



EN BONNE SANTÉ À LINZ

Offres • Informations • Bons tuyaux

- ➔ Cette brochure est disponible dans les langues suivantes:
Albanais, Allemand, Anglais, Bosniaque/croate/serbe, Espagnol, Français,
Roumain, Russe, Turc
- ➔ Si vous voulez commander cette brochure ou si vous avez des questions,
adressez-vous au

Bureau d'intégration des étrangers de la ville de Linz
Pfarrgasse 1, 1er étage, 4020 Linz
Tel.: (0732)/7070-1150 ou 1151
e-mail: integration@linz.at

**Schutz für
die ganze
Familie**

Wir leisten Gesundheit

- Mutter-Kind-Pass
- Jugendlichenuntersuchung
- Vorsorgeuntersuchung
- Wochen-/Kinderbetreuungsgeld
- Krankenbehandlung
- Krankengeld
- Medikamente
- Heilbehelfe
- Zahnbehandlung/Zahnersatz

OÖ GKK
FORUM GESUNDHEIT

www.oorgkk.at

Enseigne d'imprimeur:

Editeur: Magistrat der Landeshauptstadt Linz, AusländerInnen-Integrationsbüro, 1, Pfarrgasse,
4041 Linz; Réalisation: Getrude Plöchl;

Impression: Friedrich, June 2005



Linz pour tous – Dans notre capitale de région vivent des gens de nombreuses nations. En tant que maire, il m'est très important que tous les habitants se sentent bien et que leurs besoins soient comblés le mieux possible. Pour soutenir les migrants dans tous les domaines, il y a depuis 1991, le bureau d'intégration pour les étrangers, une centrale d'information qui publie maintenant la brochure «En bonne santé à Linz». Ce guide donne des informations en neuf langues sur l'ensemble des offres du système de santé de Linz.

Une très bonne idée qui va faciliter la vie de beaucoup de migrants. Merci.

Dr. Franz Dobusch

Maire de la capitale de région Linz



Il est au début relativement difficile, particulièrement pour les gens d'un autre environnement culturel, de se retrouver dans leur patrie de choix. Pour faciliter l'orientation des immigrants dans le système de santé de Linz, le bureau d'intégration a publié la présente brochure. Une initiative dont je me réjouis énormément en tant que femme médecin et conseillère pour la santé. Cela va apporter une contribution essentielle à la promotion de la santé dans notre ville.

Mme le maire-adjoint Dr. Christiana Dolezal

Conseillère pour la santé de la ville de Linz



Dans le cadre de l'information et de l'activité de conseils quotidiens du bureau d'intégration reviennent toujours des questions et problématiques autour du thème de la santé.

«Où est-ce que je peux trouver un médecin qui parle ma langue maternelle?», «Quand est-ce que j'ai besoin d'une carte d'assuré social?», «Où est-ce que je peux me procurer une feuille de maladie?»

Nous espérons avec cette brochure pouvoir répondre à quelques questions et mettre à disposition un guide pratique sur les nombreuses offres d'accès à la santé de la ville de Linz.



Mag.^a Gudrun Siegel-Kraft, Mag.^a Claudia Ziehengraser

Bureau des étrangers et de l'intégration de la ville de Linz.



La santé est pour chaque être humain un aspect important de la vie. Mais tous n'ont pas le même accès à la santé. Il y a toujours des barrières, surtout pour les migrants et migrantes, qui influencent de façon négative la qualité des soins de santé.

Linz a fait, avec cette brochure multilingue, un nouveau pas pour donner les mêmes chances à toutes les Linzaises et à tous les Linzois – aussi à ceux qui à l'origine viennent d'autres milieux culturels. L'aide pour l'orientation ainsi offerte dans la langue maternelle va être un élément important pour les soins de santé de toutes les Linzaises et de tous les Linzois.

L'intégration n'est pas une assimilation, où les étrangers n'ont pas le droit d'avoir leur propre identité, mais un processus bilatéral qui exige d'une part la capacité individuelle des immigrants et d'autre part l'octroi par la société d'accueil de droits sociaux et de bonnes conditions économiques et culturelles qui rendent l'égalité des chances et l'évolution sociale possible pour les migrants.

Le Land de Haute-Autriche soutient en principe le concept d'habilitation à l'intégration (Empowerment) dans le but de donner une égalité des chances. La présente brochure aide un peu à se rapprocher de cet objectif.

**Le conseiller régional aux affaires sociales
Josef Ackerl**



1. Assurance maladie et accident	7
Assurance maladie	8
Assurance accident	9
Déclaration de maladie pour les travailleurs	10
2. Visite chez le médecin	11
La feuille de maladie (= Krankenschein)	11
Médecins ayant des connaissances en langues étrangères	15
3. Informations autour de l'hôpital	31
Les hôpitaux à Linz	31
Séjour à L'hôpital	32
Consultations externes	33
4. Aide pour l'âme	34
Crises psychiques	34
En cas d'urgence	35
Consultations-conseils et accompagnement	35
5. Retrouver la santé	38
Médicaments, ordonnances	38
Pharmacies à Linz	40
6. Rester en pleine santé	41
Examen de santé	41
Consultation-conseil pour parents et mères	42
Vaccinations	43
Protections contre le SIDA	45
Activité physique	46
Alimentation	46
Tabagisme	48
Dents saines	48
7. Affaire de femmes	50
Grossesse	50
Quand votre enfant vient au monde	53
Visite gynécologique de prévention	53
Contraception (pas seulement une affaire de femme)	54
Interruption de grossesse	54
8. Demandeurs d'asile	55
9. En cas d'urgence	56

Ihre Apotheke hat mehr für Sie!



Wußten Sie,

- ◆ dass Ihr Apotheker Sie nicht nur im Krankheitsfall beraten kann, sondern auch für Sie da ist, wenn es darum geht, Ihre Gesundheit zu erhalten?
- ◆ dass Sie in allen Apotheken Ihr Gewicht und Ihren Blutdruck überprüfen lassen können?
- ◆ dass in einigen Apotheken auch als Service die Bestimmung von Cholesterin- und Blutzuckerwerten angeboten wird?
- ◆ dass es nicht gleichgültig ist, zu welcher Tageszeit und mit welchen Nahrungsmitteln zusammen ein Arzneimittel eingenommen wird?
- ◆ dass eine Apotheke niemals wegen Urlaub geschlossen hat?

In Ihrer Apotheke sind Sie gut beraten!

1 ASSURANCE MALADIE ET ACCIDENT

Si vous avez une activité salariée ou indépendante en Autriche, vous possédez automatiquement une **sécurité sociale** («assurance obligatoire»). Vous avez ainsi une protection

- ➔ **maladie**
- ➔ **accident**
- ➔ **retraite**

Votre **contribution à la sécurité sociale** est retenue chaque mois sur votre salaire/ paye (le montant est relatif aux revenus). Dès le premier jour de travail, vous êtes entièrement couvert – si vous avez recours aux prestations du système de santé (p. ex. soins médicaux, séjours hospitaliers...), l'assurance maladie prend en charge les frais occasionnés.

Votre employeur a le devoir de vous faire parvenir sans délais la confirmation de votre inscription à l'assurance sociale. Si après réclamation, vous n'obteniez pas cette confirmation, adressez-vous, s'il vous plaît, à votre caisse d'assurance maladie !

La protection sociale vous est aussi assurée, si votre employeur ne vous a pas inscrit à temps à l'assurance sociale.

Numéro de sécurité sociale

Vous avez toujours besoin de votre numéro de sécurité sociale (ou de vos ayants droit),

- ➔ si vous avez recours à une aide médicale, à des soins dentaires ou à toute autre prestation.
- ➔ si vous prenez contact personnellement ou par écrit avec votre caisse d'assurance maladie.

❗ Avec la **carte verte d'assurance maladie** votre numéro d'assuré social est facilement accessible. Ce n'est cependant pas un justificatif de vos droits et elle ne remplace pas une feuille de maladie.
(NOUVEAUTÉ! Au plus tard fin 2005 tous les assurés et les proches à charge recevront la «e-card» qui remplacera aussi la feuille de maladie.)

L'assurance maladie

Les ayants droit (conjoint, enfants, petits-enfants jusqu'à 18 ans ou jusqu'à 27 ans s'ils suivent une formation scolaire ou universitaire) peuvent être pris en charge par votre assurance maladie (la plupart du temps gratuitement). Conditions: être domicilié à la même adresse, séjourner en Autriche et ne pas être soumis personnellement à l'assurance maladie obligatoire.

L'assurance maladie vous assure aussi une compensation pour la perte de vos revenus par exemple en cas de longue maladie ou de maternité.

➔ Allocations de maladie:

Lorsque les droits au versement du salaire par l'employeur sont épuisés, il est possible (pour une durée maximum de 52 semaines) de toucher une allocation de maladie. L'allocation de maladie ne doit être comprise que comme l'indemnisation d'une partie des rémunérations perdues.

➔ L'allocation à la semaine:

est une indemnisation de la perte de revenus pour les femmes actives pendant les congés maternités obligatoires. (Huit semaines avant et huit semaines après l'accouchement).

➔ L'allocation parentale d'éducation:

est versée en remplacement de l'indemnité de carence pour les naissances à partir du 01.01.2002 indépendamment d'une activité professionnelle ou d'une assurance obligatoire.

De plus les personnes à très faibles revenus peuvent être **exonérées de certaines taxes** (par ex. Taxe d'ordonnance cf. page 38, taxe de feuille de maladie cf. page 11).

Personnes sans assurance maladie

Si vous n'avez pas d'assurance maladie et que vous avez recours à des soins médicaux en Autriche, vous devez prendre vous-même en charge **les frais de diagnostique et de thérapie**.

Si vous ne disposez pas de moyens suffisants, mais que votre maladie doit être traitée immédiatement, il est possible d'être pris en charge gratuitement dans un premier temps dans un hôpital public (par. ex. le C.H.R. de Linz: Allgemeine Krankenhaus in Linz). Vous ne serez pas exempté du paiement des factures, vous devrez rembourser le montant total (versements échelonnés possibles), dès que vous disposerez d'un revenu.

Dans la plupart des cas, il est possible aux personnes qui ne sont pas assurées dans le cadre d'une assurance obligatoire (ou d'une prise en charge en temps que proche parent) de s'assurer **eux –même de façon volontaire**.

- ➔ **Caisse régionale d'assurance maladie de Haute-Autriche**
Oberösterreichische Gebietskrankenkasse (OÖGKK), Hauptstelle
 Gruberstr. 77, 4020 Linz, Tel.: (0732)/7807-0
 e-mail: ooegkk@ooegkk.at
 Horaires d'ouverture: Du lundi au jeudi de 6h00 à 17h00
 Vendredi de 6h00 à 15h00

- ➔ **Caisse d'assurance sociale des artisans, commerçants et métiers indépendants**
Sozialversicherungsanstalt der gewerblichen Wirtschaft, Landesstelle OÖ
 Mozartstr.41, 4020 Linz, Tel.: (0732)/7634-0 ou (0732)/783239
 Horaires d'ouverture: Du lundi au jeudi de 7h30 à 14h30
 Vendredi de 7h30 à 13h30

- ➔ **Caisse d'assurance des employés du service public**
Versicherungsanstalt der öffentlich Bediensteten (BVA), Landesstelle für OÖ
 Hessenplatz 5, 4020 Linz, Tel.: (0732)/779323
 e-mail: Ist.linz@bva.sozvers.at
 Horaires d'ouverture: Du lundi au jeudi de 7h30 à 14h00
 Vendredi de 7h30 à 12h00

- ➔ **Caisse d'assurance des cheminots et mineurs**
Versicherungsanstalt für Eisenbahnen und Bergbau, Antenne de Linz
 Bahnhofplatz 3-6, 4020 Linz, Tel.: (0732)/652348
 e-mail: gbz-linz@vaeb.at
 Horaires d'ouverture: Du lundi au vendredi de 6h30 à 16h30

Assurance accident

Dans le cas d'un accident du travail ou d'une maladie professionnelle, vous êtes couvert par l'assurance accident.

En tant qu'**accident du travail** sont pris en compte les accidents dont le lieu, le moment et la cause sont en relation avec votre activité ou formation professionnelle.

Les maladies professionnelles sont les nuisances à la santé causées par l'activité assurée. Les accidents du travail et les maladies professionnelles doivent être signalés dans un délai de cinq jours à l'assurance accident, s'il s'ensuit un arrêt de travail de plus de trois jours. Le retard de la déclaration peut causer la réduction des indemnités.

La prévention des accidents et maladies professionnelles, le suivi médical, les premiers soins lors d'accidents, ainsi que le traitement médical, la rééducation et le dédommagement après les accidents du travail et les maladies professionnelles font partie des prestations de l'assurance accident. Une des plus grandes assurances accident est

➔ **Organisme général d'assurance accident
(Allgemeine Unfallversicherungsanstalt AUVA)**

AUVA-Landesstelle Linz
Blumauer Platz 1, 4021 Linz
Tel.: (0732)/6920-0

Déclaration de maladie pour les travailleurs

Si vous êtes malade et que vous ne pouvez pas travailler, vous devez informer votre employeur et aller chez le médecin. Une déclaration de maladie rétroactive de plus d'une journée est seulement possible en cas d'exception, nous vous prions pour cette raison de consulter immédiatement un médecin. Vous recevez une attestation certifiant qu'en raison de votre maladie vous n'êtes pas apte au travail. La déclaration de maladie obligatoire est automatiquement transmise à la caisse d'assurance.

Un traitement en consultation externe dans un hôpital donne toujours lieu à une déclaration de maladie. S'il y a lieu, vous devez faire confirmer l'incapacité de travail par la consultation externe de l'hôpital et la présenter sans délai à votre caisse d'assurance. La carte de consultation externe n'est pas valable en tant que déclaration de maladie.

Lors d'un séjour à l'hôpital, vous êtes automatiquement en « arrêt maladie ». Nous vous prions de vous rendre directement après votre sortie de l'hôpital chez votre médecin traitant avec le billet de sortie. Là-bas, il sera décidé, si vous pouvez reprendre le travail dès votre sortie ou si vous devez encore rester à la maison.

Quand vous êtes guéri, la caisse d'assurance a besoin d'une **déclaration de guérison**.

C'est le médecin traitant qui est compétent pour la déclaration de guérison. Il est aussi possible que vous vous déclariez vous-même «guéri». (Par exemple à la Oberösterreichischen Gebietskrankenkasse (ÖOGKK) par Internet avec le formulaire „Gesundmeldung“: www.oogkk.at; Gesundmeldung online).

2 VISITE CHEZ UN MÉDECIN

Feuille de maladie (Krankenschein)

Si vous (ou une personne à charge – conjoint, enfants) voulez consulter un médecin, vous avez besoin d'une **feuille de maladie**.

Toutes les prestations de votre traitement y seront reportées et les frais seront facturés à votre caisse d'assurance. Pour vous, cela n'occasionne aucun frais, à part la taxe de feuille de maladie.

Oubli de la feuille de maladie?

Si vous ne présentez pas de feuille de maladie lors de votre visite chez le médecin, vous devrez laisser une certaine somme en caution jusqu'à ce que vous ayez remis votre feuille de maladie. Le montant de cette somme peut être déterminé par le médecin lui-même. Lorsque vous rapportez votre feuille de maladie, la caution vous est rendue.

Taxe de feuille de maladie

À la caisse régionale d'assurance maladie, **la taxe de feuille de maladie est de 3,63 euros**. Si c'est votre employeur qui vous délivre la feuille de maladie, la taxe sera directement retenue sur votre salaire. Si vous allez chercher la feuille de maladie directement dans une antenne de la caisse générale de maladie, vous recevrez un mandat de virement pour le paiement de la taxe de feuille de maladie.

Aucune taxe de feuille de maladie n'est à payer pour:

- ➔ les enfants à charge
- ➔ les retraités selon la loi générale de l'assurance sociale (ASVG) et leurs ayants droit
- ➔ tous ceux qui sont exonérés de la taxe d'ordonnance
- ➔ Des personnes qui font service civile

De plus:

- ➔ lors de l'envoi chez un spécialiste ou à la consultation externe d'un hôpital
- ➔ lors des consultations «carnet mère-enfant».
- ➔ lors des bilans de santé
- ➔ pour les feuilles de maladie de vacances (national) et les feuilles de soins (étranger)
- ➔ Lors d'une aide médicale d'urgence

La feuille maladie est uniquement valable pour un trimestre:

1er trimestre: De janvier à mars

2ème trimestre: D'avril à juin

3ème trimestre: De juillet à septembre

4ème trimestre: D'octobre à décembre

Lors de la délivrance d'une feuille de maladie, vous devez préciser si vous voulez consulter un médecin généraliste, un spécialiste (p.ex. dermatologue) ou un dentiste.

Où pouvez vous obtenir une feuille de maladie?

Vous êtes ...	Lieu de délivrance de la feuille de maladie ...
salarié	Entreprise/ employeur
Vous êtes bénéficiaire d'une allocation chômage, d'une aide sociale aux personnes en difficulté	Arbeitsmarktservice (AMS) - Agence pour l'emploi
Retraité	Caisse d'assurance maladie
Titulaire d'une indemnité maladie, à la semaine, de carence ou d'éducation.	Caisse d'assurance maladie
Assuré de façon personnelle.	Caisse d'assurance maladie
<ul style="list-style-type: none"> - travailleur indépendant - Fonctionnaire - Indépendant de L'agriculture et de l'exploitation forestière - Retraité d'un de ces groupes 	Caisse maladie de la branche concernée

Nouveauté: „e-card“ – La feuille de maladie électronique

La feuille de maladie va être remplacée d'ici fin 2005 par la **e-card**.

Tous les assurés et leurs ayants droit vont la recevoir.

(Valable pour tous les médecins conventionnés dans toute l'Autriche et sans limitation dans le temps, taxe annuelle de fonctionnement 10 euros).

En principe, en tant que patient, vous pouvez choisir votre médecin librement. Mais il est important que vous ayez un **médecin de famille** près de chez vous qui ait votre confiance (la plupart du temps, c'est le médecin généraliste). Il connaît vos antécédents médicaux et peut donner un premier diagnostic.

En cas de nécessité, il peut vous renvoyer à un spécialiste. Vous recevrez alors un **billet jaune de renvoi**.

Changement de médecin.

Attention! Vous ne pouvez changer le médecin d'une spécialité qu'à la fin d'un trimestre (valable aussi pour le médecin généraliste). Cela veut dire que par exemple pendant la période de janvier à mars (1er trimestre), vous ne pouvez pas aller chez deux O.R.L. différents. La caisse régionale de maladie de Haute-Autriche (OÖGKK) ne prend aucun frais en charge, si dans le même trimestre vous avez déjà eu recours à un médecin conventionné de la même spécialité.

Vous trouverez les médecins qui parlent votre langue maternelle à la page 15.

Afin que vous n'ayez pas à attendre trop longtemps, il est souvent nécessaire de prendre **rendez-vous** à l'avance. Respectez, s'il vous plaît, ce rendez-vous et soyez à l'heure (il se peut que des cas d'urgence soient tout de même prioritaires). Si vous ne pouvez pas vous rendre à un rendez-vous, n'oubliez pas d'annuler!

Faites toujours attention à ce que **la feuille de maladie soit correctement et entièrement remplie** (écriture du nom, numéro d'assuré etc ...).

Si vous vous rendez dans un service d'urgence, vous n'avez pas besoin de feuille de maladie. Mais veuillez tenir votre numéro de sécurité sociale à disposition (carte verte d'assurance/„e-card“, voir page 7)!

Médecins conventionnés - honoraires libres (Wahlärztin ou –arzt)

Vous avez aussi la possibilité de consulter un médecin non-conventionné. Vous ne pouvez avoir recours à eux que **de façon privée**, ce qui veut dire **à vos frais**. Votre assurance maladie (p.ex. Oberösterreichische Gebietskrankenkasse - OÖGKK) vous remboursera une partie des frais de consultation sur présentation de facture. La différence entre les honoraires payés et le tarif conventionnel n'est pas remboursée. Vous devriez pour cette raison vous informer des tarifs au début du traitement.

Médecins ayant des connaissances en langues étrangères

A Linz, il y a près de 550 médecins dont environ 160 médecins généralistes, les autres sont des spécialistes (par exemple Orthopédie dento-faciale (dentiste), ophtalmologie (ophtalmologue).

Si vous cherchez un médecin qui parle votre langue, la liste suivante peut vous aider (les médecins conventionnés à honoraires libres - (Wahlärztinnen ou – ärzte) - sont signalés par un 🏠):

Médecin	Langues étrangères	Assistant médical
Médecine générale (médecin généraliste)		
Dr. Wolfgang Auer Torbergweg 3, 4030 Linz Tel.: (0732)/316466	Anglais	
Dr. Alfred Flamm Darrgutstr. 12, 4020 Linz Tel.: (0732)/663695	Anglais	Anglais
Dr. Wolfgang Furthmayr Wienerstr. 482, 4030 Linz Tel.: (0732)/301645	Anglais	
Dr. ⁱⁿ Hiltrud Furtner 🏠 Rosenstr. 16, 4040 Linz Tel.: (0732)/732025	Anglais	
Dr. ⁱⁿ Rhona Füreder Welser Str. 39/I, 4060 Leonding Tel.: 678911-0	Anglais Notions d'hindi Notions de français	
Dr. ⁱⁿ Marietta Ghamarian 🏠 Plesching 35, 4040 Linz Tel.: (0732)/750875	Anglais	
Dr. Thomas Ghamarian 🏠 Plesching 35, 4040 Linz Tel.: (0732)/750875	Anglais	
Dr. Osama Girgis 🏠 Einsteinstr. 5, 4030 Linz Tel.: 0676/6196070	Arabe Anglais	

🏠 *Wahlärztinnen ou – ärzte*

Médecin	Langues étrangères	Assistant médical
Dr. in Andrea Gussner-Langl Hamerlingstr. 32, 4020 Linz Tel.: (0732)/651463	Anglais	Anglais
Dr. Claudius Gürtler Stockhofstr. 15, 4020 Linz Tel.: (0732)/663495	Anglais	
Dr. in Sigrid Leroy-Wagner 🌟 Landstr. 43, 4020 Linz Tel.: (0732)/783848	Français	
Dr. in Ruth Hackmack-Eder Gabesstr. 58, 4030 Linz Tel.: (0732)/305494	Anglais	
Dr. in Barbara Hanner 🌟 Greinerhofgasse 14, 4040 Linz Tel.: (0732)/700650	Anglais Français	
Dr. Klaus Haslwanger Baumbachstr. 25, 4020 Linz Tel.: (0732)/781570	Anglais Notions d'italien	Anglais
Dr. Michael Hirsch Spaunstr. 36, 4020 Linz Tel.: (0732)/342455	Anglais	
Dr. Franz Hohensinn Leonfeldnerstr. 24c, 4040 Linz Tel.: (0732)/739768	Anglais Notions de français Notions d'espagnol	Anglais
Dr. Reinhard Jäger 🌟 Kaplanhofstr. 1, 4020 Linz Tel.: (0732)/781560	Anglais	
Dr. in Martina Kappo Händelstr. 2, 4020 Linz Tel.: (0732)/661245	Anglais Notions de français Notions d'italien	
Dr. in Ingrid Kaspar Bulgariplatz 7, 4020 Linz Tel.: (0732)/653030	Anglais Français	

🌟 **Wahlärztinnen ou – ärzte**

Médecin	Langues étrangères	Assistant médical
Dr. Kurt Kellermaier Freistädterstr. 41, 4040 Linz Tel.: (0732)/730595	Anglais Italien	Anglais Italien
Dr. Jasim Kicin 🇧🇦 Krempplstr. 1, 4020 Linz Tel.: 0676/686 186 0	Bosniaque/ croate/ serbe Russe Notions d'anglais Notions de polonais Notions de slovaque Notions de tchèque	Bosniaque/ croate/ serbe Anglais
Dr. Josef Kimeswenger Flussgasse 13, 4040 Linz Tel.: (0732)/732631	Anglais	
Dr. Manfred Klar Vogelfängerweg 15, 4020 Linz Tel.: (0732)/370125	Anglais	
Dr. Wolfgang Koits Zeppenfeldstr. 6, 4020 Linz Tel.: (0732)/660377	Anglais	
Dr. Günther Lehner Rudolfstr. 15, 4040 Linz Tel.: (0732)/734081	Anglais	
Dr. Joachim Leisch Kaarstr. 5, 4040 Linz Tel.: (0732)/731096	Anglais Italien	Anglais Français Hongrois
Dr. Heinz Leyrer Oidenerstr. 75, 4030 Linz Tel.: (0732)/320144	Anglais	
Dr. Wolfgang Marks Hillerstr. 10, 4020 Linz Tel.: (0732)/305376	Anglais	
Dr. Michael Mayr Schiffmannstr. 7, 4020 Linz Tel.: (0732)/383686	Anglais	

🇧🇦 *Wahlärztinnen ou – ärzte*

Médecin	Langues étrangères	Assistant médical
Dr. Heinz Mayrhofer Khevenhüllerstr. 23, 4020 Linz Tel.: (0732)/663656	Anglais	
Dr. Georg Pfau Franckstr. 23, 4020 Linz Tel.: (0732)/603831	Anglais Français	
Dr. Christian Pisecky Landstr. 76, 4020 Linz Tel.: (0732)/664680	Anglais Français	
Dr. in Barbara Riccabona 🇮🇹 Goethestraße 27, 4020 Linz Tel.: (0732)/602429	Anglais Italien Notions d'espagnol Notions de Français	
Dr. Eduard Sadjed Knabenseminarstr. 4, 4040 Linz Tel.: (0732)/737219	Anglais Notions de Français Notions d'Italien Notions de tchèque	Notions d'anglais Notions de Français
Dr. Herbert Schäffer Schulstr. 9, 4040 Linz Tel.: (0732)/711333	Anglais Italien Un peu d'espagnol	
Dr. in Gabriele Slenko-Atzmüller Liebigstr. 7, 4020 Linz Tel.: (0732)/658758	Anglais	
Dr. Clemens Sigart Rainerstr. 15, 4020 Linz Tel.: (0732)/662667	Anglais Tchèque	Tchèque Italien
Dr. Elmar Stockmair Keplerstr. 7, 4040 Linz Tel.: (0732)/731052	Anglais	Anglais Roumain
Dr. Andreas Zambarloukos Ferdinand-Markl-Str. 39, 4040 Linz Tel.: (0732)/250484	Grec	
Dr. Wolfgang Zillig Grundbachweg 42, 4020 Linz Tel.: (0732)/672107	Anglais Notions d'espagnol	Anglais
Dr. in Maria Zimmerleiter-Götzendorfer Scharitzerstr. 12, 4020 Linz Tel.: (0732)/660140	Anglais Français	Anglais

🇮🇹 **Wahlärztinnen ou – ärzte**

Médecin	Langues étrangères	Assistant médical
Anesthésie et médecine intensive (Thérapie de la douleur et acupuncture)		
Dr. Norbert Bauer 🏠 Hauptstr. 33, 4040 Linz Tel.: (0732)/732661	Anglais Français	Anglais Français
Dr. Krystyna Hofferer 🏠 Magazingasse 6, 4020 Linz Tel.: (0732)/772747	Anglais Polonais	
Ophtalmologie (Ophtalmologe)		
Dr. Felix Buder 🏠 Schubertstr. 6, 4020 Linz Tel.: (0732)/770006	Anglais	Anglais Italien
Dr. Christian Ebner Saporoshjestr. 3, 4030 Linz Tel.: (0732)/316450	Anglais	
Dr. Markus Feichtinger 🏠 Harrachstr. 14, 4020 Linz Tel.: (0732)/775626	Anglais Français	Anglais
Dr. Gerald Hommer Wiener Str. 4a, 4020 Linz Tel.: (0732)/653176	Anglais Italien Notions de français Notions de bosniaque/ croate/ serbe Notions de turc	
Dr. ⁱⁿ Ulrike Krimm Scharitzerstr. 3, 4020 Linz Tel.: (0732)/658298	Anglais Français	
Dr. ⁱⁿ Ulrike Nesser Schiffmannstr. 7, 4020 Linz Tel.: (0732)/380218	Anglais	
Dr. Bernhard Wienerroither Promenade 7, 4020 Linz Tel.: (0732)/794575	Anglais Français	Anglais

🏠 **Wahlärztinnen ou – ärzte**

Médecin	Langues étrangères	Assistant médical
---------	--------------------	-------------------

Chirurgie (Chirurgie vasculaire* et traumatologie**) (Chirurgien)

Dr. Damian Urban Rosenauerstr. 23, 4040 Linz Tel.: (0732)/710411	Bulgare Anglais Croate Macédonien Russe Serbe	Roumain
Dr. in Ulrike Enkner 🇺🇦 Lederergasse 32, 4020 Linz Tel.: (0732)/772505	Anglais	Anglais
Dr. Osama Girgis** Einsteinstr. 5, 4030 Linz Tel.: 0676/6196070	Arabe Anglais	
Dr. Klaus Humer** 🇺🇦 Landstr. 66/3, 4020 Linz Tel.: (0732)/783783	Anglais Français Italien Espagnol	Anglais Italien
Dr. Kornelius Kreissl Mozartstr. 4, 4020 Linz Tel.: (0732)/783737	Anglais	
Dr. Norbert Leithner* Blütenstr. 2, 4040 Linz Tel.: (0732)/700050	Anglais	Anglais
Dr. Christoph Tausch 🇺🇦 Krankenhausstr. 1, 4020 Linz Tel.: (0732)/784999	Anglais	Anglais

Gynécologie et obstétrique (Gynécologue)

Dr. in Ursula Baumann Blumauerstr. 3-5, 4020 Linz Tel.: (0732)/662277	Anglais Français Italien	
Dr. Thomas Bohaumilitzky 🇺🇦 Rudigerstr. 1/1, 4020 Linz Tel.: (0732)/772511	Anglais Français	Anglais
Dr. Othmar Brandl Scharitzerstr. 9, 4020 Linz Tel.: (0732)/656057	Anglais	Anglais

🇺🇦 **Wahlärztinnen ou – ärzte**

Médecin	Langues étrangères	Assistant médical
Dr. Michael Bsteh Unionstr. 3a, 4020 Linz Tel.: (0732)/652313	Anglais	Anglais
Dr. ⁱⁿ Maria Dines 🏠 Franz-Kurz-Str. 11, 4030 Linz Tel.: (0732)/303776	Anglais	
Dr. ⁱⁿ Astrid Duller-Dichtl 🏠 Ferihumerstr. 5, 4040 Linz Tel.: (0732)/737067	Anglais	
Dr. ⁱⁿ Janina Fidler Saporoshjestr. 3, 4030 Linz Tel.: (0732)/313482	Polonais	
Dr. ⁱⁿ Doris John 🏠 Europaplatz 7, 4020 Linz Tel.: (0732)/655600	Anglais	Grec Italien
Dr. ⁱⁿ Regina Kesztele Gerstnerstr. 6, 4040 Linz Tel.: (0732)/701088	Anglais Français	Anglais
Dr. Viktor Moser Goethestr. 61, 4020 Linz Tel.: (0732)/663462	Anglais	Anglais
Dr. Gerhard Mursch-Edlmayr Knabenseminarstr. 4, 4040 Linz Tel.: (0732)/733129	Anglais	Anglais
Dr. Helmut Nopp Vogelfängerweg 27, 4030 Linz Tel.: (0732)/376070	Anglais	Anglais Français Hollandais
Dr. ⁱⁿ Uschi Postl 🏠 Ferihumerstr. 5, 4040 Linz Tel.: (0732)/737067	Anglais	Anglais
Dr. Werner Schmutz Reindlstr. 3, 4040 Linz Tel.: (0732)/738035	Anglais	
Dr. Axel Schreier Weißenwolfstr. 7, 4020 Linz Tel.: (0732)/777177	Anglais	Anglais

🏠 *Wahlärztinnen ou – ärzte*

Médecin	Langues étrangères	Assistant médical
Dr. Johannes Schnabel Einsteinstr. 3, 4020 Linz Tel.: (0732)/346396	Anglais Suédois	Anglais Suédois
Dr. Helmut Stöger 🏠 Schillerstr. 7, 4020 Linz Tel.: (0732)/667161	Anglais Français Italien, Espagnol	Anglais
Dr. Cemil Yaman 🏠 Bockgasse 2b, 4020 Linz Tel.: (0732)/680515	Anglais Turc	

Oto-rhino-laryngologie (Médecin ORL)

Dr. Reinhard Dengg 🏠 Rudigierstr. 8a, 4020 Linz Tel.: (0732)/773678	Anglais	Anglais Russe Tchèque
Dr. Georg Langmayr 🏠 Goethestr. 2, 4020 Linz Tel.: (0732)/7677-7340	Anglais	Anglais
Dr. Peter Löffler 🏠 Khevenhüllerstr. 23, 4020 Linz Tel.: (0732)/664659	Hongrois	Anglais
Dr. Klaus Mally 🏠 Landstr. 32, 4020 Linz Tel.: (0732)/772870	Anglais	Anglais
Dr. ⁱⁿ Magdalena Margoc 🏠 Goethestr. 2, 4020 Linz Tel.: (0732)/7677-4731	Anglais Slovaque	
Dr. Johann Schmid Rudigierstr. 8a, 4020 Linz Tel.: (0732)/773678	Notions d'italien Tchèque Russe	Anglais Tchèque Russe
Dr. Wolfgang Straka Dauphinestr. 58, 4030 Linz Tel.: (0732)/312477	Anglais Danois	
Dr. Ernst Plöchl Stockhofstr. 1, 4020 Linz Tel.: (0732)/664091	Anglais	
Dr. Walter Povysil Ecklweg 4, 4040 Linz Tel.: (0732)/759876	Anglais Français	



🏠 **Wahlärztinnen ou – ärzte**

Médecin	Langues étrangères	Assistant médical
Dermatologie et maladies vénériennes (Dermatologue)		
Dr. Franz Balouscheck Landwiedstr. 140, 4020 Linz Tel.: (0732)377100	Anglais	
Dr. Reinhard Höfner Taubenmarkt 1, 4020 Linz Tel.: (0732)/784009	Anglais	
Dr. Reinhold Kaisergruber Saporoshjestr. 3, 4030 Linz Tel.: (0732)/314000	Anglais	
Dr. Johannes Neuhofer Wienerstr. 57, 4020 Linz Tel.: (0732)/652077	Anglais Italien	Anglais
Dr. ⁱⁿ Ulrike Schmidauer Rainerstr. 23a, 4020 Linz Tel.: (0732)/651452	Anglais Italien	
Dr. Rudolf Wolf Mozartstr. 3, 4020 Linz Tel.: (0732)/782200	Anglais	

Maladies internes (Spécialiste des maladies internes)

Dr. ⁱⁿ Gabriela Eichbauer-Sturm  Freistädterstr. 16, 4040 Linz Tel.: (0732)/716060	Anglais	Anglais
Dr. Michael Felbermayer Saporoshjestr. 3, 4030 Linz Tel.: (0732)/302018	Anglais	
Dr. Johannes Föchterle Rudolfstr. 23, 4040 Linz Tel.: (0732)/732229	Anglais Français	Anglais Italien
Dr. Thomas Honsig Hauptstr. 83-85, 4040 Linz Tel.: (0732)/716511	Anglais	Anglais

 **Wahlärztinnen ou – ärzte**

Médecin	Langues étrangères	Assistant médical
Pédiatrie (Pédiatre)		
Dr. ⁱⁿ Ingrid Frenzel Scharitzerstr. 5, 4020 Linz Tel.: (0732)/ 600139	Anglais Français	Anglais
Dr. ⁱⁿ Uli Holzmüller Franckstr. 26, 4020 Linz Tel.: (0732)/650349	Anglais	
Dr. Peter Kahr Eisenhandstr. 46, 4020 Linz Tel.: (0732)/771699	Anglais	Anglais
Dr. ⁱⁿ Roswitha Krimm Saporoshjestr. 3, 4030 Linz Tel.: (0732)/303727	Anglais Français	Notions d'anglais
Dr. ⁱⁿ Brigitte Marzy-Brandstetter Glimpfingerstr. 96, 4020 Linz Tel.: (0732)/330880	Anglais Français	Anglais
Dr. ⁱⁿ Ulrike Rossegg  Werndlstr. 19, 4020 Linz Tel.: (0732)/332889	Anglais	
Dr. Wolfgang Tiefenthaller Hauptstr. 61, 4040 Linz Tel.: (0732)/739877	Anglais Français Italien	Anglais
Dr. ⁱⁿ Eva Ziebermayr  Johann-Strauß-Str. 2a, 4020 Linz Tel.: 0676/8456426	Anglais Français	
Analyses médicales		
Dr. Hans Pilgerstorfer Europaplatz 7, 4020 Linz Tel.: (0732)/666566	Anglais Espagnol	Chinois Français Hollandais Cambodgien Vietnamien
Dr. Konrad Rocchetti Wachrenergasse 8, 4021 Linz Tel.: (0732)/662898	Anglais Italien	Bosniaque/croate/ Serbe Bulgare Roumain Russe, Slovène Hongrois

 **Wahlärztinnen ou – ärzte**

Médecin	Langues étrangères	Assistant médical
Dr. Rudolf Ruthensteiner Waltherstr. 5, 4020 Linz Tel.: (0732)/778688	Anglais Français Notions d'italien	

Maladies pulmonaires (Pneumologue)

Dr. Albert Hainzl Schiffmannstr. 7, 4020 Linz Tel.: (0732)/383841	Anglais	
Dr. Wolfgang Höller Mannheimstr. 9, 4040 Linz Tel.: (0732)/750666	Anglais	
Dr. Martin Wiesenberger Eisenhandstr. 3, 4020 Linz Tel.: (0732)/777200	Anglais Français	
Dr. Wolfgang Wiesenberger Hauptstr. 16-18, 4040 Linz Tel.: (0732)/731400	Anglais Français	
Dr. Josef Würtz Hafferlstr. 7, 4020 Linz Tel.: (0732)/775160	Bosniaque/ croate/ serbe Anglais	

Orthopédie (Orthopédiste)

Dr. Nikolaus Böhler  Promenade 6, 4020 Linz Tel.: (0732)/783528	Anglais	Anglais
Prim. Dr. Ingomar Heuberer Mozartstr. 25, 4020 Linz Tel.: (0732)/778112	Anglais Notions d'italien	
Dr. Reiner Puchegger Landstr. 101, 4020 Linz Tel.: (0732)/661621	Anglais	
Dr. Josef Zerobin Schiffmannstr. 7, 4020 Linz Tel.: (0732)/384490	Anglais Espagnol	

 **Wahlärztinnen ou – ärzte**

Médecin	Langues étrangères	Assistant médical
---------	--------------------	-------------------

Psychiatrie und Neurologie (Psychiatre, neurologue)

Dr. Bernhard Bauchinger Gärtnerstr. 6, 4020 Linz Tel.: (0732)/611616	Anglais	
Dr. Egon Haberfellner 🌟 Hauptstr. 83/85, 4040 Linz Tel.: (0732)/736293	Anglais	Anglais
Dr. in Margarethe Pischläger-Blamberger 🌟 Rainerstr. 15, 4020 Linz Tel.: (0732)/661777	Anglais	
Dr. in Ulrike Rossegg 🌟 Werndlstr. 19, 4020 Linz Tel.: (0732)/332889	Anglais	
Dr. in Helene Wohlfartstädter Karl-Wiser-Str. 13, 4020 Linz Tel.: (0732)/664852	Anglais	Anglais

Radiologie (Radiologue)

Dr. Edwin Danzer Hauptstr. 16-18, 4040 Linz Tel.: (0732)/733123	Anglais	Anglais Français Italien
Dr. Gerhard Schwarzl Saporoshjestr. 3, 4030 Linz Tel.: (0732)/313480	Anglais	Bosniaque/ croate/ serbe Français

Urologie (Urologue)

Dr. Fernand Goniva Mozartstr. 3, 4020 Linz Tel.: (0732)/770170	Français	
Dr. Walter Kugler Gruberstr. 94, 4020 Linz Tel.: (0732)/781494	Anglais	Anglais
Dr. Hans Mayr Landstr. 15a, 4020 Linz Tel.: (0732)/771600	Anglais Italien Suédois	

🌟 **Wahlärztinnen ou – ärzte**

Médecin	Langues étrangères	Assistant médical
Orthopédie dento-faciale		
Dr. ⁱⁿ Margarete Osvaldik  Landstr. 15, 4020 Linz Tel.: (0732)/774867	Anglais Espagnol	
Stomatologie (Dentiste)		
Dr. ⁱⁿ Barbara Erben Rainerstr. 12/1, 4020 Linz Tel.: (0732)/660690	Anglais	
Dr. Kurt Flohberger Wiener Str. 480, 4030 Linz Tel.: (0732)/309191	Anglais	
Dr. ⁱⁿ Barbara Holdziewicz Bethlehemstr. 9, 4020 Linz Tel.: (0732)/770155	Polonais	Bosniaque/ croate/ serbe
Dr. Rudolf Matheis Landstr. 70, 4020 Linz Tel.: (0732)/781818	Anglais Français	Bosniaque/ croate/ serbe Slovène Hongrois
Dr. Manfred Mayr Unionstr. 39/6, 4020 Linz Tel.: (0732)/667788	Anglais	
Dr. ⁱⁿ Heidemarie Pischel Goethestr. 22, 4020 Linz Tel.: (0732)/652224	Anglais Français	
Dr. ⁱⁿ Ilse Ranftl Römerstr. 80, 4020 Linz Tel.: (0732)/776162		Bosniaque/ croate/ serbe
Dr. Ewald Christoph Sacher Tegetthofstr. 15, 4020 Linz Tel.: (0732)/793079	Anglais Notions de français	
Dr. ⁱⁿ Martha Schneider Leonfeldnerstr. 152, 4040 Linz Tel.: (0732)/252277	Polonais	
Dr. ⁱⁿ Elke Schiefersteiner Goethestr. 7, 4020 Linz Tel.: (0732)/662040	Anglais	Anglais

 **Wahlärztinnen ou – ärzte**

Médecin	Langues étrangères	Assistant médical
Dr. Gerhard Schwarz Wiener Str. 493, 4030 Linz Tel.: (0732)/318500	Anglais	Polonais
Dr. in Angelika Steinbach Landstr. 42, 4020 Linz Tel.: (0732)/772465	Anglais Français	
Dr. in Rosa Stransky Leharstr. 4, 4020 Linz Tel.: (0732)/655386	Anglais Slovaque Hongrois	
Dr. in Veronika Strauß Hauptstr. 9, 4040 Linz Tel.: (0732)/731216	Anglais Français Italien	
Dr. Klaus Strasser Goethestr. 50, 4020 Linz Tel.: (0732)/668320	Anglais Italien	
Dr. in Margareta Strasser Hauptstr. 72, 4040 Linz Tel.: (0732)/700668	Anglais Français Grec	
Dr. Christian Taglieber Fabrikstr. 2, 4020 Linz Tel.: (0732)/772809	Anglais Notions de français Notions d'italien	
Dr. in Gabriele Tkalec-Hofreiter Sophiengutstr. 18, 4020 Linz Tel.: (0732)/772424	Anglais	
Dr. Gunter Wahl Figulystr. 38, 4020 Linz Tel.: (0732)/668008	Anglais	
Dr. Heinz Wiesniger Ferihumerstr. 14, 4040 Linz Tel.: (0732)/732606	Anglais	
Dr. Klaus Wild Franckstr. 28, 4020 Linz Tel.: (0732)/655248	Anglais Français	
Dr. Wilfried Wolkerstorfer Froschberg 19, 4020 Linz Tel.: (0732)/657096	Anglais Français Espagnol	

 **Wahlärztinnen ou – ärzte**

Chirurgie dentaire

DDr. Johannes Brücke  Spittelwiese 6/3, 4020 Linz Tel.: (0732)/793079	Anglais Français	Croate
--	---------------------	--------

(Données sur la base d'une enquête de la Chambre des Médecins de la Haute-Autriche en collaboration avec le bureau pour l'intégration, juillet/Août 2004)

Centre de consultations dentaires externes de la caisse d'assurance maladie de Haute-Autriche (Zahnambulatorium Linz)

Le centre de consultations externes dentaires de la caisse d'assurance maladie de Haute Autriche se trouve au numéro 2a de la rue Derfflinger, 4020 Linz, Tel.: (0732)/7807-2149

Médecin	Langues étrangères
Dr. ⁱⁿ Elisea Adajar	Anglais Philippin
Dr. ⁱⁿ Barbara Afeltowicz	Polonais Notions de russe
Dr. Armin Binder	Anglais
Dr. Peter Brazda	Espagnol
Prim. MR Dr. Josef Bukal	Anglais
Dr. ⁱⁿ Dorothea Engleder	Anglais
Dr. ⁱⁿ Alena Enzenhofer	Tchèque
Dr. ⁱⁿ Charlotte Herman	Anglais Hébreu
Dr. ⁱⁿ Suzana Ilic	Serbe
Dr. ⁱⁿ Irene John	Anglais
Dr. ⁱⁿ Dorota Ksen	Polonais
Dr. ⁱⁿ Elzbieta Laudanska	Polonais
Dr. ⁱⁿ Laukoter Pia	Anglais Français
Dr. ⁱⁿ Kerstin Lindh	Anglais, Danois Suédois, Norvégien Notions de français Notions d'espagnol

 *Wahlärztinnen ou – ärzte*

Médecin	Langues étrangères
Dr. ⁱⁿ Maria Violetta Lupusor	Français Italien Roumain
Dr. ⁱⁿ Linda Malek	Anglais
Dr. Tomasz Obolewski	Polonais
Dr. ⁱⁿ Lea Polak	Tchèque
Dr. Jürgen Zehetmayr	Anglais

(Données sur la base d'une enquête de la caisse d'assurance maladie de Haute Autriche, Février 2005)

Questions diverses?

Services des patients de la Chambre des médecins pour la Haute-Autriche

Tel.: 0810-200216 (au tarif local)

Du lundi au jeudi de 8h30 à 11h30

**Zentrum für Integration
und Bildung**


Berufsförderungsinstitut OÖ

Kostengünstige zertifizierte

DEUTSCH - KURSE

am BFI Linz, Bulgariplatz 12
regelmäßig Tages-, Abend- und Wochenendkurse
alle Stufen für AnfängerInnen und Fortgeschrittene
Kosten ab € 30,00

Information: Frau dipl.-phil. Hazira Kapidzija, Tel.: 0732 / 6922-6238
Persönliche Beratung: Mo. 09:00 – 12:00 Uhr und 13:00 – 18:00 Uhr,
Di. bis Fr. 09:00 – 12:00 Uhr

INFORMATIONEN UND KURSBUCHUNGEN

BFI-Serviceline zum Ortsarif 24-Stunden Service im Internet
0810 / 004 005 www.bfi-ooe.at

3 INFORMATIONS AUTOUR DE L'HÔPITAL

Les hôpitaux de Linz

➔ C.H.R. de la ville de Linz

Krankenhausstr. 9, Tel.: (0732)/7806-0

Internet: www.akh.linz.at

Horaires des visites: Tous les jours de 13h30 – 15h30; 18 – 19 h

Et en plus de 11h à 12 h samedis, dimanches et jours fériés.

En cas de nécessité l'hôpital peut avoir recours à des interprètes.

➔ Hôpital des Diaconesses Linz (Assurance complémentaire nécessaire!)

Weißewolfstr. 15, Tel.: (0732)/7675-0

Internet: www.diakonissen-krankenhaus.at

Horaires des visites: Tous les jours de 8h à 12 h et de 13h30 à 19h30

➔ Hôpital des frères de la Miséricorde

Seilerstätte 2, Tel.: (0732)/7897-0

Internet: www.bblinz.at

Horaires des visites: Tous les jours de 13h à 15h et de 18h à 19h

➔ Hôpital des sœurs de la Miséricorde

Seilerstätte 4, Tel. : (0732)/7677-0

Internet: www.bhs.at/linz

Horaires des visites: Tous les jours de 13h à 15h30 et de 17h30 à 19h

Service des enfants: de 13h30 à 18h30

➔ Hôpital des Elisabethines

Fadingerstr. 1, Tel.: (0732)/7676-0

Internet: www.elisabethinen.or.at

Horaires des visites: Tous les jours de 13h30 à 15h30 et de 18h à 19h

Et en plus de 11 à 12 h samedis, dimanches et jours fériés.

➔ Hôpital régional pour les femmes – Linz

Lederergasse 47, Tel.: (0732)/7674-0 (06/2006: Krankenhausstr. 26)

Internet: www.frauenklinik-linz.at/index.htm

Horaires des visites: Tous les jours de 13h30 à 15h30, pour les actifs: de 18h à 19h

En cas de nécessité l'hôpital peut avoir recours à des interprètes.

➔ Hôpital régional des enfants – Linz

Krankenhausstr. 26, Tel.: (0732)/69 23-0

Internet: www.kinderklinik-linz.at/index.htm

Horaires des visites: Tous les jours de 14h à 16h; pour les parents à toutes heures.

Heures de repos: 12 – 14 heures; 20 – 6 heures

En cas de nécessité l'hôpital peut avoir recours à des interprètes.

➔ Maison de santé Wagner Jauregg

Wagner-Jauregg-Weg 15, Tel.: (0732)/6921-0

Internet: www.wagner-jauregg.at/index.htm

Horaires des visites: Tous les jours de 14h à 15h30 et de 18h à 19h

Et en plus de 9h30 à 10h30 samedis, dimanches et jours fériés

En cas de nécessité l'hôpital peut avoir recours à des interprètes.

➔ Hôpital des accidentés

Garnisonstr. 7, Tel.: (0732)/6920-0

Internet: www.auva.sozvers.at

Horaires des visites: Tous les jours de 13.00 à 19.00 heures

Et en plus de 9.00 à 11.00 samedis, dimanches et jours fériés.

Quel hôpital a un service d'urgence?

- ➔ Hôpital régional pour les femmes et hôpital des enfants (Landes-Frauen- und Kinderklinik Linz)
- ➔ Maison de santé Wagner Jauregg (Landesnervenklinik Wagner Jauregg)
- ➔ Hôpital des accidentés (Unfallkrankenhaus)
- ➔ Consultations externes accident du CHR (Unfallambulanz des Allgemeinen Krankenhauses Linz (AKH))

Vous trouvez les autres hôpitaux de service dans **les quotidiens** ou sur

Internet: www.linz.at/AKH/akh_12648.asp

Séjour à l'hôpital

Veillez tenir votre **numéro d'assuré (carte verte d'assurance/ «e-card»)** prête lors de votre entrée à l'hôpital et si existante, la feuille de renvoi correspondante. Soyez à l'heure convenue au rendez-vous.

(Si vous êtes patient de classe spéciale, vous devez donner en plus le numéro de police de votre assurance complémentaire et signer une déclaration d'engagement.)

Coût du séjour à l'hôpital

L'assurance prend en charge, à l'exception d'une petite somme que vous devez payer (forfait), les frais de votre séjour à l'hôpital.

Forfait hospitalier

pour l'assuré: 8,13 euros par jour

mais au plus 28 jours dans l'année civile. Ce qui veut dire que si dans l'année, vous avez passé plus de 28 jours à l'hôpital, vous n'aurez aucun forfait à payer pour les jours suivants.

Vous ne payez pas de forfait, si vous êtes exonéré de la taxe d'ordonnance (ou si vous avez une assurance complémentaire.)

Forfait hospitalier

Pour les personnes à charge: entre 13 euros et 14,40 euros par jour (28 jours par an au maximum.)

Vous ne payez néanmoins pas de forfait pour les accouchements.

Dans la règle, les frais sont à régler dès le jour de la sortie. Si vous sortez un samedi, un dimanche ou un jour férié, la facture vous sera envoyée.

Consultations externes

Dans les hôpitaux, il y a des services spéciaux (par ex. urgences, O.R.L., stomatologie...) où vous pouvez rentrer chez vous aussitôt après le traitement.

Pour les contrôles après un séjour à l'hôpital, vous devez aussi la plupart du temps vous rendre aux consultations externes.

Il se peut que votre médecin vous renvoie pour des examens complémentaires aux consultations externes d'un hôpital.

Le week-end et les jours fériés, les consultations externes des services d'admission des hôpitaux sont ouvertes (pas besoin de feuille de maladie/ «e-card»).

4 AIDE POUR L'ÂME

Des évènements de poids (perte d'un emploi, mort d'un proche, difficultés financières, séparation...) signifient des changements conséquents dans la vie et bouleversent l'équilibre de l'âme. Si vous êtes complètement désespéré et que vous ne savez plus comment continuer ou si vous avez l'impression de tout faire de travers, n'hésitez pas à avoir recours à une aide professionnelle (psychologues, psychiatres, psychothérapeutes).

Crises psychiques:

- Renfermement, manque d'entrain
- Comportement désagréable inexplicable
- Idées qui ne peuvent pas être comprises et sentiments qui semblent étranges ou inadaptés.
- Comportement agressif et hypersensible
- Retrait sur soi-même (calme, désintéressé)

Les gens de votre entourage qui se trouvent dans une crise psychique ont besoin de soutien.

Ne pas détourner les yeux et aller à leur rencontre de façon active est important. Un comportement adéquat peut éviter des états encore pires.

Comment pouvez-vous aider?

- Ne pas détourner les yeux et ignorer le problème; aller de façon active à l'encontre de la personne concernée.
- Accepter la situation et l'humeur de l'autre personne.
- Essayer de se mettre à la place de l'autre sans juger.
- Mettre ses propres principes et systèmes de valeurs de côté.
- Écouter et prendre du temps.
- Donner peu de conseils et se contenter d'être là.
- Entreprendre des mesures actives sans discussion.
- Avoir recours à une aide professionnelle quand on ne sait plus quoi faire.

(Source: *pro mente* – Haute-Autriche, brochure «quand tout nous dépasse...»)

⚠ Veuillez prendre en considération:

Les indices d'**intentions de suicide** exprimés par les personnes concernées sont à prendre au sérieux dans tous les cas.

En situation critique, organisez une aide professionnelle.

Prenez soin de santé psychique!

Les dix points suivants peuvent vous y aider:

1. s'accepter soi-même
2. en parler
3. rester actif
4. apprendre quelque chose de nouveau
5. rester en contact avec ses amis
6. faire quelque chose de créatif
7. s'intéresser
8. demander de l'aide
9. se détendre
10. ne pas se négliger ou baisser les bras

(Source: pro mente – Haute-Autriche, brochure «quand tout nous dépasse... »)

En cas d'urgence:

➔ **Service d'urgence psychosociale (Psychosozialer Notdienst)**

Appel d'urgence en cas de crise psychique
Figulystr. 32, 4020 Linz
Tel.: (0732)/651015

➔ **Centre d'intervention de crise (Kriseninterventionszentrum)**

Centre de thérapie pour personnes en crise psychique
Hessenplatz 9, 4020 Linz
Tel.: (0732)/2177
Du lundi au vendredi de 8h00 à 19h00

➔ **SOS soutien moral 142 (Notruf Telefonseelsorge)**

➔ **Maison de santé Wagner-Jauregg**

Wagner-Jauregg-Weg 15, 4020 Linz
Tel.: (0732)/6921-0

Conseils et accompagnement dans les crises psychiques

➔ **Consultations externes interculturelles, Maison de la santé Wagner Jauregg**

Interkulturelle Ambulanz, Landesnervenklinik Wagner Jauregg
Lors de maladies psychiques aiguës ou graves offre de traitement spécial avec traducteur (sur rendez-vous)
Wagner-Jauregg-Weg 15, 4020 Linz
Tel. (0732)/6921-26531
Mardi 13 – 15 heures, vendredi 9 – 11 heures

➔ **Centre de conseils psychosociaux Linz-centre, Pro mente**

Scharitzerstr. 16, 4020 Linz
Tel: (0732)/668238
e-mail: psb.linz.mitte@promenteoee.at

➔ **Centre de conseils psychosociaux Linz-sud, Pro mente**

Wiener Str. 486, 4030 Linz

Tel: (0732)/318924

e-mail: psb.linz.sued@promenteooe.at

Madame Zarfina Helac, psychologue, consultations, psychothérapies en langue **bosniaque/croate/serbe**

➔ **Point, centre de conseils pour les questions de dépendance, Pro mente**

Starhembergstr. 11/2, 4020 Linz

Tel.: (0732)/770895-0

(il est demandé de prendre rendez-vous par téléphone)

Horaires d'ouverture:

Lundi, vendredi 10 – 16 heures

Mardi, jeudi 12 – 18 heures

➔ **Centre psychosocial Linz-Urfahr, Exit sozial**

Consultations, interventions de crise, psychothérapies

Wildbergstr. 10a, 4040 Linz

Tel.: (0732)/719719 à toute heure

e-mail: psz.linz@exitsozial.at

➔ **Consultations externes socio-psychiatriques, Exit sozial**

Examens neurologiques et thérapies, consultations médicales, psychothérapies, prise en charge par un personnel de soins diplômé, conseils pour les proches.

Wildbergstr. 10a, 4040 Linz

Tel.: (0732)/700595

e-mail: ambulanz@exitsozial.at

Horaires d'ouverture

Lundi, mercredi 9 – 13 heures

Mardi, jeudi 14 – 18 heures

Vendredi 9 – 15 heures

- **Prise en charge mobile, Exit sozial**
 Consultations et accompagnement dans votre appartement.
 Wildbergstr. 10a, 4040 Linz
 Tel.: (0732)/716963
 e-mail: mobet@exitsozial.at

- **migrare**
Centre pour les migrants de Haute-Autriche
 Humboldtstr. 49, 4020 Linz
 Madame Sebiha Muslu, **conseils pour la vie au quotidien et pour la vie sociale en langue turque et en langue allemande.**
 Rendez-vous au (0732)/667365-12

- **„Volkshilfe“ Secours populaire – Accompagnement des réfugiés Haute-Autriche:**
OASIS Accompagnement psychothérapeutique des réfugiés
 Schillerstr. 34, 4020 Linz
 Tel.: (0732)/603099
 e-mail: therapieprojekt@volkshilfe-ooe.at

- **BILY - Centre de conseils pour l'adolescence, la famille et la sexualité**
 Weißenwolffstr. 17a, 4020 Linz
 Tel. (0732)/770497
 e-mail: bily@cybertown.at
 Horaires d'ouverture:

Lundi	15 – 18 heures
Mercredi	17 – 20 heures
Jeudi	12 – 15 heures

 et sur rendez-vous

- **PGA – Association pour le travail prophylactique**
 Kaplanhofstraße 1, 4020 Linz
Psychothérapie gratuite
 Contact téléphonique et rendez-vous au
 0699/177771239
 tous les mercredis de 9 à 10 heures.

5 RETROUVER LA SANTÉ ...

Médicaments et ordonnances

The image shows a standard French medical prescription form. It is mostly blank, with a large, semi-transparent watermark reading 'MUSTER' diagonally across the center. The form contains various fields for patient information, doctor details, and medication instructions, but no text is filled in.

Ordonnance

Si pour votre santé, votre médecin vous prescrit des médicaments, il vous délivre une **ordonnance**.

Si vous présentez cette ordonnance (dûment remplie) dans une pharmacie, vous recevrez les médicaments nécessaires.

Vous ne devez pas payer le prix réel (qui peut en partie être très élevé), mais pour chaque médicament une **taxe d'ordonnance de 4,45 euros** directement à la pharmacie

Exonération de la taxe d'ordonnance:

Si vos revenus mensuels bruts ne dépassent pas les limites suivantes, vous pouvez faire une demande à la caisse régionale de la maladie pour être exonéré de la taxe d'ordonnance

€ 662,99	pour les célibataires
€ 1.030,23	pour les couples

(Cette limite peut être relevée pour chaque enfant qui vit avec vous dans votre foyer ou sur preuve d'une hausse des dépenses due à la maladie ou à l'état de faiblesse.)

Autorisation pour certains médicaments

Certains médicaments ne peuvent être délivrés qu'après autorisation du médecin chef de service de la caisse d'assurance. Votre médecin vous informera en cas de nécessité. (Pour les médicaments qui nécessitent l'accord du médecin chef et que vous devez prendre sur une longue période, il peut vous être délivré une ordonnance renouvelable.)

Ordonnances privées:

Les médicaments prescrits par un médecin à honoraires libres doivent dans un premier temps être payés en totalité. Vous pouvez ensuite demander le remboursement à la caisse régionale de maladie en présentant l'ordonnance et la facture.

❗ **Conseil:** Laissez-les transformer en ordonnance de caisse à la caisse régionale de maladie et vous n'aurez ainsi aucun autre frais que ceux de taxe d'ordonnance.

Moyens homéopathiques

La composition des médicaments homéopathiques est entièrement à base de produits végétaux et ils sont aussi délivrés en pharmacie.

Informations importantes sur les médicaments:

A la pharmacie, il sera noté sur la boîte combien vous devez prendre de médicaments et quand:

Par ex. „(1 / 1 / 2)“ signifie que vous devez prendre un comprimé le matin, un à midi et deux le soir ou „(1 / - / 1)“: un comprimé le matin, pas à midi et un le soir.

- Veuillez respecter la dose prescrite par votre médecin! Si vous ne supportez pas un médicament, (effets secondaires) informez votre médecin aussi vite que possible!
- Respectez la durée du traitement. Vous ne devez pas interrompre la prise de médicaments par vous-même!
- Certains médicaments doivent être conservés au réfrigérateur. Veuillez respecter les indications de la boîte!
- S'il vous a été prescrit un médicament que vous devez prendre de façon permanente, pensez à vous faire délivrer une nouvelle ordonnance à temps.
- Lors de l'utilisation de médicaments que vous avez déjà à la maison, veuillez respecter les dates de péremption!
- Ne jetez pas les médicaments périmés à la poubelle, mais rapportez-les dans une pharmacie!

Les médicaments qui peuvent être délivrés sans ordonnance

Il y aussi des médicaments contre des affections bénignes et passagères que vous pouvez acheter au prix normal à la pharmacie (médicaments anti-douleurs, comprimés contre le mal de gorge, sirop,... Laissez-vous conseiller à la pharmacie!

Les pharmacies à Linz



Vous trouvez des pharmacies partout où vous voyez ce signe.

Vous trouverez les adresses des pharmacies de permanence de **nuit** ou de **week-end** et **jours fériés** dans les journaux quotidiens et sur les panneaux indicateurs des pharmacies de votre lieu de résidence.

Renseignements téléphoniques:

Alliance des Samaritains („Samariterbund“): (0732)/2124

Croix-Rouge („Rotes Kreuz“): (0732)/7644-0

Centre de gestion des secours („Rettungsleitzentrale“): (0732)/2144

Renseignez-vous dans votre pharmacie du planning des pharmacies de permanence.

Si vous avez recours aux services d'une pharmacie de nuit ou le week-end et les jours fériés, vous devez payer un **supplément** de **1,20 euros** (de jour) et **3,60 euros** (de nuit entre 20 heures et 8 heures).

6 RESTER EN BONNE SANTÉ ...

Il y a en Autriche différentes offres qui vous aident à être et à rester en pleine santé.

Bilan de santé (=Visite de prévention)

Même si vous vous sentez en pleine forme, un contrôle médical de votre état de santé devrait aller de soi. Dans de nombreux cas, le dépistage précoce des maladies permet d'éviter les premiers symptômes et une guérison plus facile et plus rapide.

Si vous avez plus de 19 ans, vous avez droit à une visite de prévention gratuite par an (il n'y a pas de taxe de feuille de maladie).

Le programme de base de la visite de prévention comprend:

- Analyse de sang
- Analyse d'urine (uroscopie)
- Recherche de traces de sang dans les selles (à partir de 40 ans)
- Entretien sur les maladies antérieures et sur les troubles actuels
- Examen général du corps (y compris seins/ prostate)
- Prise de la tension
- Entretien final

Lors de l'entretien final, vous êtes informé des résultats de la visite et vous recevez des conseils du médecin pour réduire vos facteurs de risque et pour vivre plus sainement.

La consultation spéciale de prévention chez le gynécologue comprend entre autre un entretien sur l'historique de vos maladies et un frottis de prévention du cancer.

Pour les femmes de plus de 40 ans est aussi prévue une radiographie de la poitrine (mammographie).

Utilisez pour cela votre consultation de santé annuelle! Par exemple à la caisse régionale de maladie de Haute-Autriche (OÖGKK):

➤ Visites de prévention


Gruberstr. 77, 4020 Linz

Inscriptions: Tel.: (0732)/78 07-22 98

e-mail: vorsorgeuntersuchung@oegkk.at

Centres de conseils pour parents et mères

Pour les questions de santé de votre bébé ou de votre enfant en bas âge, les centres de conseils parents-mères offrent **gratuitement** les **conseils** d'un **pédiatre**: alimentation, soins des enfants, vaccinations.

- 
- ➔ **Am Bindermichl**, Am Bindermichl 66, 4020 Linz
Tel.: (0732)/344249
Vendredi 9 - 11.30 heures
 - ➔ **Auwiesen**, Allendeplatz 4, 4030 Linz
Tel.: (0732)/311742
Lundi 14.30 - 17 heures, jeudi 9 - 11.30 heures
 - ➔ **Biesenfeld**, Dornacher Str. 7, 4040 Linz
Tel.: (0732)/243561
Lundi, mercredi 14 - 16.30 heures, vendredi 9 - 11.30 heures
 - ➔ **Ebelsberg-Ennsfeld**, Hofmannsthalweg 8, 4030 Linz
Tel.: (0732)/301056-18
Lundi, vendredi 9 - 11.30 heures, mercredi 14.30 - 17 heures
 - ➔ **Europastraße**, Europastr. 12, 4020 Linz
Tel.: (0732)/371375
Lundi 14.30 - 17 heures
 - ➔ **Franckstraße** (Dorfhalle), Franckstr. 68, 4020 Linz
Tel.: (0732)/654541-14
Mercredi 14.30 - 17 heures
 - ➔ **Hertzstraße**, Hertzstr. 18, 4020 Linz
Tel.: (0732)/331406
Mardi 14.30 - 17 heures
 - ➔ **Karl-Steiger-Straße**, Karl-Steiger-Str. 2, 4030 Linz
Tel.: (0732)/302071
Jeudi 14 - 16.30 heures
 - ➔ **Landeskinderklinik**, Krankenhausstr. 26, 4020 Linz
Tel.: (0732)/6923-0
Jeudi 9.30 - 11.30 heures
 - ➔ **Leonfeldner Straße**, Leonfeldner Str. 102a, 4040 Linz
Tel.: (0732)/731269
Mercredi 14.30 - 17 heures

- ➔ **Neues Rathaus**, Hauptstraße 1 – 5, 4041 Linz,
Eingang Fiedlerstraße
Tel.: (0732)/7070-2656
Jeudi 14.30 - 17 heures
- ➔ **Pichling**, Heliosallee 84, 4030 Linz
Tel.: (0732)/320071
Mardi 14 - 16.30 heures
- ➔ **Rohrmayrstraße**, Rohrmayrstr. 1, 4030 Linz
Tel.: (0732)/82008
Mardi 14.30 - 17 heures
- ➔ **Tegetthoffstraße**, Tegetthoffstr. 23, 4020 Linz
Tel.: (0732)/653568
Mardi, jeudi 14.30 - 17 heures
- ➔ **Zaunmüllerstraße**, Zaunmüllerstr. 4, 4020 Linz
Tel.: 0664/4745002
Mardi 14.15 - 16.45 heures

Vaccinations

La vaccination est une protection efficace contre certaines maladies graves, par exemple contre les tiques (FSME), la poliomyélite, la diphtérie, rougeole oreillons rubéole... Un carnet de vaccination aide à garder une vue d'ensemble sur tous les vaccins. En cas de maladie, le médecin traitant peut constater d'un seul coup d'oeil si les vaccinations sont à jour.

Vaccination contre les tiques (FSME)

La morsure d'une tique peut déclencher des maladies graves. Les suites de ces maladies peuvent conduire à la paralysie et à la mort. Le seul moyen efficace de se protéger est la vaccination.

- ➔ possible à l'âge d'un an accompli, la vaccination de base comprend 3 vaccinations partielles.
Durée de la protection: au moins trois ans, un rappel de vaccination est ensuite conseillé.

Hépatite A/Hépatite B

Transmission du virus de l'hépatite a : eau insalubre ou contact avec une personne infectée.

- ➔ Vaccination combinée (A+B)
On est protégé de l'hépatite A au moins 10 ans et plusieurs années de l'hépatite B.

Tétanos

Les spores sont présents dans les sols du monde entier et ont une durée de vie illimitée. Des spores peuvent pénétrer dans une plaie souillée possible dès l'âge de 7 ans

- ➔ 2 vaccinations partielles à 4 semaines d'écart et une troisième vaccination 6-12 mois plus tard. Rappel tous les 10 ans.

Vaccination contre la grippe

Particulièrement conseillée aux plus de 60 ans et aux malades chroniques

- ➔ vaccination unique pour un an.

(Vue d'ensemble « Vaccination » selon la brochure « Rester en bonne santé et comment agir en cas de maladie, Croix-Rouge, 2003)

Les enfants et les adolescents sont particulièrement exposés à des risques d'infestions, les vaccinations préventives sont donc très importantes pour eux. Grâce à une vaccination à temps, vous restez, vous et votre famille en bonne santé!

Le service de vaccinations du département de la santé de la ville de Linz vaccine contre...

- ➔ la diphtérie, le tétanos
- ➔ la coqueluche
- ➔ l'haemophilus influenzae b (méningite de l'enfant)
- ➔ la poliomyélite (paralysie infantile)
- ➔ la rougeole- les oreillons- la rubéole
- ➔ l'hépatite B
- ➔ les tiques
- ➔ la grippe

Ces vaccinations (à l'exception de la vaccination contre les tiques et la grippe) sont gratuites pour les enfants de moins de 15 ans. Demandez le coût des différentes vaccinations pour les adultes au département de la santé de la ville de Linz.

Département de la santé de la ville de Linz, service des vaccinations

Gesundheitsamt der Stadt Linz, Impfservice

Neues Rathaus, Hauptstr. 1-5, 4041 Linz

Tel.: (0732)/7070-2631, e-mail: impfservice@mag.linz.at

Lundi - vendredi: 7.30 - 12 heures

Lundi et jeudi: 14 - 17 heures

Protection contre le sida

Sida (faiblesse immunitaire transmise) désigne une maladie transmissible causée par un virus (HIV=virus de détérioration immunitaire humain). Être infecté-HIV ou HIV-positif signifie qu'une infection par le virus est présente. A la suite de l'infection survient une détérioration du système immunitaire, cela peut durer plusieurs années. Pendant cette période, on ne se sent pas malade, mais on peut transmettre le virus à d'autres personnes. Une guérison du sida n'est actuellement pas possible. Mais si on est informé à temps de la présence d'une infection HIV, on peut soutenir le système immunitaire par la prise de médicaments et repousser voir empêcher la déclaration de la maladie.

L'infection par le virus peut avoir lieu lorsque du sang, du sperme ou du liquide vaginal contenant le virus pénètre dans le corps (par plaies ouvertes ou muqueuses).

Les autres sécrétions corporelles (salive, sueur) ne sont pas contagieuses. Les relations sexuelles non protégées sont le moyen de transmission le plus fréquent. Pour cette raison, utilisez systématiquement un **préservatif**. De la même façon, l'utilisation de la même aiguille et de la même seringue par plusieurs personnes représente un grand danger de contamination (toxicomanes).

Il n'y a aucun danger lors de contacts corporels ou cutanés comme par exemple poignées de main, caresses, toux, éternuements, utilisation de la même vaisselle.

Lorsque vous donnez des soins de **premiers secours**, mettez toujours, pour votre protection, quand il y a des plaies ouvertes des **gants jetables** (à conserver dans la voiture) et remplacez-les par des nouveaux après emploi. Même lors de la respiration artificielle bouche à nez (ou bouche à bouche) utilisez en prévention un **coupon spécial** (à usage unique).

Le «**test du sida**» exécuté **gratuitement et de façon anonyme** par «l'aide sida de Haute-Autriche» permet de vérifier si une personne est infectée-HIV ou non. «Aide sida» offre conseils et accompagnement si le test est positif (= le virus est présent).

➔ Aide sida (Aidshilfe Oberösterreich)

Langgasse 12, 4020 Linz

Tel.: (0732)/2170

e-mail: office@aidshilfe-ooe.at

Lundi 14 – 18 heures, mercredi 16 – 20 heures, vendredi 10 –14 heures

Activité physique

L'activité physique est très importante pour votre santé. Il n'est pas nécessaire que ce soit toujours du sport, le jardinage aussi (par ex. tondre) renforce certains muscles. Il est cependant nécessaire d'avoir une activité physique au cours de la journée pour éviter une musculation déséquilibrée de votre corps.

Quelques conseils d'activité physique:

- ➔ éviter les ascenseurs, monter les escaliers
- ➔ utiliser les petits chemins, tout mouvement compte
- ➔ oublier la voiture pour les trajets courts
- ➔ aller au travail en vélo
- ➔ trouver un sport qui vous plaît
- ➔ aller vous promener au moins 3 fois par semaine 15 minutes ou courez
- ➔ au travail tendez et détendez vos muscles régulièrement pendant deux minutes
- ➔ 10 Minutes d'activité physique sont mieux que pas du tout!

Alimentation

Une alimentation équilibrée est importante pour votre santé. Le corps doit être nourri avec les aliments nutritifs nécessaires (protides, lipides, glucides, vitamines...)

Grâce à une alimentation adéquate, on peut limiter certains risques de maladie. Si vous mangez trop gras, vous augmentez les risques de souffrir d'hypertension (risque d'infarctus), de maladies articulaires, de rhumatismes, de maladies de métabolisme (goutte, diabète) ou de cancers. Il n'est ni nécessaire d'éviter strictement certains aliments, ni d'en consommer d'autres en quantité exagérément importante. La répartition en bons et mauvais aliments n'est pas non plus utile. Dans le cadre d'une alimentation saine, le plus important est le bon dosage et la bonne quantité, qu'il s'agisse de graisses, de sel ou de sucre.

Si vous avez des questions sur le thème de «l'alimentation», les collaborateurs du département de la santé vous conseillerons volontiers. Veuillez prendre rendezvous par téléphone.

➔ Département de la santé de la ville de Linz (Gesundheitsamt der Stadt Linz)

Hauptstr. 1-5, 4041 Linz

Tel.: (0732)/7070-2617

e-mail: gesundheitservice@mag.linz.at

La pyramide alimentaire

... en bas à volonté, en haut avec modération!

Friandises et alcool

consommés avec excès, ils peuvent aggraver ou déclencher des problèmes de santé.

Graisses, huiles, noix

livrent des réserves énergétiques et rendent beaucoup de vitamines liposolubles utilisables. Avec une ou deux cuillères à soupe d'huile (assaisonnement, huile de cuisson) notre besoin journalier est couvert. Les noix contiennent de précieux acides gras, mais elles sont très caloriques.

Viande, poisson, charcuterie, oeuf

contiennent beaucoup de graisses et de cholestérol. Limitez votre consommation de viande à 2-3 fois par semaine. Le poisson est une alternative à la viande qui est pauvre en graisses.

Lait, fromage et produits laitiers

apportent du calcium et des protéines. Faites attention à la quantité de lipides. Les produits légers n'ont pas moins de calcium, mais moins de graisses et moins de calories.

Légumes, salades et fruits

contiennent en particulier beaucoup de vitamines, de minéraux et de fibres. Mangez au moins 5 portions de fruits et légumes par jour et achetez des produits saisonniers.

Pain, garniture et légumineuses

Le pain et les garnitures à base de céréales donnent de l'énergie et un sentiment de satiété, ils apportent des protéines végétales, des vitamines, des minéraux et des fibres. Préférez les produits complets. Les légumineuses (petit-pois, haricots) contiennent beaucoup de protéines végétales.

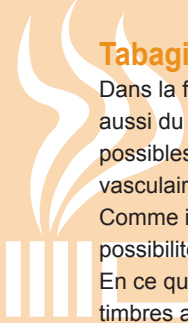
Eau, thé, café

Buvez tous les jours au moins 2 litres d'eau du robinet ou d'eau minérale et des infusions ou tisanes sans sucre. Les limonades et les sodas ne sont pas appropriés pour couper la soif! Ne buvez pas plus de 2 tasses de café ou thé noir ou vert par jour (la caféine déshydrate le corps)!

(Source: caisse régionale d'assurance de Salzbourg, <http://esv.sgkk.at>)

Conseils pour une alimentation saine:

- repas réguliers
- fruits, légumes, salades tous les jours
- mangez lentement et mâchez bien
- mangez du pain foncé légèrement tartiné de produits peu caloriques
- rassasiez-vous avec les légumes et la garniture. La viande est seulement là pour le goût
- ne grignotez pas. Mangez plutôt un fruit que des sucreries
- suffisamment de liquides à faible apport calorique
- L'alcool est un produit de luxe et ne coupe pas la soif!

Tabagisme

Dans la fumée du tabac, on trouve à côté de la nicotine et des goudrons aussi du monoxyde de carbone et d'autres substances chimiques. Les suites possibles du tabagisme sont la bronchite chronique, les maladies cardio-vasculaires, les cancers des voies respiratoires, de la langue ou des poumons. Comme il n'est pas toujours facile d'arrêter de fumer, il y a par exemple la possibilité de participer au programme gratuit de désintoxication des fumeurs. En ce qui concerne les possibilités de remplacement de la nicotine, (par ex. timbres anti-tabac) demandez conseil à votre médecin de famille.

Dents saines

La carie est la maladie la plus largement répandue. Par une prévention adéquate (hygiène de la bouche, apport suffisant de fluor, bonne alimentation et visites régulières chez le dentiste), on peut éviter les maladies des gencives et des dents.

Pour garder vos dents saines longtemps, vous devez apprendre dès l'enfance à leurs apporter les bons soins et à les effectuer de façon conséquente.

Les caries peuvent être évitées en suivant les conseils suivants:

- plus de légumes, pain, lait à la place des collations molles et sucrées et des jus de fruits.
- se laver les dents 2x par jours (après les repas et plus particulièrement avant d'aller se coucher).
- enlever les restes de nourriture après les repas, rincer avec de l'eau particulièrement après les plats acides et les jus de fruits.

- ➔ la brosse à dent idéale est plutôt souple avec une petite tête et a des fibres en matière synthétique. Changez de brosse à dent au moins 4x par an contre une neuve
- ➔ le dentifrice au fluor améliore la résistance de la dent à la carie
- ➔ allez 2x par an chez le dentiste.

Les dents malades sont une «cachette» pour les bactéries. De là, elles peuvent passer par l'intermédiaire du sang dans tout le corps. Des problèmes coronaires, circulatoires, musculaires et articulaires peuvent en être la conséquence.

„Kompetente Experten stehen Ihnen jetzt jeden Dienstag bis 19 Uhr für alle Fragen zum Arbeits- und Sozialrecht telefonisch zur Verfügung. Für persönliche Beratung vereinbaren Sie Ihren individuellen Termin.“
 Dr. Johann Kallweit, AK-Präsident

Jetzt jeden **DIENSTAG** bis 19 Uhr

AK-SERVICE: 050-69061

AK für ganz Oberösterreich zum Großteil

www.arbeiterkammer.com **AK** Oberösterreich

7 AFFAIRE DE FEMMES...

Grossesse



Si vous attendez un enfant, vous devez aller dès le début de votre grossesse régulièrement chez un gynécologue. Vous y recevrez un **carnet mère-enfant**.

Avec le carnet mère-enfant, vous avez **accès gratuitement à un programme d'examens** pendant la grossesse et la première année de votre enfant. C'est le seul moyen de reconnaître de façon précoce les maladies et de les traiter à temps.

Le carnet mère-enfant est remis en début de grossesse.

Pendant la grossesse, 6 examens gynécologiques sont prévus dans un calendrier préétabli. 2 échographies et un examen interne sont prévus. Pour votre enfant, 9 examens au total seront accomplis entre la première semaine de vie et le cinquième anniversaire.

Les résultats des examens seront notés par le médecin (gynécologue, pédiatre, médecin généraliste) dans le carnet mère-enfant.

Veillez retenir que les examens de grossesse combinés aux examens de l'enfant jusqu'au 14^{ème} mois sont une condition pour pouvoir recevoir l'intégrité de l'allocation parentale d'éducation même après le 21^{ème} mois!

Où recevez-vous le carnet mère-enfant?

- ➔ Chez le gynécologue
- ➔ Chez votre médecin généraliste
- ➔ Au département de la santé de la ville de Linz
- ➔ Aux consultations externes des hôpitaux qui ont un service de maternité

Il n'y a **pas de taxe de feuille de maladie** à payer.

Vous devriez absolument veiller à:

- ➔ toujours porter le carnet mère-enfant sur vous pendant votre grossesse, dans votre propre intérêt. En cas d'urgence, on pourra vous aider plus rapidement
- ➔ Faites faire et noter tous les examens dans les délais prévus
- ➔ Les examens prévus dans le carnet mère-enfant sont la condition de base pour l'obtention de l'allocation parentale d'éducation
- ➔ Pendant la grossesse, vous devez vous ménager et ne pas vous surmener physiquement
- ➔ Si vous avez une activité professionnelle, il est fixé par la loi que vous ne devez pas travailler 8 semaines avant la naissance et 8 semaines après la naissance (protection de la mère).

Allocation mère-enfant du Land de Haute-Autriche

Le Land de Haute-autriche accorde une allocation mère-enfant de 370 euros (paiement en 2x de chacune 185 euros).

Pour avoir droit à cette aide financière, il faut passer les examens prévus dans le **«cahier de prévention»**. Vous recevrez le «cahier de prévention» chez le médecin généraliste, chez le pédiatre ou chez le gynécologue. (Si votre domicile principal est à Linz, vous n'avez pas besoin d'attestation de domicile de la commune pour le formulaire de demande.)

Soutien pendant la grossesse

➔ Cours de préparation à l'accouchement

Suivez, si possible, un cours de préparation à l'accouchement. Vous y serez en contact avec d'autres femmes qui attendent un enfant et recevrez des conseils importants pour la période de la grossesse, de l'accouchement, des premiers temps avec le bébé. Tous les hôpitaux qui ont une maternité, mais aussi différents gynécologues, la Volkshochschule (VHS) et les centres parents-enfant offrent ces cours. Renseignez-vous!

Conseils pour la grossesse

Si vous avez besoin de conseils pendant la grossesse, vous trouverez à Linz de l'aide dans les établissements suivants:

➔ C.H.R de la ville de Linz (Allgemeines Krankenhaus der Stadt Linz)

Service gynécologie

Krankenhausstr. 9, 4020 Linz

Tel.: (0732)/7806-0

Lundi - vendredi 9 – 10 heures

Mardi – jeudi 14 – 15 heures

(En cas de nécessité une traductrice peut être engagée par l'hôpital)

➔ Institut pour le conseil aux familles et aux adolescents de la ville de Linz (Institut für Familien- und Jugendberatung der Stadt Linz)

Pfarrgasse 7, 4. Stock, 4020 Linz

Tel.: (0732)/7070-1660

e-mail: inst.fjb@ajf.mag.linz.at

Il est demandé de prendre rendez-vous!

(En cas de nécessité une traductrice peut être engagée par l'hôpital)

➔ Zoe Schwangerschaftsberatung

Bürgerstr. 1, 4020 Linz

Tel.: (0732)/778300

Internet: www.zoe.at; e-mail: office@zoe.at

Lundi - jeudi de 8h30 à 12h00

(Consultation après prise de rendez-vous par téléphone)

Quand votre enfant vient au monde...

Accouchement à L'hôpital

A Linz, vous pouvez accoucher dans les hôpitaux suivants:

- ➔ C.H.R pour les femmes et les enfants
- ➔ C.H.R de la ville de Linz
- ➔ Hôpital des frères de la Miséricorde
- ➔ Hôpital des Diaconesses (assurance complémentaire nécessaire!)
(Vous trouverez toutes les adresses et les numéros de téléphone dans cette brochure à la page 31)

Lorsque vous avez porté votre choix sur un hôpital, inscrivez-vous dès que possible pour l'accouchement. Le mieux est de le faire dans les premiers mois de la grossesse!

Vous avez la possibilité de visiter la maternité et la salle de travail avant l'accouchement.

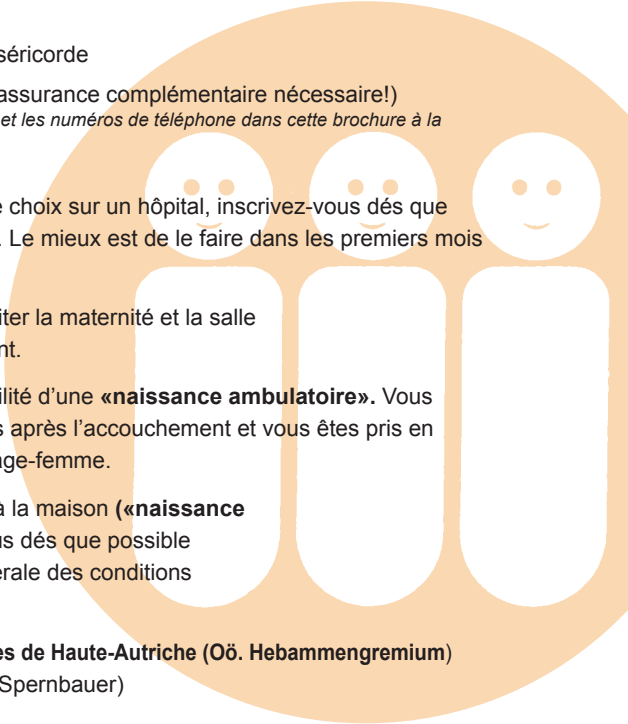
En outre, il y a aussi la possibilité d'une «**naissance ambulatoire**». Vous quittez déjà l'hôpital 24 heures après l'accouchement et vous êtes pris en charge à la maison par une sage-femme.

Si vous souhaitez accoucher à la maison («**naissance à la maison**») renseignez-vous dès que possible auprès d'une sage-femme libérale des conditions nécessaires :

- ➔ **Organisme des sage-femmes de Haute-Autriche (Öö. Hebammengremium)**
(Tel. 0676/ 6841844, Frau Spornbauer)

Visite de prévention gynécologique

Pour reconnaître certaines maladies de façon précoce et pour pouvoir les traiter, il est important que vous consultiez **tous les 6 mois** un gynécologue. Le frottis de prévention du cancer et l'examen de la poitrine font partie de cette visite.



Pour plus d'informations sur le thème de la santé de la femme:

➔ **Centre de santé pour les femmes linzaises**

(Linzer Frauen Gesundheitszentrum)

Kaplanhofstr.1, 4020 Linz, Tel.: (0732)/774460

e-mail: office@fgz-linz.at; Internet: www.fgz-linz.at

Horaires d'ouverture:

Lundi, jeudi, vendredi 9 – 12 heures

Mardi 13 – 16 heures, Mercredi 15 - 19 heures

Contraception et planification familiale (pas seulement une affaire de femmes ...)

Pour éviter une grossesse involontaire, un grand nombre de méthodes de contraception différentes sont à votre disposition.

Méthode de contraception • pour qui? Sécurité

Pilule • Femme	Très sûre, mais effets secondaires désagréables possibles.
Préservatif • Homme	Meilleure protection contre la contamination par le sida. Relativement sûr quand il est bien utilisé.
Stérilisation • Femme/homme Ligatures des trompes ou résection des canaux déférents)	Très sûr, seulement pour les couples qui ne veulent plus avoir d'enfants.
Injection de dépôt • Femme (Injection hormonale, 4x par an)	Très sûr, seulement pour les femmes de plus de 40 ans qui ne veulent plus avoir d'enfants
Stérilet • Femme	Relativement sûr
Suppositoire • Femme	Très peu sûr
Coitus Interruptus • Homme (Retrait du pénis peu avant l'éjaculation)	Très peu sûr
Suivant le calendrier • Femme	Très peu sûr

(Vue d'ensemble selon la brochure « Rester en bonne santé et comment agir en cas de maladie, Croix-Rouge, 2003)

Laissez-vous conseiller par votre gynécologue pour savoir quelle est la meilleure méthode de contraception pour vous.

Interruption volontaire de grossesse

Une interruption de grossesse planifiée (avortement) est possible en Autriche avant la fin du troisième mois de grossesse après une consultation médicale (Expiration du délai). A Linz un avortement de grossesse est possible à C.H.R de la ville de Linz (Allgemeines Krankenhaus der Stadt Linz).

8 DEMANDEURS D'ASILE

Depuis le 01.05.2004, il y a en Autriche le système de «prise en charge de base» pour tous les «étrangers» qui nécessitent aide et protection (demandeurs d'asiles, ayants droit à l'asile, réfugiés sans possibilité de retour et autres personnes qui pour des raisons diverses ne peuvent pas être expulsées). Une **assurance maladie** est assurée par la «prise en charge de base».

Pour pouvoir bénéficier des prestations du système de santé (soins médicaux, médicaments nécessaires), les demandeurs d'asile ont besoin, comme tous les autres assurés sociaux d'une **feuille de maladie**. Ils peuvent la recevoir à la **caisse régionale de maladie de Haute-Autriche**. (Parfois, la feuille de maladie est aussi mise à disposition au centre d'hébergement).

➔ Service de Linz – Antenne principale

Gruberstr. 77, 4020 Linz
Tel.: (0732)/7807-0
e-mail: ooegkk@ooegkk.at
Horaire d'ouverture
Du lundi au jeudi
6 - 17 heures
Vendredi 6 - 15 heures

➔ Antenne de Linz Urfahr

Hauptstr. 16 – 18, 4040 Linz
Tel.: (0732)/710261
e-mail: urfahr@ooegkk.at
Horaire d'ouverture
Lundi - vendredi de 6h45 à 15h00

➔ Antenne de Linz Kleinmünchen

Zeppelinstr. 58, 4030 Linz
Tel.: (0732)/303741 oder 303742 oder 301899
e-mail: kleinmuenchen@ooegkk.at
Horaire d'ouverture
Lundi - vendredi de 6h45 à 15h00

Veuillez tenir votre numéro de sécurité sociale (carte verte d'assurance/«e-card») prête pour l'établissement de la feuille de maladie. Demandez de l'aide aux personnes responsables de votre centre d'hébergement.

En tant que demandeur d'asile, vous n'avez **pas de taxe d'ordonnance** à payer pour les médicaments qui vous sont prescrits. En outre, vous n'avez **pas de taxe de soins** à payer lors de séjours à l'hôpital.

9 EN CAS D'URGENCE ...

Si vous signalez une urgence, donnez s'il vous plaît les informations suivantes:

Où est-ce que ça s'est passé?

Qu'est-ce qui s'est passé?

Combien y-a-t-il de blessés ou de malades?


De quelles blessures ou maladies s'agit-il?

Numéro d'urgence

*Secours	144
*Pompiers	122
*Police	133
Travailleurs du Samariter Bund	2124
*Médecin d'urgence <i>(seulement le week-end du samedi 7heures du matin jusqu'à 7 heures du matin le prochain jour ouvrable.)</i>	141
SOS centre anti-poison	01/406 43 43
*Conseil au bout du fil: Rat auf Draht <i>(Conseils aux enfants et aux adolescents pour tous les problèmes)</i>	147
*Help line contre les violences faites aux femmes	0800/222 555
Appel d'urgence pour femmes violées	(0732) 602200
Appel d'urgence	(0732) 651015
Centre d'intervention de crise	(0732) 2177
* Appel d'urgence en cas de chagrins de l'âme	142

** Vous pouvez appeler ces numéros d'urgence gratuitement et sans indicatif de toute l'Autriche!*

Vous pouvez trouver l'hôpital de service dans les quotidiens actuels ou sur la page Internet: www.linz.at/AKH/akh_12648.asp



Als ÖGB-
Mitglied
haben Sie die
echten
Vorteile auf
Ihrer Seite.

**Wer dabei ist,
ist besser dran!**

- >> Kollektivverträge
- >> Rechtsschutz
- >> Weiterbildung
- >> Sicherheitspaket
- >> Freizeit & Urlaub

ÖGB | Oberösterreich
www.gewerkschaft-ooe.at


Gold Palast
Uhren und Juwelen

Altgold & Bruchgold Ankauf & Umtausch
www.goldpalast.at
office@goldpalast.at

Filiale GOLD PALAST
Schmidgasse 2
(bei Hauptplatz)
4020 Linz
TEL/FAX: 0732/77 02 80

Filiale ISTANBUL GOLD
Bethlehemstr. 3
4020 Linz
TEL/FAX: 0732/75 06 16

Filiale ISTANBUL GOLD
Stadtplatz 15
4800 Weib
TEL/FAX: 07242/21 04 44

400 - 1000000


LIWEST
Ein Kabel. Alle Medien.



**Plutôt tout de suite
dans ma langue!**

Les clients de LIWEST ont la vie belle.

Car avec le paquet 24VISION ils peuvent profiter de chaînes de télévision dans leur langue maternelle. Et tout cela en qualité numérique. Pour plus d'informations appelez le 0732 | 94 24 24.

LIWEST le programme complet

TÉLÉVISION PAR CÂBLE | INTERNET | TÉLÉPHONE

www.liwest.at

**Par transfert express, nous
comprendons autre chose.**



DenizBank AG 
Partenaire de MoneyGram

4020 Linz Graben 15

1010 Wien Altmannsgasse 17
1040 Wien Währing Gürtel 2462 obähring
1180 Wien Neuarbeiterstraße 13
8020 Innsbruck Mollersstraße 23
8500 Bregenz Röntgenstraße 13

**MoneyGram, le moyen rapide et
sûr d'envoyer et de recevoir de
l'argent dans le monde entier.**

- Transfert en 10 minutes*
- Pas besoin de compte!
- Plus de 75.000 sites dans plus de 170 pays!

Freephone (AUT):
0800 200 288/800 592 3688
www.moneygram.at

*Subject to receiving approval of operator
and local regulations.
TM & © 2015 The MoneyGram Company, Inc.
All rights reserved.

MoneyGram
International Money Transfer





Diese Broschüre wurde gefördert von



Landesrat Josef Ackerl
Landesrätin Dr.ⁱⁿ Silvia Stöger

