

Migrantin goes online



arbeit⁺
SOZIALE UNTERNEHMEN
NIEDERÖSTERREICH

volkshilfe.
WIEN

Gesundheit

Frauen / Migrantinnen in NÖ

- Frauen leben in allen Regionen
- Viele Frauen arbeiten, kümmern sich aber auch um Haushalt und Kinder
- Frauen verdienen oft weniger als Männer
- Frauen haben öfter schlechte Jobs (Teilzeit, niedriger Lohn)
- viele Migrantinnen sprechen mehrere Sprachen
- Viele haben viel Erfahrung, aber finden schweren Zugang zu Arbeit
- Sprache, Kinderbetreuung, fehlende Anerkennung von Ausbildung sind Probleme

Gesundheit für Frauen

- Frauen sollen auf ihre Gesundheit achten!
- Dazu gehören:
 - Impfungen
 - Untersuchungen
 - Beratung beim Arzt



Eltern-Kind-Pass

Wichtig für schwangere Frauen und junge Mütter:

- Ärztliche Untersuchungen für Mutter und Kind
- Unterstützung beim Stillen und bei Entwicklung
- Probleme bei der Entwicklung können früh erkannt werden

[Infos zum Eltern-Kind-Pass](#)

[Mütter & Elternberatung in NÖ](#)



Impfungen für Frauen

- HPV-Impfung schützt vor Gebärmutterhalskrebs (bis 21 Jahre kostenlos in Österreich)
- Masern / Röteln / Mumps, Feuchtblattern, Hepatitis B, Influenza, Hepatitis B, Keuchhusten - v.a. **vor** einer Schwangerschaft
- Einige Impfungen sind **vor oder während** der Schwangerschaft besonders wichtig, um sowohl die Mutter als auch das ungeborene oder neugeborene Kind zu schützen!
- weitere Impfungen: Diphtherie, Tetanus, Keuchhusten und Kinderlähmung; FSME; Hepatitis B; Influenza („Grippe“); Gürtelrose (Herpes Zoster - ab 60 bzw. ab 50 Jahren)

[Impfungen für Erwachsene in NÖ](#)

[Kinderimpfprogramm NÖ](#)



wichtige Vorsorge-Untersuchungen

ab 20	Gynäkologische Untersuchung, Pap-Test
ab 30	Brust-Tastuntersuchung
ab 35	Hautkrebs
ab 50	Mammographie, Darmkrebsvorsorge

kostenlose Vorsorgeuntersuchung

Arbeit & Gesundheit

Wenn eine Frau krank ist und nicht arbeiten kann, gibt es Unterstützung:

- AMS (Arbeitsmarktservice)
- [fit2work](#)
- PVA (Pensionsversicherungsanstalt)
- ÖGK (Gesundheitskasse)

Bei längerer Krankheit

Es gibt Geld zur Unterstützung:

- Rehabilitationsgeld (von ÖGK)
- Umschulungsgeld (vom AMS)
- Invaliditäts-/Berufsunfähigkeitspension möglich, wenn die Krankheit dauerhaft ist

Was Frauen oft nicht wissen!

Viele Frauen kennen ihre Rechte nicht:

- kostenlose Beratung bei AK (Arbeiterkammer)
- kostenlose Gesundheitsvorsorge
- Unterstützung bei Gewalt
- Hilfe beim AMS & PVA

Wo gibt es Hilfe?

- AK Niederösterreich: Beratung zu Arbeit, Pension, Rechten - viele Standorte (z.B. St. Pölten, Wiener Neustadt, Krems usw.)
- BBE FAIR: Beratung bei Fragen zu Arbeit / Krankheit (St. Pölten, Wr. Neustadt & mobil)
- Frühe Hilfen: für alle werdenden Eltern und Familien mit Kindern von 0 - 3 Jahren
- 1. Anlaufstelle = Hausarzt / Hausärztin oder Gesundheitstelefon 1450

Austausch

- Welche Erfahrungen habt ihr mit Arbeit & Gesundheit / Krankheit?
- Kennt ihr die Vorsorge-Untersuchungen?
- Wo habt ihr Unterstützung in Österreich bekommen?
- Wie kann ich mental und körperlich gesund bleiben? - Was brauche ich dazu?

**Gesundheit ist wichtig!
Es gibt Unterstützung!**

Eure Ideen?

**Mit wem
kann ich
über meine
gesundheitlichen Probleme
vertraulich sprechen?**

**An wen
kann ich
mich wenden?**

**Wie kann ich
gesund
bleiben / werden?**

eure Ideen!

Danke für eure Aufmerksamkeit!



Für eure Rückfragen stehen wir euch gerne zur Verfügung:

martina.koenighofer@arbeitplus-noe.at

a.hausberger@volkshilfe-wien.at