

Selbsthilfe- FORUM

Montag, 12. Sept. 2011 um
14 Uhr in der KGKK (Schulungs-
raum, 5. Stock)

**Thema: Mindestsicherung -
Mag. Andrea GRAIMANN**

(Kärntner Landesregierung - Abt. 4
Soziales)

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



IN
FO

3/2011

August / September / Oktober 2011

Pressemeldungen unter die Lupe genommen!



Das Service „Medizin-Transparent.at“ des Departments für evidenzbasierte Medizin und klinische Epidemiologie an der Donau Universität Krems in Zusammenarbeit mit „Das österreichische Gesundheitswesen - ÖKZ“ basiert auf dem Vorbild des Projekts „Behind the Headlines“ in Großbritannien.

Mehrmals pro Woche wählt das Medizin-Transparent.at Team schlagzeilenträchtige Artikel aus überregionalen tagesaktuellen Medien in Österreich aus (Der Standard, Die Presse, ORF Online, Kronenzeitung, Kurier, Heute, Österreich, Kleine Zeitung, Salzburger Nachrichten, Wiener Zeitung).

Diese Artikel werden von den wissenschaftlichen MitarbeiterInnen des Departments auf ihren evidenzbasierten Inhalt überprüft. Die gefundene Evidenz wird leicht verständlich zusammengefasst und auf der Website www.medizin-transparent.at veröffentlicht.

Selbsthilfe EXTRA 2011: Freiwilliges Engagement in Selbsthilfegruppen

Nachdem in der allgemeinen Diskussion zum freiwilligen Engagement meist Aktivitäten in Blaulichtorganisationen gesehen werden, steht die nächste Ausgabe der **Selbsthilfe Kärnten EXTRA 2011** unter dem Schwerpunktthema „Freiwilliges Engagement in Selbsthilfegruppen“.

Durch das Europäische Jahr der Freiwilligkeit 2011 werden Solidarität und Nichtdiskriminierung ins Bewusstsein gerückt und die aktive Bürgerbeteiligung gefördert. Nachdem Selbsthilfegruppen in diesen Bereichen einen wertvollen Beitrag leisten, laden wir Kärntner Selbsthilfegruppen ein, die Aktivitäten dazu in einem kurzen Statement darzustellen. Statements (zwei bis drei Sätze) und ein druckfähiges Foto senden Sie bitte bis Mitte September 2011 an das Büro des DV Selbsthilfe Kärnten - Kontaktdaten siehe Rückseite.



Wie gut ist die Information, die Sie lesen?

Informationen zu Gesundheits- und Krankheitsfragen gibt es in vielfältiger Form: Broschüren zur gesunden Ernährung, Ratgeber zu Früherkennungsuntersuchungen oder Aufklärungsschriften zu medizinischen Behandlungen.

Gesundheitsinformationen vermitteln Wissen und sollen helfen, eine informierte Entscheidung, zum Beispiel für oder gegen eine medizinische Behandlung, zu treffen.

Diese fünf formalen Kriterien sollten in jedem Fall erfüllt sein:

Autoren/Anbieter	Die Autoren/Anbieter der Information werden mit ihrer fachlichen Qualifikation angegeben.
Ziel	Es geht aus der Information hervor, an wen sich die Information wendet und welchen Zweck sie verfolgt.
Aktualität	Die Aktualität der Gesundheitsinformation ist beurteilbar, weil das Erstellungsdatum der Information angegeben ist.
Verständlichkeit	Die Gesundheitsinformation ist verständlich und übersichtlich aufgebaut. Fachbegriffe sind erklärt und Sachverhalte werden neutral dargestellt.
Finanzierung	Die Finanzierung der Information (durch Sponsoren, Werbekunden etc.) ist offengelegt. Falls Werbeinhalte aufgeführt sind, dann sind diese deutlich gekennzeichnet und abgegrenzt.

Diese fünf Kriterien sind abhängig vom Inhalt der jeweiligen Gesundheitsinformation:

Verlässlichkeit	Die wesentlichen Aussagen sind mit mindestens einer Quellenangabe (z.B. wissenschaftlicher Studie) versehen. Dabei sind Art und Aktualität der Quelle mit aufgeführt.
Vollständigkeit	Bei krankheitsbezogenen Angaben werden Häufigkeit, Symptome, Früherkennung, Untersuchung und Behandlung angeführt. Weiterführende Literatur, Kontaktadressen und Beratungsmöglichkeiten sind angegeben.
Maßnahmen	Maßnahmen (z.B. gesunde Ernährung oder medizinische Behandlungen) sind in ihrer Wirkung beschrieben und verglichen. Es wird darauf hingewiesen, dass die Information einen evtl. notwendigen Arztbesuch nicht ersetzen kann.
Nutzen und Risiken	Nutzen (z.B. Lebensdauer, Lebensqualität) und Risiken (z.B. Nebenwirkungen) sind beschrieben. Wahrscheinlichkeiten von Erfolg, Misserfolg etc. sind dargestellt.

Weitere Informationen zu den Qualitätskriterien finden Sie unter www.gesundheitsziele.de



Die aktuelle Ausgabe der Selbsthilfe:konkret (Herausgeber: ARGE Selbsthilfe Österreich) steht zum download unter www.selbsthilfe-oesterreich.at zur Verfügung bzw. kann unter der Telefonnummer 0664/34 29 137 oder E-Mail: arge@selbsthilfe-oesterreich.at als Druckversion kostenlos angefordert werden.



Weiterbildung für Selbsthilfegruppen.....

Workshop: **Gruppendynamische Prozesse in Selbsthilfegruppen**

Leitung: **Mag. Marlene DIETHART**

Zeit: Samstag, **17. Sept. 2011** von 9:00 - 17:00 Uhr

Ort: LKH Villach (Neurologie, Seminarraum B)

Anmeldung bis spätestens 5. Sept. 2011 im Büro des DV *Selbsthilfe Kärnten*: Tel. 0463/50 48 71, E-Mail: office@selbsthilfe-kaernten.at

Die Einladung zur Teilnahme am Workshop richtet sich sowohl an Kontaktpersonen von Selbsthilfegruppen als auch GruppenteilnehmerInnen. Für die Durchführung der Workshops sind 8 Anmeldungen erforderlich.



Die Seminarreihe findet in Kooperation mit dem Fonds Gesundes Österreich - einem Geschäftsbereich der Gesundheit Österreich GmbH statt.

Selbsthilfe- Fördertopf



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

Die nächste Sitzung des Selbsthilfe-Beirates findet am 17. November 2011 statt (Einreichfrist: 31. Oktober 2011).

Nähere Informationen wie z.B. Formulare und auch den Tätigkeitsbericht 2010 finden Sie unter www.selbsthilfe-kaernten.at unter „Selbsthilfe-Fördertopf“ oder Sie erhalten die Information in der Geschäftsstelle (Adresse siehe oben).

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

Regionale SELBSTHILFE- Informationsstellen

Bezirk Villach:

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

Dachverband *Selbsthilfe Kärnten*: jeden Mittwoch von 14:30 - 16:30 Uhr

DIABETES: Mo. **3.10.**, 13:00 - 14:00

NTE (Nah-Todeserfahrung)-SHG: Fr. **16.9. / 21.10.**, 13:00 -15:00

BRUSTKREBS: Mo. **26.9. / 31.10.**, 13:00 -15:00

HÖRBEETRÄCHTIGUNG: Di. **27.9. / 25.10.**, 9:00 - 11:00

RHEUMATISCHE ERKRANKUNGEN: Mo. **12.9. / 10.10.**, 13:00 - 15:00

ALZHEIMER - Mo. 19.9. / 17.10. - Info: Hannelore Pacher, TEL: 0699/125 93 484

VISUELLES HÖREN - Gehörlosenkultur Kärnten: Do. **8.9. / 13.10.**, 12:00 - 14:00

Bezirk Hermagor:

Gailtal-Klinik Hermagor -TEL: 042 82/22 20-70173: Mi. **14.9.**, 9:00 - 11:00

Bezirk Spittal/Drau:

Gebietskrankenkasse Spittal/Drau, Ortenburgerstraße 4 - TEL: 050 5855-4211:

Mi. **7.9.**, 9:00 - 11:00

Bezirk Völkermarkt:

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

Di. **13.9. / 11.10.**, 13:00 - 15:00

Bezirk Wolfsberg:

LKH Wolfsberg (Verwaltungsgebäude - Schulungsraum, TEL: 0664/92 18 063):

Di. **13.9. / 11.10.**, 10:00 - 12:00

Bezirk Klagenfurt:

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

Dachverband *Selbsthilfe Kärnten*: Di. **2.8., 23.8. / 6.9., 27.9. / 4.10., 25.10.**, 13:30 - 15:30

SCHWERHÖRIGKEIT: Mi. **14.9. / 12.10.**, 14:00 - 16:00

LYMPHÖDEM: Do. **29.9. / 27.10.**, 14:00 - 16:00

DIABETES: Di. **18.10.**, 14:00 - 16:00

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

BECHTEREW: Fr. **5.8. / 2.9. / 7.10.**, 9:00 -11:00

Krankenhaus der Elisabethinen, Tel. 0664/921 80 63: Di. **16.8. / 20.9. / 18.10.**, 13:00 - 14:30

ADIPOSITAS

Adipositas-SHG Wolfsberg: Mi. **21.9.** - 19:00, LKH Wolfsberg, Lymphologie, Vortragssaal

ALKOHOL

Anonyme Alkoholiker:

Klagenfurt: **freitags**, 19:00, Altkatholische Kirche, Kaufmannngasse 9, Klgft.

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. **11.8.**, **25.8.** / **8.9.**, **22.9.** / **6.10.**, **20.10.** - 19:00 -20:00, Pfarramt Bleiburg, Kumeschg. 16

Völkermarkt: Do. **4.8.**, **18.8.** / **1.9.**, **15.9.**, **29.9.** / **13.10.**, **27.10.**, 19:00 -20:00, Pfarramt Völkermarkt, Kirchgasse 8, Völkermarkt

ALZHEIMER

SHG Alzheimerkranke und deren Angehörige:

Klagenfurt: Mi. **10.8.** - **Validation - Michaela DIRNBERGER** (Schule für Gesundheits- und Krankenpflege Klgft.) / **14.9.** - **Seelische Gesundheit - Prim. Mag. Dr. Herwig OBERLERCHNER** (Klinikum Klagenfurt, Abt. für Psychiatrie und Psychotherapie) / **12.10.** - 18:00, Hilfswerk Ktn., 8. Mai-Str. 47, Klgft.

Villach: Mo. **22.8.** - **Unterstützungsangebote** / **19.9.** / **17.10.** - **Mögliche Ursachen für Aggressionen - DGKS Monika LECHNER** (Expertin für Demenzstudien), 14:00, LKH Villach (kleiner Speisesaal)

Lavanttal: Do. **20.10.** - 18:00, LKH Wolfsberg (Seminarraum 1, Verwaltungsgebäude)

ANGST / PANIK / DEPRESSIONEN

Depressionen Feldkirchen: Di. **2.8.**, **16.8.** / **6.9.**, **20.9.** / **4.10.**, **18.10.** - 18:00, Gasthaus „Roter Engel“, Hauptplatz 6, Feldkirchen

SHG Depressive Verstimmungen, Gmünd: Mi. **14.9.** / **12.10.** - 19:00, Neue Evangel. Kirche in Gmünd

SHG Depression - Burnout, St. Paul/Lavanttal: Do. **1.9.** / **6.10.** - 19:00, Rathaus, St. Paul/Lavanttal

SHG Angst, Depressionen, Panikattacken Spittal/Dr.: Fr. **2.9.**, **16.9.**, **30.9.** / **14.10.**, **28.10.** - 18:30, Kath. Pfarrzentrum, Litzelhofenstr. 1, 1. Stock, Spittal/Dr.

Depressionen Klagenfurt: Di. **2.8.** / **5.9.**, **19.9.** / **3.10.**, **16.30**, DV *Selbsthilfe Kärnten*

APHASIE

SHG Aphasie: Mi. **14.9.**, 16:00 - 18:00, Lerchenhof, Hermagor

ATEMWEGE

SHG Atemwegserkrankte: Mo. **3.10.** - 18:00, DV *Selbsthilfe Kärnten***

Morbus BECHTEREW

Österr. Vereinigung Morbus Bechterew Ktn.: Do. **29.9.** - **Ernährungsberatung** (KGKK) / **27.10.** - 18:00, Hirter Botschaft, Bahnhofstr. 44, Klgf.

BEHINDERUNG

Bunter Schmetterling - Familien mit behinderten Kindern: Mi. **7.9.** / **5.10.** - 20:00, Cafe Eberhard, St. Johanner Str. 3, Wolfsberg

BURNOUT

Frauenselbsthilfegruppe Burnout: Di. **13.9.** / **11.10.** - 19:00 in Villach - Anmeldung: DV *Selbsthilfe Kärnten*, Tel. 0664/921 80 63

DIABETES

Österr. Diabetikervereinigung Kärnten

Villach: Di. **4.10.** - **Dem Gedächtnis auf die Sprünge helfen - die Ambulanz für Gedächtnisstörungen stellt sich vor - OA Dr. Ingolf KÖCHL** (LKH Villach) - 18:00, LKH Villach (kleiner Speisesaal)

Klagenfurt: Do. **6.10.** - **Mangelercheinungen durch Diabetes - Dr. Peter KITZLER** (FA für Kinder- und Jugendheilkunde) - 19:30, Hirter Botschaft, Bahnhofstr. 44, Klagenfurt

St. Veit/Glan: Mi. **5.10.** - 19:00, Kärntner Hilfswerk, Grabenstraße 10, St. Veit/Glan

DIALYSE

IG der Dialysepatienten und Nierentransplantierten Ktn.: Lavanttal: ab September jeden Mittwoch, 9:30, Cafe Eberhard, St. Johanner Str. 3, Wolfsberg

EPILEPSIE

Verein Selbsthilfe Epilepsie Kärnten: Fr. **30.9.** - **Arbeit und Epilepsie - Mag. Michaela KONCILIA** (Personal Coach) / **28.10.** - 17:00, DV *Selbsthilfe Kärnten* **

SHG Epilepsie Lavanttal: Di. **6.9.** / **4.10.** - 18:30, Cafe Eberhard, St. Johanner Str. 3, Wolfsberg

FIBROMYALGIE

SHG Fibromyalgie, Kärnten: Sa. **13.8.** / **1.10.** - 14:00, Elisabethinen-Krankenhaus (Vortragssaal), Klgft. / Mi. **7.9.** - Gast: **Dr. Horst JUST** (Klinikum Klagenfurt am Wörthersee), 14:00, Klinikum Klagenfurt am Wörthersee (Besprechungsraum CS001.008)

GEHÖRLOS

„Visuelles Hören“ - Gehörlosenkultur Kärnten:

Seniorentreffen: Di. **6.9.** / **4.10.** - 14:00, AVS-Sozialzentrum, Schlossg. 6, Villach

Sa. **24.9.** - **Wechseljahre** (Frauensgesundheitszentrum) - 14:00, Volkshaus Völkendorf, Villach

HIRNSCHÄDIGUNG

SHG Erworbene Hirnschädigung: Fr. **12.8.** / **2.9.** / **7.10.**, 14:30 - 16:00, Psychologische Praxis Mag. Andrea Fahlböck, Widmannngasse 43, Villach

HÖRBEETRÄCHTIGUNG

SHG für Schwerhörige/Angehörige: Sa. **10.9.** - **tab - Technische Assistenz und Beratung - Mag. Brigitte SLAMANIG** / **8.10.** - Gast: **Mag. Isabella SCHEIFLINGER** (Behindertenanwältin), 10:00 - 12:00, DV *Selbsthilfe Kärnten***

Eltern hörbeeinträchtigter Kinder Kärnten: Do. **22.9.** / **27.10.** - 16:30-18:30, Forum besser HÖREN - Schwerhörigenzentrum Kärnten, Gasometergasse 4 a/Eingang Platzgasse, Klagenfurt

SHG Cochlea-Implantat: Do. **8.9.** / **13.10.** - 17:00 - 19:00, Forum besser HÖREN - Schwerhörigenzentrum Kärnten, Gasometerg. 4 a / Eingang Platzgasse, Klagenfurt

HYPERAKTIVITÄT

SHG Eltern von Kindern mit Hyperaktivität Klagenfurt: Mi. **28.9.** / **19.10.** - 19:00, DV *Selbsthilfe Kärnten***

SHG ADS + ADHS Spittal/Drau: Mi. **28.9.** / **19.10.** - 19:00, Evang. Pfarrgemeinde Spittal/Drau, 10. Oktober-Str. 8



KEHLKOPFLOSE

SHG Kehlkopflose und Halsatmer:
Mi. **5.10.** - 14:00, DV Selbsthilfe Kärnten**

KREBS

Frauenselbsthilfe bei Krebs

Klagenfurt: Mi. **10.8., 24.8. / 7.9., 21.9. / 5.10., 19.10.** - 14:00, GH Kressnig, St. Veiter Str. 244, Klgf.-Annabichl

Frauenselbsthilfe nach Brustkrebs

Lavanttal: Mo. **5.9.** - **Altersdemenz - Prim. Dr. Silvia ZENKL** (LKH Wolfsberg) / **3.10.** - 14:00, LKH Wolfsberg (Seminarraum 2, Verwaltungsgebäude), Paul-Hackhofer Str. 9

Villach: Do. **25.8. / 29.9. / 27.10.** - 14:00, LKH Villach (kleiner Speisesaal)

Spittal/Drau: Mi. **28.9.** - INFO: DV *Selbsthilfe Kärnten***

LYMPHÖDEM

Österr. Lymph-Liga - Landesstelle Kärnten: Sa. **8.10.** - *Das Lymphödem* - **Prim. Dr. Walter DÖLLER** (LKH Wolfsberg - Lymphologie) - 19:00, LKH Villach (Neurologie - Seminarraum A, EG)

MULTIPLE SKLEROSE

St. Veit: Fr. **16.9. / 14.10.** - 9.00, Autohof-BP Tankstelle Schnitzer, Völkermarkterstr. 55, St. Veit/Glan

Klagenfurt: Mo. **26.9. / 31.10.** - 18:00, DV Selbsthilfe Kärnten**

Villach + Villach-Land: Di. **6.9. / 4.10.** - 15:00, Wirt in Judendorf, Judendorferstraße 24, Villach

Spittal/Drau: Mi. **14.9. / 12.10.** - 18:00, Brückenwirt (Fam. Rieger), Wirtschaftsbrücke 2, Spittal/Drau

Hermagor: Do. **25.8. / 29.9. / 20.10.** 17:00, Gasthaus Rathausstüberl, Hermagor

Völkermarkt: Do. **25.8., 14:00 / 29.9., 12:00 / 27.10., 12:00**, Cafe Lisi, Hart 23, Eberndorf

Klagenfurt: Mi. **14.9. / 12.10.** - 18:00, LKH Wolfsberg (Verwaltungsgebäude, Seminarraum 1), Paul-Hackhofer Str. 9

Verband (DV) *Selbsthilfe Kärnten*, Völkermarkt, Poststraße 23/3. Stock, Klagenfurt

NEURODERMITIS

SHG Neurodermitis/Allergien/Pilzbelastung Klgft.: Di. **6.9. / 4.10.** - 18:30, DV *Selbsthilfe Kärnten***

OSTEOPOROSE

Villach: Mi. **14.9. / 12.10.** - 18:30, Gasthof Bacher in Vassach/Villach (Villacherstr. 58)

Spittal/Drau: Do. **15.9. / 20.10.** - Gast: **Balthasar Brunner** (Rotes Kreuz) - 19:00, Gasthof Brückenwirt, Spittal/Dr.

PARKINSON

Villach: Di. **13.9. / 11.10.** - 16:00-18:00, LKH Villach (kleiner Speisesaal)

Klagenfurt: Do. **8.9.** - 15:00, Glanwirt, Feldkirchner Str. 98, Klagenfurt

PFLEGE

Stammtisch für pflegende Angehörige: Di. **13.9. / 11.10.** - 14:00-16:00, Gemeinschaftsraum der Gemeinde Klein St. Paul

PSYCHE

HPE - Hilfe für Angehörige psychisch Erkrankter, Kärnten:

Klagenfurt: Fr. **16.9. / 21.10.** - 17:00 - 19:00, Caritas (Vortragssaal), Sandwirtg. 2 (Eingang Kolpingg.), Klgf.

Spittal/Drau: Di. **20.9., / 18.10.** - 17:30, Tageszentrum Pro mente, Gartenstr. 1, Spittal/Drau

Villach: Mi. **3.8. / 7.9. / 5.10.** - 18:00, Schloßgasse 6 (AVS, Tiefgeschoss), Villach

Völkermarkt: Fr. **30.9. / 28.10.** - 18:00, Pfarrhaus Völkermarkt, Kirchengasse 8

Gailtal: Mo. **26.9. / 31.10.** - 19:00, Gemeindezentrum Dellach/Gail - Seniorentreff (Nordeingang vorne rechts)

RHEUMA

SHG Rheumatische Erkrankungen Villach: Fr. **5.8. / 2.9. / 7.10.** - 15:00, LKH Villach (kleiner Speisesaal)

SHG Rheumaring Kärnten: Do. **15.9. / 20.10.** - **Endoprothetik - Dir. Dr. Manfred KUSCHNIG** (Krankenhaus der Elisabethinen) - 18:00, Elisabethinen-Krankenhaus, Völkermarkter Straße 15-19, Klgf.

SCHLAGANFALL

Angehörigen-SHG Schlaganfallerkrankte:

Wolfsberg: . Di. **6.9. / 4.10.** - 17:00, LKH Wolfsberg (Verwaltungsgebäude, Seminarraum 1), Paul Hackhofer Str. 9, Wolfsberg

Klagenfurt: Mo. **1.8. / 5.9. / 3.10., 14:00**, Glanwirt (Fam. Pöck), Feldkirchnerstr. 98, Klgf.

SCHWANGERSCHAFT

SHG Glücklose Schwangerschaft Spittal/Drau: Mi. **7.9. / 5.10.** - INFO: Fam. Winkler, Tel. 0699/114 040 70

SCHWERHÖRIGKEIT

ARGE für Schwerhörige: Do. **1.9., 15.9. / 6.10., 20.10.** - 18:00-19:30, Zentrum Hören, Petruigasse 11, Klgf.

SORGERECHT

SHG Dialog für Kinder: Do. **1.9. / 6.10.** - Info: Dr. Mario Hilse, Telefon: 0664/401 54 03

TINNITUS

SHG Tinnitus Spittal/Drau: Do. **1.9. / 6.10.** - 14:00, Gasthof Ertlhof, Hauptstraße 101, Seeboden

SHG Tinnitus Klgft.: Mi. **3.8. / 5.10.** - 18:00, DV *Selbsthilfe Kärnten***

VITILIGO

SHG Vitiligo: Mo. **12.9. / 10.10.** - 18:00, LKH Villach (kleiner Speisesaal)

ZÖLIAKIE

Österr. Arbeitsgemeinschaft ZÖLIAKIE - Kärnten: Fr. **30.9.** - **Kinder-Pizza-Treffen**, 17:30, Pizzeria „Made Italy“ (Herzog-Bernhard-Str. 19, St. Veit/Glan) - INFO + Anmeldung bis 23.9.: DI Alexandra KOGLMANN, Tel. 0680/2066404, Mail: info@zoeliakie.or.at



Selbsthilfe im Wandel der Zeit

Längst ist die Selbsthilfebewegung im Gesundheitswesen zu einem wichtigen Partner der professionellen Akteure geworden.

Dieses Buch informiert Betroffene und Experten über neue Herausforderungen für die Selbsthilfe, insbesondere im Hinblick auf die sich rasant entwickelnden Kommunikations- und Informationstechnologien.

Die AutorInnen zeigen, wie Selbsthilfe-Initiativen mit einem beteiligungsorientierten Ansatz zu einer gesellschaftlich relevanten Kraft werden können.



Oskar Meggeneder
(Hrsg.)

Selbsthilfe im Wandel der Zeit - neue Herausforderungen für die Selbsthilfe im Gesundheitswesen

Mabus-Verlag 2011

ISBN 978-3-86321-004-5

Es gibt nichts Gutes außer man tut es!

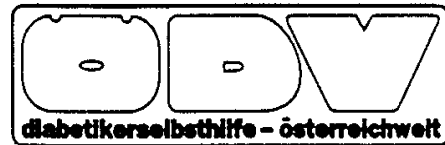
Unter diesem Motto lädt die **Selbsthilfegruppe „Wirbelsäule, Beckenboden, Gelenke“** zum gemeinsamen Nordic Walking ein:

Termin: jeden Dienstag und Donnerstag um 8:00 Uhr (im Juli und August um 7:00 Uhr)

Treffpunkt: Gasthaus Ponderosa, Waidmannsdorferstraße 183, Klagenfurt

Dauer: ca. 1 1/2 Stunden

Nähere Informationen: Renate Anglic, Tel. 0463/26 14 42



Schulung für Diabetiker

Termin: Sonntag, **16. Oktober 2011**, 9:30 - 13:00 Uhr

Ort: Hirter Botschaft, Bahnhofstr. 44, Klagenfurt

Themen: Trends in der Diabetologie Stand 2011 und Lebensstilmodifikation - wichtig für Typ 1 und Typ 2-Diabetes

Referent: Dr. Peter KITZLER

Anmeldung bis spätestens 12. Oktober 2011: Gerti und Walter Gregori, Tel. 0676/332 05 66 oder 0676/301 15 91

Terminaviso:

Diabetes-Infotag im LKH Villach

Samstag, **12. November 2011** von 14:00 - 17:30 Uhr im LKH Villach (Neurologie, Seminarräume A + B im EG)

Diabetes-Infotag im LKH Laas

Sonntag, **13. November 2011** von 8:30 - 12:30 Uhr



65 Jahre Kärntner Kriegsopfer- und Behindertenverband - der Dachverband *Selbst-*

hilfe Kärnten gratuliert herzlich zum Jubiläum und bedankt sich für die Zusammenarbeit!

Die **Selbsthilfegruppe „Elektrosmog / Elektrosensibilität“** (Kontaktperson: Mag. Josef Neuschitzer) ist seit März 2011 (Beschluss v. 28.03.2011) nicht mehr ordentliches Mitglied des Dachverbandes Selbsthilfe Kärnten.



MINI MED STUDIUM - Herbstsemester 2011

Informationen zum detaillierten Programm
erhalten Sie unter
www.minimed.at oder unter der Info-
Hotline in ganz Österreich zum Ortstarif:
0810/081060

Mit Humor geht alles besser

- ein bunter Nachmittag
mit dem „Apotheker“ vom
Villacher Fasching
Mag. Alexander TELESKO

Termin: Donnerstag, **13. Oktober 2011**
von 15:00 - 17:00

Ort: Festsaal im Diözesanhaus (bei der
Christkönigs Kirche), Tarviser
Straße 30, Klagenfurt

Veranstalter: Parkinson-Selbsthilfegruppe Klagenfurt
und das Referat für Behindertenpastoral -
Eintritt frei

Anmeldung bis 1.10.2011 bei Hans Lager,
Tel. 0664/737 59 330



Patienten- selbstbestimmung durch Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht

**Dienstag, 27. September 2011 um
16.30 Uhr**

im Seminarhotel EduCARE in Treffen am
Ossiachersee (www.educare.co.at)

Referent: **Dr. Erwin KALBHENN** (Kärntner
Patientenanwalt)

Das Leben kann sich in einem kurzen Augenblick
völlig verändern - von einem Moment auf den an-
deren sind wir nicht mehr in der Lage, für uns
selbst zu sprechen. Nachdem oft auch Angehörige
nicht wissen, wie sich ihr nächster Verwandter
in so schwierigen Fragen wie Wiederbelebung
oder lebensverlängernden Maßnahmen entschei-
den hätte, besteht mit der Patientenverfügung
die Möglichkeit, den Willen kundzutun. Mit der Vor-
sorgevollmacht kann einer Person des Vertrauens
die Vollmacht übertragen werden, Entscheidungen
über die Aufnahme, Fortführung oder den
Abbruch medizinischer Behandlung für den Fall zu
treffen, dass man selbst nicht mehr dazu fähig
ist.

Veranstalter: Dachverband *Selbsthilfe Kärnten* -
www.selbsthilfe-kaernten.at



**Der Rat der Europäischen Union hat das Jahr 2011 zum
Europäische Jahr der Freiwilligkeit zur Förderung der
aktiven Bürgerbeteiligung ausgerufen.**

Nach Ansicht der Autoren des ersten Berichtes
zum freiwilligen Engagement in Österreich (Her-
ausgeber: BMASK, 2009) steht die eigene Betrof-
fenheit, die ein wesentliches Kennzeichen von
Selbsthilfegruppen ist, der Anerkennung als klassi-
sches freiwilliges Engagement, dem ausschließlich
altruistische Motive zugrunde liegen, entgegen.

In Deutschland hingegen wird schon seit langem
auch von offizieller Seite die persönliche Betrof-
fenheit der Selbsthilfegruppen-

TeilnehmerInnen als spezifische Stärke gesehen,
die eine qualitätsvolle Hinwendung zu andern Be-
troffenen erst ermöglicht. Das Spezifische der
Selbsthilfegruppen wird in Deutschland in der Ver-
bindung von direkter eigener Betroffenheit und
solidarischem Engagement für andere gesehen.

INFO:

**Freiwilligenweb - Österreichs Portal für frei-
williges Engagement - www.freiwilligenweb.at**

Selbsthilfegruppen in Gründung

Parkinson-PatientInnen und ihre Angehörige im Bezirk Wolfsberg

Mit Menschen zusammenzukommen, die Verständnis für die eigene Erkrankung haben, ist ein wichtiger Schritt, um Einsamkeit und Isolation zu vermeiden. Nikolaus Magnet, selbst Parkinson-Patient, hat sich entschlossen, in Wolfsberg eine Selbsthilfegruppe für Parkinson-PatientInnen und Angehörige zu gründen. Er möchte gemeinsam mit anderen Erfahrungen im Umgang mit der Erkrankung austauschen, um Probleme des Alltags besser bewältigen zu lernen.

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

Angst und Depressionen

Wer mit Ängsten und Depressionen leben muss, fühlt sich oft unverstanden, manchmal sogar ausgegrenzt - auch unter Freunden und Bekannten. Gespräche mit Gleichbetroffenen können daher eine wertvolle Erfahrung sein. Aus diesem Grund wurde in Klagenfurt eine Selbsthilfegruppe für Menschen mit Ängsten und Depressionen gegründet. Unter dem Motto „Gemeinsam statt einsam“ bietet die Selbsthilfegruppe die Möglichkeit, mit anderen Betroffenen in Kontakt zu treten, um Erfahrungen im Umgang mit dieser schwierigen Lebenssituation auszutauschen.

Nähere Informationen zu den Gruppentreffen erhalten Sie im Büro des Dachverbandes Selbsthilfe Kärnten, Tel. 0463/50 48 71, E-Mail: office@selbsthilfe-kaernten.at

ACHTUNG * ACHTUNG * ACHTUNG *

Aus organisatorischen Gründen ist das Büro am Montag, 22.08. und Donnerstag, 25.08. von 8:00 - 13:00 besetzt.

Das Büro des Dachverbandes Selbsthilfe Kärnten ist am Montag, 31. Oktober 2011 nicht besetzt!

Frauenselbsthilfegruppe HPV-assoziierte Erkrankungen

Eine HPV-Infektion im Intimbereich beeinflusst nicht nur das Körpergefühl der Frau und ihre Partnerschaft, sie stellt auch eine große psychische Belastung dar. Um betroffenen Frauen die Möglichkeit zu bieten, miteinander in Kontakt zu treten, wird in Klagenfurt eine Selbsthilfegruppe für Frauen mit HPV-assoziierten Erkrankungen (Condylome, aber auch bösartige Tumore) gegründet.

In der Selbsthilfegruppe können die Teilnehmerinnen einander unterstützen und durch den gemeinsamen Informations- und Erfahrungsaustausch Hilfe und Unterstützung für den Umgang mit der Erkrankung finden.

INFO: Dachverband Selbsthilfe Kärnten, TEL: 0463/50 48 71, E-Mail: office@selbsthilfe-kaernten.at



Absender:

Dachverband **Selbsthilfe Kärnten**
Kempfstraße 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: Geänderte
Öffnungszeiten siehe
Kasten links!**



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