



Gesundheits- und Sozialfolder



Ärzte und Apotheken • Beratungsstellen •
Ganzheitliche Gesundheit • Kinder und Jugendliche •
Notrufnummern und kostenlose Rechtsberatung • Pflege
und unterstützende Hilfen • Selbsthilfegruppen •
Therapeutische Angebote • Unterstützung in
sozialen Notlagen • Vorsorge



Ärzte und Apotheken



Behörde

Ärztchamber für NÖ

Körperschaft öffentlichen Rechts
Wiplingerstraße 2
1010 Wien
01/ 53751 – 0
arztnoe@arztnoe.at
www.arztnoe.at

Dr. Eduard Gaisfuss

alle Kassen
Prager Straße 5/1/8
02982/ 3230
ordination@gaisfuss.at
www.gaisfuss.at

Dr. Irene Gaisfuss

Wahlärztin
Prager Strasse 5/1/8
0664/73674174
irene.gaisfuss@icloud.at

Apotheken

Landschafts-Apotheke „Zum schwarzen Adler“

Mag. pharm. Zinsler KG
Hauptplatz 14
02982/ 2255
landschafts@apo-horn.at
www.apo-horn.at

Dr. Anita Naar-Ziebart-Schroth

alle Kassen
Robert-Hamerling-Straße 13
02982/ 2345
dr.naar@gmx.at

Stefans-Apotheke Horn

Mag. pharm. Zinsler KG
Puechhaimgasse 20
02982/ 4331
stefans@apo-horn.at
www.apo-horn.at

Anästhesiologie

Dr. Günter Sagmüller

Wahlarzt
Rudolf-Hainböck-Straße 8
0664/ 431 21 63
guenter.sagmueller@gmail.com
www.sagm.net

Allgemeinmedizin

Dr. Gudrun Elisabeth Blaim

alle Kassen
Hopfengartenstraße 21
02982/ 40 100
praxis@allgemeinmedizin-horn.at
www.allgemeinmedizin-horn.at



Dr. Barbara Fietz

Wahlärztin für Homöopathie & Vorsorgemedizin
Ing.-Karl-Proksch-Gasse 11
0650/ 777 50 70

Dr. Waltraud Stromer

Wahlärztin für dipl. Schmerztherapie
Robert-Hamerling-Straße 15
0664/ 506 85 09
waltraudstromer@gmail.com
www.waltraud-stromer.at



Ärzte und Apotheken



Augenheilkunde

Augenzentrum Horn

Dr. David Frischauf und Dr. Georg Sulzer
alle Kassen
Riedenburgstraße 1a
02982/ 2803
office@augenzentrum-horn.at
www.augenzentrum-horn.at

Chirurgie

OA Dr. Octavian Iancu

Wahlarzt für Allgemein Chirurgie und
Viszeralchirurgie
Rathausplatz 6
0681/ 81 794 098
info@ordination-iancu.at
www.ordination-iancu.at

Dr. Martin Kail

alle Kassen
Spitalgasse 8a/28
02982/ 30 246
ordination@chirurgie-horn.at

Dr. Reinhard Kaliwoda

Wahlarzt für plastische, rekonstruktive und
ästhetische Chirurgie
Spitalgasse 10
0676/ 77 22 800
info@dr-kaliwoda.at
www.dr-kaliwoda.at

Prim. Dr. Reinhold Klug

Wahlarzt
Spitalgasse 10
02982/ 9004 - 14507
chirurgie@horn.lknoe.at
www.drklug.at

Frauenheilkunde und Geburtshilfe

Prim. Dr. Catalin Esanu

Wahlarzt
Hopfengartenstraße 21
0676/ 77 23 020
catalin.esanu@gmx.at

Dr. Odeta Esanu

Wahlärztin
Hopfengartenstraße 21
0676/ 490 83 66
odeta.esanu@gmx.at

Dr. Heike Esterbauer

Wahlärztin
Dorfstraße 28, Mödring
02982/ 2402
gyn@profrau.org

Dr. Jürgen Heger

alle Kassen
Robert-Hamerling-Straße 11/2
02982/ 53 600
ordination@doktor-heger.at
www.doktor-heger.at

Dr. Johann Klobasa

Wahlarzt
Prof.-Karl-Scholz-Straße 29
02982/ 20 166





Ärzte und Apotheken



Frauenheilkunde und Geburtshilfe

Dr. Christa Toms
Wahlärztin
Lazarethgasse 17
02982/ 3636
0664/ 450 47 34
christa.toms@gmail.com

Dr. Rudolf Wiborny
Wahlarzt
Ing.-Karl-Proksch-Gasse 11
02982/ 3130
wiborny@aon.at

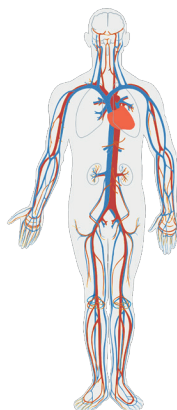
Hals-, Nasen-, Ohrenheilkunde

Dr. Robert Lothaller
alle Kassen
Hopfengartenstraße 21
02982/ 4332
anmeldung@hno-horn.at
www.hno-horn.at

Innere Medizin

Dr. Peter Bergolth
Kieselbreitengasse 18
0676/ 94 33 484

Dr. Eduard Gaisfuss
Wahlarzt
Prager Straße 5/1/8
0664/ 126 91 71
ordination@gaisfuss.at
www.gaisfuss.at



Dr. Walter Mack
Wahlarzt
Spitalgasse 10 und Rudolf-Fischer-Weg 9/1
0677/ 624 68 176
internist.mack@aon.at
www.dr-mack.at

Dr. Christian Margeta
alle Kassen
Mödringer Straße 5/4
02982/ 4340
ordination@kardiologie-margeta.at
www.kardiologie-margeta.at

Dr. Harald Schöchtner
Wahlarzt
Hauptplatz 6
0676/ 56 55 177
ordination@schoechtner.at
www.schoechtner.at

Kinder- und Jugendheilkunde

Dr. Heinz Otto Eggenbauer
alle Kassen
Spitalgasse 8a
02982/ 20 499
kinderarzthorn@aon.at

Klinische Pathologie und Molekularpathologie

Prim. Dr. Gabriele Maria Benetka
Wahlärztin
Spitalgasse 10
02982/ 9004 - 17503

Dr. Judith Strobl
Wahlärztin
Spitalgasse 10
02982/ 9004 - 17303



Ärzte und Apotheken



Lungenheilkunde

Dr. Eleonora Brandl
alle Kassen
Robert-Hamerling-Straße 15
02982/ 20 520
www.doktorbrandl.at

Nuklearmedizin

Prim. Drr. Mate Trogrlic
Wahlarzt
Spitalgasse 10
0664/ 99 203 350
www.nuklearmedizin-privatordination.com

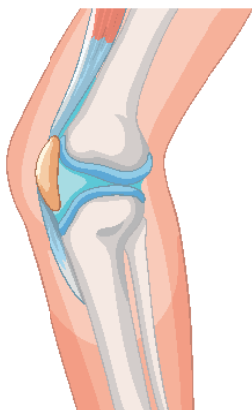
Orthopädie

Dr. Andreas Bösel
alle Kassen
Prof.-Karl-Scholz-Straße 10
02982/ 20 536
boesel@aon.at

Dr. Julian Brand
Wahlarzt
Hopfengartenstraße 21
0664/ 358 37 06
ordination@dr-brand.at
www.dr-brand.at

Dr. Markus Jäger
Wahlarzt
Hauptplatz 6
0676/750 35 00

Dr. Zoltan Pinter
Wahlarzt
Hauptplatz 6
0670/ 550 24 42
info@ortho-unfall.net
www.ortho-unfall.net



Physikalische Medizin und Rehabilitation

Prim. Dr. Roland Celoud, F.E.B.PRM.
Wahlarzt
Spitalgasse 10
0681/ 202 88 322
ordination.celoud@gmail.com
www.ordination-celoud.at

OA Dr. Ewald Siegl
Wahlarzt
Spitalgasse 10
0664/ 99 44 45 25
www.docsiegl.at

Psychiatrie und Neurologie

Prim. Univ.Do. Dr. Christian Bancher
Wahlarzt
Hauptplatz 6
0664/ 462 43 39
christian.bancher@horn.lknoe.at

Dr. Jan Gottvald
Wahlarzt
Ing.-Karl-Proksch-Gasse 11
0664/ 306 86 39
jan.gottvald@horn.lknoe.at

Doz. DDr. Norbert Loimer
alle Kassen
Stadtgraben 7
02982/ 4713
0676/ 608 31 81
neuro.horn@gmail.com

Dr. Takeshi Nakajima
Wahlarzt
Hauptplatz 6
0676/ 519 49 51



Ärzte und Apotheken



Radiologie

Diagnose Team Horn

Gruppenpraxis für Radiologie Dr. Kaindl,
Dr. Capellmann & Dr. Breitenseher OG
Hopfengartenstraße 21
02982/ 2609
ordi@dthorn.at
www.dthorn.at

MR-CT Diagnosezentrum Horn

Dr. Breitenseher GmbH
Spitalgasse 10
02982/ 30 266
www.diagnosezentrum-horn.at

Dr. Matthias Pones

Wahlarzt
Spitalgasse 10
02982/ 30 266

Unfallchirurgie

Dr. Nasim Ahmed

Wahlarzt
Raabser Straße 50
02982/ 3947
dr.ahmed@medway.at

Dr. Milan Hyza

Wahlarzt
Ing.-Karl-Proksch-Gasse 11
0664/ 515 63 59
ordination.hyza@gmx.at

Dr. Holmer Köchl

Wahlarzt
Hopfengartenstraße 21
0664/ 20 40 861
ordination.koechl@aon.at

Dr. Gudrun Müllauer

Wahlärztin
Hopfengartenstraße 21
0699/ 227 23 79
dr.muellauer@icloud.com

Dr. Wilfried Zellner

Wahlarzt
Feldgasse 10
0676/ 359 2593
a.zellner@t-online.at

Urologie

Dr. Mario Pones

alle Kassen
Hopfengartenstraße 21
02982/ 355 900
urologie.pones@medway.at

Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde

Dr. Simon Jungwirth

alle Kassen
Hopfengartenstraße 21
02982/ 40199
ordination@drjungwirth.at
www.drjungwirth.at

Dr. Vera Stanek-Lemp

alle Kassen
Prager Straße 3-5/7
02982/ 3239

Dr. Katharina Woletz

alle Kassen
Robert-Hamerling-Straße 11/3
02982/ 35 700
office@zahn-horn.at





Ärzte und Apotheken



Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde

Dr. Dietmar Zuran

alle Kassen, Möglichkeit der Gratis-Zahnsperre

Prager Straße 5

02982/ 20 992

office@zahnsperre-horn.at

www.zahnsperre-ho.at

Zahntechniker

Dental Labor Horn

Mehdi Seferaj

Prager Straße 5/ Top 30

02982/ 20 294

0664/ 555 11 56

dentallaborhorn@gmx.at

www.dentlabor-horn.at



Beratungsstellen



Ananas Familienberatungsstelle Horn

Wiener StraÙs 35
02952/ 34 262
ananas.ho@ananas.at

Bewok Wohnungssicherung

Bahnhofplatz 8E, 3500 Krems
02732/ 796 49
beratung@bewok.at

Caritas Arbeitsassistentz

Bahnstraße 5
DSP Alexandra Stockinger
alexandra.stockinger@caritas-stpoelten.at
0676 838 448 134

Mag. Petra Skolova

petra.skolova@caritas-stpoelten.at
0676 838 445 38

Caritas Beratungszentrum Horn

Bahnstraße 5
02982/ 20 420

Caritas Energiesparberatung

02742/ 841 390
energiesparberatung@caritas-stpoelten.at

Caritas Jobcoaching

Eva Hausleitner
eva.hausleitner@caritas-stpoelten.at
0676/ 838 448 186

Rene Kolb

rene.kolb@caritas-stpoelten.at
0676/ 838 448 852

Caritas Jugendcoaching

Mag. Christine Dikovits-Kapeller
christine.dikovits-kapeller@caritas-stpoelten.at
0676/ 838 447 944

Caritas Wohnassistentz

für Menschen mit psychischen Erkrankungen
02736/ 200 85
pse.wohnassistentz@caritas-stpoelten.at

FAB Jugendcoaching Zwettl

Kolja Deibler-Kub
Landstr. 60, 3910 Zwettl
0664/ 88 35 66 88
jugendcoaching@fab.at

Caritas Familienberatung – Psychotherapie

Eltern-Kind-Pass Beratung
Männerberatung
0676/ 844 73 95
Telefonische Erstinformationen
0676/ 83 844 83 84



Frauenberatung Waldviertel

Beratung in allen Lebenslagen
Adolf-Fischer-Gasse 1, Tür 3/ Tür 5/ Tür 6
0664/ 99 56 9537
Beratung in Arbeit, Beruf und Bildung:
Birgit Stangl: 0664/ 505 61 54
Beratung für Frauen in Handwerk und Technik –
FiT Zentrum:
Irmgard Kaufmann: 0664/ 518 22 13
Beratung in punktgenauer Qualifizierung:
Alexandra Lindtner: 0664/ 125 32 26



Beratungsstellen



Familienberatung bei Gericht - kostenlos

Mag. Claudia Plail 0676/ 83 84 48 780
 Maria Mang 0676/ 83 84 47 395
 fap.horn@caritas-stpoelten.at

Hilfswerk Horn

Hopfgartenstraße 21
 05 9249 53110
 pflege.horn@noe.hilfswerk.at

Jugendarbeit 07

Arena Gelände, Raabser Straße 34
 DSA Mario David
 0664/082 36 212
 Mag. Tamara Schmeidl-Neuhold, MSc
 0664/ 82 36 231
 • Anonyme Beratung, Begleitung

Neustart – Bewährungshilfe

Rafael Friedl
 02742/ 77475 - 2899
 0676/ 84 733 18 99
 rafael.friedl@neustart.at

Österreichische Gesundheitskasse

Kundenservice Horn
 Hopfgartenstraße 21/2
 05/ 0766 – 12 61 00
 horn@oegk.at

Österreichisches Rotes Kreuz

Gesundheits- und Soziale Dienste

Beratung-, Pflege- und Betreuungsbegleitung
 0664/ 321 42 19

- **Betreutes Reisen**
- **Seniorentreff**
Spitalgasse 10
- **Medikamentensammlung**
- **Henry Laden Horn**
Wiener Straße 17
0664/ 621 42 19
henryladen.ho@roteskreuz.at

Psychosoziale Einrichtungen

Erstinformation:
 0676/ 838 44 75 75

Psychosozialer Dienst

Club Aktiv -Kipke (Beratung von Kindern mit psychisch kranken Eltern)
 Bettina Strommer
 0676 838 448 849
 bettina.strommer@caritas-stpoelten.at

Suchtberatung Horn

(SozialarbeiterInnen, ÄrztInnen, PsychotherapeutInnen)
 0676/ 83 84 43 85
 astrid.anderlik@caritas-stpoelten.at

Volkshilfe Horn

Mödringer Straße 17
 0676/ 867 63 580
 horn@noe-volkshilfe.at

ZB Zentrum für Beratung, Training und Entwicklung

Hauptplatz 9
 02732 / 76 463
 office@zb-beratung.at



Ganzheitliche Gesundheit



Verschiedenes

Dr. Beate Berger

Vitalfeldtherapie
Puechhaimgasse 33
0660/ 508 97 57
vitalfeldhorn@gmx.at

Christine Kohl Corelda

Energiearbeit und ontologische Kinesiologie,
Lomi Lomi Nui Praktikerin und Frauenheilkreis-
leiterin. Online Behandlungen !
Prager Straße 9
0677/ 635 45 002
info@corelda.at

Monika Gundinger

Lebens- und Sozialberaterin, Psychoonkologin
Honorius-Burger-Straße 3
0664/ 173 98 74
office@monika-gundinger.at

Manuela Herzog

Bioenergie Therapeutin, DIP. Mentaltrainerin,
Aurameister Grad 1 und 2, Körperorientierte
Energiearbeit, Pranic Healing, Reiki, uvm.
Riedenburgstraße 5/4
0664/ 340 62 99

Gudrun Höbarth

Coaching, Supervision, Stimmgebung
Ferdinand-Kurz-Gasse 31
0699/ 1 205 34 43
office@contactyourlife.at
www.contactyourlife.at

Kneipp Aktiv Club Horn

Elisabeth Köstler
0664/ 383 50 21
elisabethkoestler@outlook.com

- Di 8:00 Uhr WS-Gymnastik, Maria Doppler,
Pfarrhof Horn



Kneipp Aktiv Club Horn

- Di 9:15 Uhr WS-Sessel Turnen, Maria Doppler,
Pfarrhof Horn
- Di 18:30 Uhr und 20 Uhr, Line Dance,
Maria Wagner, NMS Horn
- Di 19:00 Uhr, WS-Gymnastik und Ganzkörper-
training, Elisabeth Köstler, HAK Horn
- Do 17:00 Uhr Senioren Line Dance,
Maria Wagner, NMS Horn
- Do 19:00 Uhr Ihr Mobility, Maria Doppler,
BG Horn
- Do 19:10 Uhr WS-Turnen, Ingrid Köstler,
BG Horn

Alexandra Kraus

Dipl. Humangenetikerin, Dipl. Prana Vita
Hans-Rasch-Straße 7
0664/ 891 65 85
alexandra@praxis-kraus.at
www.praxis-kraus.at

Melanie Kronsteiner

Hypnose & Lebensberatung
Josef-Kirchner-Gasse 4
0650/ 377 27 00
melanie.kronsteiner@gmx.at

Manuela Macek

Cranio Sacral Body Pulsing, Chacren Balancing,
Aroma Touch
Josef-Strommer-Straße 20
0664/ 30 30 263
manuela.macek@gmx.at
www.leben-s-weg.com

Elisabeth Mühlberger

Cranio Sacral Balancing
Raabser Straße 75
0676/ 717 45 57





Ganzheitliche Gesundheit



Verschiedenes

Nadja Pichler

Coaching, Training, Supervision,
Gewaltprävention
Ing.-Karl-Proksch- Gasse 11
0664/ 528 55 84
nadja.pichler@gmx.at

Raucherentwöhnung

Hauptplatz 9
0664/ 734 09 498 oder
www.endlich-nichtrauchen.at

Regional Vital – Das Gesundheits-Suchportal

Gesundheits-Dienstleister, gesunde und nachhal-
tige Produkte, Veranstaltungen, Vorträge
www.regional-vital.at

Petra Schleritzko

Cranio Sacraler Spannungsausgleich, Body – Mind
– Health Coaching
Ostergarten 27, Mödring
0699/ 106 25 006
www.ganzheitlich-bewegt.at

The.ke Horn - Natürlich gesund

Hauptplatz 9
0660/ 22 55 220
theke@speed.at

Volkshochschule der Stadtgemeinde Horn

Rathausplatz 1
02982/ 20 227
office@vhshorn.at
www.vhshorn.at

Michaela Widhalm

Klangmassage nach Hess, Biokybernetik nach
Smit
Mühlfeld 55
0699/ 1 716 83 53
www.klang-massagen.jimdo.com

Claudia Winkler

TCM Ernährungsberatung, Stoffwechselfypenbe-
stimmung, Vitalfeldtherapie, Aromatherapie
Bahnstraße 23
0664/ 165 78 67
aromafee@gmx.at



Monika Winkler

Vitalogie nach Gabriel Nader
Spitalgasse 8a
0660/ 494 86 57
vitalogie-heilmassage@monika-winkler.at
www.monika-winkler.at





Kinder und Jugendliche



Behörde

Bezirkshauptmannschaft Horn

Frauenhofner Straße 2

02982/ 9025 – 28590

post.bhho@noel.gv.at

- Beratung, Betreuung und Begleitung von Minderjährigen und deren Bezugspersonen
- Beratung und Schutz von Minderjährigen in Krisensituationen
- Adoption, Pflegekinder, Pflegeeltern
- Beratung zur Sozialhilfe

Coaching

Jugendcoaching FAB Horn

Kolja Deibler-Kub

0664/ 854 31 10

kolja.deibler-kub@fab.at

Jugendcoaching Caritas Horn

Christine Dikovits-Kapeller

Bahnstraße 5

0676/ 838 447 944

christine.dikovits-kapeller@caritas-stpoelten.at

Cranio Sacral

Elisabeth Mühlberger

Raabser Straße 75

0676/ 71 74 557

Diätologie

Verena Ölzant

Ing.-Karl-Proksch-Gasse 11

0664/515 13 83

office@bewegendessen.at

www.bewegendessen.at

Ergotherapie / Rota-Therapie

Madlen Weixelbraun

Josef-Strommer-Straße 24

0677/ 644 04 774

Familienberatung

Ananas Familienberatung

Wiener Straße 35

02952/ 34 262

- Familienberatung, Erziehungsberatung, Besuchsbegleitung, Hilfen bei Trennung und Scheidung, Entwicklungsförderung, Elternberatung, Psychotherapie

Caritas Familienberatung & Psychotherapie

Bahnstraße 5

0676/ 83 844 8384

- Familienberatung, Psychotherapie, Eltern-Kind-Pass Beratung, kostenlose Rechtsberatung



Hilfswerk

05/ 924 97 9010

zentrum.waldviertel@noe.hilfswerk.at

- Familien- und Beratungszentrum Waldviertel

Kidsnest Kinderschutzzentrum Waldviertel

02852/ 20 435

Netzwerk Familie des Landes NÖ

0676/ 85 87 03 45 - 22

www.noetutgut.at/angebote/netzwerk-familie



Kinder und Jugendliche



Homöopathie / Allgemeinmedizin / Wahlärztin

Dr. Barbara Fietz
Ing.-Karl-Proksch-Gasse 11
0650/ 77 75 070

Jugendberatung

Jugendarbeit 07
Anonyme Beratung, Begleitung und Jugendtreff
Arena Gelände - Raabser Straße 34
DSA Mario David
0664/ 82 36 212
Mag. Tamara Schmeidl-Neuhold, MSc
0664/ 82 36 231

Schulsozialarbeit VS, NMS, POLY
Hilfswerk Niederösterreich
Wolfgang Rydlo
0676/ 878 744 338

Kinderarzt

Dr. Heinz Eggenbauer
Spitalgasse 8a
02982/ 204 99

Kinderwunschklinik

„tiny feet“
Dr. Rathmanner
Spitalgasse 10
02982/ 50 800
0677/ 623 161 99
horn@tinyfeet.at
<https://www.tinyfeet.at/>

Logopädie

Logolina – Praxis für Logopädie
Marina Amon-Hartl
Bachstraße 41, Mödring
0664/ 50 96 026

Physiotherapie / Osteopathie

Veronika Wiborny-Lepschy
Ing.-Karl-Proksch-Gasse 11
0650/ 51 51 005

Martina Widhalm
Raabser Straße 4
0664/ 75 02 41 66
martina.widhalm@gmx.at



Psychotherapie

Ananas Familienberatung
Wiener Straße 35
02952/ 34 262

- Familienberatung, Erziehungsberatung, Besuchsbegleitung, Hilfen bei Trennung und Scheidung, Entwicklungsförderung, Elternberatung, Psychotherapie

Caritas Familienberatung & Psychotherapie
Bahnstraße 5
0676/ 83 844 8384

- Familienberatung, Psychotherapie, Eltern-Kind-Pass Beratung, kostenlose Rechtsberatung

Coaching/Begleitung
Mag. Gudrun Höbarth
0699/ 1 20 53 443





Kinder und Jugendliche



Psychotherapie

Frauenberatung Waldviertel

Adolf-Fischer-Gasse 1 Tür 3/ Tür 5/ Tür 6
0664/ 99 56 9537

- Beratung in allen Lebenslagen für Mädchen ab 14 Jahren

Schulpsychologische Beratungsstelle

Thurnhofgasse 10
02982/ 33 96

Rückbildungsgymnastik

Institut für physikalische Medizin und Rehabilitation

Spitalgasse 10
02982/ 9004 - 17040

Storchennest Horn

Wiener Straße 35
02982/ 9004 - 21240

- Info und Anmeldung:
Hebamme Johanna Fischer 0664/ 173 34 84

Physiotherapie Bernadette Surböck

Raabser Straße 4
0650/ 240 28 72

Still- und Mutterberatung

Geburtsvorbereitung durch Hebammen des LKs Horn

Spitalgasse 10, Festsaal, 5. Stock
Anmeldung Kreißzimmer Horn: 02982/ 9004 - 21240

- 6 Abende zu je 2 Stunden von 17:00 – 19:00 Uhr

Stillambulanz Geburtenabteilung LK Horn

Spitalgasse 10, 1. Stock

- Anmeldung telefonisch unter 02982/ 9004 - 21250



Storchennest Horn

Wiener Straße 35
02982/ 9004 - 21240

- Stillgruppe
- Info und Anmeldung:
Hebamme Johanna Fischer 0664/ 173 34 84
und Hebamme Sabine Staffler 0664/385 38 20

Verschiedenes

Manuela Macek

Josef-Strommer-Straße 20
0664/ 30 30 263

manuela.macek@gmx.at
www.leben-s-weg.com

- Cranio Sacral body pulsing, Kinderyoga, Tier-, Naturgestützte Aktivitäten

Marlies „Spielraum“ nach Pikler

Marlies Buhl-Kainz

0664/ 55 34 234

marlies.buhl@gmx.at

<https://www.spielraum-marlies.at/>

Muki – Runde

0678/129 14 76

muki-horn@gmx.at

- Muki Frühstück 1x/Monat Campus Horn
- Termine per WhatsApp/Facebook
- Um Anmeldung wird gebeten!



Kinder und Jugendliche



Verschiedenes

KangaBurn Horn

Julia Harringer
0664/ 231 7906
julia.e.harringer@gmail.com

Kangatraining Horn

Sarina Sochurek
0677/ 614 15 532
sarina@kangatraining.at

Kinder und Jugendtrauergruppe - Mobiles Hospiz Bezirk Horn

Thurnhofgasse 19
0650/276 7428
mhospizhorn@gmail.com
www.mhospizhorn.at

Regional Vital – Das Gesundheits-Suchportal

Michaela Widhalm
Mühlfeld 55
0699/ 171 68 353
www.regional-vital.at

- Klangmassage – Entspannung pur

Trauercoaching

Martina Weber, BSc
0677/ 648 344 24
martina.weber@trauercoaching.at

- Sterbe und Trauerbegleitung für Kinder, Jugendliche und Erwachsene und Workshops

Volkshochschule der Stadtgemeinde Horn

Rathausplatz 1
02982/ 20 227
office@vhshorn.at
www.vhshorn.at

Zertifizierte Babymassage

Kursleiterin Stefanie Imler
Hopfengartenstraße 21
0677/ 620 529 01
www.herzenszeit.at



Notrufnummern und kostenlose Rechtsberatung



wichtige Telefonnummern

Feuerwehr: **122**
 Polizei: **133**
 Rettung: **144**
 Euronotruf: **112**
 Bergrettung: **140**

Notruf für Gehörlose: **0800 133 133**
 Ärztelefon: **40 144**
 Vergiftungszentrale: **01/ 406 43 43**

Apothekendienst: **1455**
 Krankentransporte: **14844**
 Gesundheitshotline: **1450**

Beratung & Information für Kinder & Jugendliche akut

Rat auf Draht: **147**
 Telefonseelsorge: **142**
 Hotline für vermisste Kinder: **116 000**

Kindernotruf: **0800 567 567**
 Ö3 Kummernummer: **116 123**
 Jugendberatung Horn:
 Rainbows NÖ: **0650/ 673 0827**
 Kidsnest Kinderfreunde NÖ: **02742 2255 510**
 Die Möwe: **01/ 532 15 15**
 Hotline für Essstörungen: **0200 20 11 20**
 Lehre statt Leere: **0800 220074**

Selbsthilfeprogramm zur Verbesserung der psychischen Gesundheit von Jugendlichen:
www.istokay.at

Kinder- und Jugendanwaltschaft: www.kjnoe.at

Verhaltenstipps bei eigene Suizidgedanken:
www.bittelebe.at

Chat mit Gleichaltrigen Jugendlichen über Sorgen, Fragen und Probleme: www.open2chat.at

Erwachsenenberatung

Sozialmedizinischer Dienst: **050 141**
 Hotline zur Lebenshilfe: **116 123**
 Beratungsdienst für Opfer von Straftaten: **116 006**
 Bereitschaftsdienst für ärztliche Hilfe in lebensbedrohlichen Situationen: **116 117**

Notfallpsychologischer Dienst: **0699/ 188 55 400**
 Psychosoziale Zentren: **0800 222 555**
 Psychosozialer Dienst: **0676/ 838 447 575**
 Hilfe für Angehörige psychisch Erkrankter: **01 526 42 02**

Frauenhelpline gegen Gewalt: **0800 222 555**
 NÖ Frauennottelefon: **0800 800 810**
 Männernotruf: **0800 246 247**
 Courage Beratung: **01 585 69 66**
 AMIKE Telefon der Diakonie Flüchtlingshilfe: **01 343 01 01**

Gesund aus der Krise:
www.gesundausderkrise.at

Frauenberatung Waldviertel Horn:

Frauenbüro: **0664/ 505 6116**
 Psychosoziale und juristische Frauen- und Mädchenberatung: **02822/ 52271**
 Psychosoziale und juristische Beratung für Frauen mit Migrationshintergrund: **02822/ 52271**

- familiäre Probleme, soziale Angelegenheiten, Fragen zur Existenzsicherung und Kontakte mit Behörden und Institutionen, ...
- Berufsorientierung, Potentialanalyse, Kompetenzbilanzierung, Bewerbungs- und Laufbahncoaching, Begleitung von dualer Lehrausbildung, ...
- Rechtsberatung, Mädchenberatung, Vermittlung von Mediation, Vermittlung von Psychotherapie auf Krankenschein, ...

office@fbwv.at
www.fbwv.at





Notrufnummern und kostenlose Rechtsberatung



Kostenlose Rechtsberatung

Caritas Familienberatung bei Gericht: 0676/ 83
844 8384

fap.horn@caritas-stpoelten.at

- Familienrechtliche oder psychosoziale Fragen, Trennung, Scheidung, Besuchskontakt, Unter-



Pflege & Unterstützende Hilfen



Behörde

Bezirkshauptmannschaft Horn

Fachgebiet Sozialarbeit

Frauenhofner Straße 2

02982/ 9025 – 28590

post.bhho@noel.gv.at

- Hilfe in besonderen Lebenslagen
- Beratung zur Sozialhilfe
- Hilfe für Menschen mit Behinderung
- Beratung zu geeigneten Pflegeformen
- Unterstützung Pflegegeldantrag

Österreichische Gesundheitskasse

Kundenservice Horn

Hopfgartenstraße 21

05/ 0766 – 12 61 00

horn@oegk.at

Stationäre medizinische Hilfe

Landeskrankenhaus Horn

Spitalgasse 10

02982/ 9004 – 0

office@horn.lknoe.at

Haus der Barmherzigkeit Stephansheim Horn

Kieselbreitengasse 18

02982/ 20420

www.hb.at

- Pflege und Betreuung, Medizin und Therapie, Hospiz, Übergangspflege, Kurzzeit- und Tagespflege und Wohnen

Österreichisches Rotes Kreuz

Spitalgasse 10b

05/ 9144 - 58000

horn@n.rotekreuz.at

- Zu Hause Essen à la carte
- Verleih von Pflegebehelfen und Ruhhilfegeräten
- Blutspendeaktionen
- Im Notfall: Notruf 144

Österreichisches Rotes Kreuz

Gesundheits- und Soziale Dienste

Beratung-, Pflege- und Betreuungsbegleitung

0664/ 321 42 19

- **Betreutes Reisen**
- **Seniorentreff**
Spitalgasse 10
- **Medikamentensammlung**
- **Henry Laden Horn**
Wiener Straße 17
0664/ 621 42 19
henryladen.ho@rotekreuz.at

Mobile medizinische Hilfe

Essen auf Rädern

0664/ 433 40 47

ear3580@gmx.at

Hilfswerk Horn

Hopfgartenstraße 21

05/ 9249 53110

pflege.horn@noe.hilfswerk.at

- Pflege & Betreuung
- Beratung

Mobiles Hospiz Horn

Christine Zeiner, MSc.

0664/ 83 68 697

mhospizhorn@gmail.com

Mobiles Palliativteam

02982/ 9004 – 27123

palliativ@horn.lkno.at



Pflege & Unterstützende Hilfen



Mobile medizinische Hilfe

Volkshilfe Horn

Mödringer Straße 17
0676/ 867 63 580
horn@noe-volkshilfe.at

- Hauskrankenpflege, Heimhilfe
- Mobile Therapie
- Notruftelefon
- Essen zu Hause
- Soziale Alltagsbegleitung
- Beratung Pflegegeld, Demenzhilfe, Förderungen,...

Pflege

Agentur Laguna

24 Stunden Pflege & Betreuung
Wiener Straße 5/1
0664/ 42 09 365
agentur@laguna-pflege.at

NÖ Pflege Hotline

02742/ 9005 - 9095
post.pflegehotline@noel.gv.at

Pflegeagentur Scheimer

24 Stunden Pflege & Betreuung
0676/ 87 83 8000
info@pflege-agentur-scheimer.at

Verschiedenes

Bank Vig

Wundcare - Wundbehandlung chronischer und schwer heilender Wunden
Josef-Strommer-Straße 24
offic@wundcare.at
0676/ 43 08 383

Gesellschaft für ganzheitliche Förderung und Therapie NÖ GmbH

Tageseinrichtung Horn
Zentrumleitung Claudia Schagerl, MA
Lazarethgasse 1
02982/ 30 172
horn@gfgf.at

Michaela Widhalm

Klangmassage – Entspannung pur
Mühlfeld 55
0699/ 171 68 353
www.klang-massagen.jimdofree.com

Petra Halbartschlager

Demenz-Einzeltraining, Prophylaxe-Training,
Seniorenbegleitung, Unterstützung für
Angehörige
0680/ 322 25 33
info@demenz-horn.at

Geschäfte

Augenoptik Friedl

Pfarrgasse 5
02982/ 31 56

Augenoptik Straßberger GmbH

Pfarrgasse 3
02982/ 24 210

Hansaton Horn

Hauptplatz 6
02982/ 35326

Hartlauer Horn

Am Kuhberg 2/Shop Nr. 9a
050 6135 2001



Pflege & Unterstützende Hilfen



Geschäfte

Helnwein GmbH

Florianigasse 5
02982/ 20 052
horn.helnwein@gmail.com

Hörcafe Horn

Hopfengartenstraße 21
02928/ 20 522

Neuroth Horn

Hauptplatz 20
02982/ 90 980
3580horn.at@neuroth.com

Orthopädietechnik Schulmeister

Bahnstraße 7
02982/ 20 340



Selbsthilfegruppen & soziales Miteinander



„Aktiv gegen Burnout“

Günter Novak
0664/ 849 94 39
info@aktivgegenburnout.at

„Die Aktiven“ Horn für geistig- und körperbehinderte Menschen

Gabriele Mailer
0664/ 511 22 59
gabriele.mailer@gfgf.at
bewo.horn@stpoelten.caritas.at

„Ich bin Ich“ Verein zur Wahrung der Interessen von Menschen mit besonderen Bedürfnissen im Raum Horn und Umgebung

Christa Daniel
02982/ 25 08
0664/ 734 66 636
office@ich-bin-ich-horn.at
www.ich-bin-ich-horn.at

„Wolkenlos“ Horn Angst, Panik, Depression – Betroffene für Betroffene

Johann Bauer
0664/ 270 16 00
shg-wolkenlos-horn@hansib.at
www.selbsthilfe-seelische-gesundheit.at

- Gruppentreffen an jedem 2. Donnerstag im Monat im Besprechungszimmer in der Aula vom LK Horn um 19 Uhr

3 Ameisen – Füreinander da Für Eltern von Down Syndrom Kindern Horn

Theresia Fraßl
0664/ 735 83 178
resi21@gmx.at

AL-Anon Horn

Bahnstraße 5
0664/ 732 17 240
0681/ 208 04 566
info@al-anon.at
www.al-anon.at/meetings

- Gruppentreffen jeden Freitag um 19 Uhr

Anonyme Alkoholiker Horn

Interessensgemeinschaft
Bahnstraße 5
01/ 799 55 99
info@anonyme-alkoholiker.at
www.anonyme-alkoholiker.at

- Gruppentreffen jeden Freitag um 19 Uhr

Autismus – AD(H)S Eggenburg – Horn

Alexandra Dangl
shg-eggenburg@gmx.at

Dachverband NÖ Selbsthilfe

Roland Söllner
02742/ 22 644
info@selbsthilfenoe.at
www.selbsthilfenoe.at

Frauenselbsthilfe nach Krebs – Verein Horn Maria Raith

0680/ 123 30 45
raith@aon.at

- Gruppentreffen an jedem 4. Mittwoch im Monat im Festsaal vom LK Horn um 18:30 Uhr



Gruppe für Menschen mit Alkoholproblemen Caritas Horn

Bahnstraße 5
0676/ 83 84 43 85

- Treffen jeden 2. Montag im Monat von 17:30 – 18:30 Uhr



Selbsthilfegruppen & soziales Miteinander



Landeskrankenhaus Selbsthilfe – Gruppenpartner/In

DGKP Joachim Kahl & Eva Nendwich
02982/ 9004 – 23370 bzw. – 16062

NÖ Herzverband – Bezirksgruppe Horn

Gertrude Gundinger
0676/ 597 55 38
gertude.gundinger@herzverband-noe.at



Österreichische Krebshilfe NÖ – Beratungsstelle Horn

Maria Fehringer
0664/ 886 23 586
050/ 766 12 – 0889
horn@krebshilfe-noe.at
www.krebshilfe-noe.at

Parkinson Selbsthilfe NÖ Arbeitsgruppe Horn

Helga Pfriemer
0664/ 733 17 616
hpfriemer@hotmail.com

Pro rare Austria

Allianz für seltene Erkrankungen
0664/ 456 97 37
office@prorare-austria.org
www.prorare-austria.org

Selbsthilfe Niere

Claus Pohnitzer
0676/ 402 83 04
info@selbsthilfe-niere.at

Stammtisch für pflegende Angehörige Horn

Claudia Dittrich
0664/ 555 46 67
biohof.dittrich@aon.at

Stammtisch für pflegende Angehörige demenzkranker Menschen

Bahnstraße 5
Claudia Rathmanner
0676/ 83 84 46 09
claudia.rathmanner@caritas-stpoelten.at

Tuberöse Sklerose NÖ

Andrea Schmidt
0664/ 890 98 99
harald.andrea@wavenet.at
www.tuberoesklerose.at

Soziales Miteinander

Caritas Beratungsstelle Horn

„Club Aktiv“ für Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen

Ansprechpartnerin: Bettina Strommer
Bahnstraße 5
0676/ 838 448 894
bettina.strommer@caritas-stpoelten.at

Gesundheits- und Soziale Dienste

Spitalgasse 10b
0664/ 621 42 19

- Betreutes Reisen
- Seniorentreff

Kneipp Aktiv Club Horn

Elisabeth Köstler
0664/ 383 50 21
elisabethkoestler@outlook.com

- WS-Gymnastik, Maria Doppler, Pfarrhof
- WS-Sessel Turnen, Maria Doppler, Pfarrhof
- Line Dance, Maria Wagner, NMS
- Senioren Line Dance, Maria Wagner, NMS
- Mobility, Maria Doppler, BG Horn
- WS-Turnen, Ingrid Köstler, BG
- WS-Gymnastik und Ganzkörpertraining, Elisabeth Köstler, HAK





Selbsthilfegruppen & soziales Miteinander



Tanzen ab der Lebensmitte

Kunsthhaus Horn, Wiener Straße 2
Inge Pröstler
0699/ 1 274 69 69
www.tanzenabderlebensmitte.at

Volkshilfe NÖ

Mödringer Straße 17

0676/ 867 63 580

horn@noe-volkshilfe.at

- Seniorenkaffe jeden Dienstag von 15:00 – 18:00 Uhr

Volkshochschule der Stadtgemeinde Horn

Rathausplatz 1

02982/ 20 227

office@vhshorn.at

www.vhshorn.at



Therapeutische Angebote



Allgemeine Anlaufstellen

Ananas Familienberatung

Wiener Straße 35
02952/ 34 262

- Familienberatung, Erziehungsberatung, Besuchsbegleitung, Hilfen bei Trennung und Scheidung, Entwicklungsförderung, Elternberatung, Psychotherapie

Caritas Familienberatung & Psychotherapie

Bahnstraße 5
0676/ 83 844 8384

- Familienberatung, Psychotherapie, Eltern-Kind-Pass Beratung, kostenlose Rechtsberatung

Frauenberatung Waldviertel

Adolf-Fischer-Gasse 1, Tür 3/ Tür 5/ Tür 6
0664/ 99 56 9537

- Beratung in allen Lebenslagen für Mädchen ab 14 Jahren

Gesellschaft für ganzheitliche Förderung und Therapie NÖ GmbH, Tageseinrichtung Horn

Zentrumleitung Claudia Schagerl, MA
Lazarethgasse 1
02982/ 30 172
horn@gfgf.at

Suchtberatung Horn

(SozialarbeiterInnen, ÄrztInnen, PsychotherapeutInnen)
0676/ 83 84 43 85
Astrid.anderlik@carita-stpoelten.at

Cranio Sacral

Elisabeth Mühlberger

Raabser Straße 75
0676/ 71 74 557

Petra Schleritzko

Ostergarten 27, Mödring
0699/ 106 25 006
www.ganzheitlich-bewegt.at

Diätologie

Verena Ölzant

Ing.-Karl-Proksch-Gasse 11
0664/ 45 15 13 83

Ergotherapie/ Rota-Therapie:

Madlen Weixelbraun

Josef-Strommer-Straße 24
0677/ 644 04 774

Logopädie

Logolina – Praxis für Logopädie

Marina Amon-Hartl
Bachstraße 41, Mödring
0664/ 50 96 026

Osteopathie

Veronika Wiborny-Lepschy

Ing.-Karl-Proksch-Gasse 11
0650/ 51 51 005



Therapeutische Angebote



Physiotherapie

Ingrid Binder

Barbaraweg 13, Mödring
0664/ 110 42 83

Gerald Eidher

Ing.-Karl-Proksch-Gasse 11
0676/ 470 73 71
info@physiotherapie-eidher.at

Rafael Erdner, BSc

0676/ 642 16 02

Ulrich Fraberger

Raabser Straße 4
0650/ 240 17 97
ulrich@physio-horn.at
www.physio-horn.at

Victor Part

0660/ 22 88 169
victor.part@rehaschmiede.at



Praxisgemeinschaft Rehaschmiede

Hopfgartenstraße 21/ 9
praxis@rehaschmiede.at
www.rehaschmiede.at

Petra Schleritzko

Ostergarten 27, Mödring
0699/ 106 25 006
www.ganzheitlich-bewegt.at

Peter Smesnik

0664/ 92 42 193
peter.smesnik@rehaschmiede.at

Bernadette Surböck

Raabserstraße 4
0650/ 240 28 72
bernadette.surboeck@gmx.at

Michael Walla

0664/ 49 93 424
michael.walla@rehaschmiede.at

Felix Werle

0664/ 21 34 606
felix.werle@rehaschmiede.at

Martina Widhalm

Raabser Straße 4
0664/ 75 02 41 66
martina.widhalm@gmx.at

Angelika Zellner

Feldgasse 10
02982/ 4477

Psychotherapie

MMag. Elisabeth Binder, MSc

Hopfgartenstraße 21
0680/ 206 58 08
praxis.elisabethbinder@gmail.com
www.elisabethbinder.at

- Integrative Therapie
- Klinische und Gesundheitstherapeutin
- EMDR - Traumatherapeutin



Therapeutische Angebote



Psychotherapie

Mag. Sonja Buchleitner
 Ing.-Karl-Proksch-Gasse 11
 0664/ 735 78 097
 praxis@sonjabuchleitner.at
 www.sonjabuchleitner.at

Mag. Martin F. Hanko
 Riedenburgstraße 7/3
 0664/ 122 23 91
 mh@psychologe-hanko.at
 www.prüfungscoach.com

- Klinischer Psychologe (Klinische Neuropsychologie)
- Gesundheitspsychologe
- Somatic Experiencing Practitioner

Mag. Christian Heinitz
 Lazarethgasse 22
 0664/ 370 30 91
 cheinitz@aon.at

Ing. Gerlinde Hörmannsdorfer, MSc
 Riedenburgstraße 7/3
 0664/ 88 46 24 81
 praxis@gerlinde-hoermannsdorfer.at

- Integrative Therapie
- Kunst – und Gestaltungstherapeutin

Mag. Ursula Nagode
 Hauptplatz 9
 0650/ 280 52 29
 nagode@drei.at

Carmen Orfandl, BEd
 Hopfegartenstraße 21
 0677/ 619 24 894
 kontakt@praxis-ohrfandl.at
 www.praxis-ohrfandl.at

- Systemische Familientherapie i.A.u.S.

Schulpsychologische Beratungsstelle
 Thurnhofgasse 10
 02982/ 3396
 Psy.horn@bildung-noe.gv.at



Mag. Michaela Schweiger
 Lazarethgasse 22
 0664/ 513 60 45

Mag. Silvia Weissgram
 Hopfengartenstraße 21
 0664/ 183 66 65
 weissgram@einsmitdemlebe.at



Unterstützung in sozialen Notlagen



Jeder von uns kann einmal in eine soziale Notsituation (Arbeitslosigkeit, Krankheitsfall, drohender Wohnungsverlust, usw.) kommen, in der es wichtig ist, zu wissen, wo welche Unterstützung zu erhalten ist. Im Folgenden versuchen wir einen Überblick über die unterschiedlichsten Institutionen zu geben.

Arbeitsverlust

Arbeiterkammer Horn
Spitalgasse 25
05/ 71 712 5850

AMS Horn
Prager Straße 32
05/ 09 04 340

Individuelle Spontanhilfe des Roten Kreuzes
Rotes Kreuz Niederösterreich
Franz-Zant-Allee 3-5, 3430 Tulln/Donau
05/ 9144/ 50530
sozialarbeit@n.rotekreuz.at

Pfingstsammlung der BH Horn
BH Horn, Frauenhofner Straße 2
02982/ 90 250

Leistungen der Pensionsversicherung

Österreichische Gesundheitskasse
Kundenservice Horn
Hopfengartenstraße 21
05/ 0766 – 12 61 00
horn@oegk.at

Soforthilfefonds Licht ins Dunkel
Verein LICHT INS DUNKEL CAPE 10
Alfred-Adler-Straße 1, 1100 Wien
01/ 533 86 88
office@lichtinsdunkel.org

Sozialfonds Bildung der Arbeiterkammer
www.noel.arbeiterkammer.at

Soziale Hilfen

Bezirkshauptmannschaft Horn
Frauenhofner Straße 2
02982/ 90 250

Caritas Sozialberatung Nothilfe
Caritasberatungsstelle Horn
Bahnstraße 5
Simone Angenbauer
0676/ 83 844 8360
simone.angenbauer@caritas-stpoelten.at

Stiftungsverwaltung des Landes NÖ
Landhausplatz 1, Haus 4, 3109 St. Pölten
02742/ 9005 – 13064 oder 13156
stiftungsverwaltung@noel.gv.at

Wohnen

BEWOK Wohnungssicherung
Bahnhofplatz 8E, 3500 Krems
02732/ 79 649
beratung@bewok.at



Unterstützung in sozialen Notlagen



Jeder von uns kann einmal in eine soziale Notsituation (Arbeitslosigkeit, Krankheitsfall, drohender Wohnungsverlust, usw.) kommen, in der es wichtig ist, zu wissen, wo welche Unterstützung zu erhalten ist. Im Folgenden versuchen wir einen Überblick über die unterschiedlichsten Institutionen zu geben.

Wohnen

Caritas Energiesparberatung

Schulgasse 10, 3100 St. Pölten

02742/ 841 390

sozialberatung@caritas-stpoelten.at

- Findet im eignen Haushalt statt.

Schuldnerberatung NÖ

02822/ 57 036

www.sbnoe.at

Verein Wohnen

NÖ Erstberatung

02742/ 47076

erstberatung@vereinwohnen.at



Vorsorge



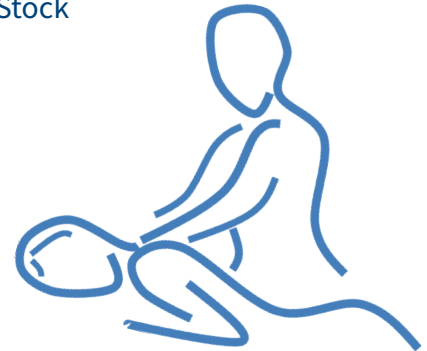
Gesundheitsvorsorge oder Prävention hat zum Ziel, Krankheit durch verschiedene Maßnahmen zu verhindern oder ihr Fortschreiten zu vermeiden. Sowohl medizinische Maßnahmen (regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen bei Ärzten, Impfungen, usw.) als auch persönliches Aktivwerden (Ernährung, Bewegung, usw.) können dazu Ihre beitragen.

Behörde

Österreichische Gesundheitskasse
Hopfengartenstraße 21
050/ 7661 26 100

Massage

Marianne Liebhart
Hauptplatz 9, 1. Stock
0664/ 529 42 94



Ergonomieberatung, Mentaltraining

Petra Schleritzko
Ostergarten 27, Mödring
0699/ 106 25 006
www.ganzheitlich-bewegt.at

Karl Novovesky
Ing.-Karl-Proksch-Gasse 11
0664/ 442 15 41
office@massagepraxis-horn.at
www.massagepraxis-horn.at

Klangmassage

Michaela Widhalm
Mühlfeld 55
0699/ 171 68 353
www.klang-massagen.jimdo.com

Andrea Wegwarth-Habinson
Hauptplatz 2
0664/ 301 85 55

Kneipp Aktiv Club Horn

Elisabeth Köstler
0664/ 383 50 21
elisabethkoestler@outlook.com

- WS-Gymnastik, Maria Doppler, Pfarrhof
- WS-Sessel Turnen, Maria Doppler, Pfarrhof
- Line Dance, Maria Wagner, NMS
- Senioren Line Dance, Maria Wagner, NMS
- Mobility, Maria Doppler, BG Horn
- WS-Turnen, Ingrid Köstler, BG
- WS-Gymnastik und Ganzkörpertraining, Elisabeth Köstler, HAK

Monika Winkler
Spitalgasse 8a
0660/ 494 86 57
vitalogie-heilmassage@monika-winkler.at
www.monika-winkler.at

- Vitalogie nach Gabriel Nader



Vorsorge



Gesundheitsvorsorge oder Prävention hat zum Ziel, Krankheit durch verschiedene Maßnahmen zu verhindern oder ihr Fortschreiten zu vermeiden. Sowohl medizinische Maßnahmen (regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen bei Ärzten, Impfungen, usw.) als auch persönliches Aktivwerden (Ernährung, Bewegung, usw.) können dazu das Ihre beitragen.

Raucherentwöhnung

Hauptplatz 9
0664/ 734 09 498
www.endlich-nichtrauchen.at



Volkshochschule der Stadtgemeinde Horn

Rathausplatz 1
02982/ 20 227
office@vhshorn.at
www.vhshorn.at