

## **KOSTENLOSE BERATUNG FÜR BURN-OUT-BETROFFENE**

### **FIT2WORK**

Fit2work umfasst ein flächendeckendes, niederschwelliges Beratungsangebot in ganz Österreich einerseits für Einzelpersonen und andererseits für Betriebe. Ziel von Fit2work ist krankheitsbedingte Fehlzeiten zu reduzieren und die Arbeitsfähigkeit von ArbeitnehmerInnen zu erhöhen.

Nähere Informationen unter [www.fit2work.at](http://www.fit2work.at)

### **KRISENINTERVENTIONSZENTRUM WIEN**

Das Kriseninterventionszentrum in Wien bietet auch für Burn-out-Betroffene in akuten persönlichen Krisen kostenlose Beratung. Die telefonische Kontaktaufnahme unter Tel.: 01/406 95 95 ist von Montag bis Freitag, 10.00–17.00 Uhr, möglich. Persönliche Erstgespräche können nach telefonischer Rücksprache von Montag bis Freitag, 10.00–16.00 Uhr, in der Lazarettgasse 14A/Ebene 02, 1090 Wien, geführt werden.

[www.kriseninterventionszentrum.at](http://www.kriseninterventionszentrum.at)

### **PRO MENTE WIEN – SELBSTHILFGRUPPEN UND BERATUNG**

pro mente Wien bietet Selbsthilfegruppen zu berufsbezogenen Themen. In diesen Selbsthilfegruppen treffen sich Menschen mit psychischer Erkrankung, die ähnliche Schwierigkeiten im Beruf haben, um gemeinsam Lösungsmöglichkeiten zu finden.

Folgende Selbsthilfegruppen stehen derzeit zur Verfügung (Stand Jänner 2014):

„Burn-out“, „Angst und Depression“ und „Sozialphobie“

pro mente Wien

Grüngasse 1A, 1040 Wien

Tel.: 01/513 15 30-333

[silvia.ballauf@promente-wien.at](mailto:silvia.ballauf@promente-wien.at)

[www.peerberatung-mentoring.at](http://www.peerberatung-mentoring.at)

### **KRISENINTERVENTIONSZENTRUM PRO MENTE OBERÖSTERREICH**

Das Kriseninterventionszentrum steht während der Öffnungszeiten als Anlaufstelle für Menschen in psychischen Krisen zur Verfügung. Außerhalb der Öffnungszeiten werden AnruferInnen an den Psychosozialen Notdienst OÖ weitergeleitet.

Montag bis Donnerstag von 8.00 bis 17.00 Uhr, Freitag von 8.00 bis 15.00 Uhr

Hessenplatz 9, 4020 Linz

Tel.: 0732/21 77

### **AK STEIERMARK: BURN-OUT-BERATUNG**

Montag bis Donnerstag von 7.30 bis 16.00 Uhr, Freitag von 7.30 bis 13.00 Uhr

Tel.: 05/779 924 94

[arbeitstechnik@akstmk.at](mailto:arbeitstechnik@akstmk.at)

### **AMBULANTE KRISENINTERVENTION SALZBURG**

Die Hotline 0662/43 33 51 ist von 0 bis 24 Uhr besetzt. An drei Standorten im Bundesland Salzburg kann kostenlose persönliche Beratung (auf Wunsch auch anonym) vereinbart werden.

### **ÖGB TIROL: BURN-OUT-BERATUNG**

Montag und Dienstag von 17.00 bis 18.00 Uhr

Tel.: 0512/597 77-307

Südtiroler Platz 14–16, 3. Stock, Zimmer 307

6020 Innsbruck