

So erhalten Sie Zugang zu Kunsttherapie **ZWISCHENZEIT:**

VORAUSSETZUNG & TERMINVEREINBARUNG

→ Voraussetzung ist eine Empfehlung und Zuweisung durch ihre_n **Berater_in von fit2work** („Case Manager_in“).

→ Falls Sie noch nicht in Beratung bei **fit2work** sind, kontaktieren Sie zuerst die **fit2work** Telefonhotline unter: **01-740 22-2500**

→ **Anmeldung**
E-Mail: **office@zwischenzeit.jetzt**
Telefon: **01-40 121-2850**

Adresse:

ZWISCHENZEIT

Brunhildengasse 1
Stiege 1, 2. Stock, Top 14b
1150 Wien

Bürozeiten:

Montag bis Mittwoch
jeweils **09:00 - 13:00 Uhr**

Termine werden individuell vereinbart!



Kunsttherapie **ZWISCHENZEIT**_{jetzt}

Brunhildengasse 1/1/14b, 1150 Wien
E-Mail: office@zwischenzeit.jetzt
www.zwischenzeit.jetzt

DURCHGEFÜHRT VON



IKT-Institut für Kunsttherapie in Österreich
www.ikt.or.at, 06991-941 81 48

Bildung und Beratung



WUK Werkstätten- und Kulturhaus
bildung-beratung.wuk.at, 01-401 21-0

FINANZIERT VON



Impressum: WUK Werkstätten- und Kulturhaus, Währinger Straße 59,
1090 Wien, www.wuk.at, ZVR 535133641, Druck: Riedeldruck, 2214 Auersthal,
Fotos: IKT Institut für Kunsttherapie, Stand: Februar 2018, Gedruckt nach
den Richtlinien des Österreichischen Umweltzeichens UW-Nr.: 966



Info!

fit2work

Kunsttherapie **ZWISCHENZEIT**_{jetzt}

WIEN

Was erwartet Sie bei fit2work Kunsttherapie ZWISCHENZEIT?

Die Kunsttherapie unterscheidet sich von klassischer Psychotherapie dadurch, dass neben den Gesprächen viele **Möglichkeiten der Sinnesanregung** angeboten werden.

Mit Hilfe kreativer Ausdrucksmethoden gelingt es sehr gut, sich in der eigenen Ganzheit wahrzunehmen, Belastungen und Überforderungen zu erkennen, Klarheit zu finden und schließlich **Freude am Leben und der Arbeit** zu spüren.

Kunsttherapie eignet sich für Menschen jeder Altersstufe und ist überall dort wirksam, wo durch das gesprochene Wort alleine keine deutliche Verbesserung des Lebensgefühls erlangt wird.

Sie sind von Burnout betroffen oder burnout-gefährdet und stehen in einem Arbeitsverhältnis?

Dann gönnen Sie sich Ihre ZWISCHENZEIT jetzt und finden Sie zu einem gesunden, freudvollen und erfüllenden Arbeitsleben!

ZIELE

- Erkennen von Belastung und Überforderung
- Aktivierung eigener Ressourcen
- Perspektivenfindung
- Gesundheitsförderung
- Erhaltung der Arbeitsfähigkeit
- Vermeidung von Jobverlust

Planung

INHALTE

Von der IST-Situation ausgehend filtern wir gemeinsam heraus, was Sie brauchen, um sich wohl zu fühlen. Es geht um die **Aufrechterhaltung der Arbeitsfähigkeit** und die Wahrnehmung eigener Bedürfnisse und Gefühle.

VORAUSSETZUNGEN ZUR TEILNAHME

Zuweisung durch die Berater_innen von **fit2work** sowie Ihre Freiwilligkeit und Bereitschaft zum aktiven Mitwirken.

ABLAUF

Sie werden über einen Zeitraum von 10-15 Wochen von **ÖBKT-geprüften Kunsttherapeut_innen** begleitet. Wir bieten Einzel- und Gruppentermine an. Jeder Einzeltermin dauert ca. 1½ Stunden. Gruppenangebote dauern je 4 Stunden.

Ihre Teilnahme ist **freiwillig**. Kunsttherapie ZWISCHENZEIT ist für Sie **kostenlos**. Der Therapieverlauf endet mit einem **Abschlussgespräch** bei Ihrer/Ihrem Kunsttherapeut_in.

Kostenlos

Abschluss