

ANLAUFSTELLEN (BERATUNG, SELBSTHILFE-GRUPPEN, AMBULANZEN, ...) IN DER NÄHE

HEBAMMENSTUDIO Engerwitzdorf

Tel. 0664/1132732, www.hebammenstudio.com

DIAKONIEWERK Gallneukirchen

Engerwitzdorf, Therapiezentrum
Linzerberg, Tel. 07235/63251-571
www.diakoniewerk.at/was-wir-tun/gesundheit

SPEKTRUM Gallneukirchen

Beratung, Vorträge, Tel. 07235/65969,
www.spektrum-gallneukirchen.at

FRAUEN-ZENTRUM OLYMPE

Tel. 0732/603099
www.volkshilfe-ooe.at/olymp-20jahre

EXIT SOZIAL Linz, Beratung Tel. 0732/719719

FAMILIENBERATUNG/BEZIEHUNG LEBEN

(Diözese Linz)
Tel. 0732/773676, www.beziehungleben.at

AUTONOMES FRAUENZENTRUM LINZ

Tel. 0732/602200, www.frauenzentrum.at

FRAUENGESUNDHEITZENTRUM LINZ

Tel. 0732/ 774460-14, www.fgz-linz.at

Beratungszentrum ALLEINERZIEHEND

Linz, Tel. 0732/654270, www.alleinerziehend.at

FAMILIENBERATUNG am Bezirksgericht UU

Tel. 05/7601-21, www.ooe.familienbund.at

ZOE-Beratung rund um Schwangerschaft und Geburt

Linz, Tel. 0732/778300, www.zoe.at

FIRST LOVE AMBULANCE Linz

Tel. 05/7680 83 – 1270, www.kepleruniklinikum.at

BUCHEMPFEHLUNGEN ZUM THEMA SEXUALITÄT UND SCHWANGERSCHAFT, BECKENBODEN, WECHSELJAHRE

- Wer braucht Superhelden: Was wirklich nötig ist, um unsere Welt zu retten / Lisz Hirn
- Vom Mädchen zur Frau / Nicole Schäufler
- Was ist los in meinem Körper? / Dr. med. Elisabeth Raith-Paula
- Was jede Frau über weibliche Sexualität wissen will / Beatrix Gromus
- Ich will kein Kind: Dreizehn Geschichten über eine unpopuläre Entscheidung / Sonja
- Siegert und Anja Uhling
- Das Stillbuch / Hannah Lothrop
- Wie funktioniert das denn für Mädchen? / Sarah Delmege
- Die mündige Beckenbodenpatientin: Ein Aufklärungsbuch für Frauen, die mehr über Ihren Beckenboden wissen wollen, Armin Fischer
- Wechseljahre – was muss ich jetzt wissen, was passt zu mir? / Maria Beckermann
- Eat like a woman – Vegane Rezepte für einen harmonischen Zyklus / Andrea Haslmayr

Die Gesunde Gemeinde Engerwitzdorf wünscht Ihnen weiterhin alles Gute, und dass Sie schwierige Zeiten gut bewältigen können!

Wichtige Info: Alle Angaben sind ohne Gewähr und ohne Anspruch auf Vollständigkeit.

Leopold-Schöffl-Platz 1
4209 Engerwitzdorf
+43 7235 669 55-0
gemeinde@engerwitzdorf.gv.at
www.engerwitzdorf.gv.at



**Hilfe und Unterstützung in
herausfordernden Zeiten**

Schwerpunkt Frauengesundheit

gemeinde
www.engerwitzdorf.gv.at



Viele Menschen stehen in herausfordernden Zeiten vor psychischen Belastungen, die sie nicht mehr alleine bewältigen können und benötigen daher zielgerichtete Beratung und Unterstützung. Die Gesunde Gemeinde Engerwitzdorf stellt Ihnen eine Auflistung von Notrufnummern und regionalen Anlaufstellen zur Verfügung, an welche Sie sich bei Bedarf wenden können.

HILFREICHE NOTRUFNUMMERN UND KRISENTELEFONE

rund um die Uhr und kostenlos

KRISENTELEFON der KRISENHILFE OÖ,
Rat und Hilfe bei psychischen Krisen, online Beratung und mobile Einsätze, Tel. 0732/2177,
www.krisenhilfeooe.at

RAT auf DRAHT für Kinder, Jugendliche und Eltern,
telefonisch und Chatberatung, Notrufnummer 147,
www.rataufdraht.at

FRAUEN- UND FAMILIENBERATUNGSSTELLEN IN OÖ

Eine sehr gute Übersicht über alle Frauen- und Familienberatungsstellen in OÖ/Linz und UU erhält man unter www.familienberatung.gv.at

PSYCHOLOGISCHE BERATUNG ODER PSYCHOTHERAPIE

Weiters gibt es kostenpflichtige psychologische Beratung oder Therapieangebote/Psychotherapie:

- Verband der PsychotherapeutInnen
www.psychotherapie.at
- www.psyonline.at/psychotherapeutinnen
- BÖP-Helpline der Österreichischen PsychologInnen, www.psychnet.at

KURSANGEBOTE, GRUPPEN, INFORMATIONEN UND PUBLIKATIONEN/BROSCHÜREN

Zahlreiche Informationen, Kurse, Workshops, Publikationen (kostenloser Download) und weiterführende Links zu allgemeinen Aspekten, Medizin- Herzgesundheit, Ernährung, Schwangerschaft, Psychische Gesundheit, Teilzeitfalle, Gewalt an Frauen und Kindern; Publikationen und Informationen zu den Themen Chancengerechtigkeit, Körpernormen und Körperbilder, Lebensphasen und reproduktive Gesundheit.

Eltern-Kind-Zentrum Wirbelwind Engerwitzdorf
Seminare, Vorträge, Workshops,
www.kinderfreunde.at/angebote

Familienbundzentrum Katsdorf/Engerwitzdorf/Reiser,
Beratung, Bildung, www.ooe.familienbund.at

Frauengesundheitszentrum Linz
Treffpunkt Frauenwissen, Kurse..., www.fgz-linz.at

Frauenreferat des Landes OÖ
www.frauenreferat-ooe.at/angebote.htm

Österreichisches Hebammengremium:
Fragen zur Geburt, aktuelle Informationen
www.hebammen.at

Selbsthilfegruppen für Depression, Burnout, Angststörungen, Bipolare Störung, Einsamkeit, Essstörungen, psychische Probleme
www.selbsthilfe-ooe.at/selbsthilfegruppen

THERAPEUTINNEN IN ENGERWITZDORF UND GALLNEUKIRCHEN

kein Anspruch auf Vollständigkeit

ENGERWITZDORF

Mag.ª Pamela Hölzl
Psychologische Beratung, Lebensberatung, Meditation & Konfliktberatung
Tel. 0650/9332233, www.pamela-hoelzl.at

Brigitte Majcen
Personzentrierte Psycho- u. Kunsttherapie
Tel. 0650/444 4779, www.psychotherapie-majcen.at

Ordinationsgemeinschaft Schnellinger & Schnellinger
Hypnosepsychotherapie, System. Familientherapie
Tel. 0650/415 52 11 www.hypnose-psychotherapie.at

GALLNEUKIRCHEN

Joseph Badegruber
Systemische Familientherapie
Tel. 0676/841314832, www.breitenstein.or.at

Dr. Konrad Grossmann
Systemische Familientherapie, Tel. 0650/2431533

Mag. Margit Seidl Psychotherapie
Paar- u. Familientherapie, Supervision u. Coaching
Tel. 0676/3109550, www.systemischepraxis-seidl.at

Christine Poschinger
Transaktionsanalytische Psychotherapie
Tel. 0680/1223622, psychotherapie-poschinger.at

Mag. Melanie Schützenberger
Verhaltenstherapie
Tel. 0650/7766522, www.praxis-schuetzenberger.at

Dr. Doris Wurm
Existenzanalyse u. Logotherapie
Tel. 0664/4400704, www.adfontes-medizin.at