für VS, NMS und AHS
<a href="https://www.lernspass-fuer-kinder.de/">https://www.lernspass-fuer-kinder.de/</a>	interaktive Spiele von Deutsch bis Sport
<a href="https://eduthek.at/schulmaterialien">https://eduthek.at/schulmaterialien</a>	Lernmaterialien von 3 bis 19 Jahren
<a href="https://www.legakids.net/">https://www.legakids.net/</a>	Spiele für Kinder mit einer Lese-Rechtschreibschwäche
<a href="http://amira-lesen.de/">http://amira-lesen.de/</a>	Leseförderprogramm in 9 Sprachen (Dt., Italienisch, Türkisch, Russisch, Arabisch, Englisch, Polnisch, Farsi, Spanisch)
<a href="https://www.einmaleins.at/">https://www.einmaleins.at/</a>	viele verschiedene 1x1 Übungen
<a href="https://www.wll.at/">https://www.wll.at/</a> <a href="https://www.fernfoerderung.com/">https://www.fernfoerderung.com/</a> <a href="https://eltern.fernfoerderung.com/">https://eltern.fernfoerderung.com/</a>	Wiener Landesverband Legasthenie: kostenfreie Lern- und Fernförderung
<a href="https://www.planet-schule.de/">https://www.planet-schule.de/</a>	Filme und Multimedia-Elemente zu unterschiedlichsten Fächern und Themenbereiche, ausgewählte Angebote je nach Altersstufen
<a href="https://www-de.scoyo.com/">https://www-de.scoyo.com/</a>	web-basierte Lernplattform für verschiedene Altersgruppen und Schulfächer
<a href="https://de.ixl.com/">https://de.ixl.com/</a>	interaktive mathematische Übungen von der Vorschule bis 6. Schulstufe
<a href="https://www.mompitz.de/">https://www.mompitz.de/</a>	Lernmaterialien für Vorschule bis 4. Klasse, Spielen, Basteln, Lernen, Fördern

<b><u>externe Lernunterstützung</u></b>	
<a href="https://www.vhs.at/de/e/gratis-lernhilfe">https://www.vhs.at/de/e/gratis-lernhilfe</a>	Online Förderung 2.0
<a href="https://weiterlernen.at/">https://weiterlernen.at/</a>	digitales Buddy-System und gesammelte Übersicht über bestehende Angebote

<b><u>online Beschäftigungsangebote für Kinder</u></b>	
<a href="https://kinderuni.at/">https://kinderuni.at/</a>	Experimente und Spiele für zu Hause
<a href="https://www.wienextra.at/">https://www.wienextra.at/</a>	Links zu sportlichen Übungen
<a href="http://www.homeschoolerinaustria.at/">http://www.homeschoolerinaustria.at/</a>	zur Unterstützung zum Erstellen eines Tagesplans, viele Übungslinks!
<a href="https://www.kigaportal.com">https://www.kigaportal.com</a>	u.a. Bastelideen, Kinderyoga, Lieder uvm.
<a href="https://www.schule-und-familie.de/basteln.html">https://www.schule-und-familie.de/basteln.html</a>	einfache Bastelanleitungen
<a href="https://bastelnmitkids.de/">https://bastelnmitkids.de/</a>	Basteln auch mit jüngeren Kindern
<a href="https://www.kinderspiele-welt.de/">https://www.kinderspiele-welt.de/</a>	alles was mit Kindern Spaß macht
<a href="https://www.vaterfreuden.de/">https://www.vaterfreuden.de/</a>	Spiele, um Kleinkinder zu beschäftigen
<a href="https://www.youtube.com/channel/UCOyO3b3yCqDPjIK08aMOEow">https://www.youtube.com/channel/UCOyO3b3yCqDPjIK08aMOEow</a>	Kinderlieder für die Elementarstufe, Mitmachkonzerte
<a href="https://www.simplystrong.at/">https://www.simplystrong.at/</a>	Simplystrong - Konzentration & Bewegung
<a href="https://www.kleineschule.com.de/wahrnehmungstraining.html">https://www.kleineschule.com.de/wahrnehmungstraining.html</a>	Wahrnehmungstrainings, Feinmotorik-, Aufmerksamkeits- und Konzentrationsübungen für Vorschule und Volksschule
<a href="https://shop.labbe.de/pdf-shop/gratis-homeschooling">https://shop.labbe.de/pdf-shop/gratis-homeschooling</a>	viele Beschäftigungsideen für Kinder
<a href="https://www.oefb.at">https://www.oefb.at</a>	ÖFB App mit Ballübungen & Spiele für Kinder
<a href="https://www.youtube.com/albaberlin">https://www.youtube.com/albaberlin</a>	tägliches Sportprogramm für Kindergarten- und Volksschulkinder

<b>Bilderbuch und Hörspiel</b>	
<a href="https://www.einfachvorlesen.de/">https://www.einfachvorlesen.de/</a>	Bilderbücher zum Vorlesen
<a href="https://www.gutenachtgeschichte.at/">https://www.gutenachtgeschichte.at/</a>	Gutenachtgeschichten werden vorgelesen
<a href="https://www.hoerschiff.at/">https://www.hoerschiff.at/</a>	täglich um 8 Uhr kann man kostenlos ein neues Märchen streamen
<a href="https://www.youtube.com/results?search_query=herder+kinderwelt">https://www.youtube.com/results?search_query=herder+kinderwelt</a>	täglich liest jemand aus Kinderbüchern vor und stellt die Videos auf youtube
<a href="https://www.wienextra.at/cinemagic/bilderbuch-kino-bibliothek/">https://www.wienextra.at/cinemagic/bilderbuch-kino-bibliothek/</a>	Bilderbuch-Bibliothek zum Vorlesen
<a href="https://www.papperlapapp.co.at/pdf-lesen/">https://www.papperlapapp.co.at/pdf-lesen/</a>	Bilderbücher zum Vorlesen in verschiedenen Sprachen (Albanisch, Arabisch, BKS, Englisch, Farsi, Französisch, Polnisch, Rumänisch, Türkisch, Tschetschenisch)

<b>online Sportangebote für Jugendliche und Erwachsene</b>	
<a href="https://www.askoe.at/de/newsshow-askoe-fit-mach-mit-challenge">https://www.askoe.at/de/newsshow-askoe-fit-mach-mit-challenge</a>	ASKÖ (=Arbeitsgemeinschaft für Sport und Körperkultur in Österreich) Fit mach mit Challenge
<a href="https://www.askoe-burgenland.at/de">https://www.askoe-burgenland.at/de</a>	ASKÖ BGL - Fit & Locker mit Hopsi
<a href="https://www.youtube.com/watch?v=hTr7yJOEMEQ&amp;feature=youtu.be">https://www.youtube.com/watch?v=hTr7yJOEMEQ&amp;feature=youtu.be</a>	2 live Sport-Sessions pro Tag gratis (Cardio, Yoga, Kickboxen) ohne Mitgliedschaft
<a href="https://superactive.at/">https://superactive.at/</a>	Superactive - Fitness-Kurse, Schwangerschaftsyoga, Yoga
<a href="https://vimeo.com/arriola">https://vimeo.com/arriola</a>	Arriola Tanzstudio, online-Kurse zum Nachmachen

<b>kulturelle online Angebote</b>	
<a href="https://www.nhm-wien.ac.at/online-angebot">https://www.nhm-wien.ac.at/online-angebot</a>	Naturhistorisches Museum
<a href="https://www.technischesmuseum.at/das-digitale-museum">https://www.technischesmuseum.at/das-digitale-museum</a>	Technisches Museum
<a href="https://www.khm.at/erfahren/kunstvermittlung/app-khm-stories/">https://www.khm.at/erfahren/kunstvermittlung/app-khm-stories/</a>	Kunsthistorische Museum
<a href="https://www.hdgoe.at/">https://www.hdgoe.at/</a>	Haus der Geschichte Österreich