



## Wer hilft uns?

Dezember 2017

Liebe Kolleginnen,  
liebe Kollegen!

Lehrerinnen und Lehrer leisten wertvolle Arbeit, das steht außer Frage. Wir helfen unseren Schülerinnen und Schülern in allen erdenklichen Situationen. Das Angebot für unsere Schülerinnen und Schüler ist groß! Und das ist auch gut so!

Aber es wirft auch Fragen auf:

Wer hilft uns in schwierigen Situationen? Mit wem können wir reden? Wer kann uns helfen, wenn der berufliche oder auch der private Stress immer größer wird?

In diesen Situationen fehlt es uns manchmal an Informationen. Daher nütze ich heute die Gelegenheit, ein paar, vielleicht wertvolle, Tipps zu geben, die einen kleinen Überblick über das bestehende Angebot geben sollen:

- **ÖGB Chancen Nutzen Büro** (Tel.: 01/53444-39590 oder [www.oegb.at](http://www.oegb.at) unter dem Punkt „Service“) für Gewerkschaftsmitglieder ist dieses Service kostenlos!
- **FIT2WORK** (Tel.: 01/740 22- 2500 oder [www.fit2work.at](http://www.fit2work.at))
- **Pro Mente Wien** (Tel.: 01/513 15 30-333 oder [www.peerberatung-mentoring.at](http://www.peerberatung-mentoring.at))
- **GÖD Frauen** (Tel.: 01/534 54 - 270 oder 273 oder <https://goed.at/service/frauen/> ) für Gewerkschaftsmitglieder ist dieses Service kostenlos!

All diese Beratungsstellen sind darauf spezialisiert, Lehrerinnen und Lehrern im Umgang mit ihrem beruflichen Umfeld zu helfen, Burn-out zu verhindern oder unterstützend im Anlassfall zu begleiten, so dass eine Rückkehr in die Schul- und Arbeitswelt wieder möglich ist.

Für weitere Informationen stehe ich gerne zur Verfügung, wünsche aber schon vorab eine besinnliche Adventzeit, erholsame Weihnachtsferien und einen guten Start ins Jahr 2018!

Mit lieben Grüßen,  
Ihre

Nicole Feichtinger  
Mitglied im ZA Wien  
☎ 0676/616 57 78

✉ [nicolefeichtinger@gmx.at](mailto:nicolefeichtinger@gmx.at)