



Wohin in Wien!?

Anlaufstellen für betriebliche Beratungen

Diese Informationsbroschüre wird von den Frauen der Gewerkschaft GPA Wien bereitgestellt.

www.gpa.at/wien

gpa
MEINE
GEWERKSCHAFT

INHALT

VORWORT	3
DIE WICHTIGSTEN NUMMERN AUF EINEN BLICK	4
GESUNDHEIT	5
GEWALT/VERBRECHEN	6
PSYCHISCHE GESUNDHEIT/AKUTE KRISEN/SUIZIDALITÄT/TRAUER	7
SUCHT	11
PSYCHOTHERAPIE	12
ANGEHÖRIGENARBEIT UND SELBSTHILFEGRUPPEN	14
LEBEN MIT BEHINDERUNG	16
PFLEGE UND BETREUUNG	17
FRAUEN	18
MÄNNER	20
KINDER UND JUGENDLICHE	21
SCHWANGERSCHAFT/ELTERN/FAMILIE	25
STUDIUM	27
MATERIELLE GRUNDSICHERUNG	28
WOHNEN	29
ARBEIT	31
MOBBING/STRESS/BURNOUT	32
MIGRANT*INNEN	33
UKRAINE	35
LGBTIQ+	36

IMPRESSUM

Herausgeber: Gewerkschaft GPA, 1030 Wien, Alfred-Dallinger-Platz 1

Redaktion: Autorin Tamina Strouhal, BA

Elisabeth Kubicek, Landesfrauenvorsitzende der GPA Wien,

Birgit Isepp, Landesfrauensekretärin der GPA Wien

Layout: Johannes Loibenböck, Gewerkschaft GPA – Abteilung Organisation und Marketing

Foto: Cover iStock

ÖGB ZVR-Nr.: 576439352

Stand: Dezember 2024

VORWORT



Die Anforderungen an die Arbeitnehmer*innen in der Arbeitswelt nehmen immer mehr zu.

Infolge des stetig steigenden Arbeitsdrucks, schlechten Arbeitsbedingungen sowie der Inflation nehmen arbeitsbezogene psychosoziale Probleme zu.

Arbeitnehmer*innen haben Angst ihren Arbeitsplatz zu verlieren und kommen trotz Krankheit in die Arbeit oder gehen in Bezug auf das Arbeitspensum über ihre Grenzen hinaus. Dadurch können erste Krankheitsanzeichen, seien sie psychisch oder physisch, übersehen werden. Vor allem psychisch bedingte Krankenstände zeichnen sich durch längere Abwesenheiten aus und die Abwesenheitsdauer steigt mit zunehmendem Alter.

Die Inflation betrifft uns alle. Aber in erster Linie Frauen.

Frauen verdienen nach wie vor weniger als Männer. Hinzu kommen erschwerende Faktoren wie Kinderbetreuung, Pflege naher Angehöriger sowie die Arbeitsbedingungen in jenen Bereichen, in denen hauptsächlich Frauen beschäftigt sind.

Als Betriebsrät*innen sind wir regelmäßig mit den unterschiedlichsten Fragestellungen konfrontiert. Oftmals sind wir es, die einen Handlungsbedarf erkennen und vor der Herausforderung stehen die Kolleg*innen richtig zu unterstützen.

Einige Fragestellungen werden sich innerbetrieblich aber nicht beantworten lassen und es wird notwendig sein externe Angebote in Anspruch zu nehmen.

Diese Broschüre soll eine Hilfestellung für Betriebsrät*innen sein indem sie einen Auszug an unterstützenden Anlaufstellen im psychosozialen Bereich aufzeigt.

Wir als Betriebsrät*innen sollten stets auf uns selber achten und unsere eigenen Grenzen wahrnehmen, sprich einen reflektierten Blick auf unsere Aufgaben und Möglichkeiten haben, denn wir müssen nicht alles wissen und auch nicht alles selber lösen.

Tamina Strouhal, BA
Psychosoziale Dienste in Wien (PSD-Wien)
Dipl. psychiatrische Gesundheits- und Krankenschwester
Sozialarbeiterin & Sozialpädagogin
Caregiver für psychosoziale Notfallhilfe

DIE WICHTIGSTEN NUMMERN AUF EINEN BLICK

Feuerwehr	122
Polizei	133
Rettung	144
Europa Notruf	112
Notruf für Gehörlose und Hörbehinderte	+43 800 133 133
Sozialpsychiatrischer Notdienst	01/ 31 330
Telefonseelsorge	142
Vergiftungszentrale	01/406 43 43
Gesundheitsberatung	1450
Ärztefunkdienst	141
Frauennotruf	01/ 71 71 9
Männernotruf	0800/ 246 247
Kindernotruf	0800/ 567 567

GESUNDHEIT

ÄRZTEFUNKDIENST

141wien.at

Außerhalb der Ordinationszeiten ihres* Ihrer Hausärzt*in bei allgemeinmedizinischen Erkrankungen und Beschwerden, mit denen Sie sonst in die Ordination gehen würden und deren Behandlung nicht bis zum nächsten Tag warten kann



GESUNDHEITSBERATUNG

1450.at

Wegweiser durch das österreichische Gesundheitssystem, für alle Gesundheitsfragen



PRAXISPLAN.AT

praxisplan.at

Online- Verzeichnis der Ärztekammer Wien, Facharzt- Suche



ZAHNÄRZTLICHER NOTDIENST

wr.zahnaerztekammer.at/patientinnen/notdienstsuche



VERGIFTUNGSZENTRALE

gesundheit.gv.at/service/notruf/vergiftungsinformationszentrale.html

Bei Verdacht auf Vergiftung (Medikamente, chemische Stoffe, Haushaltsprodukte, Pflanzen, Pilze, Tiere, Sucht- und Genussmittel sowie unbekannte Stoffe)



AIDS HILFE WIEN

aids.at

Testangebote (HIV Labortest kostenlos, alle anderen Test gegen Unkostenbeitrag), Beratungen



GEWALT/ VERBRECHEN

WEISSER RING VERBRECHENSOPFERHILFE

weisser-ring.at

Unterstützt Opfer von Straftaten mit professioneller Beratung und Betreuung, psychosozialer und juristischer Prozessbegleitung und in Notfällen auch durch materielle Unterstützung



OPFER NOTRUF

opfer-notruf.at

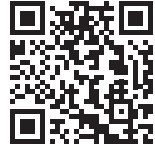
Zentrale Anlaufstelle für Menschen, die von einer Straftat direkt oder indirekt betroffen sind. Beratung, Betreuung und Unterstützung, Entlastung in Krisensituationen; rechtliche, psychosoziale und praktische Informationen für Opfer von Straftaten sowie deren Angehörige



GEWALTSCHUTZZENTRUM WIEN

gewaltschutzzentrum.at/wien

Beraten und Begleiten Opfer von häuslicher Gewalt, Opfer von Gewalt im sozialen Nahraum, Opfer von Stalking, unabhängig von Geschlecht, Alter und Staatsbürgerschaft



PSYCHISCHE GESUNDHEIT/AKUTE KRISEN/SUIZIDALITÄT/TRAUER

KRISENINTERVENTIONSZENTRUM

kriseninterventionszentrum.at

Unterstützung bei akuten familiären Beziehungskonflikten, drohendem Partnerinnenverlust und Trennung, Todesfälle, schwerer Krankheit, Gewalterfahrungen oder -androhungen, traumatischen Erlebnissen, Arbeitsplatzverlust und berufsbedingten Krisen, Lebensveränderungen, die derzeit nicht bewältigbar scheinen



PSYCHOSOZIALE INFORMATION

psd-wien.at/einrichtung/psychosoziale_information

Hilfe und Unterstützung oder einfach nur allgemeine Informationen bezüglich psychiatrischer oder psychosozialer Fragen



SOZIALPSYCHIATRISCHER NOTDIENST

psd-wien.at/einrichtung/sozialpsychiatrischer-notdienst

Rasche Hilfe im Krisenfall- telefonisch, ambulant und mobil (Beratungs- und Entlastungsgespräche, Hilfe und Rat für Angehörige, medizinische Akut- Interventionen, medikamentöse Unterstützung und psychosoziale sowie psychotherapeutische Kurzbetreuung



SORGENHOTLINE WIEN

psd-wien.at/sorgenhotline-wien

Erste Anlaufstelle bei psychosozialen Belastungen für alle Menschen in Wien. Die Hotline bietet telefonische Abklärung, Entlastung und direkte, schnelle Beratung damit Sorgen, Probleme und Belastungen möglichst nicht zu einer Krise werden



TELEFONSEELSORGE

telefonseelsorge.at

Österreichweite Notrufnummer, in Krisen, bei Einsamkeit oder Redebedarf



NOTFALLPSYCHOLOGISCHER DIENST ÖSTERREICH

notfallpsychologie.at/Notfallpsychologischer_Dienst_A.html

Notfallpsychologische Unterstützung, Beratung und Behandlung für Menschen in und nach traumatischen Ereignissen



PSYCHOLOGISCHES BERATUNGSSERVICE

boep.or.at/psychologische-behandlung/helpline

Psychologische Hilfe bei Krisen



Ö3 KUMMERNUMMER

roteskreuz.at/wien/ich-brauche-hilfe/telefonische-beratung

Die Ö3-Kummernummer ist eine Erstanlaufstelle für alle Menschen in persönlichen Notlagen. Von Liebeskummer über Geldsorgen bis hin zu Problemen in der Familie und Depressionen.



CARITAS PLAUDERNETZ

plaudernetz.at

Das Plaudernetz ist für alle da, die auf der Suche nach einem guten Gespräch sind



HOTLINE FÜR ESSSTÖRUNGEN

wig.or.at/selbsthilfe-beratung/hotline-fuer-essstoerungen

Hotline bietet Betroffenen und Angehörigen von Menschen mit Essstörungen sowie Fachleuten professionelle Beratung, Information und Hilfe



KONTAKTSTELLE TRAUER DER CARITAS WIEN

caritas-wien.at/hilfe-angebote/zusammenleben/pfarrcaritas-und-naechstenhilfe/kontaktstelletrauer/trauerndemenschen

Unterstützung für trauernde Menschen, Einzelbegleitung, Gruppenangebote sowie offene Angebote



HEMAYAT

hemayat.org

Betreuungszentrum für medizinische, psychologische und psychotherapeutische Betreuung für Folter- und Kriegsüberlebende



ESRA

esra.at

In Wien lebende Menschen, vorwiegend der jüdischen Bevölkerung, mit psychischen oder medizinischen Problemen bzw. Erkrankungen sowie mit Hilfsbedarf im sozialen Bereich (soziale und finanzielle Absicherung, Aufenthaltsfragen, staatliche Leistungen)

Deren Angehörige und Menschen aus dem unmittelbaren Lebensumfeld

Überlebende der NS-Verfolgung, die in Österreich leben oder aus Österreich stammen, unabhängig davon, ob sie aus politischen, religiösen, sexuellen, ethnischen oder anderen Gründen verfolgt wurden

Nachkommen und Angehörige von NS-Verfolgten

Für Erwachsene, Kinder und Jugendliche (4-18) sowie Senior*innen



SUCHT

REGIONALES KOMPETENZZENTRUM

suchthilfe.wien/2/rkomz-2

Alles rund um das Thema Alkoholkonsum



JEDMAYER

suchthilfe.wien/2/jedmayer

Anlaufstelle für Konsument*innen illegaler Suchtmittel;
Tageszentrum, Notschlafstelle, Betreuungsteam,
Spritzentausch



ANTON PROKSCH INSTITUT

api.or.at

Alle Formen der Sucht – von sogenannten stoffgebundenen Suchtformen wie Alkohol-, Medikamenten- und Drogenabhängigkeit bis hin zu nichtstoffgebundenen Suchtformen wie Spiel-, Internet-, Kauf- oder Arbeitssucht



VEREIN DIALOG

dialog-on.at

Für Konsumierende (ab 14 Jahren) von illegalen Substanzen und Onlinesucht, Angehörige und Organisationen;
Psychosoziale Betreuung, suchtmedizinische Behandlung, Substitution, Prävention, Früherkennung sowie individuelle Angebote (Frauen, Mütter, Schwangere, Kokainkonsum)



PSYCHOTHERAPIE

PSYCHOTHERAPEUTISCHER BEREITSCHAFTSDIENST

bereitschaftsdienst.at

Unterstützung und Vermittlung bei der Suche nach einem Psychotherapieplatz



INFORMATIONEN- UND BERATUNGSSTELLE

psychotherapie-wlp.at/wlp/informations-und-beratungsstelle

Kostenfreie und anonyme Beratungen in Deutsch, Englisch und Türkisch (Beratung zur Psychotherapie, Unterstützung bei der Suche eines Psychotherapieplatzes, Beratung über Finanzierungsmöglichkeiten, Information über die in Österreich staatlich anerkannten Psychotherapiemethoden)



VEREIN FÜR AMBULANTE PSYCHOTHERAPIE

vap.or.at

Die Psychotherapeut*innen des Vereins sind gemäß dem österreichischen Psychotherapiegesetz ausgebildet, sie sind Psycholog*innen und meist auch in die Liste der Klinischen und Gesundheitspsycholog*innen eingetragen



WIENER GESELLSCHAFT FÜR PSYCHOTHERAPEUTISCHE VERSORGUNG

wgpv.at

Telefonische Beratung und Information für Versicherte und Patient*innen



IWIK- ICH WILL ICH KANN

iwik.at

Psychotherapie und Beratung für Menschen mit geringen finanziellen Mitteln (z.B. Alleinerzieher*innen, Bezieher*innen niedriger Pensionen, Langzeitarbeitslose, Sozialhilfempfänger*innen, Menschen in finanziellen Notlagen)



PSYONLINE.AT

psyonline.at

Online- Verzeichnis aller Psychotherapeut*innen



ANGEHÖRIGENARBEIT UND SELBSTHILFE- GRUPPEN

SELBSTHILFE- UNTERSTÜTZUNGSSTELLE SUS WIEN

wig.or.at/selbsthilfe-beratung/selbsthilfe-unterstuetzungs-stelle

Hilfe bei der Suche nach Selbsthilfegruppen, Beratung bei der Gründung einer Selbsthilfegruppe, Vernetzungsmöglichkeiten, finanzielle Förderungen, Öffentlichkeitsarbeit sowie das



WIENER SELBSTHILFEGRUPPENVERZEICHNIS 2024 (ERSCHEINT JÄHRLICH NEU)

wig.or.at/fileadmin/user_upload/SUS_Files/SHG_Verzeichnis.pdf



PRO MENTE WIEN SELBSTHILFEGRUPPEN

promente.wien/selbsthilfe/selbsthilfegruppen

für: Angst und Depression, Erkrankungen aus dem schizophrenen Formenkreis, bipolare Erkrankungen, Sozialphobie und Zwangserkrankungen; kostenfrei und anonym



HPE- HILFE FÜR ANGEHÖRIGE PSYCHISCH ERKRANKTER

hpe.at/de

Beratungsstelle für Angehörige und Freunde psychisch Erkrankter; österreichweit, kostenlose, telefonische, persönliche oder online Beratung, Selbsthilfegruppen



ÖSTERREICHISCHE KREBSHILFE

krebshilfe.net

Beratungs- und Hilfsangebot für Erkrankte und Angehörige,
Beratungsstellen österreichweit



VOLKSHILFE WIEN DEMENZBERATUNG

demenz-hilfe.at/beratung/wien

Für pflegende Angehörige von an Demenz erkrankten
Menschen



ALLES CLARA

alles-clara.at

Kostenfreie App für Menschen in Österreich, die sich um ih-
nen nahestehenden Personen kümmern; verbindet mit
Berater*innen aus der Pflege und der Psychologie



LEBEN MIT BEHINDERUNG

FONDS SOZIALES WIEN

www.fsw.at/p/behinderung

Assistenz und Betreuung im Alltag, Arbeit und Ausbildung, Förderung für Kinder, Wohnen mit Behinderung, Mobilität und Freizeit, Hilfsmittel und Dolmetsch



ÖHTB

oehtb.at

Österreichisches Hilfswerk für Taubblinde und hochgradig Seh- und Hörbehinderte; Angebote: Wohnen, Arbeiten, Frühförderung, Beratungsstelle



PFLEGE UND BETREUUNG

FONDS SOZIALES WIEN

fsw.at/p/pflege-betreuung

Pflege und Betreuung zuhause, Tagesbetreuung, Wohnen und Pflege, Beratung und Therapie, Pflegenden Angehörige, alternative Wohnformen



JOHANNITER PFLEGENOTDIENST

johanniter.at/hilfe-angebote/pflege-und-betreuung/pflegenotdienst

Professionelle Pflege und Betreuung in Notsituationen (kurzfristige häusliche Pflege); kostenloses psychosoziales Erstangebot für alle Menschen in Wien; Entlastung und Beratung



WIENER PFLEGE-, PATIENTINNEN- UND PATIENTENANWALTSCHAFT

wien.gv.at/gesundheit/einrichtungen/patientenanwaltschaft/kontakt/index.html

Unterstützt kostenlos bei der Durchsetzung ihrer Rechte im Gesundheits- und Pflegebereich (Entschädigung bei medizinischen Schadensfällen, Rechts von Heimbewohner*innen, Behandlungsfehler, Patientenverfügung)



FRAUEN

FRAUENHELPLINE GEGEN GEWALT

frauenhelpline.at

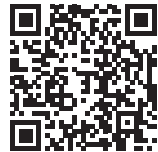
Bundesweite telefonische Beratung für alle Frauen und Mädchen mit Gewalterfahrung



24-STUNDEN FRAUENNOTRUF DER STADT WIEN

wien.gv.at/menschen/frauen/beratung/frauennotruf

Hilfe für Frauen und Mädchen bei Gewalt, kostenlos, vertraulich, anonym, telefonische Beratung in Deutsch, Bosnisch/Kroatisch/Serbisch, Englisch, Farsi, Spanisch und Türkisch, persönliche Beratung nach telef. Terminvereinbarung (Video- bzw. Audio Dolmetsch möglich)



FRAUENBERATUNG NOTRUF BEI SEXUELLER GEWALT

frauenberatung.at

Beratung, Unterstützung bei der Erstattung von Anzeigen sowie juristische und psychosoziale Prozessbegleitung (Deutsch, Englisch, Französisch- andere Sprachen mit Dolmetsch möglich)



WIENER FRAUENHÄUSER

frauenhaeuser-wien.at

Sichere Wohnplätze sowie psychosoziale und rechtliche Beratung für Frauen, die von Gewalt betroffen sind, sowie deren Kinder. Die Adressen sind aus Sicherheitsgründen geheim, der Kontakt wird über das Telefon hergestellt



FRAUEN BERATEN FRAUEN

frauenberatenfrauen.at

Frauenspezifische Beratungen in Wien, telefonisch und online



TAMAR

tamar.at

Beratungsstelle für sexuell misshandelte Frauen, Mädchen und Kinder



FEM.A - VEREIN FEMINISTISCHE ALLEINERZIEHERINNEN

verein-fema.at

Beratung über das eigene Obsorge-, Kontaktrechts- oder Unterhaltsverfahren



FEM- GESUNDHEITZENTRUM FÜR FRAUEN, ELTERN UND MÄDCHEN

fem.at

Unterstützung und Beratung bei einer Vielzahl von Fragen und Problemen, die die körperliche und seelische Gesundheit betreffen (Rat und Informationen, Ernährung, Partnerschaft, Schwangerschaft, Sexualität, Verhütung, Kinderwunsch, Erziehung, seelische Probleme)



MÄNNER

MÄNNERBERATUNG

maenner.at

Beratung, Psychotherapie, Information, Opferschutz, forensische Therapie (alle Formen der Gewalt und sexueller Missbrauch), Jugendarbeit, Fortbildung



MÄNNERNOTRUF

maennernotruf.at

Telefonische Anlaufstelle für Männer in Krisen- und Gewalt-situationen (Beziehungsprobleme, Gewalterfahrung, Betretungsverbot, psychische Probleme, Suizidgedanken)



MEN MÄNNERGESUNDHEITZENTRUM

men-center.at

Fördern einen gesundheitsbewussten Lebensstil, Unterstützung und Beratung bei Fragen und Problemen, die körperliche und seelische Gesundheit betreffen



MÄNNERINFO

www.maennerinfo.at

Telefonische Krisenberatung rund um die Uhr mit erfahrenen Männerberatern aus ganz Österreich, bei Bedarf mit Dolmetsch



MÄNNERBERATUNG DER VOLKSHILFE WIEN

volkshilfe-wien.at/angebote-services/beratung-psychosoziales/maennerberatung

Psychosoziale Beratung und Begleitung (Partnerschaft, Sexualität, Geschlechterrollen, Frauen- und Kinderrechte, Krisenintervention, Gesundheit); kostenlos, freiwillig und vertraulich



KINDER UND JUGENDLICHE

RAT AUF DRAHT

rataufdraht.at

Österreichweite Notrufnummer bei Problemen, Fragen und in Krisensituationen für Kinder und Jugendliche



KINDERNOTRUF

verein-lichtblick.at/kindernotruf-3

Telefonberatung bei akuten Krisen; Anlauf- und Kontaktstelle für Personen in einer Konflikt- und Krisensituation, insbesondere in Fällen von Gewalt und sexuellem Missbrauch



DIE BOJE

die-boje.at

Akuthilfe für Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre in Krisensituationen



DIE MÖWE KINDERSCHUTZZENTRUM

die-moewe.at

Unterstützung und Hilfe bei körperlichen, seelischen und sexuellen Gewalterfahrungen an Minderjährigen



ÖSTERREICHISCHE KINDERSCHUTZZENTREN

oe-kinderschutzzentren.at

Für von Gewalt betroffene Kinder, Jugendliche und deren Bezugspersonen



RAINBOWS- HILFE IN STÜRMISCHEN ZEITEN

rainbows.at

Hilft Kindern und Jugendlichen in stürmischen Zeiten- bei Trennung, Scheidung oder Tod naher Bezugspersonen; Beratung und Entlastung für Eltern



GESUND AUS DER KRISE

gesundausderkrise.at

Psychosoziale Versorgung für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene im Alter von 0-21 Jahren, 15 kostenfreie Beratungs- bzw. Behandlungseinheiten niederschwellig und ohne lange Wartezeiten



A_WAY

caritas-wien.at/hilfe-angebote/obdach-wohnen/notschlafstellen/a-way

Notschlafstelle für Jugendliche und junge Erwachsene im Alter von 14-18 Jahren in Krisensituationen (Wohnungslosigkeit, Streit in der Familie, Alkohol- und Drogenabhängigkeit, etc.), anonym und kostenlos, keine Anmeldung notwendig



FIRST LOVE AMBULANZEN

firstlove.at/beratungsstellen

Anlaufstelle für Jugendliche zu den Themen Liebe, Sex und Beziehungen (Sexual-, Verhütungs-, Schwangerschaftskonflikt- und Schwangerschaftsabbruchberatung, gynäkologische Untersuchung, Kondome, Verschreibung von Verhütungsmitteln, „Pille danach“, Schwangerschaftstest und APC Test



HERZKLOPFEN ONLINE BERATUNG

firstlove.at/online-beratung/#/questions

Anonyme und kostenfreie Beratung für junge Menschen rund um die Themen Liebe, Sex, Beziehungen, Schwangerschaftskonflikt, Schwangerschaftsabbruch und Verhütung



HOTLINE FÜR VERMISSTE KINDER

rataufdraht.at/partner-netzwerke/hotline-fur-vermisste-kinder

Die Hotline für vermisste Kinder bietet unter der Rufnummer 116000 kostenlos und rund um die Uhr vertrauliche Hilfe für Jugendliche, die von zu Hause abgängig oder ausgerissen sind und auch für deren Angehörige und Bezugspersonen



OMBUDSSTELLE FÜR SCHULEN IM BMBWF

bmbwf.gv.at/Themen/schule/beratung/os.html

Information zu speziellen Bildungsangeboten, Schulplatz und Schulplatzwechsel, Beschwerden



SCHULINFO

bmbwf.gv.at/Themen/schule/beratung/schulinfo.html

Rechtliche Auskunft bei einer konkreten Streitfrage, keine zufriedenstellende Lösung mit der Bildungsdirektion oder Schulleitung gefunden, sie befürchten Nachteile für ihr Kind und wollen deshalb anonym bleiben.

Die Beratungsangebote der Schulinfo im Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Forschung sind insbesondere an Schülerinnen und Schüler aller Schulstufen, Eltern und Lehrkräfte gerichtet und können kostenfrei in Anspruch genommen werden. Alle Anliegen werden vertraulich behandelt



BILDUNGSDIREKTION FÜR WIEN

bmbwf.gv.at/Themen/schule/schulsystem/bdir/bildungsdirektionen.html

Allgemeine Information über das österr. Schulsystem, allgemeine schulrechtliche Auskünfte, ausführliche Bildungslaufbahn- Beratungen



INFOTELEFON KINDERGARTEN UND HORT

wien.gv.at/kontakte/ma10/infotelefon.html

Infos zu allen Fragen zum Thema Kindergarten und Hort in Wien



SCHWANGERSCHAFT/ ELTERN/FAMILIE

NANAYA- ZENTRUM FÜR SCHWANGERSCHAFT, GEBURT UND LEBEN MIT KINDERN

nanaya.at

Beratungen bei Kinderwunsch, in der Schwangerschaft,
nach der Geburt sowie in Krisen



SPEZIALAMBULANZ FÜR PERIPARTALE PSYCHIATRIE

linik-ottakring.gesundheitsverbund.at/leistung/
spezialambulanz-fuer-peripartale-psychiatrie

Für Mütter und Väter in psychischen Krisen von der
Schwangerschaft bis zum ersten Lebensjahr des Kindes



FRÜHE HILFEN WIEN

fruehehilfen.wien

Hilfe und Unterstützung ab der Schwangerschaft bis
zum 3. Lebensjahr des Kindes



GROW TOGETHER- FÜR EINEN GUTEN START INS LEBEN

growtogether.at

Begleitet und unterstützt Familien mit Babys in schwierigsten
Lebenssituationen gemeinsam mit der Kinder- und Jugend-
hilfe während der ersten 3 Lebensjahre des Kindes



FEM- ELTERNAMBULANZ

fem.at/arbeitsbereiche/fem-elternambulanz

Für schwangere Frauen und Mütter mit Kindern zwischen 0-3 Jahren, die psychosozial belastet oder in einer Krise sind; außerdem erhalten Eltern Informationen und Beratung rund um Schwangerschaft, Geburt und Kinderwunsch, Erziehungsfragen und Eltern-Kind-Bindung sowie bei Veränderungen in Partnerschaft oder Familie



KINDER- UND JUGENDHILFE SERVICETELEFON

wien.gv.at/kontakte/ma11

Zentrale Anlaufstelle für Eltern und Kinder



CARITAS FAMILIENZENTRUM

[caritas-wien.at/hilfe-angebote/kinder-familie/
familienzentren-beratung-und-psychotherapie/
familienzentrum-wien](https://caritas-wien.at/hilfe-angebote/kinder-familie/familienzentren-beratung-und-psychotherapie/familienzentrum-wien)

Unterstützung für Kinder, Jugendliche und Erwachsene bei der Bewältigung von seelischen Belastungen und schwierigen Lebenssituationen durch themenspezifische Beratung als auch längerfristiger Begleitung und Psychotherapie für Kinder und Jugendliche



ELTERNSEITE.AT

elternseite.at

Für Bezugspersonen von Kindern und Jugendlichen, digitale Plattform, kostenlose Online- Videoberatung nach Terminvereinbarung



JUNO- ZENTRUM FÜR GETRENNT- UND ALLEINERZIEHENDE

alleinerziehen-juno.at

Beratungen, Workshops, Vernetzungsmöglichkeiten und JUNO- Wohnungen in Wohnprojekten



STUDIUM

PSYCHOLOGISCHE STUDIERENDENBERATUNG

studierendenberatung.at

Hilft bei der Wahl und Beginn des Studiums, unterstützt bei der Persönlichkeitsentfaltung und berät bei studienbezogenen und persönlichen Problemen



ÖH HELPLINE

oeh.ac.at/helpline

Bei psychischen Problemen, Beratung, rasch verfügbare und leistbare Psychotherapie sowie niederschwelliger Zugang zu weiteren notwendigen Unterstützungen



MATERIELLE GRUNDSICHERUNG

MA40 SERVICETELEFON

wien.gv.at/gesundheitsleistungen/servicestelle.html

Erstberatung bei finanziellen Problemen, drohendem Wohnungsverlust, Energieunterstützung



FONDS SOZIALES WIEN

fsw.at

Sämtliche Anliegen zu den Themen Pflege und Betreuung, Leben mit Behinderung, Wohnungslosenhilfe



SCHULDNERBERATUNG WIEN

schuldnberberatung-wien.at

Beraten und begleiten in Wien wohnende Privatpersonen kostenlos auf dem Weg aus der Schuldenfalle



AMBERMED

amber-med.at

AmberMed ermöglicht Menschen ohne Krankenversicherung niederschweligen und dolmetschunterstützten Zugang zu medizinischer Versorgung. Ebenso bietet AmberMed Medikamentenhilfe und soziale Beratung



WOHNEN

WOHNSCHIRM

wohnschirm.at

Kostenlose Beratung bei Miet- und Energieschulden,
finanzielle Hilfe bei Umzügen



FAWOS- FACHSTELLE FÜR WOHNUNGSSICHERUNG

[www.volkshilfe-wien.at/angebote-services/beratung-psychoziales/fachstelle-fur-wohnungssicherung-fawos](http://www.volkshilfe-wien.at/angebote-services/beratung-psychosoziales/fachstelle-fur-wohnungssicherung-fawos)

Für Bewohner*innen von Privat-, Genossenschafts- und fremdverwalteten Gemeindewohnungen in Wien, die von einem drohenden Wohnungsverlust betroffen sind



P7

www.caritas-wien.at/hilfe-angebote/obdach-wohnen/beratung/p7-wiener-service-fuer-wohnungslose

Zentrale Anlaufstelle für wohnungslose Menschen in Wien, vermitteln von Notschlafstellen für erwachsene, akut wohnungslose Menschen sowie Beratungen in sozialen Notsituationen



BZWO

fsw.at/p/wohnungslosigkeit

Im Beratungszentrum Wohnungslosenhilfe (bzWO) beraten FSW-Mitarbeiter:innen rund ums Thema Wohnungslosigkeit und informieren über Leistungen der Wohnungslosenhilfe sowie über Förderungen. Sie vermitteln obdachlosen und wohnungslosen Einzelpersonen, Paaren, Familien und Alleinerziehenden mit Kindern geförderte betreute Wohnplätze der Wiener Wohnungslosenhilfe



CARITAS KÄLTETELEFON

[caritas-wien.at/hilfe-angebote/obdach-wohnen/
mobile-notversorgung/kaeltetelefon](https://caritas-wien.at/hilfe-angebote/obdach-wohnen/mobile-notversorgung/kaeltetelefon)

Von November bis Ende April, wenn sie den Schlafplatz eines obdachlosen Menschen bemerken und rasch und unkompliziert helfen wollen



SOZIAL- UND RÜCKKEHRBERATUNG

[caritas-wien.at/hilfe-angebote/obdach-wohnen/
beratung/sozial-und-rueckkehrberatung/](https://caritas-wien.at/hilfe-angebote/obdach-wohnen/beratung/sozial-und-rueckkehrberatung/)

Für obdachlose EU-Bürger:innen bietet die Sozial- und Rückkehrberatung der Caritas mehrsprachige Beratung und Unterstützung in Notsituationen



ARBEIT

IBI WIEN

psz.co.at/berufliche-integration/arbeitsassistentz-ibiinterwork

Institut zur beruflichen Reintegration, für Arbeitssuchende mit psychischen Problemen und Erkrankungen sowie neurologischen Erkrankungen; für Berufstätige, denen aufgrund ihrer psychischen Probleme oder neurologischen Erkrankung ein Jobverlust droht; für Unternehmen, die sich mit psychischen Problemen und neurologischen Erkrankungen von Mitarbeiter*innen konfrontiert sehen



BBRZ

bbrz.at/de/bbrz

Berufliches Bildungs- und Rehabilitationszentrum, Begleitung von Menschen nach Krankheit oder Unfall beim Wiedereinstieg ins Berufsleben; Hilfe bei der Entwicklung neuer Fähigkeiten und Stärken; Zuweisung durch AMS, PVA oder AUVA



FÖBES- FÖRDERUNG DER BESCHÄFTIGUNGSFÄHIGKEIT VON PERSONEN MIT SUCHTERKRANKUNG

suchthilfe.wien/2/rkomz-foebes/

Beratungsangebot für arbeitssuchende Menschen mit Abhängigkeitserkrankungen; vermitteln in passende Beratungs- und Betreuungseinrichtungen oder Sozialökonomische Betriebe



MOBBING/STRESS/ BURNOUT

ZENTRUM FÜR KONFLIKT- UND MOBBINGBERATUNG WORK&PEOPLE

workandpeople.eu/inhalt.html

Engagiert sich für Anliegen und Bedürfnisse von Mobbing-Betroffenen, Führungskräften, Berater*innen und alle am Thema Mobbing Interessierten.
Für AK- Mitglieder kostenlos



CHANCEN NUTZEN BÜRO DES ÖGB

oegb.at/der-oegb/chancen-nutzen

Anlaufstelle für alle Arbeitnehmer*innen bei Problemen im Job (Menschen mit Behinderungen, ältere Menschen, chronisch Erkrankte, Menschen mit psychischen Problemen);
Angebote: Seminare und Workshops, Betriebsberatungen, Beratungen und Coaching von Einzelpersonen sowie Informationen und Hilfestellungen



MOBBING- BERATUNG IN DER WIENXTRA- JUGENDINFO

wienextra.at/jugendinfo/infos-von-a-z/beratung-fuer-junge-leute/#c27372

Für Schüler*innen aller Schulstufen, Eltern und Lehrpersonen; kostenlos, anonym und vertraulich



MIGRANT*INNEN

LEFÖ

lefoe.at

Beratung für Frauen aus Lateinamerika, Betroffene des Frauenhandels und für Migrantinnen in der Sexarbeit, sowie Schutzhäuser für Betroffene des Frauenhandels und Lernzentrum für Migrantinnen



DIAKONIE FRAUENBERATUNG

diakonie.at/unsere-angebote-und-einrichtungen/frauenberatung-wien

Sozialberatung und Unterstützung von geflüchteten Frauen



MITEINANDER LERNEN

miteinlernen.at

Beratung, Bildungsangebote und Psychotherapie für Frauen, Kinder und Familien mit Migrationshintergrund



FOOTPRINT

footprint.or.at

Betreuung, Freiraum & Integration für Betroffene des Frauenhandels und von Gewalt. Anonyme und kostenlose Sozial- und Rechtsberatung sowie Workshops und Frauencafés



MIGRANT*INNEN

PEREGRINA

peregrina.at

Selbstorganisierte Wiener Betreuungsorganisation für Migrantinnen ab einem Alter von 16 Jahren. Es wird unter anderem Rechts- und Sozialberatung, psychologische Betreuung und Bildungsberatung angeboten



ORIENTEXPRESS

orientexpress-wien.com

Frauenberatungsstelle, Lernzentrum, Koordinierungsstelle und zwei Schutzeinrichtungen für von Zwangsheirat und Verschleppung bedrohte Frauen und Mädchen



ZARA

zara.or.at/de

Beratung bei rassistisch motivierten Vorfällen / Angriffen sowie wichtigste Anlaufstelle bezüglich Hass im Netz / Cybergewalt



SCHWARZE FRAUEN COMMUNITY

schwarzefrauencommunity.at

Verein zur Selbstorganisation schwarzer Frauen und Jugendlicher; bietet Beratung und Empowermentarbeit an



AYFA

afya.at

Gesundheitsförderung und Traumabewältigung für Personen mit Flucht- und Migrationserfahrung



UKRAINE

ASBÖ – BERATUNGSZENTRUM UKRAINE

wien.samariterbund.net/sozialberatung-ukraine

Sozialberatung für Schutzsuchende aus der Ukraine



DIAKONIE - BERATUNGSZENTRUM UKRAINE

diakonie.at/unsere-angebote-und-einrichtungen/beratungszentrum-ukraine

Wohnraumvermittlung, Wohnberatung, Sozialberatung, Sozialmedizinische Beratung und Arbeitsmarktintegrationsberatung für vertriebene Menschen aus der Ukraine – muttersprachlich und dolmetschgestützt



INTERFACE – MALVA: STARTBEGLEITUNG FÜR AUS DER UKRAINE GEFLÜCHTETE MENSCHEN

interface-wien.at/4-asylberechtigte/114-malva-ukraine

Alles rund um die Niederlassung in Wien: Anmeldungen bei Ämtern und Behörden, Antragstellungen von finanziellen Leistungen, Deutschlernen, Arbeitssuche sowie Schul- und Kindergartenplatzsuche; sowie psychosoziale und psychologische Beratung für Kinder und Jugendliche



**VOLKSHILFE WIEN - BERATUNGSSTELLE PERSPEKTIVO:
BEGLEITUNG UND GESTALTUNG VON PERSPEKTIVEN FÜR
VERTRIEBENE AUS DER UKRAINE**

volkshilfe-wien.at/beratungszentrum-perspektivo

Die Beratungsstelle perspektivo richtet sich an Menschen, die aus der Ukraine vertrieben wurden. Sie erhalten psychosoziale Beratung rund um die Themen Bildung und Beschäftigung



LGBTIQ+

QUEERBASE

queerbase.at

Reguläre Beratungsgespräche, die sich rund um die Themen Asyl und LGBTIQ+ drehen. Gemeinsam mit anderen organisieren sie auch Unterkünfte für LGBTIQ+ Asylwerber*innen



COURAGE

courage-beratung.at

Beratungsstelle für gleichgeschlechtliche und Trans-Gender-Lebensweisen



QUEER YOUTH VIENNA

hosiwien.at/jugend

Beratung, Jugendabende und Coming-Out-Treff,
Workshops zu queeren Themen, Austausch für
Jugendliche unter 29 Jahren



QUEERMED

queermed.at

Verzeichnis von queer- & trans-friendly Ärzt*innen
und Therapeut*innenn



WIENER ANTIDISKRIMINIERUNGSSTELLE FÜR LGBTIQ- ANGELEGENHEITEN (WAST)

wien.gv.at/menschen/queer

Unterstützung für alle von Diskriminierung betroffenen
homo-, bi-, transsexuellen Personen sowie
Aufklärungsarbeit



12 BESTE GRÜNDE

Gewerkschaftsmitglied zu sein

Jährliche Gehalts-
erhöhungen
(kein Gesetz)

Urlaubs- und
Weihnachts-
geld
(kein Gesetz)

Zulagen und
Zuschläge
(weit über
Gesetz)

Freie Tage:
Umzug,
Hochzeit,
Arzttermine...

finanzielle
Arbeitslosen-
unterstützung*

Einsetzen
für die
6. Urlaubs-
woche, gegen
die Sonntags-
öffnung

Preis-
ermäßigungen
in über 1.000
Unternehmen

Ermäßigte
Tickets
für Konzerte
und andere
Events
(bis zu -30%)

Berufshaft-
pflicht-
versicherung
bis 100.000
Euro*

Berufsrechts-
schutz-
versicherung
bis 20.000
Euro*

Invaliditäts-
versicherung
bis 6.400 Euro*

Spitaltagegeld
bei Unfällen
bis zu
308 Euro*

* Detailinformation zu allen Leistungen unter www.gpa.at/service



Mit deiner Mitgliedschaft
stärkst du unsere **Verhandlungskraft!**

mitgliedwerden.gpa.at

Jetzt Mitglied werden und gemeinsam mehr erreichen!

JETZT MITGLIED WERDEN!

Frau Herr Divers

Titel

Familiename.....

Vorname

Geburtsdatum

--	--	--	--	--	--	--	--

Straße/Haus-Nr.

PLZ/Wohnort

Telefonisch erreichbar

E-Mail.....

Damit wir dich bei Kollektivvertragsverhandlungen richtig informieren können, bitten wir um Angabe deines Dienstgebers und der genauen Branche.

Beschäftigt bei Firma (bzw. Schule/Universität).....

Dienstort

Anschrift.....

Branche

Derzeitige Tätigkeit

Zutreffendes bitte ankreuzen:

- Angestellte/r Arbeiter:in Lehrling/.....Lj. Schüler:in
 Student:in Werkvertrag Zeitarbeitskraft Freier Dienstvertrag
 Zweitmitgliedschaft geringfügig beschäftigt

Höhe des monatlichen Beitrages: **EUR**

--	--	--	--	--

BEITRITTSMONAT/-JAHR:

--	--	--	--	--

Der monatliche Mitgliedsbeitrag beträgt 1 % des Bruttogehalts bis zu einem Maximalbeitrag (siehe www.gpa.at/mitgliedsbeitrag), der jährlich angepasst wird. Der Mitgliedsbeitrag ist steuerlich absetzbar.

- Ich willige ein, dass ÖGB, ÖGB Verlag und/oder VÖGB mich telefonisch bzw. per elektronischer Post (§ 107 TKG) kontaktieren dürfen, um über Serviceleistungen, etwa Aktionen für Tickets, Bücher und Veranstaltungen zu informieren und sonstige Informationen zu übermitteln.

Die Einwilligung kann jederzeit widerrufen werden.

Ruled lines for notes.

NOTIZEN

A series of 20 horizontal dotted lines for taking notes.

GEWERKSCHAFT GPA IN GANZ ÖSTERREICH

**SERVICE-HOTLINE:
+43 (0)5 0301**

GEWERKSCHAFT GPA
Service-Center
1030 Wien, Alfred-Dallinger-Platz 1
Tel.: +43 (0)5 0301
Fax: +43 (0)5 0301-300
E-Mail: service@gpa.at



GPA Wien
1030 Wien, Alfred-Dallinger-Platz 1

GPA Niederösterreich
3100 St. Pölten, Gewerkschaftsplatz 1

GPA Burgenland
7000 Eisenstadt, Wiener Straße 7

GPA Steiermark
8020 Graz, Karl-Morre-Straße 32

GPA Kärnten
9020 Klagenfurt, Bahnhofstraße 44/4

GPA Oberösterreich
4020 Linz, Volksgartenstraße 40

GPA Salzburg
5020 Salzburg,
Markus-Sittikus-Straße 10

GPA Tirol
6020 Innsbruck,
Südtiroler Platz 14

GPA Vorarlberg
6900 Bregenz, Reutegasse 11



www.gpa.at/frauen

gpa
MEINE
GEWERKSCHAFT