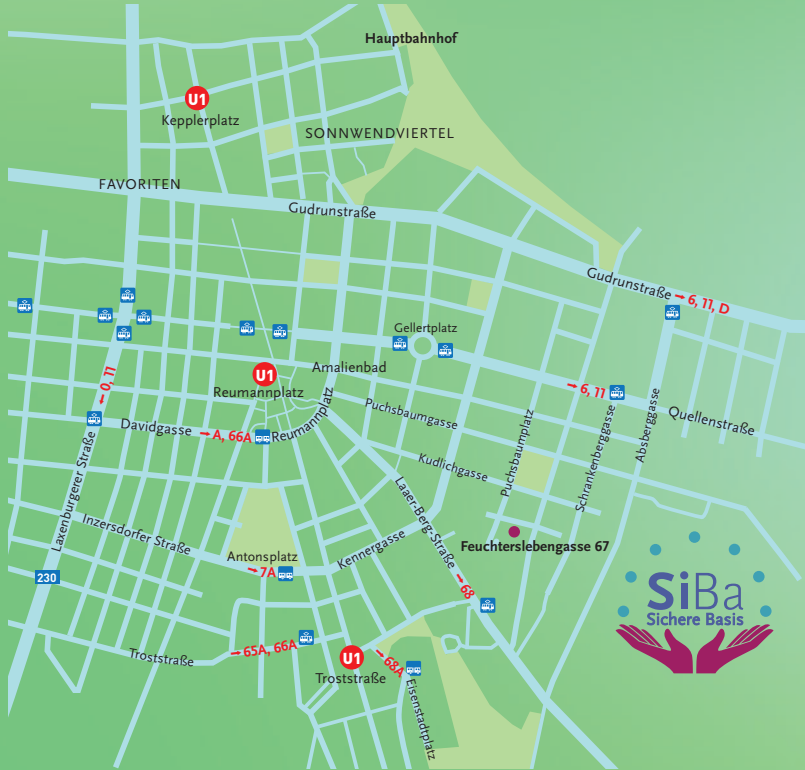


Rufen Sie uns an!

So finden Sie die **Sichere Basis**:



SiBa – Sichere Basis

Feuchterslebengasse 67/Stiege 2/R01

1100 Wien

Telefon: +43 1 267 55 81 30

Telefonische Erreichbarkeit:

Mo + Mi 10–14, Di + Do 14–18

E-Mail:

eva.trettler@extern.gesundheitsverbund.at

www.fem.at



Sichere Basis – für Kinder und Eltern

Unterstützung für die ganze Familie
bei psychischen Krisen



Impressum: Institut für Frauen und Männergesundheit, Kundratstraße 3, 1100 Wien, ZVR: 650474385; kfn.femstued@gesundheitsverbund.at; Wien, 2022; Grafik: Gisela Scheubmayr, Illustrationen: shutterstock; Druck: saxoprint



Bundesministerium
Soziales, Gesundheit, Pflege
und Konsumentenschutz

Gesundheit Österreich
GmbH



Fonds Gesundes
Österreich



Kompetenzzentrum
Zukunft
Gesundheitsförderung

Gefördert aus Mitteln der Agenda Gesundheitsförderung und des Fonds Gesundes Österreich



Psychische Krisen in der Familie

Fast alle Menschen in Österreich waren oder sind von einer psychischen Erkrankung oder Krise betroffen. Etwa jedes sechste Kind wächst mit einem Elternteil auf, welcher psychisch belastet ist.

Kinder bekommen die psychischen Krisen ihrer Bezugspersonen mit!

Kinder spüren, wenn es den Eltern nicht gut geht. Für Kinder ist es hilfreich, darüber zu sprechen.

Wenn Erwachsene sich in einer psychischen Krise befinden, leiden auch oft die Kinder!

Kinder können oft sehr belastet sein. Die Erwachsenen bekommen das nicht immer mit. Kinder brauchen daher ebenso eine Unterstützung, wie ihre Eltern.

Es gibt Hilfe bei psychischen Krisen, Erkrankungen und Belastungen! Das Projekt **SiBa – Sichere Basis** unterstützt die ganze Familie:

Das Projekt **SiBa – Sichere Basis** soll dazu beitragen, dass Familien die Unterstützung bekommen, die sie brauchen:

- freiwillig
- kostenlos
- vertraulich
- auf Wunsch anonym
- in verschiedenen Sprachen



In der **Sicheren Basis** finden Sie:

Eine zentrale Anlaufstelle für Betroffene und ZuweiserInnen.

Jede Familie hat individuelle Bedürfnisse. Wir helfen, die besten Unterstützungsmöglichkeiten zu finden. Wir beraten vor Ort, telefonisch und online.

Gruppenangebote für verschiedene Altersgruppen

Die Angebote finden je nach Alter mit oder ohne Bezugspersonen statt. Ein Austausch mit Anderen, die ähnliche Erfahrungen haben, kann sehr entlastend sein.

Wofür sind wir da?

- Kommunikation in der Familie
- Umgang mit Gefühlen und Konflikten
- Stärkung von Selbstwert und eigenen Fähigkeiten
- Aufklärung über psychische Erkrankungen u.v.m.

Bei Interesse fragen Sie bitte unverbindlich nach unseren Gruppenangeboten.



Information und Beratung für Kinder und Jugendliche im Alter von 4 bis 18 Jahren

Wir beraten in den Sprachen Deutsch, Englisch, Bosnisch, Serbisch, Kroatisch und Türkisch.

Bei Bedarf bieten wir auch begleitende Elternberatung in unterschiedlichen Sprachen an.

Gemeinsame Aktivitäten sollen ein Kennenlernen oder Wiedersehen mit ehemaligen KursteilnehmerInnen ermöglichen.

Wir sind für Sie da!



+43 1 267 55 81 30

