



Das femail-Team: Ingrid Andres, Christa Bauer, Lea Putz-Erath, Cigdem Gökmen-Erden, Christine Ellensohn

**femail** \* FÜR FRAUEN

mit Blick in die Zukunft



**femail FrauenInformationszentrum Vorarlberg**

Marktgasse 6, 6800 Feldkirch

**Öffnungszeiten:**

Mo–Do 9.00–12.00 Uhr

Di 14.00–16.00 Uhr

**Außenstelle Lustenau  
c/o Kindergarten Rheindorf**

Neudorfstr. 7, 6890 Lustenau

**Öffnungszeiten:**

Do 8.00–13.00 Uhr

T +43 5522 31 002

F +43 5522 31 002 - 33

M +43 699 127 35 259

info@femail.at

www.femail.at

Muttersprachliche Beratung Türkisch:

Di, Do 14.00–16.00 Uhr

M +43 664 35 60 603

Außerhalb der Öffnungszeiten:  
Beratungstermine nach Vereinbarung.  
Bei Bedarf und Voranmeldung steht  
eine Dolmetscherin zur Verfügung.

femail wird gefördert von



 Bundeskanzleramt

Bundesministerin für Frauen,  
Familien und Jugend



 Bundesministerium  
Bildung, Wissenschaft  
und Forschung

 [www.femail.at](http://www.femail.at)

**JAHRES-  
BERICHT  
2017**

## Zuhören und Reden

- femail blickt auf ein geschäftiges Jahr 2017 zurück. Bis August wurde das FrauenInformationszentrum von unserer engagierten Vorstandsvorsitzenden, Mag.<sup>a</sup> Monika Lindermayr, gemeinsam mit Dr.<sup>in</sup> Eva Häfele als konzeptioneller Fachexpertin und Dr.<sup>in</sup> Sabine Juffinger als finanzieller Leiterin geführt. Mitte August 2017 übernahm MMag.<sup>a</sup> (FH) Dr.<sup>in</sup> Lea Putz-Erath die Geschäftsführung.

femail ist seit 1994 für Frauen in Vorarlberg da. Wir hören auf ihre aktuellen Probleme, wir hören darauf, was ihnen gut gelingt, wo sie erfolgreich und worauf sie stolz sind. Wir hören, wo sie an Grenzen stoßen und wo sie Hilfe brauchen. Dazu führen wir Gespräche. In der Einzelberatung, in Gruppenangeboten und im Fachdialog. 2017 hatten wir 3270 Kontakte mit Frauen. Wie Jahrzehnte zuvor drehen sich die Hauptanliegen der Ratsuchenden rund um die Ausgestaltung von Beziehungen, aktuelle oder ehemalige Partnerschaft, Abhängigkeiten und Spielräume.

*„Die Geschäftsführung des femail ist eine vielseitige, fordernde und erfüllende Aufgabe, die ich täglich mit großer Freude annehme!“ – LEA PUTZ-ERATH*

Frauen wenden sich vor wichtigen Lebensentscheidungen an uns. *Arbeiten für Geld, und wenn ja, wie viele Stunden? Wie erhalte ich eine eigenständige Pension? Kann ich im Alter von 45 überhaupt noch etwas für meine Pension tun? Wer unterstützt mich, wenn ich neue berufliche Wege einschlagen will? Wie kann ich mich vor meinem Partner schützen, der mir Gewalt androht? Welche beruflichen Potentiale kann ich trotz geringer Deutschkenntnisse ausschöpfen?*

Wir reden mit Frauen über Rollenerwartungen, ihre Gesundheit, Belastungen und Entlastungen. Wir reden mit Frauen über ihre aktuelle Situation, Möglichkeiten für die Zukunft und Unterstützungsangebote in Vorarlberg. Wir informieren Frauen, damit sie gestärkt und sicher eigenständige Entscheidungen treffen können.



## Lesen und Schreiben

„Schreiben ist ganz wichtig“ sagen die Pionierinnen der Frauenarbeit. femail hat bereits in seinen ersten Jahren das feministische Magazin „Stoff“ herausgebracht – in der Tradition der wenigen feministischen Zeitungen Österreichs. Studien zum Thema „Frauenräume“ wurden erstellt und in Form hochwertiger Forschungsberichte publiziert. Information für Frauen spielt bis heute eine wesentliche Rolle: Aktuell sind 15 femail-Broschüren in Deutsch, Türkisch und weiteren Sprachen aufgelegt, davon sieben neu. Ein Auszug:

- \* Frau & Recht
- \* Frau & Pension
- \* Lebensgemeinschaft
- \* Pflegegeld
- \* Obsorge
- \* Nein zu Zwangsheirat

Eigene Infobroschüren werden dort herausgegeben, wo unsere Expertinnen Informationslücken schließen. femail-Broschüren, wie jene zum Pflegegeld für Drittstaatsangehörige, werden weit über die Landesgrenzen hinaus von Beratungseinrichtungen angefordert sowie regelmäßig an über 2000 Adressen in ganz Vorarlberg versandt.

2017 startete die Überarbeitung unserer Online-Informationen. Die neue Homepage bietet einen kompakten Überblick über unser Angebot. Übrigens: Der Name femail beinhaltet ganz bewusst das Wort „E-Mail“. Schon zum Zeitpunkt der Gründung war klar, dass Internet und Mail in Zukunft große Bedeutung haben werden. femail wollte Frauen diese neue Welt erschließen. Mit der neuen Homepage geben wir Themen von und für Frauen aus Vorarlberg regelmäßig Raum und Zeit.

## Fachstelle Frauengesundheit

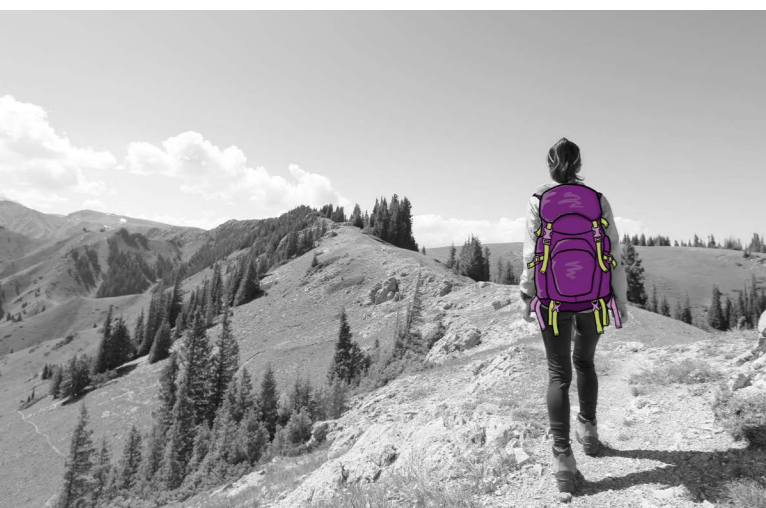
Mehrfachbelastung, Stress, Wechseljahre oder Brustgesundheit – der Bereich Frauengesundheit informiert und berät in Einzelgesprächen, Vorträgen und Workshops. Ernährung und gesunder Lebensstil sind wichtige Themen. Die Infothek bietet zahlreiche evidenzbasierte Gesundheitsbroschüren. Ziel ist, die psychosoziale und körperliche Gesundheit von Frauen zu stärken sowie das Gesundheitswesen für geschlechtergerechte Gesundheitsversorgung zu sensibilisieren.

*„Es ist eine große Leistung von femail, dass sie seit vielen Jahren zum Vernetzungsfrühstück einladen. Es ermöglicht fachlichen Austausch von Informationen und von aktuellen, frauenspezifischen Entwicklungen im Land. Durch die persönlichen Kontakte sind die Wege kurz. Was zu guter Letzt wieder unseren Klientinnen zugutekommt.“ – DSA GERTRUD MATTLE (SCHWANGER.LI)*

## Pensions-Workshops

Es ist bekannt, dass Frauen im Pensionsalter mitunter noch stärker von Armut betroffen sind als in den Jahren zuvor. Gründe dafür sind Unterbrechungen im Arbeitsverlauf, Teilzeitarbeit wegen der Familie, geringere Entlohnung, späte Scheidungen etc.

femail vermittelt für abz austria und das FAB in Workshops wichtige Kenntnisse über das Pensionssystem: Wie funktioniert das Pensionskonto? Welche Beitragszeiten werden angerechnet? Die Pflege von Angehörigen oder eines behinderten Kindes liegt wie die Kinderziehung überwiegend in Frauenhand. Dass diese Zeiten als Beitragszeiten für die Pension angerechnet werden und so etwas Geld aufs Pensionskonto kommt, wissen die wenigsten. Wenig bekannt ist das Pensionssplitting. Gerade für junge Frauen sind diese Informationen wichtig. Die Workshops finden Anklang, individuelle Pensionsberatungen steigen deutlich an.



## Frauentelefon, Beratung und Informationen für Migrantinnen

Frauen mit Migrationshintergrund sind häufig von Diskriminierung, Ausgrenzung und Stigmatisierung betroffen und von gleichberechtigter Teilnahme am gesellschaftlichen Leben ausgeschlossen. Besonders neu zugezogene Frauen nehmen die muttersprachliche Beratung gerne an. Diese ermöglicht es ihnen, sich willkommen und verstanden zu fühlen oder sich in Krisensituationen auszudrücken. Ziel der begleitenden femail-Angebote ist die nachhaltige Stärkung der Frauen.

Mit der „frauen: aktiv“-Broschüre informieren wir jährlich über alle Angebote für Frauen mit Migrationshintergrund in Vorarlberg.

## Arbeitsmarktorientierung für Frauen mit Migrations- und Fluchterfahrung

Einen zentralen Zugang zur sozialen Integration bietet die Integration in den Arbeitsmarkt. Im Arbeitsumfeld mit Kolleginnen und Kollegen findet Begegnung in ganz unterschiedlichen Situationen statt und es werden durch das gemeinsame Tun wesentliche Werte unserer Gesellschaft vermittelt. Eine Erwerbstätigkeit ist zudem eine Erfahrung der Selbstwirksamkeit, trägt zur Stärkung des Selbstbewusstseins und zur eigenständigen Existenzsicherung bei.

Das Referat für Frauen und Gleichstellung beauftragte femail 2017–2018 mit diesem wichtigen Projekt. 2017 wurden Workshops mit insgesamt 70 Teilnehmerinnen durchgeführt.

Unser Angebot richtet sich an Frauen in unterschiedlichen Lebenssituationen aus Drittstaaten sowie an Frauen mit Fluchterfahrungen. Chancengerechtigkeit heißt hier, dass alle Frauen ungeachtet ihrer Herkunftsländer einen Zugang zum Arbeitsmarkt finden, relevante Einrichtungen und Personen persönlich kennenlernen sowie in diesem Prozess Unterstützung in Form von Informationen erhalten.

Im Orientierungskurs werden die Teilnehmerinnen in mehreren Sprachen mit grundlegendem Wissen über Themen wie Existenzsicherung und soziale Sicherheit, Gesundheitssystem und soziale Landschaft in Vorarlberg sowie Arbeitsmarkt und Bildungssystem versorgt. Im Vertiefungsworkshop werden die Inhalte der Orientierungswshops aufbauend auf dem Informations- und Beratungsbedarf der Frauen erweitert.

*„Der von femail in Kooperation mit der Stadt Hohenems für Frauen aus dem arabischen Sprachraum durchgeführte Workshop zum Thema Arbeitsmarktorientierung war sehr erfolgreich. Die Wissbegierde der Frauen war groß, es gab viele bereichernde Gespräche und Kontakte, die über den Kurs hinaus bis heute bestehen.“ – MAG. CHRISTINE JOST, INTEGRATIONSREFERENTIN, STADT HOHENEMS*

## Bildungs- und Berufsberatung für Migrantinnen

Frauen, die bereits länger in Österreich wohnen und nach der Familienphase wieder in den Beruf einsteigen und sich qualifizieren wollen/müssen, sowie Frauen, die nach Österreich neu zuziehen und eine erste Orientierung bezüglich Arbeit und Bildung benötigen, werden in Einzelgesprächen zu Beruf, Bildung und Einkommen beraten. Frauenspezifische Beratung unter Berücksichtigung des Fremdenrechts bezieht dabei natürlich Familie und Partnerschaft mit ein.

Vorrangige Themen sind der Erwerb der deutschen Sprache und Möglichkeiten eines schrittweisen Berufseinstiegs. 2017 wurde das Projekt als Einrichtung für anbieterneutrale Bildungsberatung zertifiziert.

## Frauenservice Einzelgespräche

Trennung und Scheidung, Pension und soziale Hilfen, Obsorge und Kontaktrecht – in unseren Einzelberatungen erfahren wir durch aktives Zuhören, gezieltes und interessiertes Nachfragen entscheidende Details über Lebensverlauf und aktuelle Situation.

*„Vor allem machen wir Mut, neue Schritte zu tun. Sehr oft gelingt es.“ – INGRID ANDRES*

Das Frauenservice mit seinen kostenlosen Beratungen gibt für viele Themen konkrete Antworten und Handlungsoptionen, oder es vermittelt die Frauen an eine für ein bestimmtes Thema spezialisierte Einrichtung. Wir geben verschiedenen Ebenen Raum, erfassen sie, erstellen einen Plan und setzen Prioritäten für die ersten Umsetzungsschritte. Viele Frauen fühlen sich verstanden, wahrgenommen, gestärkt und unterstützt.



## Frauengesundheitstag 2017

Gesundheitskompetenz und Gendermedizin standen am 12.10. im Mittelpunkt des ersten Vorarlberger Frauengesundheitstages im Götzner Junker Jonas Schloßle. Im Auftrag des Referates für Frauen und Gleichstellung wurden einen Nachmittag lang interessierte Frauen und Männer sowie Vernetzungspartnerinnen und -partner mit den Themen Gesundheitskompetenz und Gendermedizin vertraut gemacht. Wir freuten uns über das rege Interesse der rund 90 teilnehmenden Personen der Veranstaltung.

Frauen erkranken anders als Männer. Das beweisen immer mehr Forschungsergebnisse im Bereich der Gendermedizin. Geschlechtsspezifische Unterschiede zeigen sich sowohl in der Prävention und Diagnostik von Erkrankungen als auch in der Behandlung. Die Stärkung ihrer Gesundheitskompetenz ist ein zentraler Aspekt der femail-Fachstelle für Frauengesundheit.

## Interview mit einer Teilnehmerin der Endometriose Selbsthilfegruppe:

### 1. Was bedeutet die Endometriose SH Gruppe für dich?

Seit ich bei der Gruppe dabei bin, hat sich mein Umgang mit mir selbst und meiner Endo um einiges gebessert. Ich lerne von den Anderen, was ihnen in schwierigen Phasen gut tut und wie sie mit der Endo umgehen. Ich konnte auch einige neue Kontakte knüpfen und wir tauschen uns auch zwischen den Treffen aus, um uns gegenseitig zu unterstützen.

### 2. Was kannst du dir von den Treffen mitnehmen?

Der regelmäßige Austausch mit den anderen Frauen gibt einem das Gefühl, nicht alleine mit seinen Problemen zu sein. Für viele ist es auch das erste Mal, dass man mit jemandem reden kann, der versteht wie es einem geht. Wir tauschen uns auch über verschiedene Themen wie Kinderwunsch und alternative Behandlungsmethoden aus und können unsere Erfahrungen weitergeben.

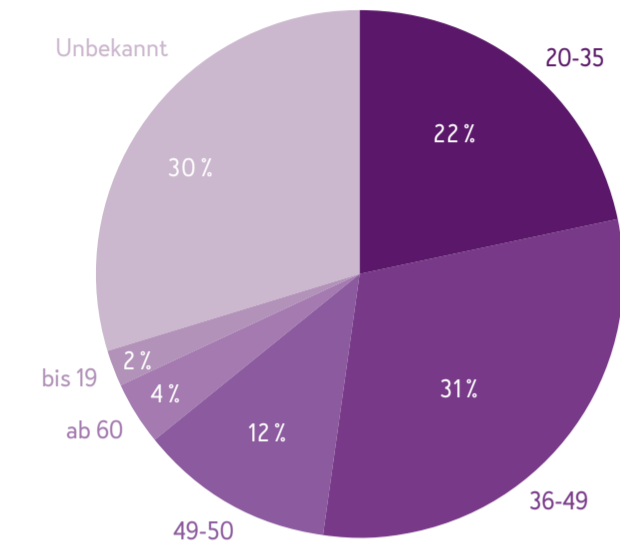
### 3. Was erwartest du dir in Zukunft von der Gruppe? Wohin soll die Reise gehen?

Ich hoffe, dass unsere Gruppe in der Zukunft noch lange besteht. Wichtig wäre es, dass mehr Frauen von dieser Krankheit wissen und das allgemeine Bewusstsein von Endometriose in der Bevölkerung steigt. Zudem wäre es gut, dass neue Betroffene dadurch eine Anlaufstelle für Unterstützung und Infos bekommen.

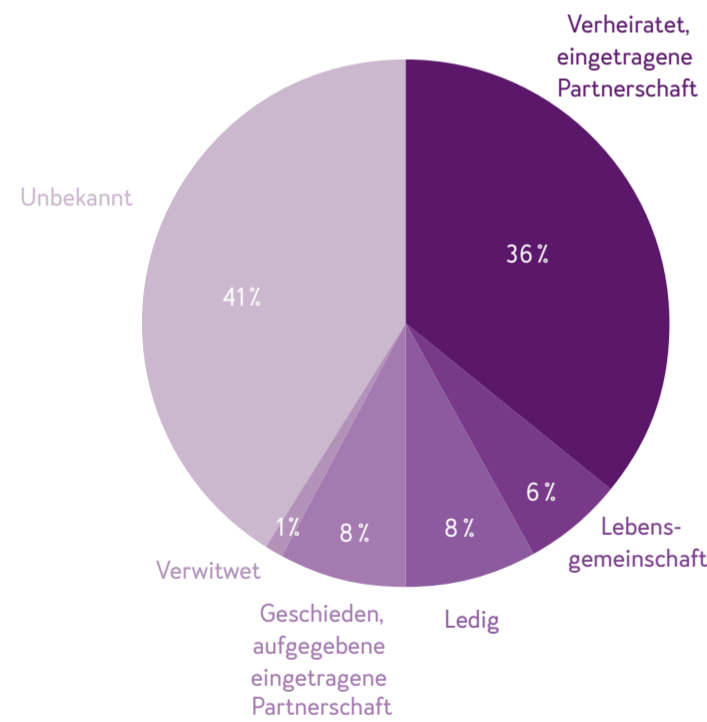
## Leistungsstatistik 2017

- Zahlen und Fakten geben uns einen wichtigen Einblick und die Möglichkeit zur Analyse. Gleichzeitig bilden sie nur einen Teil der Welt ab.
- femail informiert niederschwellig und anonym. Wir achten auf den Schutz der Daten unserer Kundinnen.

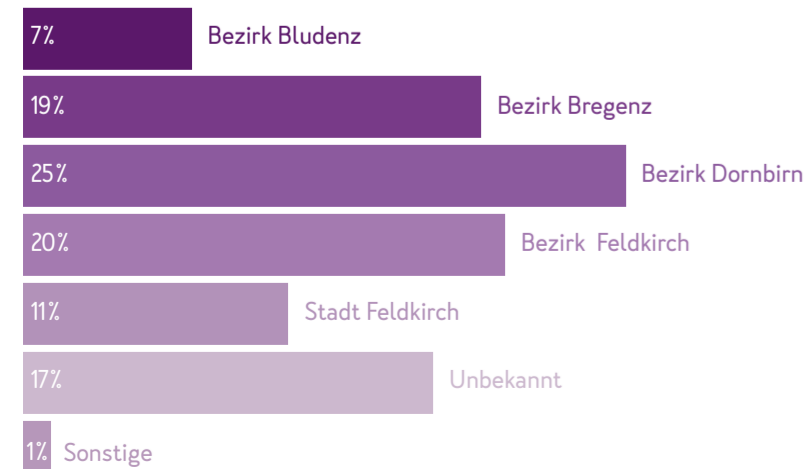
### Alter der Kundinnen\*



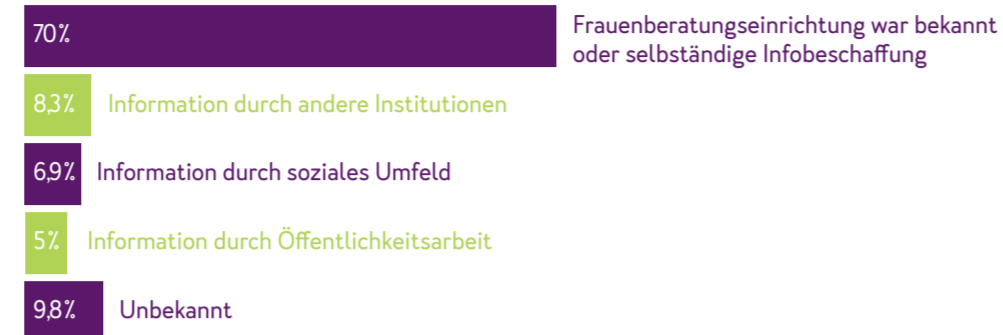
### Familienstand der Kundinnen\*



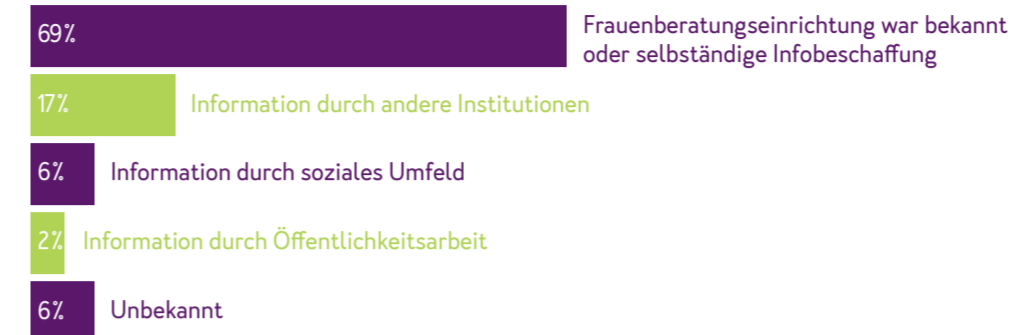
### Wohnort der Kundinnen\*



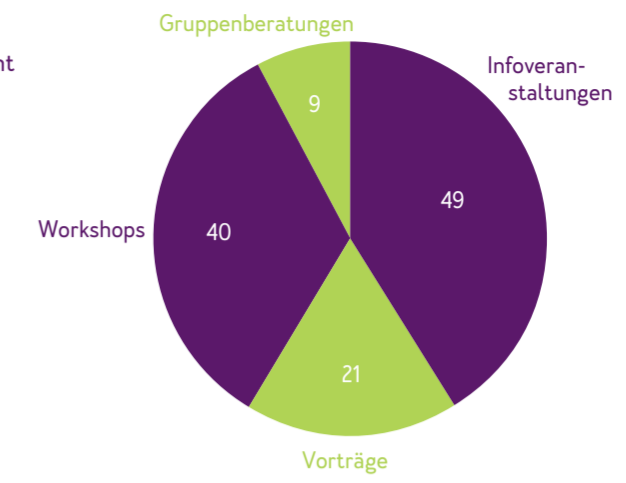
## Frauenservice (Feldkirch) – Zugang zum Angebot



## Frautelefon – Zugang zum Angebot



## Gruppenveranstaltungen



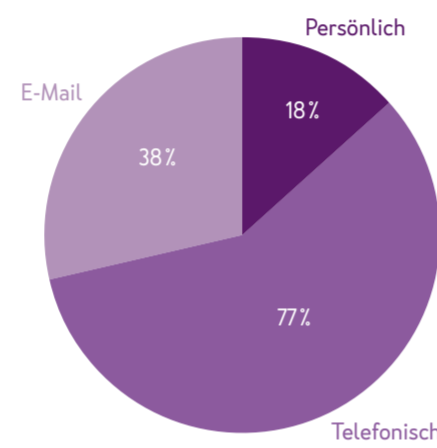
## Auflage Infomaterial 2017

Frau lässt sich scheiden	5000 Stück
Pflegegeld Deutsch	5000 Stück
Pflegegeld Türkisch	5000 Stück
Frau & Pension	5000 Stück
Nein zu Zwangsheirat	5000 Stück
Obsorge	5000 Stück
frauenaktiv 2017/2018	4500 Stück

Info & Versand von femail-Drucksorten nach Anfrage von Organisationen 217 Mal

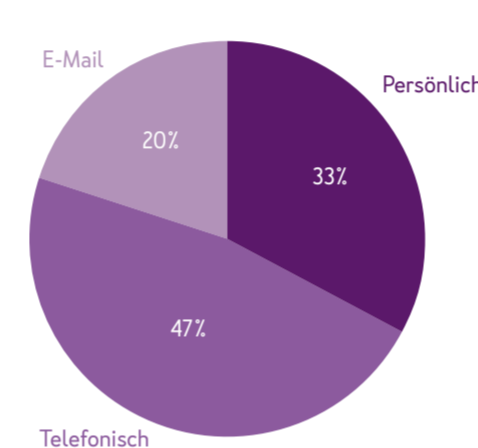
## Frauenservice (Feldkirch & Lustenau) – Infokontakte (>15')

Infokontakte gesamt (>15'): 133



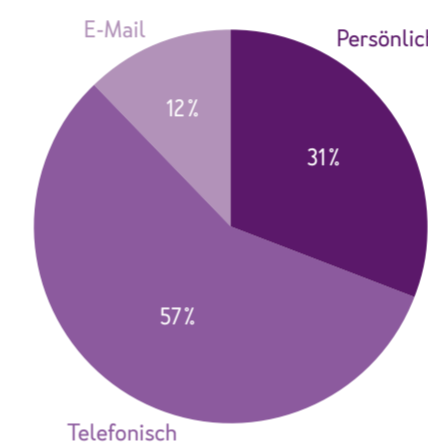
## Frauenservice (Feldkirch & Lustenau) – Einzelberatungen

Anzahl gesamt: 856



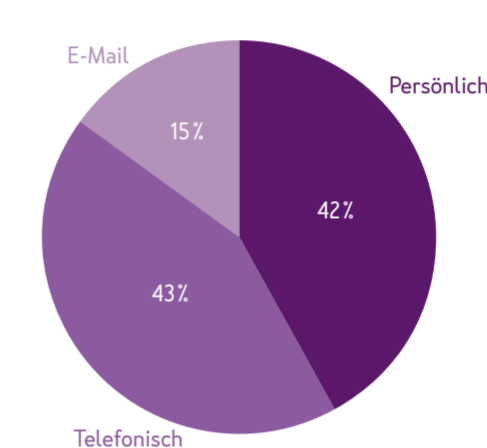
## Frautelefon – Einzelberatungen

Anzahl gesamt: 178



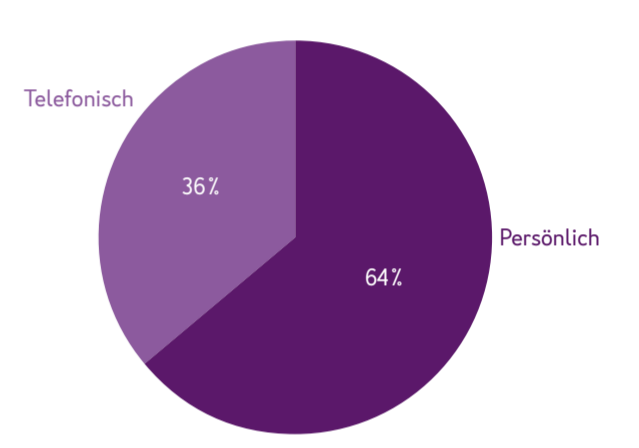
## Fachstelle Frauengesundheit – Einzelberatungen

Anzahl gesamt: 215

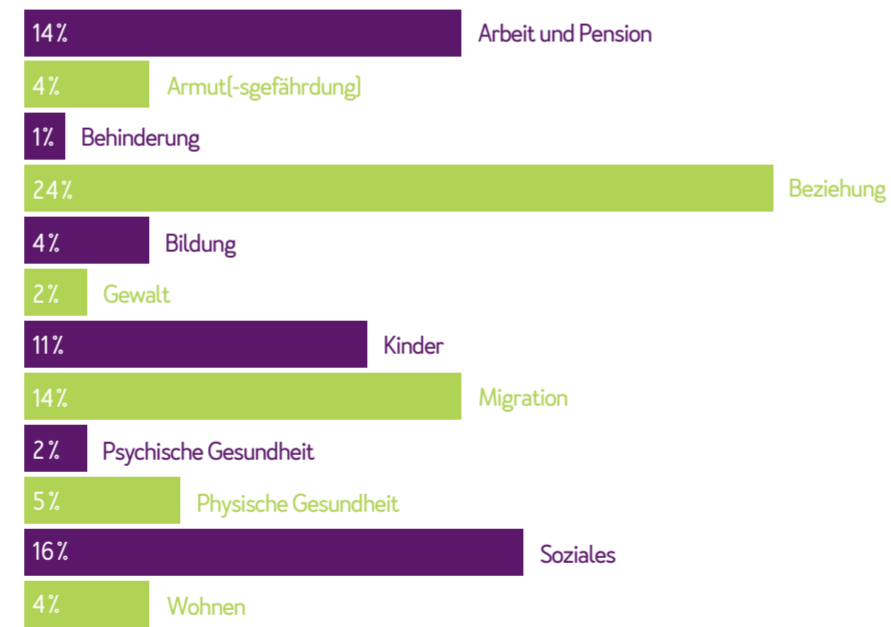


## Bildungs- und Berufsberatung für Migrantinnen – Einzelberatung

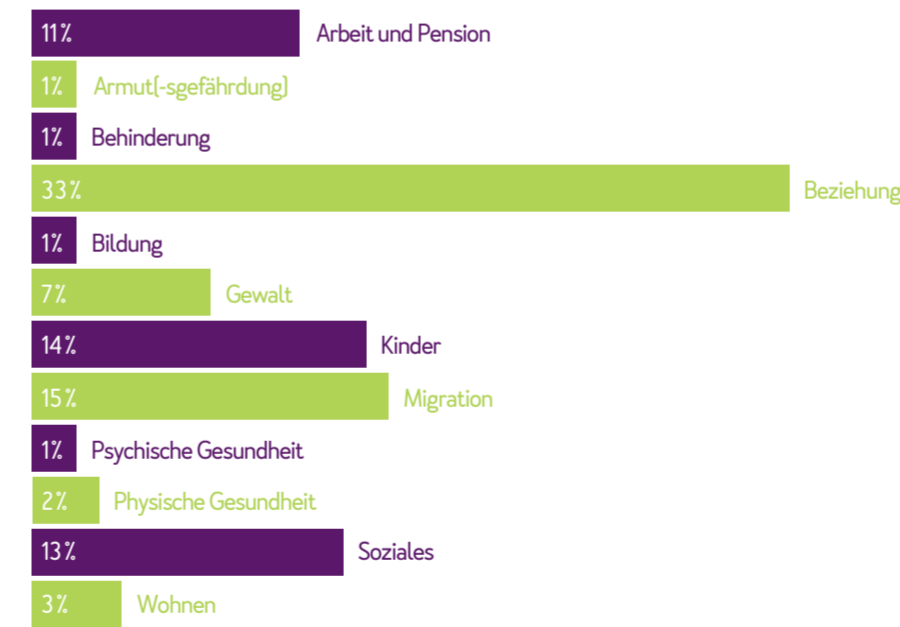
Anzahl gesamt: 251



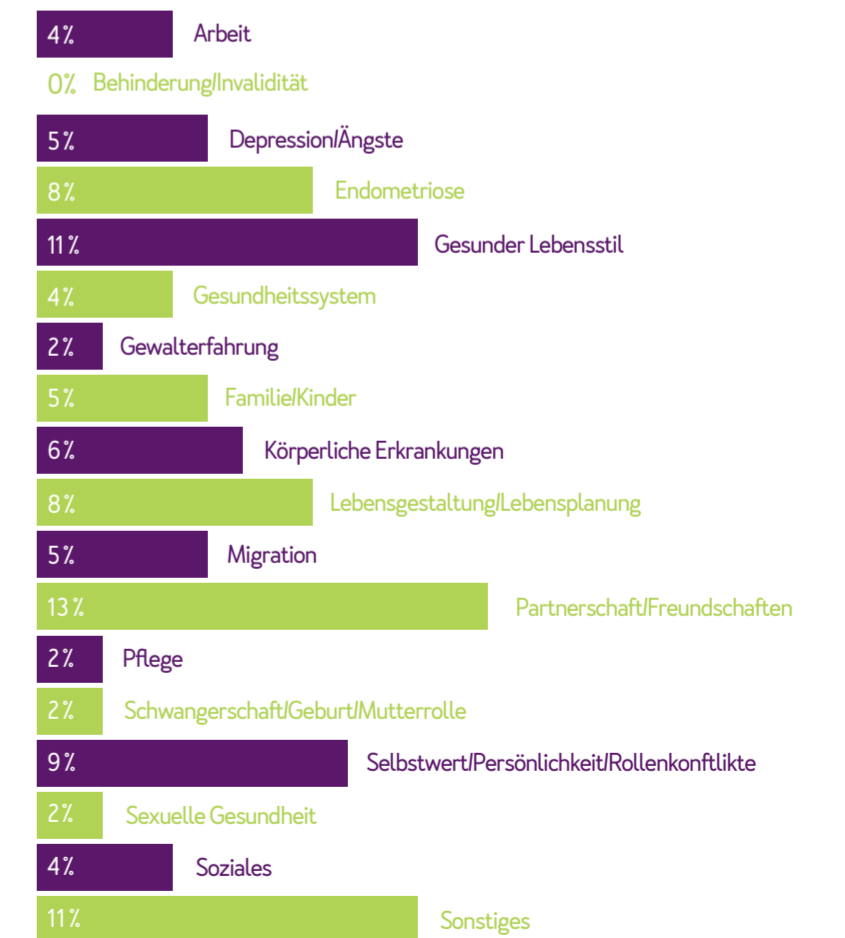
## Angebot Frauenservice – Themenbereiche aller Einzelberatungen



## Angebot Frautelefon – Themenbereiche der Beratungen



## Fachstelle Frauengesundheit – Themenbereiche der Beratungen



### femail-Vorstand

**Mag.ª Monika Lindermayr**  
Obfrau, Vertreterin des Landes Vorarlberg

**Kiki Karu**  
Vertreterin des Frauennetzwerks Vorarlberg

**Dr.ª Andrea Hinteregger**  
Obfrau-Stellvertreterin, Vertreterin des Landes Vorarlberg

**DIª Barbara Bohle**  
Vertreterin des Instituts für Sozialdienste

**DANKE FÜR DEN TOLLEN EINSATZ!**

Gründung 06.04.1994  
Trägerschaft: Land Vorarlberg, Institut für Sozialdienste

### Fachfrauen im Konsiliar

**Dr.ª Karin Frischeis-Bischofberger**  
Gynäkologische Sprechstunde

**Christiane Huber-Hackspiel**  
DGKS, Akademische Mentalcoach, Dipl. Lebens- und Sozialberaterin

**Dr.ª Eva Häfele**  
Projektbegleitung

**Dr.ª Sabine Juffinger**  
Projektleitung Finanzen

**Dr.ª Elif Kizilboga-Akbulut**  
Gynäkologin i.A.

**Dr.ª Katja Matt**  
Rechtsberatung Familienrecht

**Impressum:** Herausgeberin: femail FrauenInformationszentrum Vorarlberg | ZVR-Zahl: 894014325 | Konzeption & Gestaltung: popup communications gmbh, Bludenz, www.popup.at | Texte: femail FrauenInformationszentrum Vorarlberg, Andrea Fritz-Pinggera | Fotos & Illustrationen: shutterstock, Karin Csernohorski | Auflage: 300 | Mai 2018

\*der Frauenservice und Fachstelle Frauengesundheit (n = 754)