



0732/2177

Erste Hilfe für die Seele- Krisenhilfe OÖ: täglich rund um die Uhr für Sie da!

Die Corona-Pandemie stellt uns alle vor neue Herausforderungen. Außergewöhnliche Ereignisse rufen bei vielen Menschen starke, vorübergehende psychische und körperliche Reaktionen hervor- eine normale Reaktion unter diesen besonders belastenden Umständen. Da kann es hilfreich sein, mit jemandem zu reden. Am Telefon der Krisenhilfe OÖ sitzen ExpertInnen, die gerne für Sie da sind, Ihnen zuhören und Sie unterstützen, zum Beispiel wenn ...

- ... Sie zur Testung geladen wurden oder auf das Ergebnis warten und das bei Ihnen große Sorge bis hin zu Angst und Panik auslöst
- ... Sie sich Sorgen machen, weil Sie selbst oder jemand in Ihrer Familie an COVID erkrankt ist.
- ... Sie in Quarantäne sind, das Haus nicht verlassen dürfen und Ihnen die Decke auf den Kopf fällt.
- ... Sie nicht wissen, wie es weitergehen soll.
- ... Sie sich einsam fühlen.
- ... Sie traurig sind, weil ein/e nahe/r Angehörige/r oder FreundIn an COVID 19 verstorben ist.
- ... Sie verzweifelt sind, weil Sie Ihre/n Angehörige/n nicht besuchen können.
- ... Sie sich Sorgen um Ihren Arbeitsplatz machen.
- ... Sie sich überfordert fühlen.
- ... es Sie belastet, weil zu Hause so viel gestritten wird.

Wir sind auch bei allen anderen akuten Krisensituationen, suizidalen Gedanken und nach traumatischen Ereignissen für Sie da – telefonisch, persönlich vor Ort oder online bei der Onlinekrisenberatung (<https://beratung-krisenhilfeooe.at>).

Mehr Infos unter www.krisenhilfeooe.at

www.krisenhilfeooe.at

KRISENHILFE OÖ Scharitzerstrasse 6-8 /4.Stock, A-4020 Linz

Ein gemeinsames Angebot von EXIT-sozial, pro mente OÖ, Rotes Kreuz, Telefonseelsorge OÖ, Notfallseelsorge, finanziert vom Land OÖ