

## Lebensqualität Bauernhof (LQB) - Veränderungen anpacken 2.0

*Dem Leben mehr Qualität geben.*

Das Angebot von Lebensqualität Bauernhof ist ein Projekt des LFI Tirol in Kooperation mit der LK Tirol und richtet sich an alle Bäuerinnen und Bauern, die Beratung und Begleitung in schwierigen Lebenssituationen in Anspruch nehmen wollen.

Bildungsveranstaltungen zum Thema Lebensqualität finden Sie am Ende dieser Homepage sowie auf [www.lebensqualitaet-bauernhof.at](http://www.lebensqualitaet-bauernhof.at).

### In welchen Bereichen kann Lebensqualität Bauernhof eine Unterstützung sein?

- Wenn immer Sie das Gefühl haben, Sie würden gerne mit einer außenstehenden Person sprechen.
- Wenn Sie glauben, Ihnen kann man nicht mehr helfen.
- Wenn Sie sich erschöpft, verzweifelt oder traurig fühlen.
- Wenn Sie Angst vor der Zukunft haben.
- Wenn Sie krank sind oder sich krank fühlen.
- Wenn das Leben mit mehreren Generationen am Hof zur Belastung wird.
- Wenn Sie Probleme in der Partnerschaft haben.
- Wenn Sie Probleme mit Ihren Kindern haben.
- Wenn Sie glauben, Sie leben nicht das Leben, das Sie möchten.

### In welcher Weise können wir Sie unterstützen?

- Wir arbeiten **diskret und vertraulich**.
- Wir versuchen, mit Ihnen gemeinsam Lösungen zu erarbeiten, die Sie selbst umsetzen können.
- Für das Thema Beziehungsgestaltung gibt es eine Homepage: [www.schweigenamland.at](http://www.schweigenamland.at) oder [www.zammredn.at](http://www.zammredn.at), auf der wir Ihnen neben Geschichten von anderen Paaren auch Unterstützung für Ihre Beziehungsgestaltung anbieten: Gesprächshilfen, aktuelle Artikel, Bücher und Seminare - besuchen Sie die Seite und reden bzw. schreiben Sie gerne mit.

### Welches Team steht Ihnen zur Verfügung?

**Ing. Christina Scheiber, ABL**

Bildung

T +43 5 92 92-1150

E [christina.scheiber@lk-tirol.at](mailto:christina.scheiber@lk-tirol.at)

**Angelika Wagner**

Beratung

T +43 5 92 92-1180

E [angelika.wagner@lk-tirol.at](mailto:angelika.wagner@lk-tirol.at)

**Christine Kruckenhauser**

Telefon und Organisation

T +43 5 92 92-1112

E [christine.kruckenhauser@lk-tirol.at](mailto:christine.kruckenhauser@lk-tirol.at)

**Terminvereinbarungen in Tirol**

während der Bürozeiten

**T +43 5 92 92-1180**

E [angelika.wagner@lk-tirol.at](mailto:angelika.wagner@lk-tirol.at)

**Die wichtigsten Hilfsangebote: anonym – einfach – unkompliziert**

In herausfordernden Zeiten gibt es Hilfsangebote. Die wichtigsten Hilfsangebote finden Sie hier: anonym – einfach – unkompliziert.

• **Lebensqualität Bauernhof Beratung:**

T 05 92 92 – 1180

Mo und Do 8.00 bis 12.30 und 13.30 bis 17.00 Uhr

• **Bäuerliches Sorgentelefon:**

T 0810/676810

Mo – Fr 8.30 bis 12.30 Uhr

• **Psychosozialer Krisendienst Land Tirol:**

T 0800 400 120

Mo – Do von 8.00 bis 20.00 Uhr, Wochenenden und Feiertage 0-24 Uhr

• **Telefonseelsorge:**

T 142

rund um die Uhr

• **Ö3 Kummernummer:**

T 116 123

täglich von 16.00 bis 24.00 Uhr

• **Männernotruf:**

T 0800/246247

rund um die Uhr

• **Männerinfo:**

T 0720/704400

rund um die Uhr

• **Frauenhelpline:**

T 0800/222555

rund um die Uhr

- **Opfernotruf:**  
T 0800/112 112  
rund um die Uhr
- **Kinder und Jugendliche:**
  - Rat auf Draht: T 147 rund um die Uhr
  - Kindernotruf: T 0800/567567 rund um die Uhr