

Die **Librothek** ist für alle Interessierte eine kostenlose Möglichkeit um Bücher gegen Kaution (€ 7,-) für 4 Wochen auszuleihen.

Verein **Ambia-Krems** hat sich auf Fachliteratur aus den Bereichen der Persönlichkeitsarbeit, Selbsthilfe, uvm zur Erlangung einer besseren Lebensqualität spezialisiert.

Die Erfahrung die darin vermittelt wird und erreicht werden kann, führt zu einem besseren Verständnis für die eigene Lebensauffassung. Bücherliste im Büro.

**Und Bücher möchten gelesen werden!**

## Unsere Ziele sind:

- Ihre Bewältigung des Mobbing – Prozesses
- Ihre Bewältigung des Burnout – Prozesses
- Ihre Heranführung/Wiedereingliederung in den Arbeitsmarkt u. Erhalt des Arbeitsplatz
- SchulabgängerInnen, die die Thematik (Mobbing) schon kennen gelernt haben, zu beraten
- Hilfestellung bieten um neue Ziele erarbeiten und bewältigen zu können und um persönlich, sozial und finanziell zu profitieren
- Beratung betroffener Angehöriger
- Prävention in Unternehmen/Betriebe



### AMBiA - Krems BeraterInnen

unterstützen Sie in Ihrem Prozess, nehmen sich ausreichend Zeit für Ihre Anliegen und behandeln alle Ihre Anfragen vertraulich.

### AMBiA – Krems BeraterInnen

sind ausgebildet in psychosozialen Berufen mit spezieller Erfahrung in der Bewältigung von Mobbing und Burnout und ihre kompetenten Ansprechpartner. Ein interdisziplinärer Gedankenaustausch, Supervision und Weiterbildung gewährleisten Ihnen hohe Qualität.

**AMBiA - Krems BeraterInnen sind in der Prävention tätig.**

## Start der **AMBIA-AKTIV Gruppe**

am **Mittwoch, 31.3.2010**  
um **16.30 Uhr**

**im Büro des Vereines  
AMBIA-Krems.**

Vorstellung Programm 2010. Die AMBIA-AKTIV Gruppe wird Unternehmungen starten, die von allen Beteiligten gerne durchgeführt werden. Der Schwerpunkt liegt in der Ruhe, Entspannung und im Wohlfühlen. Wir werden beim ersten Treffen die Veranstaltungen besprechen, einteilen und organisieren.

Einige Ideen:

Goldhaubenumuseum in Mautern  
Kräuterwanderung in Dürnstein  
Besuch eines BIO-Rinderbauernhofes  
Nordic-Walking

Wir versuchen uns in der Kunst des Origami Gartentage im Stift Seitenstetten (11.-13.Juni 2010)

Besuch der Kremser Innenhöfe (September)  
Und vieles mehr...

**Ihr persönlicher Ressourcen-Pool. Bitte um Ihre Anmeldung.**

(Teilnahme auf eigene Gefahr)

**Die Beratungen im Verein AMBiA – Krems sind kostenfrei und erfolgen vertraulich!**

[renate.aichinger@ambia-krems.at](mailto:renate.aichinger@ambia-krems.at)

**Ansprechpartner:**



**Renate Aichinger**  
Obfrau - Projektleitung  
Dipl. Lebens. u. Sozialberaterin  
Eingetragene Mediatorin  
Supervision, Coaching

H 0676 / 788 9 781

Termine bitte nach telefonischer  
Vereinbarung, im Büro, Handy und  
über Mail/Fax möglich.

Die **AMBIA-AKTIV** Gruppe wird  
Unternehmungen starten, die von  
allen Beteiligten gerne  
durchgeführt werden. Der  
Schwerpunkt liegt in der Ruhe,  
Entspannung und im Wohlfühlen.  
Wir werden beim ersten Treffen  
die Veranstaltungen besprechen,  
einteilen und organisieren.

"Finanziert vom Bundessozialamt aus Mitteln der  
Beschäftigungsoffensive der österreichischen  
Bundesregierung für Menschen mit Behinderung"

**Bundessozialamt**



**Landesstelle  
Niederösterreich**

**AMBIA**  
Roseggerstraße 10, 3500  
Krems

## **AMBIA-AKTIV Gruppe 2010**



## **Mobbing und Burnout Beratungsstelle**

Verein AMBIA – Krems  
Roseggerstraße 10, 1. Stock, Tür 5  
3500 Krems an der Donau  
[www.ambia-krems.at](http://www.ambia-krems.at)

Öffnungszeiten und Terminvereinbarung:  
MO 16.00 bis 18.00 Uhr  
Mi bis FR 9.00 bis 18.00 Uhr  
T + F 02732 / 83699  
H 0676 / 788 9 781  
E-Mail:

**AMBIA**  
Roseggerstraße 10, 3500  
Krems

ist eine Beratungs- und  
Betreuungsstelle für  
Mobbing und Burnout  
betroffene Jugendliche und Erwachsene, um  
in seelisch belastenden Situationen die  
Arbeitsfähigkeit zu erhalten.

**AMBIA**  
Roseggerstraße 10, 3500  
Krems

AMBIA-Krems  
unterstützt Angehörige  
betroffener Menschen, um den Leidensdruck  
zu reduzieren und um eine psychische  
Entlastung zu verschaffen.

**AMBIA**  
Roseggerstraße 10, 3500  
Krems

Ambia-Krems wird  
interessierten  
Unternehmen angeboten, um bei  
Konfliktsituationen die Problematik Mobbing  
und Burnout im eigenen Betrieb zu  
sensibilisieren um daraus Handlungs- und  
Lebensmöglichkeiten zu schaffen.

**AMBIA**  
Roseggerstraße 10, 3500  
Krems

AMBIA – Krems  
begleitet Menschen  
und/oder  
Organisationen bei ihren Prozessen um die  
Bedeutungsbilder zu überdenken und ihre  
Ressourcen (wieder) zu entdecken.

**AMBIA**  
Roseggerstraße 10, 3500  
Krems

Um das Angebot  
abzurunden werden  
Vorträge, Workshops  
und die Teilnahme an Gruppentreffen als  
Werkzeug für den Klienten nutzbar gemacht.

**LIBROTHERK**  
**Pflege und Kultivierung  
des Lebens**