



Zukunftsforum OÖ – Frauen gestalten Zukunft

Gute Medizin muss Frauen sehen
in Daten, Diagnosen, Therapie und Prävention





**Frauengesundheit
mitdenken.**

Gesunde Arbeit sieht Frauen.

Wie Unternehmen Frauengesundheit in der betrieblichen Gesundheitsvorsorge stärken können.

Psychische Gesundheit · Prävention · Therapie · Arbeitswelt

Linzer Frauengesundheitszentrum

Das Leitbild des Frauengesundheitszentrums

Unser Ziel ist gendersensible Gesundheitsförderung für alle Frauen und Mädchen möglichst niederschwellig, bedürfnisgerecht und zielgruppennah anzubieten, damit sie gesund und aktiv werden wie auch bleiben!

Dafür setzten wir uns ein:

- Frauen in ihren Kompetenzen zu stärken
- Integration des Wissens, um weibliche Lebensformen
- Verankerung einer geschlechtsspezifischen Betrachtungsweise, im Sinne von Gender, Mainstreaming in allen Lebenslagen
- Einfluss auf Politik und Gesellschaft, mit dem Ziel, einer frauengerechten Gesundheitsversorgung
- Soziale und wirtschaftliche Sicherheit von Frauen

Unsere Angebote

Psychotherapie
Beratung
Vorträge
Gruppen
Workshops

Wer sind wir?



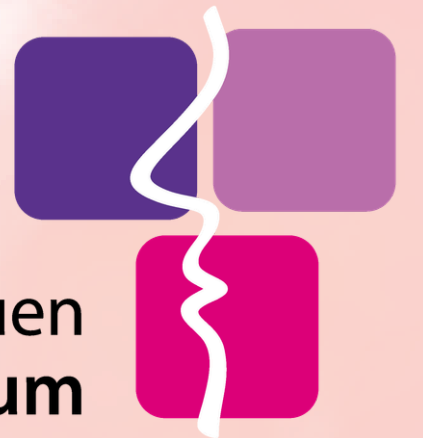
Das
Kompetenzzentrum
für Frauen -
mitten in Linz

www.fgz-linz.at



Wo sind wir ?

Kaplanhofstraße 1
4020 Linz
0664/ 39 85 004
office@fgz-linz.at



Linzer Frauen
Gesundheitszentrum

Linzer Frauengesundheitszentrum
„Frauenspezifische Beratung
und Psychotherapie
Bildung – Information - Treffpunkt“

Kaplanhofstraße 1, 4020 Linz
E-Mail: office@fgz-linz.at
Homepage: www.fgz-linz.at
ZVR-Nr.: 086470239

Öffnungszeiten:
MO, DO, FR 9:00 - 12:00 | DI 13:00 - 16:00
MI 15:00 - 19:00 &
Treffpunkt FrauenWISSEN 16:30 - 18:00

Unsere Angebote – Zahlen 2025



Psychosoziale Beratung, Psychotherapie, Gruppen, Workshops und Veranstaltungen bieten Frauen Unterstützung, Austausch und Stärkung.



109

Frauen

330

Beratungseinheiten

PSYCHOSOZIALE BERATUNG



41

Patientinnen

410

Therapieeinheiten

PSYCHOTHERAPIE
(4 Psychotherapeutinnen)



52

Gruppenangebote

348

Teilnehmerinnen

GRUPPEN



34

Workshops

179

Teilnehmerinnen

WORKSHOPS



35

Veranstaltungen

194

Teilnehmerinnen

VERANSTALTUNGEN

Die Zahlen zeigen: Unterstützung wird gebraucht

Beratung und Psychotherapie sind konkrete Angebote für psychische Gesundheit.

Warum Frauengesundheit im Unternehmen wichtig ist



Frauen sind eine zentrale Stärke

Sie prägen Unternehmen mit Engagement, Kompetenz und vielfältigen Perspektiven.



Gesundheit fördert Leistungsfähigkeit

Körperliches, seelisches und soziales Wohlbefinden ist die Basis für Motivation, Kreativität und langfristige Arbeitsfähigkeit.



Investition mit Wirkungen

Betriebliche Gesundheitsförderung reduziert Krankenstände, stärkt Bindung und steigert Zufriedenheit.



Gleichberechtigung in der Gesundheitsvorsorge

Frauen haben spezifische gesundheitliche Bedürfnisse, die in der Arbeitswelt sichtbar gemacht und berücksichtigt werden müssen.

Warum Frauengesundheit im Betrieb zählt

Mehrwert für Unternehmen



Gesündere und motivierte Mitarbeiterinnen

Weniger Stress,
mehr Wohlbefinden
und Leistungsfähigkeit.



Stärkere Bindung und Attraktivität

Gesundheitsfördernde
Maßnahmen erhöhen
die Zufriedenheit
und Loyalität.



Vielfältige Potenziale nutzen

Berücksichtigung
unterschiedlicher
Lebensphasen und
Gesundheitsbedürfnisse.



Beitrag zu gleichberechtigter Arbeitswelt

Frauengesundheit
sichtbar machen
und strukturell
verankern.

Psychische Gesundheit – ein zentraler Baustein



Linzer
Frauengesundheitszentrum



Psychische Gesundheit ist ein entscheidender Faktor für Wohlbefinden, Arbeitsfähigkeit und Lebensqualität – im Berufs- und Privatleben.

HÄUFIGE THEMEN BEI FRAUEN:

- Selbstwert und Identität
- Ängste und Stress
- Depressive Verstimmungen
- Lebenskrisen und persönliche Umbrüche
- Partnerschaft und Trennung
- Familiäre und soziale Konflikte



Psychische Gesundheit sichtbar machen

Belastungen früh erkennen und Unterstützung zugänglich machen.

ERKENNEN

Stress, Ängste,
Erschöpfung und Krisen
wahrnehmen

ENTLASTEN

Arbeitsbedingungen,
Kommunikation und
Führung gestalten

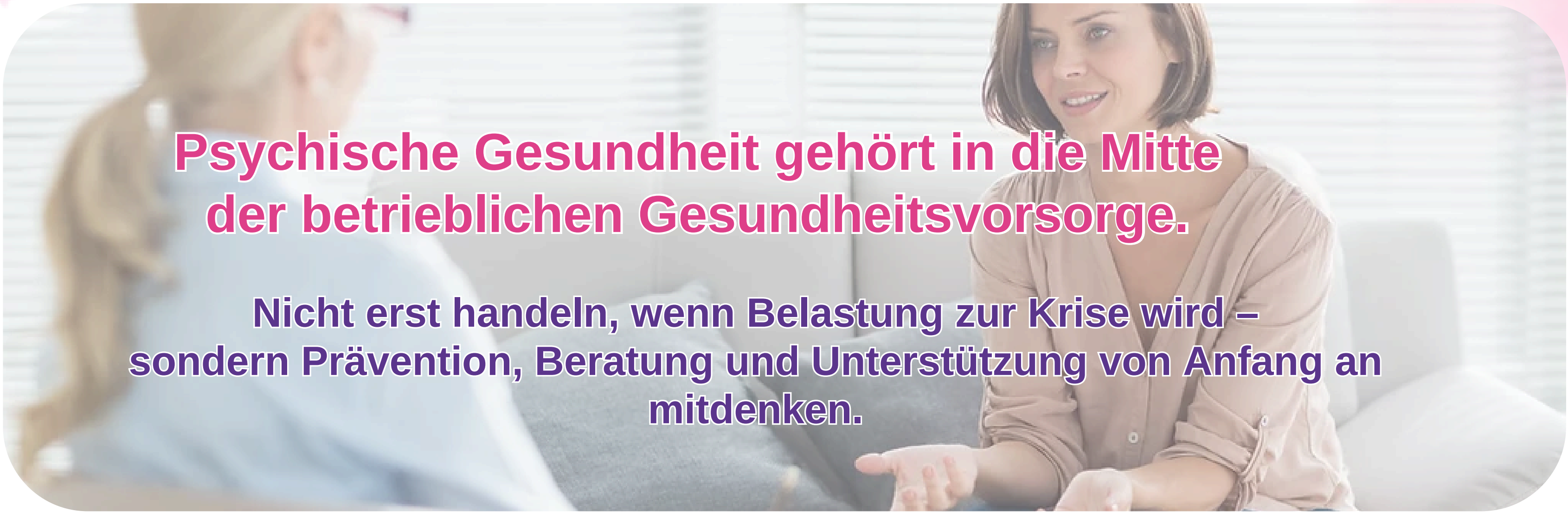
UNTERSTÜTZEN

Beratung, Therapie
und passende
Anlaufstellen

Ziel: psychische Gesundheit als selbstverständlichen Teil betrieblicher Gesundheitsvorsorge etablieren.

Gesunde Arbeit sieht Frauen.

Eine frauengerechte Gesundheitsvorsorge stärkt Menschen und Organisationen.



**Psychische Gesundheit gehört in die Mitte
der betrieblichen Gesundheitsvorsorge.**

**Nicht erst handeln, wenn Belastung zur Krise wird –
sondern Prävention, Beratung und Unterstützung von Anfang an
mitdenken.**

Zusammenarbeit mit dem Linzer Frauengesundheitszentrum



**Fachliche
Expertise**



**Maßgeschneiderte
Angebote**



**Vorträge, Workshops
und Beratung**



**Unterstützung
bei der Umsetzung
im Betrieb**

*Gemeinsam
für gesunde,
starke Frauen
im Arbeitsleben.*



Was Unternehmen konkret tun können

Vier Hebel für eine frauengerechte betriebliche Gesundheitsvorsorge

01 GESUND FÜHREN

Offene Kommunikation,
psychologische Sicherheit und sensible Führung.

02 PRÄVENTION

Stress und Überlastung frühzeitig thematisieren;
Angebote niederschwellig machen.

03 LEBENSREALITÄTEN

Vereinbarkeit, unterschiedliche Lebensphasen und
individuelle Bedürfnisse berücksichtigen.

04 HILFE VERMITTELN

Beratung, Psychotherapie und externe
Fachstellen sichtbar und zugänglich machen.

Fazit

Gesunde Arbeit sieht Frauen.



Frauengesundheit ist ein zentraler Erfolgsfaktor für Unternehmen und Gesellschaft.



Psychische Gesundheit braucht Aufmerksamkeit und gezielte Unterstützung.



Betriebliche Gesundheitsvorsorge, die Frauen sieht, wirkt nachhaltig – für Mitarbeiterinnen, Unternehmen und eine gleichberechtigte Arbeitswelt.

*Investieren wir
in die Gesundheit
von Frauen –
für eine starke,
zukunftsfähige
Arbeitswelt.*

Danke für die Aufmerksamkeit

Helga Speigner

Geschäftsführerin des Linzer Frauengesundheitszentrums

www.fgz-linz.at

Die Kennzahlen zu psychosozialer Beratung, Psychotherapie
stammen aus dem vorliegenden Tätigkeitsbericht 2025.

