

## Selbsthilfe- FORUM

20. September 2010, 14 Uhr  
im DV Selbsthilfe Kärnten

**Schwerpunktthema:**  
**Komplementärmedizin -**

**Dr. Harald STOSSIER**

INFO und Anmeldung: DV Selbsthilfe  
Kärnten, Tel. 0463/50 48 71, E-Mail:  
office@selbsthilfe-kaernten.at



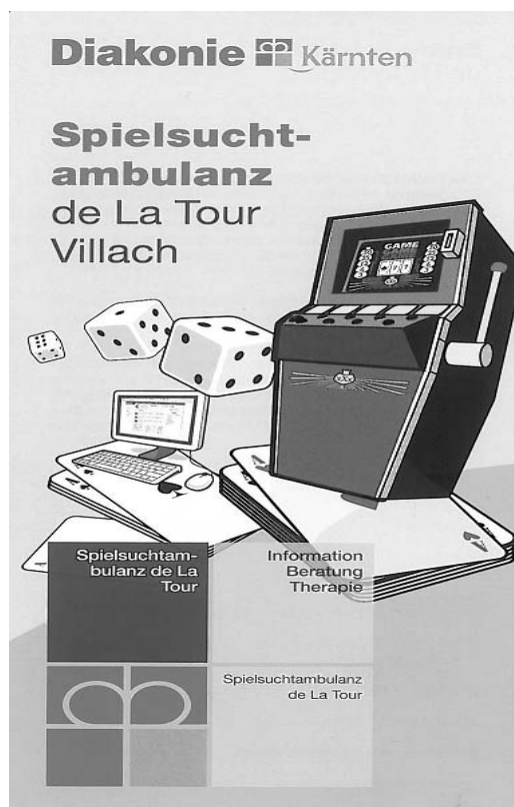
Selbsthilfe  
Kärnten

IN  
FO

4/2010

September / Oktober 2010

# Spielsuchtambulanz eröffnet!



Diakonie Kärnten

**Spielsucht-ambulanz**  
de La Tour  
Villach

Spielsuchtambulanz de La Tour

Information Beratung Therapie

Spielsuchtambulanz de La Tour

Spielen ist grundsätzlich eine Tätigkeit, die in der Regel dem Spaß, der Freude, der Anregung und der Entspannung dient. Diese Form des „sozialen Spielens“ findet in unterschiedlichen sozialen Kontexten statt und verläuft in der Regel risikoarm. Spielen als solches ist noch nicht als problematisch anzusehen, kann aber eskalieren, sich verselbständigen und zu einem schwerwiegenden Problem mit Krankheitscharakter werden. In diesem Zusammenhang sind ca. 1 % der Bevölkerung von der Diagnose „Spielsucht“ betroffen. 3 % der Internetuser weisen einen schädlichen oder abhängigen Umgang mit diesem Medium auf. Der Anteil der Kaufsuchtgefährdeten wird auf 7 % geschätzt. Diese und andere Verhaltenssuchten sind stark im Steigen begriffen.

Die Zunahme dieser Abhängigkeiten ist nicht nur für Betroffene mit enormen Problemen verbunden, sondern betrifft auch deren Umfeld. Um den damit steigenden Bedarf an Beratungs- und Behandlungsmöglichkeiten gerecht zu werden - in Ergänzung zu den bereits bestehenden Behandlungsangeboten - hat die Spielsuchtambulanz de La Tour mit April 2010 ihre Tätigkeit aufgenommen.

#### **Kontakt:**

**Spielsuchtambulanz de La Tour Villach, Nikolaigasse 39, Villach  
Tel. 04242/24368, E-Mail: [spielsuchtambulanz.villach@diakoniekarnten.at](mailto:spielsuchtambulanz.villach@diakoniekarnten.at)**

Das Angebot der Spielsuchtambulanz kann kostenlos und vertraulich genutzt werden.

## Selbsthilfe-Informationsveranstaltung in Seeboden

Im Jubiläumsjahr „20 Jahre Selbsthilfe Kärnten“ veranstaltet der Dachverband *Selbsthilfe Kärnten* am Donnerstag, **21. Oktober 2010** von 16 - 18 Uhr im Kulturhaus in Seeboden (Hauptplatz 1) eine Informationsveranstaltung zum Thema „**Wirkung von Selbsthilfegruppen auf Persönlichkeit und Lebensqualität**“ mit **Univ.-Prof. Dr. Herbert JANIG**.

Die Veranstaltung wird vom Fonds Gesundes Österreich - einem Geschäftsbereich der Gesundheit Österreich GmbH unterstützt!

**„Ich bin froh, dass ich mich überwunden habe. Jetzt kann ich mein Zeugnis zu den Bewerbungsgesprächen mitnehmen.“, Lisa, 17 Jahre**

---

**Jedes Jahr verlassen rund 400 junge Menschen die Kärntner Schulen ohne positiven Hauptschulabschluss. Einen Job zu finden ist für sie besonders schwer - um nicht zu sagen unmöglich. Die Angebote der Kärntner Volkshochschulen bieten Abhilfe: Sie bereiten auf das Nachholen des Hauptschulabschlusses vor.**

---

### **Vorbereitung auf den Hauptschulabschluss – Teilnahme kostenlos**

Die Kärntner Volkshochschulen bereiten seit 2001 auf das Nachholen des Hauptschulabschlusses vor. In Kleingruppen (5-15 Personen) werden die Inhalte der 4. Klasse Hauptschule wiederholt und die TeilnehmerInnen optimal auf die Externistenprüfung vorbereitet. Die Lehrgänge werden vom Europäischen Sozialfonds sowie dem Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Kultur gefördert und sind daher für die TeilnehmerInnen kostenlos. Der dabei erlangte Abschluss bedeutet meist den Start in einen neuen, um vieles besseren Lebensabschnitt: Das Selbstbewusstsein steigt, die Chancen am Arbeitsmarkt vergrößern sich, beruflich umzusatteln wird möglich.

### **Lehrgänge an vier Kärntner Standorten**

Die „Vorbereitungslehrgänge Hauptschulabschluss“ werden in Klagenfurt, Villach, Wolfsberg und Spittal abgehalten. Erwachsene (Mindestalter 16 Jahre) können einzelne Fächer aber auch den ganzen Hauptschulabschluss nachholen.

### **Ansprechperson:**

Mag.<sup>a</sup> Claudia Facciani-Rizzo, Telefon: 0676/845 870 104

WEB: <http://www.vhsktn.at/index.php/bezirke/hauptschul/C8>



## **ARGE Selbsthilfe Österreich wird Verein**

Nach 10 Jahren hat sich der ehemalige Zusammenschluss der themenübergreifenden Selbsthilfe-Dachverbände und -Kontaktstellen Österreichs - ARGE Selbsthilfe Österreich - umstrukturiert und ist seit Feber 2010 ein Verein (ZVR-Zahl: 809729424).

Die ordentlichen Mitglieder der ARGE Selbsthilfe Österreich sind themenübergreifende Selbsthilfe-Dachverbände und -Kontaktstellen - so auch der Dachverband Selbsthilfe Kärnten - und themenbezogene, bundesweit tätige Selbsthilfeorgansiationen. Derzeit wird intensiv an der Schaffung von stabilen Rahmenbedingungen auf der finanziellen, personellen und strukturellen Ebene gearbeitet, damit die Selbsthilfe in Österreich auf Bundesebene ein Sprachrohr hat, wenn es um die Vertretung der kollektiven Interessen von PatientInnen bzw. von Menschen in schwierigen Lebenssituationen, die sich in Selbsthilfegruppen zusammengeslossen haben, geht.



Das Kommunikationsmedium der ARGE Selbsthilfe Österreich ist die **Selbsthilfe:konkret**, die als Download unter [www.selbsthilfe-oesterreich.at](http://www.selbsthilfe-oesterreich.at) zur Verfügung steht bzw. die wir bei Interesse auch gerne in Druckversion kostenlos zusenden.

# Weiterbildungs- angebot für Selbsthilfegruppen

Workshop: **Selbsthilfegruppen-TeilnehmerIn und Selbsthilfegruppen-LeiterIn zugleich - eine spannende Herausforderung**

Leitung: **Mag. Marlene DIETHART**

Datum: Samstag, **9. Oktober 2010**, 9.30 - 15.30 Uhr

Ort: Villach (Hotelgasthof Kramer, Italienerstraße 14) - gratis Parkplätze vorhanden

Inhalt: Kontaktperson einer Selbsthilfegruppe zu sein, stellt eine besondere Herausforderung dar und oft ist die Balance zwischen Geben und Nehmen nicht mehr gewährleistet. Ziel des Workshops ist es, Möglichkeiten zu erproben, beide Funktionen „unter einen Hut“ zu bringen.

**Anmeldung: bis spätestens 15. Sept. 2010 (Achtung: für die Durchführung des Kurses sind mind. 8 Anmeldungen notwendig)**

Gesundheit Österreich  
GmbH

Geschäftsbereich



Fonds Gesundes  
Österreich

Der Workshop findet in Kooperation mit dem Fonds Gesundes Österreich - ein Geschäftsbereich der Gesundheit Österreich GmbH - statt.

## Selbsthilfe- Fördertopf



Geschäftsstelle: Dachverband *Selbsthilfe Kärnten*,  
Kempferstr. 23/3, PF 108, 9021 Klagenfurt  
TEL: 0463/50 48 71  
E-MAIL: office@selbsthilfe-kaernten.at

**Die Sitzung des Selbsthilfe-Beirates findet am 4. November 2010 statt. Anträge, die bis 3. Oktober 2010 in der Geschäftsstelle eingelangt sind, können berücksichtigt werden.**

Nähere Informationen wie z.B. Einreichfristen, Formulare finden Sie unter [www.selbsthilfe-kaernten.at/foerdertopf.htm](http://www.selbsthilfe-kaernten.at/foerdertopf.htm) oder Sie erhalten die Information in der Geschäftsstelle (Adresse siehe oben).

**Kontonummer: 1.122.498 (BLZ 39000) laufend auf „Selbsthilfe Kärnten - Fördertopf“**

## Regionale SELBSTHILFE- Informationsstellen

### Bezirk Villach:

**LKH Villach - TEL: 0 42 42/208 DW 2730:**

**Dachverband *Selbsthilfe Kärnten*:** Mi. **1.9., 8.9., 15.9., 22.9., 29.9. / 6.10., 13.10., 20.10., 27.10.** - 14.30 - 16.30 Uhr

**DIABETES:** Mo. **4.10.** von 13-14 Uhr

**NTE (Nah-Todeserfahrung)-SHG:** Fr. **17.9. / 15.10.,** 13-15 Uhr

**BRUSTKREBS:** Mo. **27.9.,** 13-15 Uhr

**HÖRBEETRÄCHTIGUNG:** Di. **28.9.,** 9 - 11 Uhr

**RHEUMATISCHE ERKRANKUNGEN:** Mo. **13.9. / 11.10.,** 13 - 15 Uhr

**ALZHEIMER - Mo. 20.9. / 18.10.** - Info: Hannelore Pacher, Tel. 0699/125 93 484

**VISUELLES HÖREN - Gehörlosenkultur Kärnten:** Do. **9.9. / 14.10.,** 12 - 14 Uhr

### Bezirk Hermagor:

**Gailtal-Klinik Hermagor -Tel.: 042 82/22 20-70173:** Mi. **8.9. / 13.10.,** 9 - 11 Uhr

### Bezirk Spittal/Drau:

**Gebietskrankenkasse Spittal/Drau,** Ortenburgerstraße 4 - **TEL: 050 5855-4211:** Mi. **1.9. / 6.10.,** 9 - 11 Uhr

### Bezirk Völkermarkt:

**BH Völkermarkt (Zi 101, 1 Stock),Tel. 0664/92 18 063:**

Di. **14.9. / 12.10.,** 13 - 15 Uhr

### Bezirk Wolfsberg:

**LKH Wolfsberg (Verwaltungsgebäude - Schulungsraum, Tel. 0664/92 18 063):** Di. **14.9. / 12.10.,** 10 - 12 Uhr

### Bezirk Klagenfurt:

**Klinikum Klagenfurt am Wörthersee (Haupteingang, 1. Stock), Tel. 0664/92 18 063**

**Dachverband *Selbsthilfe Kärnten*:** Di. **7.9., 28.9. / 5.10.,** 13.30 - 15.30 Uhr

**SCHWERHÖRIGKEIT:** Mi. **8.9. / 13.10.,** 14-16 Uhr

**LYMPHÖDEM:** tel. Terminvereinbarung unter 042 72/83 605 - Sigrid Markovc

**DIABETES:** Di. **19.10.,** 14 - 16 Uhr

**SCHILDDRÜSENKARZINOM:** Anfragen bei Frau Mischkulnig (Abteilung Nuklearmedizin) - Telefon: 0664/26 22 642

## ALKOHOL

**Anonyme Alkoholiker, Klgt.:** freitags, 19.00, Altkatholische Kirche, Kaufmannsgasse 9, Klgtf.

**Anonyme Alkoholiker, Villach:** montags, 19.00-21.00, Evangel. Pfarrhof, Adalbert-Stifterstr. 21, Villach

**AL-ANON** (Angehörige und Freunde von Alkoholikern):

Villach: freitags, 20.00 - 21.30, Evangel. Pfarramt, Hohenheimstr. 3, Villach  
Bleiburg: Do. 2.9., 16.9., 30.9. / 14.10., 28.10., 19-20 Uhr, Pfarramt Bleiburg, Kumeschg. 16

## ALZHEIMER

### SHG Alzheimerkranke und deren Angehörige:

Klagenfurt: Mi. 8.9. - **Akzeptanz der Alzheimerkrankheit** - OA Dr. Alfred KUSCHNIG (Klinikum Klagenfurt am Wörthersee) / 13.10. - **Gast: Mag. Josef-Klaus DONKO** (Pfarrer, Maria Saal), 19.00, Hilfswerk Kärnten, 8. Mai-Str. 47, Klagenfurt

Villach: Mo. 20.9. - **Validation, Biographiearbeit, Gedächtnistraining** - DGKS Brigitte MESSNER (Kärntner Caritasverband) / 18.10., 14 Uhr, LKH Villach (kleiner Speisesaal)

Lavanttal: Do. 21.10., 18.00, LKH Wolfsberg (Geriatrische Abteilung, Bibliothek, 3. Stock)

## ANGST / PANIK / DEPRESSIONEN

**Depressionen Feldkirchen:** Di. 7.9., 21.9. / 5.10., 19.10., 18.00, Cafe Restaurant „Wintschnig“, Hauptplatz 14, Feldkirchen

**SHG Depressive Verstimmungen, Gmünd:** Mi. 8.9. / 13.10., 19.00, Neue Evangel. Kirche in Gmünd

**SHG Depression - Burnout, St. Paul/Lavanttal:** Do. 2.9. / 7.10., 19.00, Gemeindeamt St. Paul

**SHG Angst, Depressionen, Panikattacken Spittal/Dr.:** Mo. 13.9., 27.9. / 11.10., 25.10., 18.30 Uhr, Egarterplatz 1/3 (oberhalb Bank Austria), Spittal/Dr.

## APHASIE

**SHG Aphasie:** Mi. 15.9., 16.00 - 18.00, Gasthof Kleewein, Ossiacherzeile 70, Villach

## ATEMWEGE

**SHG Atemwegserkrankte** (Asthma, Asbestose, Sarkoidose): Mo. 4.10., 18.00, DV *Selbsthilfe Kärnten*\*\*

## Morbus BECHTEREW

**Österr. Vereinigung Morbus Bechterew Ktn.:** Do. 30.9. - **Medikamente und Nebenwirkungen** (Vertretung der KGKK) / 28.10., 18.00, Hirter Botschaft, Bahnhofstr. 44, Klgtf.

## BEHINDERUNG

Verein „**Bunter Schmetterling** - integrativer Arbeitskreis für Familien mit behinderten Kindern“: Mi. 15.9., 20.00, Cafe Eberhard, St. Johanner Str. 3, Wolfsberg

**SHG „WAND for life“ (körperlich beeinträchtigte Menschen und deren Angehörige):** Fr. 10.9. / 8.10., 18.00, Cafe M&W beim VEZ Villach

## DIABETES

### Österr. Diabetikervereinigung Kärnten

Villach: Di. 5.10., 18.00, LKH Villach (kleiner Speisesaal)

Völkermarkt + Lavanttal: Di. 14.9. - **Geistig fit bis ins hohe Alter** - DGKS Renate PIRKER (Hilfswerk Kärnten), 18.30, Restaurant Alter Schacht, St. Stefan/Lavanttal / Do. 7.10. - **Der Zeckenstich und seine Folgen** - Christine FREUND (SHG Zeckenopfer), 18.30, Sozialhilfverband Völkermarkt, Nibelungenstr. 26, Ritzing

St. Veit/Glan: Mi. 6.10., 19.00, Neues Ärztehaus St. Veit, Grabenstraße 10

## DIALYSE

**IG der Dialysepatienten und Nierentransplantierten Ktn.:** Lavanttal: Mi. 15.9., 22.9., 29.9. / 6.10., 13.10., 20.10., 27.10., 9.30 Uhr, Cafe Eberhard, St. Johanner Str. 3, Wolfsberg

## ELEKTROSMOG

**SHG Elektrosmog / Elektrosensibilität:** Mo. 20.9. / 18.10. - **Ärzte warnen vor Handys** (Filmvorführung), 18.00, DV *Selbsthilfe Kärnten*\*\*

## EPILEPSIE

**Verein Selbsthilfe Epilepsie Kärnten.:** Fr. 24.9., 17.00, DV *Selbsthilfe Kärnten* \*\*

**SHG Epilepsie Lavanttal:** Do. 2.9. / 7.10., 18.30, Cafe Eberhard, St. Johanner Str. 3, Wolfsberg

## FIBROMYALGIE

**SHG Fibromyalgie, Kärnten:** Sa. 4.9., 14.00, DV *Selbsthilfe Kärnten*\*\*

## GEHÖRLOS

**„Visuelles Hören“ - Gehörlosenkultur Kärnten:** **Seniorentreffen:** Di. 7.9. / 5.10., 14.00, AVS-Sozialzentrum, Schloßgasse 6, Villach / Sa. 11.9., 14 Uhr, Volkshaus Völkendorf, Neubaug. 9, Villach

## HIRNSCHÄDIGUNG

**SHG Erworbene Hirnschädigung:** Fr. 3.9. / 1.10., 14.30 - 16.00, Psychologische Praxis Mag. Andrea Fahlböck, Widmannsgasse 43 (2. Stock), Villach

## HÖRBEETRÄCHTIGUNG

**SHG für Schwerhörige/Angehörige:** Sa. 11.9. - **Technische Assistenz und Beratung für Schwerhörige**, 10 - 12 Uhr, Forum besser Hören - Schwerhörigenzentrum Kärnten, Gasometerg. 4 a/Ecke Platzgasse, Klgtf. / Sa. 9.10. - **Gesundenuntersuchung** - Dr. Silvia WIESER-MITZNER (KGKK), 10 - 12 Uhr, DV *Selbsthilfe Kärnten*\*\*

**Eltern Hörbeeinträchtigter Kinder Kärnten:** Do. 23.9. / 28.10., 16.30-18.30, Forum besser HÖREN - Schwerhörigenzentrum Kärnten, Gasometergasse 4 a/Ecke Platzgasse, Klagenfurt

**SHG Cochlea-Implantat:** Do. 9.9. / 14.10., 17.00 - 19.00, Forum besser HÖREN - Schwerhörigenzentrum Kärnten, Gasometergasse 4 a / Ecke Platzgasse, Klagenfurt

## HYPERAKTIVITÄT

**SHG Eltern von Kindern mit Hyperaktivität Klagenfurt:** Mi. 29.9. / 27.10., 19 Uhr, DV *Selbsthilfe Kärnten*\*\*

**SHG ADHS Spittal/Drau:** Mi. 29.9. - **Start der neuen Selbsthilfegruppe**, 19 Uhr, Gasthof Ertlhof, Hauptstr. 101, Seeboden





## KREBS

### Frauensebsthilfe bei Krebs

Klagenfurt: Mi. **8.9.**, **22.9.** / **6.10.**, **20.10.** - 14.00, GH Kressnig, St. Veiter Str. 244, Klgft.-Annabichl

### Frauensebsthilfe nach Brustkrebs

Lavanttal: Mo. **6.9.** - **Zentrum für Lymphologie: Besichtigung und Vortrag von Prim. Dr. Walter DÖLLER / 4.10.** - **Schüssler-Salze - Mag. Isolde LORBER** (Barbara Apotheke, Wolfsberg), 14.00, LKH Wolfsberg (Seminarraum 2, Verwaltungsgebäude), Paul-Hackhofer Str. 9

Villach: Do. **28.10.**, 14.00, LKH Villach (kleiner Speisesaal)

Spittal/Drau: Mi. **29.9.** / **27.10.** - INFO: DV *Selbsthilfe Kärnten*\*\*

**SHG Schilddrüsenkarzinom-PatientInnen:** Fr. **1.10.**, 16.00, DV *Selbsthilfe Kärnten*\*\*

## MULTIPLE SKLEROSE

St. Veit: Fr. **17.9.** / **15.10.**, 9.00, Autohof-BP Tankstelle Schnitzer, Völkermarkterstr. 55, St. Veit/Glan

Klagenfurt: Mo. **27.9.**, 18 Uhr, Selbsthilfe Kärnten\*\*

Hermagor: Do. **30.9.**, 17.00, Gasthaus Rathaus-stüberl, Hermagor

Spittal/Drau: Mi. **8.9.** / **13.10.**, 18.00, Brückenwirt (Fam. Rieger), Wirtschaftsbrücke 2, Spittal/Drau

Völkermarkt: Do. **30.9.** / **28.10.**, 14.00, Cafe Lisi, Hart 23, Eberndorf

Wolfsberg: Mi. **8.9.** / **13.10.**, 14.00, LKH Wolfsberg (Verwaltungsgebäude, Seminarraum 1), Paul-Hackhofer Str.9

## NEURODERMITIS

**SHG Neurodermitis/Allergien/Pilzbelastung Klgft.:** Di. **7.9.** / **5.10.**, 18.30, DV *Selbsthilfe Kärnten*\*\*

## OSTEOPOROSE

Klagenfurt: Mi. **15.9.** / **20.10.**, 17.30, KH der Elisabethinen (Vortragssaal), Klgft.

Ferlach: Mo. **20.9.** - **Alles rund ums Ohr - Bernhard METZER** (Fa. Neuroth), 18.30, Rathaus Ferlach

Villach: Mi. **8.9.** / **13.10.** - 18.30, Gasthof Bacher in Vassach/Villach (Villacherstr. 58)

Spittal/Drau: Do. **16.9.** / **21.10.** - Gast: **Dr. Albert SCHWEIGER** (FA für Radiologie, Spittal/Dr.) , 19.00, Gasthof Brückenwirt, Spittal/Dr.

## PARKINSON

Villach: Di. **14.9.** - Gast: **Prim. Univ.-Prof. Dr. Herwig SCHOLZ / 12.10.** - **Vollmacht und Erbschaft - Dr. Claudia STERN** (Notarin, villach), 16-18 Uhr, LKH Villach (kleiner Speisesaal)

## POLYNEUROPATHIE

**CMT-Austria** (PatientInnen mit vererbter Polyneuropathie) **Kärnten:** Sa. **16.10.**, 13.30 - 15.30 Uhr, LKH Wolfsberg (Verwaltungsgebäude, Seminarraum 1, Parterre)

## PSYCHE

### HPE - Hilfe für Angehörige psychisch Erkrankter, Kärnten:

Klagenfurt: Fr. **17.9.** / **15.10.**, 17.00-19.00, Caritas (Vortragssaal), Sandwirtg. 2 (Eingang Kolpingg.), Klgft.

Spittal/Drau: Di. **21.9.**, 17.30, Egarterpl. 1/3 (oberhalb Bank Austria), Spittal/Dr. / Di. **19.10.** - Gast: **Mag. Karin TELESKLAV** (Klin.- und Gesundheitspsychologin, Hermagor), Tageszentrum Pro mente, Gartenstr. 1, Spittal/Dr.

Villach: Mi. **1.9.** / **6.10.**, 18.00, Schloßgasse 6 (AVS, Tiefgeschoss), Villach

Völkermarkt: Fr. **24.9.** / **29.10.**, 18.00, Pfarrhaus Völkermarkt, Kirchengasse 8

Gailtal: Mo. **27.9.** / **25.10.**, 19.00, Gemeindezentrum Dellach/Gail - Seniorentreff (Nordeingang vorne rechts)

## RHEUMA

**SHG Rheumatische Erkrankungen Villach:** Fr. **3.9.**, LKH Villach (Neurologische Abt. - Seminarraum B) / **1.10.** - LKH Villach (kleiner Speisesaal) - jeweils 13 - 15 Uhr

**SHG Rheumaring Kärnten:** Do. **16.9.**, 18.00, Elisabethinen-Krankenhaus, Völkermarkter Straße 15-19, Klgft.

## SARKOIDOSE

**SHG Sarkoidose Oberkärnten:** Sa. **11.9.** - **Gesunde Ernährung bei Sarkoidose - Annemarie FICK (Diätologin, LKH Laas)**, 15.00, Gasthof Zur Linde, Ötting bei Oberdrauburg

## SCHLAGANFALL

### Angehörigen-SHG Schlaganfallerkrankte:

Wolfsberg: . Di. **7.9.** / **5.10.**, 17.00, LKH Wolfsberg (Verwaltungsgebäude, Seminarraum 1), Paul Hackhofer Str. 9, Wolfsberg

Klagenfurt: Mo. **6.9.** / **4.10.** - Gast: **Mag. Isabella SCHEIFLINGER** (Kärntner Behindertenanwältin), 14.00, Glanwirt (Fam. Pöck), Feldkirchnerstr. 98, Klgft.

## SCHWANGERSCHAFT

**SHG Glücklose Schwangerschaft Spittal/Drau:** Mi. **1.9.** / **6.10.** - INFO: Fam. Winkler, Tel. 0699/114 040 70

## SCHWERHÖRIGKEIT

**ARGE für Schwerhörige:** Do. **16.9.** / **7.10.**, **21.10.**, 18-19.30, Zentrum Hören, Petruiggasse 11, Klgft.

## SORGERECHT

**SHG Dialog für Kinder:** Do. **2.9.** / **7.10.** - Info: Dr. Mario Hilse, Telefon: 0664/401 54 03

## TINNITUS

**SHG Tinnitus Spittal/Drau:** Do. **2.9.** / **7.10.**, 19.00, Gasthof Erthof, Hauptstraße 101, Seeboden

**SHG Tinnitus Klgft.:** Mi. **6.10.** - **Tinnitus, der Körper klopft an - Marion WEISER** (Gesundheits-trainerin, Linz), 18.00, DV *Selbsthilfe Kärnten* \*\*

## TRANSPLANTATION

**Österr. Verband der Herz- und Lungentransplantierten - Kärnten:** Sa. **11.9.**, 14 Uhr, Kalmusbad, Badstr. 1, Ebenthal

## ZÖLIAKIE

**Österr. Arbeitsgemeinschaft ZÖLIAKIE - Kärnten:** Fr. **8.10.** - **Kinder Pizza Treffen**, 18 Uhr, Pizzeria „Made Italy“, Herzog-Bernhard-Str. 19, St. Veit/Glan - INFO + Anmeldung: Mag. Beatrix Janschitz, Tel. 0676/61 79 129 abends), Mail: zoeliakie.kaernten@gmx.at

## Seminar: Neurodermitis - weg von der Sorge hin zum Glück!

Oft geraten Eltern von Kindern mit Neurodermitis an ihre Grenzen: schlaflose Nächte, Arzttermine, aufwändige Pflege und Diäten stehen an der Tagesordnung. Der Erziehungsalltag wird zur Herausforderung. Wenn wir der Sorge die Energie entziehen, können wir diese aufs Glück mit unseren Kindern lenken und die schönen Momente gemeinsam genießen.

Termine: **14.10., 21.10. und 28.10.2010** jeweils von 18.30 - 20 Uhr

Ort: „Treffpunkt Eltern-Haus“ - Katholisches Bildungswerk Sattendorf, Ossiacher-See-Str. 7, Sattendorf

Seminarleitung:

**Dr. Simona LAJTAI** (Kinderärztin, Neurodermitis- und Allergiespezialistin)

**Irene PICHLER** (DGKS, Elternbildnerin, Lebens- und Sozialberaterin i.A., Mutter von 3 Kindern und 10jährige Erfahrung mit Neurodermitis bei Kindern  
Kostenbeitrag: EUR 20,00

An das Seminar anschließend besteht die Möglichkeit an **regelmäßigen Gesprächsgruppen für Eltern von Kindern mit Neurodermitis** teilzunehmen - ein Einstieg ist jederzeit gerne möglich und die Teilnahme ist kostenlos.

Termine: Donnerstag, **18.11., 16.12.2010 und 20.01.2011** jeweils von 18.30 - 20 Uhr

**INFO: Irene Pichler, Tel. 0676/8772 24 29, E-mail: irene.pichler@gmx.at**



## HERZKISSEN für Brustkrebspatientinnen

Ein liebes Wort, eine nette Geste, Hilfe in schweren Zeiten, ein Herzkissen ....

Auf der operierten Seite unter dem Arm getragen, helfen anatomisch geformte Herzkissen frisch operierten Brustkrebspatientinnen, Druck- und Narbenschmerz zu lindern und Lymphschwellungen in der Achselhöhle zu reduzieren.

Die Idee stammt aus Amerika und wurde von der dänischen Krankenschwester Nancy Ruth Friis-Jensen im Frühjahr 2006 nach Dänemark und Europa gebracht ([www.heartpillow.dk](http://www.heartpillow.dk)).

Auf Initiative von **Margit NADRAG** zeigt die **Patchworkgruppe Klagenfurt** den betroffenen Frauen, dass es Menschen gibt, die ein „Herz“ für sie haben und mit ihnen fühlen. Die Herzkissen werden unter anderem in der Mammaambulanz im Klinikum Klagenfurt am Wörthersee, im Elisabethinen Krankenhaus und in der Frauenselbsthilfe nach Brustkrebs verteilt.

**INFO: Margit Nadrag, Tel. 042 29/40 203 oder 0664/63 11 636**

## Erster Schritt zu einem einheitlichen Gesundheitsunternehmen in Kärnten

Die KABEG informiert in der Presseaussendung vom 20.08.2010, dass Dipl.-Kff. Ines Manegold gemeinsam mit allen Direktoren der fünf KABEG-Spitäler in einer zweitägigen Arbeitstagung erste Schritte zur Bildung eines Gesamtunternehmens setzte.

Gemeinsam wurde ein einstimmiger Beschluss über ein Qualitätssicherungssystem getroffen, bei dem der Patient im Vordergrund steht. „Hierbei geht es darum, die Patientenversorgung nachhaltig zu sichern“, erklärt Manegold. Konkret bedeutet das für PatientInnen, dass er überall mit der gleichen Behandlungsqualität rechnen kann, egal in welches der KABEG-Häuser er kommt. „Dies ist ein erster gemeinsamer Schritt auf unserem gemeinsamen Weg zu einem einheitlichen Gesundheitsunternehmen in Kärnten“, resümiert die KABEG-Chefin Ines Manegold.

**Grundsätzlich ist diese Willenserklärung sehr zu begrüßen, aber gerade PatientInnen bzw. deren Angehörige, die sich in Selbsthilfegruppen zusammengeschlossen haben, wissen, dass die Umsetzung und die dafür notwendigen Abstimmungsprozesse gar nicht so einfach sind.**



# Alpha1-Infotag 2010

Datum: Samstag, **11. September 2010**

von 10 - 16 Uhr

Ort: LKH Hörgas-Enzenbach

Alpha1-Antitrypsinmangel ist die häufigste genetisch bedingte Ursache von Lungenemphysemen bei Erwachsenen und Lebererkrankungen bei Kindern.

Im Rahmen des Alpha1-Infotages werden unter anderem Themen wie Atemtechnik, Inhalation, Ernährung, Bewegung, Bewältigungsstrategien besprochen.

Veranstalter: Alpha1-Österreich, [www.alpha1-oesterreich.at](http://www.alpha1-oesterreich.at)

**Anmeldung und Information bzgl. Fahrgemeinschaften unter der Telefonnummer 0650/411 87 53 (Christine Rapp)**



## SCHULUNGSWOCHENENDE mit Typ1-Schulung

**Auf Grund der großen Nachfrage ist auch heuer das Schulungswochenende für Familien mit diabetischen Kindern/Jugendliche und junge Typ1-Diabetiker (23.-24.10.2010 in Feld/See) bereits ausgebucht!**

INFO:

Österreichische Diabetikervereinigung Kärnten -  
Gertraud Rametsteiner

Tel. 0 42 43/80 47

E-Mail: [ramet.meinleben@aon.at](mailto:ramet.meinleben@aon.at)

WEB: [www.diabetes.or.at](http://www.diabetes.or.at)



**Selbsthilfefreundliches  
Krankenhaus**  
eine Auszeichnung des Dachverbandes Selbsthilfe Kärnten

**AKTUELLE INFORMATIONEN.** Nachdem bereits im Sommer 2009 die fünf KABEG-Häuser in Klagenfurt, Villach, Hermagor, Laas und Wolfsberg ausgezeichnet wurden, haben nun weitere sechs Krankenhäuser ihr Interesse bekundet: Krankenhaus Waiern, Krankenhaus Spittal/Drau, Krankenhaus der Barmherzigen Brüder St. Veit/Glan, Krankenhaus der Elisabethinen in

Klagenfurt, Krankenhaus des Deutschen Ordens in Friesach und die Privatklinik Althofen.

Das Krankenhaus Waiern hat bereits die notwendigen Unterlagen eingereicht und das Vergabegremium wird im Herbst 2010 das externe Audit durchführen und dann über die Auszeichnung entscheiden. Das Krankenhaus Spittal/Drau plant bis Ende 2010 die offizielle Einreichung. In Krankenhäusern in St. Veit, Klagenfurt und Friesach wurden Informationsveranstaltungen für die MitarbeiterInnen des Krankenhauses zum Thema „Selbsthilfe“ durchgeführt.

Stellvertretend für das Land Kärnten wurde nach dem Ausscheiden von Dr. Hugo TSCHERNUTTER, Mag. Gerhard STADTSCHREIBER, Mitarbeiter in der Abteilung 14 - Gesundheitswesen und im Kärntner Gesundheitsfonds in das Vergabegremium für die Auszeichnung „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ nominiert.

## ACHTUNG AN ALLE KÄRNTNER SELBSTHILFEGRUPPEN!



Die **AGES PharmMed** - ein Geschäftsbereich der **Österreichischen Agentur für Gesundheit und Ernährungssicherheit GmbH** - stellt Selbsthilfegruppen gerne Experten zu den Themen: Generika, Arzneimittelfälschungen, pflanzliche Arzneimittel, Kinderarzneimittel, Arzneimittelzulassung, Wechselwirkung von Arzneimittel, Medizinprodukte zur Verfügung.

**Der Dachverband Selbsthilfe Kärnten plant für Ende Oktober / Anfang November 2010 eine Veranstaltung und ersucht Kärntner Selbsthilfegruppen um Bekanntgabe bis Mitte September, welche Themen von Interesse sind, damit wir den Vortrag in Kärnten koordinieren können.**

# Selbsthilfegruppen in Gründung

## Fibromyalgie

Neustart der Selbsthilfegruppe Fibromyalgie - nachdem sich Frau Gertraud TSCHACHLER, selbst Fibromyalgie-Betroffene, bereit erklärt hat, für die Selbsthilfegruppe Fibromyalgie als Kontaktperson zur Verfügung zu stehen, findet am **Samstag, 4. September 2010 um 14 Uhr** im DV Selbsthilfe Kärnten (Kempferstr. 23/3, Klagenfurt) wieder ein Gruppentreffen statt.

**INFO: Gertraud TSCHACHLER, Tel. 0664/57 99 728 oder im DV Selbsthilfe Kärnten, Tel. 0463/50 48 71, E-Mail: office@selbsthilfe-kaernten.at**

## Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom - ADHS

Miteinander in Kontakt zu treten ist das Anliegen einer betroffenen Mutter, auf deren Initiative nun eine Selbsthilfegruppe „Eltern von Kindern mit ADHS“ in Spittal/Drau gegründet wird. Bei den regelmäßigen Gruppentreffen können Eltern betroffener Kinder Erfahrungen und Informationen austauschen um Wege für den täglichen Umgang mit der oft recht schwierigen Situation zu finden. **Das erste Gruppentreffen findet am Mittwoch, 29. September 2010 um 19 Uhr im Gasthof Ertlhof in Seeboden (Hauptstraße 101) statt.**

**INFO: Sandra OTT, Tel. 0699/111 73 974 oder im DV Selbsthilfe Kärnten, Tel. 0463/50 48 71, E-Mail: office@selbsthilfe-kaernten.at**

## VITILIGO (Weißfleckenkrankheit)

Die Erfahrung, mit der Erkrankung nicht alleine zu sein, ist für viele PatientInnen besonders wertvoll. Durch die Gründung einer Selbsthilfegruppe „Vitiligo“ in Kärnten besteht die Möglichkeit zum Informations- und Erfahrungsaustausch und durch die gegenseitige Unterstützung in der Selbsthilfegruppe wird ein besserer Umgang mit der Erkrankung ermöglicht.

**InteressentInnen melden sich bitte im Büro des DV Selbsthilfe Kärnten, Tel. 0463/50 48 71, E-Mail: office@selbsthilfe-kaernten.at**

## SCHILDDRÜSENERKRANKUNG

In Villach befindet sich eine Selbsthilfegruppe für Betroffene und Angehörige zum Thema „Schilddrüsenenerkrankungen“ im Aufbau. Ziel der Selbsthilfegruppe ist es, Betroffene, die unter Schilddrüsenüber-/unterfunktion, Morbus Basedow oder Morbus Hashimoto leiden, als Ergänzung zum professionellen Behandlungsangebot eine Anlaufstelle zum Erfahrungs- und Informationsaustausch zu geben.

**INFO: Regina FINA, Tel. 0664/144 35 31 oder im DV Selbsthilfe Kärnten, Tel. 0463/50 48 71, E-Mail: office@selbsthilfe-kaernten.at**



Absender:

Dachverband **Selbsthilfe Kärnten**  
Kempferstraße 23/3, PF 108  
9021 Klagenfurt  
TEL: 0463/50 48 71  
FAX: 0463/50 48 71-24  
E-MAIL:  
office@selbsthilfe-kaernten.at  
WEB: www.selbsthilfe-kaernten.at

### Öffnungszeiten:

Montag und Donnerstag von  
8.00 - 16.00 Uhr  
Mittwoch und Freitag von  
8.00 - 13.00 Uhr

**Dienstags ist das Büro geschlossen!**

**ACHTUNG: Montag, 25.10.2010 (Fenstertag) ist das Büro nicht besetzt!**



Die Arbeit der *Selbsthilfe Kärnten* wird aus Mitteln des Landes Kärnten gefördert.