

## Das Beratungsteam:



### Renate Aichinger

Obfrau - Projektleitung  
Dipl. Lebens. u. Sozialberaterin  
Eingetragene Mediatorin  
Supervision, Coaching  
H 0676 / 788 9 781  
[renate.aichinger@ambia-krems.at](mailto:renate.aichinger@ambia-krems.at)



### Elisabeth Walchshofer

Organisation  
Dipl. Ehe- Familien u.  
Lebensberaterin  
H 0676 / 595 3 828  
[elisabeth.walchshofer@ambia-krems.at](mailto:elisabeth.walchshofer@ambia-krems.at)

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




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 10:00 bis 18:00 Uhr

T 0 27 32 / 836 99  
F 0 27 32 / 811 50  
E-Mail:

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


  
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.

  
Roseggerstraße 10, 3500 Krems  
AMBiA-Krems  
unterstützt  
Angehörige betroffener Menschen, um den  
Leidensdruck zu reduzieren und um eine  
psychische Entlastung zu verschaffen.

  
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.

  
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.

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

  
Roseggerstraße 10, 3500 Krems  
"Finanziert vom Bundessozialamt aus Mitteln  
der Beschäftigungsoffensive der  
österreichischen Bundesregierung für  
Menschen mit Behinderung"



Bundessozialamt

Landesstelle Niederösterreich

  
Roseggerstraße 10, 3500  
Krems

**Herbstprogramm  
2010**  
AMBiA-AKTIV Gruppe

## Mobbing und Burnout Beratungsstelle

Wir laden Sie ein, gemeinsam mit  
AMBiA-AKTIV *neue Wege* zu  
beschreiten. Für *Menschen*, die  
ihre *Neugierde*, ihr *Interesse*  
und ihre *Begeisterung* wecken  
wollen, und dafür *Austausch* und  
*Anregung* suchen.

**Kurz: Vielfalt für Alle.  
Alle sind willkommen.**

## Programm Herbst 2010

**28. 08. 2010:** 14:00 Uhr

### **Einfach R A U S -**

Wandern oder Nordic Walking mit anschließendem Steckerlfischessen.

**11. 09. 2010:** 10:00 Uhr

**Besuch Herbstfest** - Gartenbau Lederleithner in Atzenbrugg.

**25. 08. 2010:** 14:00 Uhr

**Steiner Höfefest** - in der Steiner Altstadt werden die privaten Höfe zugänglich gemacht

**09. 10. 2010:** 14:00 Uhr

**Kränze und Gestecke** - für den Herbst selbst gemacht unter Anleitung einer fachkundigen Floristin.

**23. 10. 2010:** 13:00 Uhr

**Fotografieren** - eine Lochkamera selber bauen, damit fotografieren und dieses Bild selber entwickeln. Alte Methode als neues Erlebnis unter Anleitung des Filmclubs Krems.

**13. 11. 2010:** 13:00 Uhr

**Winterlicher Zauber** – im Schloss Mühlbach Ausstellung.

**20. 11. 2010:** 14:00 Uhr

**Gemeinsam Stricken** - bei uns haben nicht nur Maschen etwas verloren. Nächste Termine sind zu vereinbaren.

**04. 12. 2010:** 10:00 Uhr

**Weihnachtsausstellung** - auch die Großstadt kann idyllisch sein.

### Rahmenbedingungen:

- Der Treffpunkt ist immer Samstag, im Büro des Vereines AMBIA-Krems.
- Wir versuchen immer eine Fahrgemeinschaft zu bilden.
- Teilnahme eigenverantwortlich.
- **Anfallende Kosten durch Material, Verpflegung, Eintritt und Transport sind selbst zu tragen.**
- **Rechtzeitige Anmeldung ist erforderlich.**

„Mögen hätt' ich schon wollen,  
aber dürfen hab' ich mich nicht getraut“

(Karl Valentin)

## ... Ausblick 2011

### **Origami**

Kennenlernen der japanischen Papierfaltkunst bzw. Kurs im Jänner / Feb. 2011

## EINLADUNG

zum Schmöckern

und zur **LESESTUNDE**

**L**

**04. 09. 2010:** 15:00 Uhr

im Büro des Vereines AMBIA-Krems mit anschließendem geselligem Zusammensein

**I**

**B**

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

**R**

Der Verein **Ambia-Krems** hat sich auf Fachliteratur aus den Bereichen der Persönlichkeitsarbeit und Selbsthilfe spezialisiert. Darüber hinaus gibt es auch Werke aus der Weltliteratur. Eine Bücherliste liegt im Büro auf.

**O**

**T**

**H**

Der Verein AMBIA-Krems bedankt sich sehr herzlich beim

**E**

**Sozialarbeitskreis Krems.**

Wir konnten auf Grund der Bücherspende unser Bücherangebot um ein Vielfaches erweitern und vertiefen.

**K**