

Klinik Floridsdorf

Brünner Straße 68/A3/Top 14
1210 Wien

T: (0043-1) 277 00-5600

E: kfl.fem@gesundheitsverbund.at
www.fem.at

Montag – Donnerstag 9–17 Uhr
Freitag 9–12 Uhr

Frühjahr 2022

Liebe Wienerinnen!

Der Stadt Wien liegt die Gesundheit von Frauen und Mädchen am Herzen! Frauen sind bekanntlich gesundheitsbewusst und interessiert an Informationen zur Vorsorge. Dennoch stellen sich für viele Frauen – bedingt durch Zeitmangel und Mehrfachbelastungen – häufig Fragen, wie „Wie bleibe ich gesund?“, „Wie komme ich mit dem Alltagsstress besser zurecht?“, „Wo kann ich gemeinsam mit anderen Frauen Sport betreiben?“.

Die Frauengesundheitszentren **FEM** und **FEM^{fad}** beraten und informieren rund um das Thema Gesundheit und das mittlerweile seit über 30 Jahren. Sie sind Anlaufstellen für viele Themen, die Frauen und Mädchen bewegen, wie etwa Partnerschaft und Familie, gesunder Lebensstil, Beruf und Arbeitssuche oder die Lebensgestaltung im höheren Lebensalter.

Die Beraterinnen der Frauengesundheitszentren sind bemüht, auch in schwierigen Lebenssituationen zu unterstützen. Rufen Sie einfach an! Wir laden Sie ein unsere Kurs- und Gruppenangebote zu nutzen, um aktiv zu bleiben oder zu werden und um mit anderen Frauen ins Gespräch zu kommen!

Kommen Sie zu uns, wir freuen uns auf Ihren Besuch in einem unserer Frauengesundheitszentren!

Peter Hacker

Stadtrat für Soziales, Gesundheit und Sport

Kathrin Gaál

Wiener Frauen- und Wohnbau-stadträtin

Drⁱⁿ Margit Endler

Vorsitzende Institut für Frauen- und Männergesundheit

FEM ist ...

... ein Gesundheitszentrum für alle Frauen, Eltern und Mädchen. Als Anlaufstelle bieten wir Ihnen Unterstützung und Beratung bei einer Vielzahl von Fragen und Problemen, die Ihre körperliche und seelische Gesundheit betreffen.

FEM bietet ...

- ... persönliche, telefonische und Online-Beratung in den Sprachen Deutsch, Englisch, Farsi, Türkisch, Bosnisch/Kroatisch/Serbisch, Arabisch und Polnisch
- ... kostengünstige Kurse
- ... Frauen-Gruppen
- ... vielseitige Workshops
- ... informative Vorträge rund um Frauengesundheit.

Unsere Themen: Ernährung, Bewegung, Gesundheitsvorsorge, Essverhalten und Essstörungen, Partnerschaft, Sexualität, Trennung/Scheidung, Geburt, Schwangerschaft (skonflikt), Erziehung, Elternrolle, Wechseljahre, Stressbewältigung, Lebenskrisen, ...

Nähere Angaben zu allen Programmangeboten erhalten Sie auf unserer Website: www.fem.at oder unter unserer Telefonnummer: **01/277 00-5600**

Unser Team



Mag^a Rosita Alamdar • Karin Bednar • Mag^a Maria Bernhart • Mag^a Martina Binder-Motal • Mag^a Gojka Djakovic • Tamara Felbinger, BA • Mag^a Veronika Götz • Mag^a Gabi Gundacker • Julia Hauzmayer, BA • Alexandra Hubmann, MA • Mag^a Deborah Klingler-Katschnig • Mag^a Zeliha Özlü-Erkilic • Mag^a Beata Piorkowska • Marlena Potok-Schmuttermeier • Mag^a Katrin Puchner, MSc • Mag^a Karin Rathgeb • Theresia Schatzmann, BSc • Mag^a Eva-Maria Strobl • Drⁱⁿ Omar Tamador • Mag^a Harriet Vrana, MSc •

in Karenz:

Mag^a Katrin Sabeditsch • MMag^a Katharina Schönborn-Hotter



▶▶▶ Ort der Angebote – wenn nicht anders angeführt – das Frauengesundheitszentrum FEM in der Klinik Floridsdorf.

Legende: **B** Beratung / Behandlung **I** Information & Vortrag **W** Workshop
F Fortbildung **K** Kurs **O** Online Angebot

Psychische Gesundheit & Beratungen

FEM begleitet und berät ... Mädchen und Frauen jeden Lebensalters und besonderen Lebenssituationen

Beratungen in den Sprachen Deutsch, Englisch, Farsi, Polnisch, Arabisch, Bosnisch/Kroatisch/Serbisch, Türkisch

- B** **Persönlich** vor Ort oder online Montag – Donnerstag 9–17 Uhr, Freitag 9–12 Uhr; Erstgespräch kostenlos. Weitere Gespräche je Euro 15,- Anmeldung unter ☎ 01/277 00-5600
- B** **Telefonisch** unter ☎ 01/277 00-5600
- B** **Per E-Mail** kfl.fem@gesundheitsverbund.at

- in Krisensituationen
- bei Lebensstilveränderungen
- zum Thema Wechseljahre
- bei Essstörungen und Gewichtproblemen
- zum Thema Sexualität und Partnerschaft
- zum Thema Brustgesundheit
- bei Stimmungsschwankungen rund um Schwangerschaft und Geburt
- bei Erziehungsfragen und Familienthemen
- bei gynäkologischen Anliegen
- bei Schwangerschaftskonflikt
- und vielem mehr

FEM accompanies and advises

English

Girls and women of all ages in crises and special life situations. In the event of difficult changes or decisions, fears and uncertainty, in the event of psychological stress or health issues. You don't have to manage everything alone! Sometimes it's good to get support. Woman-to-woman advice, easily accessible, inexpensive, in English. Appointments on ☎ 01/277 00-5600

FEM nudi podršku i sav(j)etovanje

B/K/S

Ženama i d(j)vojčicama svih uzrasta u krizama i posebnim životnim situacijama. Prilikom teških prom(j)ena ili odluka, strahova i neizv(j)esnosti, psihičkog opterećenja ili zdravstvenih pitanja. Ne morate sve sami uspj(j)eti! Ponekad je dobro potražiti podršku. Sav(j)etovanja od žena za žene, lako dostupno i pristupačno, na srpskom/bosanskom/hrvatskom jeziku. Zakazivanje termina na broj telefona ☎ 01/277 00-5600

Bewegung & Entspannung

B **Shiatsu**

Shiatsu (jap. „Fingerdruck“) ist eine wirkungsvolle Form der Körperarbeit, die Ihre natürlichen Selbstheilungskräfte aktiviert und Energieblockaden löst.

Leiterin: Heike Lindstedt, Dipl. Shiatsu-Praktikerin
Beitrag: Euro 50,-/50-Minuten-Einheit
Weitere Informationen unter ☎ 01/277 00-5600
F Fixpreis – keine weitere Preisreduktion möglich!



B **Qigong im Park**

Bewegung mit Achtsamkeit. Für EinsteigerInnen & in bequemer Alltagskleidung möglich.

Leiterin: Brigitte Wuich, Dipl. Tao Woman @Frauen QiGong-Kursleiterin
Zeit: Dienstag, 17:30–18:30 Uhr/wöchentlich
Beginn: 17. Mai 2022 (5mal)
Ort: Wasserpark Floridsdorf
Beitrag: Euro 40,-/5 Termine
Anmeldung: unter ☎ 01/277 00-5600, www.fem.at

B **Fit in den Feierabend**

Powerwalking mit Zirkeltraining. Trainieren mit dem eigenen Körpergewicht und zügigem Gehen – ohne Geräte. Bei (fast) jedem Wetter.



Leiterin: Marion Woch-Adang, Bewegungstrainerin
Zeit: Freitag, 15–16 Uhr/wöchentlich
Beginn: 13. Mai 2022 (5mal)
Ort: Wasserpark Floridsdorf
Beitrag: Euro 40,-/5 Termine
Anmeldung: ☎ 01/277 00-5600, www.fem.at

W **Beckenboden intensiv**

Wochenendworkshop

Das BeBo® Fit Training hilft Frauen, Ihren Beckenboden funktionstüchtig und aktiv zu halten. Mit einem Mix aus wertvollen, verständlichen Informationen und leicht umsetzbaren Übungen für den Alltag soll das Bewusstsein für den Beckenboden gestärkt und eine gesunde Mitte erreicht werden.

Leiterin: Tamara Felbinger, BA, zertifizierte Beckenbodentrainerin & klinische Sexologin
Zeit: Samstag + Sonntag, 9:30–12:30 Uhr
Termine: 28. + 29. Mai 2022
Beitrag: Euro 48,-/Wochenende
Anmeldung: ☎ 01/277 00-5600, www.fem.at

VHS FLORIDSDORF Um Ihnen noch mehr Bewegungskurse bieten zu können, gibt es neben unseren Kursen im FEM auch gemeinsame Angebote mit der VHS Floridsdorf. Bitte beachten Sie die speziellen Kursbedingungen. Achten Sie auf dieses Zeichen: **V**

V **deepWORK®**

Bei dieser von der asiatischen 5-Elemente-Lehre inspirierten Mischung aus Ausdauersequenzen, Kraft- und Atemübungen sind die Bewegungsabläufe so konzipiert, dass sie sich im Wechsel zwischen Wechsels und Entspannung befinden und mit Atemübungen kombiniert werden.

Leiterin: Monika Sittiger, VHS-Trainerin
Zeit: Donnerstag 18–19:30 Uhr/wöchentlich
Ort: VHS Floridsdorf, Zmgaler Straße 14, 1210 Wien
Beitrag: Euro 70,40/7 Termine
Anmeldung: unter ☎ 01/89 174 121 000 oder floridsdorf@vhs.at • Kurs-Nr. A8446a00b

V **Piloxing®**

Das Training vereint Elemente aus Boxen, Pilates und Tanz zu einem Intervalltraining, das Fett verbrennt, die Muskulatur kräftigt und zu einer verbesserten Körperhaltung beiträgt.

Leiterin: Eveline Schröfl, VHS-Trainerin
Zeit: Montag, 18:30–19:30 Uhr/wöchentlich
Beginn: 4. April 2022 (7mal)
Ort: SPZ Franklinstraße, Franklinstraße 27, 1210 Wien
Beitrag: Euro 46,90/7 Termine
Anmeldung: unter ☎ 01/89 174 121 000 oder floridsdorf@vhs.at • Kurs-Nr. AF844300b



V **Musical Dance**

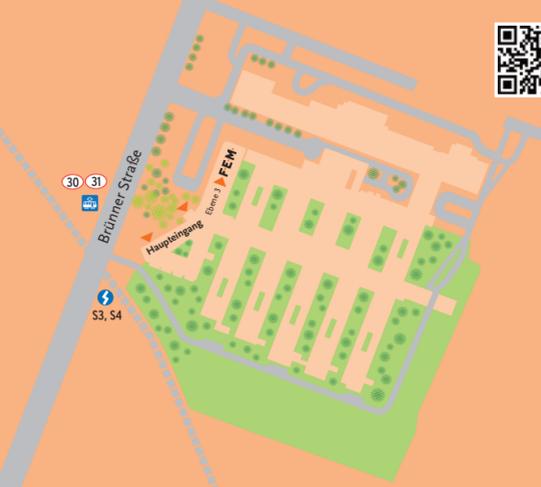
In diesem Kurs werden Choreographien zu den bekannten Melodien verschiedener Musicals erarbeitet. Diese wechseln sich mit Fitness und Stretching Blöcken ab. Für Beweglichkeit, Koordination und Kräftigung der Muskulatur.

Leiterin: Katharina Graussam, VHS-Trainerin
Zeit: Freitag 19–20:30 Uhr/wöchentlich
Beginn: 8. April 2022 (7mal)
Beitrag: Euro 70,40/7 Termine
Anmeldung: unter ☎ 01/89 174 121 000 oder floridsdorf@vhs.at • Kurs-Nr. A9774FEMb

Bitte beachten Sie auch unsere Online-Yoga, Online-Cardio, sowie den Beckenbodenworkshop in der Rubrik Onlineangebote.



Osterreichische Post AG / Sponsoring Post
GZ: 07Z03750S
Retouren an Postfach 555, 1008 Wien



Wir danken für die freundliche Unterstützung:

Onlineangebot

Angebote via Zoom

Anmeldung unter der Telefonnummer:
01/277 00-5600 oder
E-Mail: kfl.fem@gesundheitsverbund.at

Unser Beitrag für Sie: Zur Unterstützung während der Pandemie sind in diesem Semester die Onlinevorträge kostenlos! Beachten Sie dieses Zeichen:

Angebote für Frauen: Vorträge & Workshops



Stabil & flexibel durch stressvolle Zeiten!

Wie ich meine psychische Kraft stärken und meine Resilienz fördern kann.
Leitung: Mag^a Andrea Brinek, Klinische und Gesundheitspsychologin, Pädagogin
Termine: Mittwoch, 16. März 2022, 17–18:30 Uhr (1x) oder Montag, 30. Mai 2022, 17–18:30 Uhr (1x)

Informationsabend Essstörungen



Fragemöglichkeiten, Infos und erste Hilfestellungen für Betroffene, Angehörige und Interessierte

Leitung: Mag^a Harriet Vrana, Psychotherapeutin
Termine: Donnerstag, 17. März 2022, 17–18:30 Uhr oder Dienstag, 3. Mai 2022 17–18:30 Uhr

Beckenboden – Vom Wissen zum Spüren!

Informationsworkshop rund um den Beckenboden
Leitung: Tamara Felbinger, BA, zertifizierte Beckenbodentrainerin & klinische Sexologin
Termin: Montag, 28. März 2022, 17–19 Uhr

Die vergessene Generation –



Umgang mit Kindern und Jugendlichen während und nach der Corona-Pandemie
Tipps und Tricks für Eltern und Familie

Leitung: Mag^a Eva Trettl, Klinische und Gesundheitspsychologin
Termin: Dienstag, 29. März 2022, 17–18:30 Uhr

Frauen & Geld



Was ich in Bezug auf diverse finanzielle Angelegenheiten wissen sollte.

Leitung: Mag^a (FH) Figen Ibrahimoglu, Sozialarbeiterin
Termin: Mittwoch, 6. April 2022, 14–15:30 Uhr

Wenn Angst das Leben bestimmt

Wie Angst entsteht, wie sie sich äußert & wie man damit umgehen kann.
Leitung: Mag^a Maria Bernhart, Klinische und Gesundheitspsychologin
Termin: Donnerstag, 21. April 2022, 18–19:30 Uhr

Du bist, was du isst!?

Wie die Ernährung unsere Psyche beeinflusst.
Leitung: MMag^a Katharina Schönborn-Hotter, Klinische und Gesundheitspsychologin, Pädagogin
Termin: Mittwoch, 27. April 2022, 18–19:30 Uhr

Perfektionismus loslassen



Wie man mit Fehlern gelassener umgehen & Selbstakzeptanz stärken kann

Leitung: Mag^a Drⁱⁿ Melanie Wegerer, Klinische und Gesundheitspsychologin, Psychotherapeutin
Termin: Montag, 9. Mai 2022, 17–19 Uhr

Wege durch den elektronischen Gesundheitsdschungel

Wissenswertes rund um das Gesundheitssystem, den grünen Pass & Co
Leitung: Mag^a Figen Ibrahimoglu, Sozialarbeiterin
Termin: Mittwoch, 18. Mai 2022, 14–15:30 Uhr

Angebote für Frauen: Kurse & Gruppen



Online Yoga

Beweglichkeit – Kräftigung – Dehnung – Entspannung

Leitung: Mag^a Renata Heist, Yoga-Trainerin, Klinische und Gesundheitspsychologin
Termin: Montag, 16:45–18:15 Uhr/wöchentlich
Beginn: Kurs 1: 7. März 2022 (5 Einheiten)
Kurs 2: 11. April 2022 (5 Einheiten)
Kurs 3: 23. Mai 2022 (5 Einheiten)
Beitrag: Euro 40,-/5 Termine

Online – Cardio-Training



Kräftigungsstunde & Herz-Kreislauftraining

Leitung: Doris Barin-ger, Gymnastiktrainerin
Termin: Mittwoch, 17:15–18:15 Uhr/wöchentlich
Beginn: 30. März 2022 (5 Einheiten)
Beitrag: Euro 25,-/5 Termine

Geburtsvorbereitung für Paare – online

2 Abende mit einer Hebamme für Informationen, Fragen und praktische Tipps rund um die Geburt.
Leitung: Catherine Buchhaus, Hebamme
Zeit: Mittwoch + Donnerstag, 17:30–20 Uhr
Termine: Kurs 1: 23. + 24. März 2022
Kurs 2: 4. + 5. Mai 2022
Beitrag: Euro 50,-/Paar/Kurs
Bitte beachten Sie auch unsere Geburtsvorbereitungskurse in Präsenz.

Fit für den Kinderschu – sicher leiten & begleiten



4-teiliger Kurs für werdende Eltern & nahe Bezugspersonen

Leitung: MMag^a Katharina Schönborn-Hotter, Klinische und Gesundheitspsychologin, Pädagogin & Mag. Paul Brugger, Klinischer und Gesundheitspsychologe
Zeit: Montag, 17–18:30 Uhr
Termine: 14. März | 21. März | 28. März | 4. April 2022
Beitrag: kostenlos
Bitte beachten Sie auch unseren Fit für den Kinderschu-Kurs in Präsenz.

Fortbildungen für ProfessionistInnen:

„Ich! Ganz schön selbstbewusst.“

Fortbildung für MultiplikatorInnen zum Thema Selbstwert, Schönheitsideale und Essstörungsprävention
Leitung: Mag^a Gabi Gundacker, Klinische und Gesundheitspsychologin
Termin: Freitag, 25. März 2022, 9–12 Uhr für Einzelpersonen oder ab 6 Personen auf Anfrage buchbar
Beitrag: kostenlos
finanziert durch Dove im Rahmen der „Initiative für wahre Schönheit und wahres Selbstbewusstsein“



„STOP!“ – Grundlagen der Gewaltprävention in der Beratung



Grundlagen der Beratung für Frauen mit Gewalterfahrungen

Leitung: Mag^a Manuela Marina-Mitrovic, Klinische und Gesundheitspsychologin
Termin: Dienstag, 5. April 2022, 15–16:30 Uhr
Beitrag: Euro 22,-/Workshop

Zittern erlaubt

TRE@ – Tension & Trauma Release Exercises – eine traumalösende Methode stellt sich vor
Leitung: Mag^a Natalija Kutzer, Klinische und Gesundheitspsychologin, Trauma- und TRE@ Behandlerin
Termin: Mittwoch, 1. Juni 2022, 14–16 Uhr
Beitrag: Euro 30,-/Workshop

Eltern werden – Eltern sein

FEM-Elternambulanz in der Klinik Ottakring



Die FEM-Elternambulanz ist ein eigener Standort im 16. Bezirk, der kostenlose Beratungen und Informationen rund um das Thema Schwangerschaft, Geburt & die ersten Jahre mit dem Kind bietet.

Adresse: FEM-Elternambulanz in der Klinik Ottakring, 1160, Montleartstraße 37, Pav. 20, 1. Stock
Anmeldung und Information unter: ☎ 0650/546 30 66, Montag – Freitag 8:30–12:30 Uhr

Beratung und Begleitung

von Frauen und ihren PartnerInnen in den Sprachen Deutsch, Türkisch, Polnisch und Englisch
Bei Krisen, Belastungen und Stimmungsschwankungen rund um die Geburt, bei Unsicherheiten und Fragen in der ersten Zeit mit dem Baby, in schwierigen Familiensituationen und bei Erziehungsfragen.
Terminvereinbarung unter: ☎ 0650/546 30 66

Vätersprechstunde

Auch Väter stehen vor vielen Herausforderungen. Ein Gespräch kann weiterhelfen!
Terminvereinbarung per E-Mail oder telefonisch mit Mag. Paul Brugger-Willomitzer, Klinischer und Gesundheitspsychologe, MEN
@ paul.brugger@extern.gesundheitsverbund.at
☎ 01/601 91-5454 (Mo, Mi und Do 9–13 Uhr)

FEM-Elternambulanz kapsamında danişma hizmeti

Hamilelikte sorun, kriz veya kendinizi iyi hissetmemeye gibi durumlar yaşıyorsanız; doğum ve doğum sonrası ile ilgili sorularınız var ise bize danışabilirsiniz.
Türkçe yapılacak olan görüşmeler sizin için ücretsizdir
Randevu için arayınız: ☎ 0650/546 30 66

Porady i wsparcie dla rodziców w FEM-Elternambulanz

W sytuacjach kryzysowych, w przypadku stresu, wahań nastroju związanych z porodem, w przypadku różnorodnych wątpliwości i pytań w czasie poporodowym, w trudnych sytuacjach rodzinnych i problemach wychowawczych.
Bezpłatne porady w języku polskim dla kobiet i ich partnerów.
Możliwość umówienia spotkania pod numerem ☎ 0650/546 30 66

Geburtsvorbereitung für Paare

Online oder in Präsenz
2 Abende mit einer Hebamme für Informationen und praktische Tipps rund um die Geburt.
Online: Catherine Buchhaus, Hebamme
Zeit: Mittwoch + Donnerstag, 17:30–20 Uhr
Termine: 23. + 24. März | 4. + 5. Mai 2022
Beitrag: Euro 50,-/Paar/Onlinekurs

Präsenz im FEM:

Nicole Brandner, Hebamme
Zeit: Montag + Dienstag, 17:30–20 Uhr
Termine: 25. + 26. April 2022 | 27. + 28. Juni 2022
Beitrag: Euro 80,-/Paar/Präsenzkurs

Information und Anmeldung:

☎ 01/277 00-5600

Hebammensprechstunde

Telefonische Beratung rund um das Thema Schwangerschaft und Geburt – Aufklärung und Information für werdende Frauen und Eltern
Leitung: Maria Göttlicher, Still- und Laktationsberaterin IBCLC sowie Hebamme in der Klinik Floridsdorf
Beitrag: kostenlos
Anmeldung unter: ☎ 01/277 00-5600 – einen Rückruf der Hebamme vereinbaren

Fit für den Kinderschu – sicher leiten & begleiten



Ein Kurs für (werdende) Mütter und Väter und nahe Bezugspersonen, die die Welt ihrer Kinder besser verstehen wollen.

Vortragsreihe in 4 Einheiten:
Mutter/Vater werden und sein – Tipps und Infos rund um die Beziehung zu meinem Kind;

Familienleben meistern – Hilfe für stressige Situationen und wie ich meine eigenen Kräfte & Fähigkeiten nutzen kann;

Die Welt der Kinder – wie mein Kind die Welt erlebt & wie ich gut darauf reagieren kann;

Alte Überzeugungen & neue Erkenntnisse – was mein Kind wirklich von mir braucht.

Leitung: Mag^a Eva-Maria Strobl, Klinische und Gesundheitspsychologin, Psychotherapeutin in Ausbildung und Supervision & Mag. Paul Brugger, Klinischer und Gesundheitspsychologe
Termine: 22. April | 29. April | 6. Mai | 13. Mai 2022
Zeit: Freitag, 10–11:30 Uhr
Ort: FEM-Elternambulanz
Beitrag: kostenlos
Anmeldung erforderlich! ☎ 01/277 00-5600
Beachten Sie auch unseren Online-Kurs „Fit für den Kinderschu“.

Ebeveyn olmaya hazırmısınız? – rehberlik ve eşlik ediyoruz

Çocuklarının dünyasını daha iyi anlamak isteyen anneler/anne adayları ve babalar ve yakın bakıcılar için bir kurs.
Kurs programı 4 modülden oluşmaktadır.
Yönetim: Mag^a Zeliha Özlü-Erkilic
Zaman: Çarşamba saat 10–11:30 arası
Tarihler: 27. 4. | 18. 5. | 1. 6. | 22. 6. 2022
Katılım: ücretsizdir
Ön kayıt yaptırmanız gereklidir!
☎ 0650/546 30 66

FEM mobil



NEDA – Beratungen für Frauen und Mädchen, die flüchten mussten
Gefördert durch den Fonds Soziales Wien & in Kooperation mit FEM Süd und MEN

Wir bieten schnelle und kostenlose Beratungen für Frauen und Mädchen in der Grundversorgung in Wien an. In verschiedenen Sprachen: Farsi, Arabisch, Englisch und Deutsch.
Nähere Information unter ☎ 01/277 00-5600



Männer und Burschen können sich an das Männergesundheitszentrum MEN wenden: ☎ 01/601 91-5454

Arabisch

مشروع ندا
استشارات للنساء والفتيات الذين اضطروا إلى اللجوء
نحن نقدم استشارات سريعة ومجانية باللغة العربية، للأشخاص الذين لم يحصلوا على إقامة.
في حالة الأزمات والصراعات في الأسرة، أو لإجهاد الشديد وإذا كنت تشعر بالإرهاق.
أيضا التمشاور عبر الهاتف ممكن!
☎ 01/277 00-5600

Farsi

ندا – مشاوره برای زنان و دخترانی که مجبور به ترک کشور خود شده اند.
ما خدمات مشاوره ای خود را، سریع و رایگان به زبان فارسی، به افرادی که در وین تحت حمایت ویژه قرار دارند ارائه می دهیم.
در بحران ها، درگیری ها و تعارض های خانوادگی، تحت فشارهای سنگین و هنگامی که احساس درماندگی و در هم شکستن می کنید.
مشاوره تلفنی نیز امکان پذیر است!
برای کسب اطلاعات بیشتر و تعیین وقت قبلی با شماره زیر تماس بگیرید: ☎ 01/277 00-5600

selbstwert – Mädchen und junge Frauen stärken!

Förderung der psychosozialen Gesundheit von Mädchen und jungen Frauen zwischen 12 und 25 Jahren.

Kostenlose Beratungen, Workshops, sozialarbeiterische Sprechstunden und viele andere maßgeschneiderte Aktivitäten zählen zum Angebot des österreichweiten Kooperationsprojektes. Informieren Sie sich auf unserer website www.fem.at oder unter ☎ 0677/64 200 769



Bundesministerium Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz

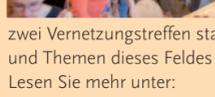


50% Für Mitarbeiterinnen des Wiener Gesundheitsverbundes:

50% Ermäßigung auf unsere Angebote. Speziell gibt es Gesundheitsangebote speziell für Mitarbeiterinnen – Informieren Sie sich direkt im FEM oder auf unserer Homepage www.fem.at

Die Wiener Plattform Gesundheit und Wohnungslosigkeit

ist ein offenes Forum für ProfessionistInnen der Wohnungslosenhilfe und der Gesundheitsversorgung, sowie für von Wohnungslosigkeit betroffene Menschen. Jährlich finden zwei Vernetzungstreffen statt, die wichtige Fragen und Themen dieses Feldes aufgreifen. Lesen Sie mehr unter: www.gesundheit-wohnungslosigkeit.at



Gesundheit für wohnungslose Frauen und Familien in Wien

Gefördert von der Wiener Gesundheitsförderung und dem Fonds Soziales Wien
FEM bietet Gesundheitsangebote ganz speziell für die Zielgruppe wohnungsloser Frauen und Familien an: bedürfnisorientiert, maßgeschneidert und vor Ort in den Einrichtungen der Wiener Wohnungslosenhilfe.

Nähere Informationen unter ☎ 01/277 00-5600



Weitere Informationen über unsere Projektarbeit erhalten Sie unter ☎ 01/277 00-5600 oder auf unserer Homepage unter www.fem.at

Mädchenworkshops



Für Mädchengruppen

Auf Anfrage zu Themen wie:
■ Sexualität
■ Verhütung
■ Selbstbewusstsein
■ Essstörungen
■ Gewalt
■ Umgang mit Stress ...
■ und all jenen Themen, die Jugendliche berühren

Ort: je nach Situation online oder in kleinen Gruppen nach Vereinbarung
Beitrag: Euro 5,-/Teilnehmerin
Anmeldung und Information: ☎ 01/277 00-5600

Informieren Sie sich über unsern Kursen und weiteren Angeboten auf unserer Website unter www.fem.at

Sozialtarife – Trotzdem Trotz zu teuer?

Abhängig vom Haushaltseinkommen vergeben wir gerne Ermäßigungen, sobald die Mindestanzahl an Teilnehmerinnen bei dem jeweiligen Kurs erreicht wird. Bitte fragen Sie einfach nach!

Ungewollt schwanger – was nun?

... wenn Sie weder ein noch aus wissen ...
Beratung und Information bei Schwangerschaftskonflikten
Zeit: Termin nach tel. Vereinbarung
Anmeldung: ☎ 01/277 00-5600
Beitrag: kostenlos!

Alle Angaben ohne Gewähr! Beschreibungen zu unseren Kursen finden Sie unter: www.fem.at

Allgemeine Kursbedingungen: Für unsere Veranstaltungen ist eine verbindliche Anmeldung unbedingt erforderlich. Sie erhalten vor Kursbeginn alle Informationen und die Rechnung per E-Mail oder Post. Die Einzahlung ist vor dem Kursantritt zu tätigen (IBAN: AT20 12000 00601786940, BIC: BKAUATWW). Die Veranstaltung finden nur bei einer festgesetzten Mindestteilnehmerinnenzahl statt. In der Anmeldung besteht nicht aus, wird der Kurs abgesagt. Versäumt eine Kursteilnehmerin Kurseinheiten, hat sie keinen Anspruch auf Ersatz. Aus humanitären Gründen sind Rücktritte spätestens eine Woche vor Kursbeginn bekannt zu geben. Bei späterem Storno ist eine 50%ige Stornogebühr zu bezahlen. Bei Absage am letzten Werktag bzw. bei Nichtantritt zu Kursbeginn sehen wir uns gezwungen, den vollen Kursbeitrag einzubehalten bzw. zu fordern. Es besteht jedoch die Möglichkeit, uns eine Ersatzteilnehmerin zu stellen. Wenn erforderlich, behalten wir uns das Recht vor, Beratungen, Kurse, Workshops und Veranstaltungen auch online stattfinden zu lassen.

Dieses Programm erhalten Sie, da uns Ihre Kontaktdaten durch Ihre Teilnahme an einem FEM-Angebot oder durch Ihre Zustimmung zur Datenspeicherung vorliegen. Wenn Sie in Zukunft keine Zusendung von uns erhalten wollen, schreiben Sie uns ein Mail an kfl.fem@gesundheitsverbund.at oder rufen Sie uns ☎ 01/277 00-5600.