

## Neue Kärntner Patientenanwältin

**Dr. Angelika Schiwek wurde für fünf Jahre als Patientenanwältin bestellt**



Die engagierte Klagenfurter Juristin Dr. Angelika Schiwek, die seit 1997 in der Patientenanwaltschaft Kärnten tätig ist, wurde zur neuen Kärntner Patientenanwältin bestellt und tritt somit die Nachfolge von Dr. Erwin Kalbhenn, der mit Dezember 2013 in den Ruhestand getreten ist, an.

Die Leistungen der Kärntner Patientenanwaltschaft, die bereits 1990 gesetzlich verankert wurde, können kostenlos in Anspruch genommen werden. Ein wesentlicher Aufgabenschwerpunkt der Patientenanwaltschaft ist neben der Entgegennahme von Beschwerden, die Stärkung der Patienten, damit sie ihre Rechte in Anspruch nehmen können.

**Der DV Selbsthilfe Kärnten gratuliert im Namen der Vorstandsmitglieder, des Teams und der Kärntner Selbsthilfegruppen Dr. Angelika Schiwek recht herzlich zu ihrer Bestellung.**

### TERMIN

#### Selbsthilfe-FORUM

- das Plenum der Kärntner Selbsthilfegruppen

**17. Juni 2014, 14 - 16 Uhr**

**im DV Selbsthilfe Kärnten**

Kempferstraße 23/3. Stock, Klagenfurt am WS

Vertreter Kärntner Selbsthilfegruppen sind herzlich zum Informations- und Erfahrungsaustausch eingeladen!

Veranstalter: DV Selbsthilfe Kärnten

**Anmeldung bis 13. Juni 2014**

**DV Selbsthilfe Kärnten, TEL: 0463/50 48 71**

**E-MAIL: [office@selbsthilfe-kaernten.at](mailto:office@selbsthilfe-kaernten.at)**

### TERMIN

#### Generalversammlung des DV Selbsthilfe Kärnten

**Dienstag, 27. Mai 2014, 15 Uhr**

**ÖGB/AK Bildungsforum (Saal 6)**

Bahnhofstraße 44, Klagenfurt (ÖGB Eingang)

Als Referentin konnten wir Dr. Susanne Herbek (Geschäftsführerin ELGA GmbH) zum Thema „Die Wahrheit über ELGA – machen Sie sich selbst ein Bild“ gewinnen - siehe Seite 2. Neben den Mitgliedern des DV Selbsthilfe Kärnten sind auch Interessenten recht herzlich eingeladen.

**Anmeldung bis 16. Mai 2014:**

**DV Selbsthilfe Kärnten, TEL: 0463/50 48 71**

**E-MAIL: [office@selbsthilfe-kaernten.at](mailto:office@selbsthilfe-kaernten.at)**

## ELGA

## „Die Wahrheit über ELGA – machen Sie sich selbst ein Bild“



Dr. Susanne Herbek

ELGA lässt die Menschen nicht kalt – die öffentliche Diskussion der letzten Wochen zeigt die unterschiedliche Einstellung der österreichischen Bevölkerung und mancher Repräsentanten von ärztlichen Standesvertretungen. Umfragen zeigen

einerseits die positive Haltung zu ELGA, andererseits auch fehlende Detailinformationen zu ELGA auf.

Gesundheitsdaten sind sensible Daten und ein besonders umsichtiger und verantwortungsvoller Umgang

damit ist zwingend geboten. Daher gibt das neue ELGA-Gesetz strikte Vorgaben in Bezug auf den Datenschutz und die Datensicherheit im Gesundheitswesen – jede Gesundheitseinrichtung muss hier den entsprechenden Verpflichtungen nachkommen. Die Krankenhäuser in Österreich und auch die meisten anderen Gesundheitsdiensteanbieter arbeiten lokal meist schon mit elektronischen Informationssystemen. Wichtige Befunde sind aber weder für die Patienten selbst noch systematisch für die in einen aktuellen Behandlungsfall involvierten anderen Gesundheitseinrichtungen zugänglich. ELGA bietet hier zukünftig Abhilfe durch die einfache Möglichkeit, relevante Vorbefunde und Medikationsinformationen abzurufen, wenn sie gebraucht werden – unter Wahrung des Datenschutzes, der Selbstbestimmung der Patienten und der Datensicherheit. - Dr. Susanne Herbek

## JUBILÄUM

## 15 Jahre Frauengesundheitszentrum (FGZ) Kärnten

**Seit nunmehr 15 Jahren ist das Frauengesundheitszentrum Kärnten (FGZ), mit Standort in Villach, Anlaufstelle Nummer Eins für die Kärntnerinnen betreffend frauengerechte Angebote in der Gesundheitsförderung und Prävention.**

Dass die Kärntner Frauen für die Leistungen des FGZ nicht unbedingt nach Villach anreisen müssen, ermöglicht der mobile Einsatz der engagierten Mitarbeiterinnen. Die Fachfrauen gehen in Gemeinden, Schulen und soziale Einrichtungen im gesamten Bundesland. Im Gepäck immer qualitätsvolle Gesundheitsinformationen und unterstützende Angebote, damit Frauen aktiv und selbstbestimmt zum Erhalt ihrer Gesundheit beitragen können.

Zu den Kernkompetenzen der Einrichtung haben sich Essstörungen und die sexuelle Gesundheit entwickelt. „Zunehmend im Fokus ist die Gesundheitsförderung mit Frauen ab der Lebensmitte und für Seniorinnen. Altersgerechte Bewegungsangebote, Informationsmaterialien zur Sturzprophylaxe und Herzerkrankungen oder die kostenlose psychoonkologische Beratung für Frauen, die selbst an Krebs erkrankt sind oder die einen krebskranken Angehörigen betreuen, wurden in den vergangenen Jahren erfolgreich entwickelt“, berichtet Mag. Regina Steinhauser. Ihr Gesundheitstipp für Frauen, unabhängig vom Alter lautet: „Nicht still leiden – sondern laut fragen! Frauen und Mädchen haben das Recht auf umfassende, unabhängige Informationen und auf einen respektvollen Umgang“, betonte die FGZ-Geschäftsführerin.



[www.fgz-kaernten.at](http://www.fgz-kaernten.at) oder [www.fgz-girls.at](http://www.fgz-girls.at)

## JAHRESBERICHT 2013

### JAHRESBERICHT 2013



Die Aktivitäten und Tätigkeiten des DV Selbsthilfe Kärnten werden im Jahresbericht dokumentiert.

Gerne können Sie den Jahresbericht 2013 ab Mitte Mai 2014 im Büro des DV Selbsthilfe Kärnten anfordern (TEL: 0463/50 48 71, E-MAIL: [office@selbsthilfe-kaernten.at](mailto:office@selbsthilfe-kaernten.at)) beziehungsweise steht er auch zum Download auf der Homepage unter [www.selbsthilfe-kaernten.at](http://www.selbsthilfe-kaernten.at)

## Selbsthilfe-Fördertopf

Die nächste Sitzung des Selbsthilfe-Beirates findet voraussichtlich am 27.11.2014 statt. Förderanträge können bis Ende Oktober 2014 in der Geschäftsstelle (Kontakt Daten siehe rechts) eingebracht werden.

Die Förderrichtlinien und -kriterien sowie Formulare und den Tätigkeitsbericht 2013 finden Sie unter [www.selbsthilfe-kaernten.at](http://www.selbsthilfe-kaernten.at) unter „Selbsthilfe-Fördertopf“ oder Sie erhalten die Informationen in der Geschäftsstelle - siehe rechts.

**Geschäftsstelle: DV Selbsthilfe Kärnten, Kempfstr. 23/3, PF 108, 9021 Klagenfurt**  
**TEL: 0463/50 48 71**

**E-MAIL: [office@selbsthilfe-kaernten.at](mailto:office@selbsthilfe-kaernten.at)**

IBAN: AT91 3900 0000 0112 2498 lautend auf „Selbsthilfe Kärnten - Fördertopf“



### REGIONALE SELBSTHILFE-INFORMATIONSTELLEN

#### BEZIRK VILLACH:

**LKH Villach** (TEL: 04242/208-2730 zu den Sprechstundenzeiten):

- DV Selbsthilfe Kärnten: jeden Mittwoch, 14.30 - 16.30 Uhr
- DIABETES: 5.5./2.6., 13 - 15 Uhr
- NTE (Nah-Todeserfahrung)-SHG: 16.5./20.6., 13 - 15 Uhr
- BRUSTKREBS: 26.5./30.6., 13.15 - 15 Uhr
- HÖRBEEINTRÄCHTIGUNG: 27.5./24.6., 9 - 11 Uhr

#### BEZIRK HERMAGOR:

**Gailtal-Klinik Hermagor** (TEL: 042 82/ 22 20-70173):

- DV Selbsthilfe Kärnten: 11.6., 9 - 11 Uhr

#### BEZIRK SPITTAL/DRAU:

**Gebietskrankenkasse Spittal/Drau, Ortenburgerstr. 4** (TEL: 050 5855-4211):

- DV Selbsthilfe Kärnten: 4.6., 9 - 11 Uhr

#### BEZIRK WOLFSBERG:

**LKH Wolfsberg (Verwaltungsgebäude, Schulungsraum):**

- DV Selbsthilfe Kärnten (TEL: 0664/92 18 063): 13.5./10.6., 10 - 12 Uhr

#### BEZIRK VÖLKERMARKT:

**BH Völkermarkt:**

- DV Selbsthilfe Kärnten (TEL: 0664/92 18 063): 13.5./10.6., 13 - 15 Uhr

#### BEZIRK KLAGENFURT:

**Klinikum Klagenfurt am Wörthersee (Haupteingang, 1. Stock):**

- DV Selbsthilfe Kärnten (TEL: 0664/92 18 063): 6.5./3.6., 24.6./1.7., 22.7., 8 - 13 Uhr  
20.5./17.6./15.7., 8 - 12.30 Uhr

- SCHWERHÖRIGKEIT: 14.5./11.6./9.7., 14 - 16 Uhr  
26.5./23.6./28.7., 10 - 12 Uhr

- BECHTEREW: 13.5./10.6., 9 - 11 Uhr

- ÖZIV: jeden Montag (Ausnahme: 4. Montag im Monat), Mittwoch, Donnerstag und Freitag, 9 - 14 Uhr
- BIPOLE ERKRANKUNGEN: 22.5./26.6./24.7., 14 - 18 Uhr
- EPILEPSIE: telefonische INFO: 0650/60 20 230
- DIALYSE: 7.5./4.6., 15 - 16 Uhr
- DIABETES: 21.5./18.6., 14 - 16 Uhr
- SCHILDDRÜSENKARZINOM: telefonische INFO: 0664/26 22 642

**Krankenhaus der Elisabethinen Klagenfurt:**

- DV Selbsthilfe Kärnten (TEL: 0664/ 92 18 063): 20.5./17.6./15.7., 13 - 14.30 Uhr
- BECHTEREW: 2.5./6.6., 9 - 11 Uhr



In den Informationsstellen des DV Selbsthilfe Kärnten können Betroffene, deren Angehörige und Interessierte mit den Vertretern einzelner Selbsthilfegruppen Kontakt aufnehmen und sich über Selbsthilfegruppen in Kärnten informieren.

# Gruppentreffen der Selbsthilfegruppen (SHG)

## (Stand 14.4.2014)

Weitere aktuelle Termine unter [www.selbsthilfe-kaernten.at](http://www.selbsthilfe-kaernten.at)

### ALKOHOL

#### Anonyme Alkoholiker Villach:

jeden Montag, 19 - 21 Uhr,  
Evangel. Pfarrhof, Adalbert-Stifterstr. 21, Villach

#### AL-ANON (Angehörige u. Freunde v. Alkoholikern):

Villach:  
jeden Freitag, 20 - 21.30 Uhr  
Evangel. Pfarramt, Hohenheimstr. 3, Villach

#### Bleiburg:

15.5./5.6./3.7., 17.7., 19 - 20 Uhr,  
Pfarramt Bleiburg, Kumeschg. 16

#### Klagenfurt:

12.5., 26.5./30.6./14.7., 28.7., 18.30 - 20 Uhr,  
Altkatholische Kirche, Kaufmannngasse 11,  
Klagenfurt

### ALLERGIEN / NEURODERMITIS

#### SHG Allergien und Neurodermitis

**Klagenfurt:**  
6.5./3.6., 18.30 Uhr, DV Selbsthilfe Kärnten\*\*

### ALPHA 1 ANTITRYPSINMANGEL

#### SHG Alpha1 Österreich - Landesstelle Kärnten:

27.-29.6. - Infotage, INFO: Christa RAPP,  
TEL: 0650/41 18 753

### ALZHEIMER

#### SHG Alzheimerkranke u. deren Angehörige:

##### Klagenfurt:

14.5. - Umgang mit Grenzsituationen in der häuslichen Pflege - DGKS Barbara KLAMMER (Rotes Kreuz) / 11.6. - Geistig fit - ein Leben lang - Mag. Elisabeth RIPLITSCH (Lebens- u. Sozialberaterin, Psychotherapeutin i.A.u.S.) / 9.7. - Ernährung bei Demenz - Dr. Herbert OBWEGER (Allgemeinmediziner), 18 Uhr, Pflegeheim Kreuzberg, Henslstraße 1, Klagenfurt

##### Villach:

19.5. - Vorstellung der Spezialambulanz für Demenz - Prim. Univ. Prof. Dr. Peter KAPPELLER (LKH Villach, Abt. f. Neurologie und Psychosomatik) / 16.6. - Alles über die 24-Stunden-Betreuung - DI Dr. Andrea MATT (ADIUVA-24 Std. Betreuung) / 21.7. - Vorstellung einer sozialen Einrichtung, 14 Uhr, LKH Villach (Neurologische Abteilung, Seminarraum B)

#### SHG Alzheimer, Demenz Oberkärnten:

22.5., 14 Uhr, Altenwohn- und Pflegeheim Mühlendorf 260

### APHASIE

#### SHG Aphasie:

14.5., 16-18 Uhr, Gasthof Lerchenhof,  
Hermagor

### ATEMWEGE

#### SHG Atemwegserkrankte:

5.5./2.6., 18 Uhr, DV Selbsthilfe Kärnten\*\*

#### SHG COPD:

27.5., 14.30 Uhr, LKH Villach (Gemeinschaftshaus) / 24.6., 14.30 Uhr, LKH Villach (Neurologie, Seminarraum B)

### MORBUS BECHTEREW

#### Österr. Vereinigung Morbus Bechterew Ktn.:

28.5./26.6., 18 Uhr, Gasthof Krall, Ehrentalerstraße 57, Klagenfurt

### BORRELIOSE

#### SHG Borreliose:

8.5. /12.6./10.7., 18.30 Uhr, Elisabethinen-Krankenhaus, Klagenfurt

### CONTERGAN/ THALIDOMID

#### SHG der Contergan und Thalidomidgeschädigten Österreichs - Landesstelle Kärnten:

13.6. - ANMELDUNG: Helga NAPETSCHNIG,  
TEL: 0650/370 50 21

### DIABETES

#### Österr. Diabetikervereinigung Kärnten

##### Klagenfurt:

13.5. - Beinhart bis auf die Knochen - Dr. Peter KITZLER (FA f. Kinder- und Jugendheilkunde), 19.30 Uhr, Gasthaus Pirker, Adlergasse 16, Klagenfurt

##### St. Veit/Glan:

7.5./4.6., 19 Uhr, Kärntner Hilfswerk, Grabenstraße 10, St. Veit/Glan

##### Villach:

6.5. - Ernährung bei erhöhtem Cholesterin - Michael VILANEK (Diätologe, LKH Villach), 18 Uhr, LKH Villach (Neurologie, Seminarraum B)

##### Völkermarkt:

17.6. - Wie bekomme ich den Zucker besser in den Griff - Dr.med. ELLERSDORFER, 18.30 Uhr, Sozialhilfverband Völkermarkt, Nibelungenstraße 26, Ritzing

### DIALYSE

#### IG der Dialysepatienten und Nierentransplantierten Kärnten:

Lavanttal: jeden Mittwoch, 9.30 Uhr, Cafe Eberhard, St. Johanner Str. 3, Wolfsberg

### GEHÖRLOS

#### "Visuelles Hören" - Gehörlosenkultur Kärnten:

6.5./3.6., Seniorentreffen, 14 Uhr, AVS-Sozialzentrum, Schlossgasse 6, Villach

### EPILEPSIE

#### Team SH Epilepsie Kärnten:

23.5./27.6., INFO: Alexandra HÖBLING, TEL: 0650/60 20 230

#### SHG Epilepsie Lavanttal:

6.5./3.6., 18.30 Uhr, Cafe Eberhard, St. Johanner Str. 3, Wolfsberg

### HIRNSCHÄDIGUNG

#### SHG Erworbene Hirnschädigung

9.5./6.6./4.7., 14.30 Uhr, Psycholog. Praxis Andrea Fahlböck, Widmannng. 43/2, Villach

### HÖRBEEINTRÄCHTIGUNG

#### SHG für Schwerhörige/Angehörige:

10.5. - Gast: Hörgeräteakustiker der Firma Neuroth, 10-12 Uhr, DV Selbsthilfe Kärnten\*\*

#### SHG Eltern hörbeeinträchtigter Kinder Kärnten:

22.5./26.6., 16.30-18.30 Uhr, Forum besser HÖREN - Schwerhörigenzentrum Kärnten, Gasometergasse 4 a/Eingang Platzgasse, Klagenfurt

#### SHG Cochlea-Implantat:

8.5./12.6., 17-19 Uhr, Forum besser HÖREN - Schwerhörigenzentrum Kärnten, Gasometerg. 4 a / Eingang Platzgasse, Klagenfurt

### KREBS

#### SHG Schilddrüsenkarzinom-PatientInnen:

13.6., 16 Uhr, DV Selbsthilfe Kärnten\*\*

#### Frauenselbsthilfe bei Krebs Klagenfurt:

14.5., 28.5./11.6., 25.6./9.7., 23.7., 14 Uhr, GH Kressnig, St. Veiter Str. 244, Klagenfurt-Annabichl

#### Frauenselbsthilfe nach Brustkrebs

##### Lavanttal:

5.5./2.6., 14 Uhr, LKH Wolfsberg, (Seminarraum 2, Verwaltungsgebäude), Paul-Hackhofer Str. 9

**Villach:**

22.5./26.6., 14 Uhr, LKH Villach (Neurolog. Abt., Seminarraum B)

**MULTIPLE SKLEROSE****Klagenfurt:**

26.5./30.6., 18 Uhr, DV Selbsthilfe Kärnten\*\*

**Hermagor:**

28.5./26.6./31.7., 17 Uhr, Gasthaus Rathausstüberl, Hermagor - MS Stammtisch mit Betroffenen

**St. Veit/Glan:**

28.5./25.6., 9 Uhr, Autohof BP-Tankstelle Schnitzer, Völkermarkterstr. 55, St. Veit/Glan

**Spittal/Drau:**

14.5 - Was gibt es Aktuelles zu MS? - OA Dr. Franz SCHAUTZER (LKH Villach, Abt. f. Neurologie und Psychosomatik) /11.6., 18 Uhr, Brückenwirt (Fam. RIEGER), Wirtschaftsbrücke 2, Spittal/Dr., INFO: 0650/90 279 64

**Völkermarkt:**

30.5./26.6./31.7., 13 Uhr, Cafe Lisi, Hart 23, Eberndorf

**Villach:**

6.5./3.6., 15 Uhr, Wirt in Judendorf, Judendorfer Str. 24, Villach

**MUSKELERKRANKUNGEN****SHG f. Muskelkranke Kärnten:**

24.5., 15 Uhr, Restaurant LIDO, Friedelstrand 1, Klagenfurt/14.6., 15 Uhr, Cafe im Warmbaderhof, Kadischenallee 22-24, Villach-Warmbad

**OSTEOPOROSE****Klagenfurt:**

21.5. - Einschlaf- und Durchschlafstörungen - Mag. Michael MAIER (Klinischer und Gesundheitspsychologe, Elisabethinen-Krankenhaus), 17.30 Uhr, Elisabethinen-Krankenhaus, Klagenfurt

**Spittal/Drau:**

15.5./26.6., 19 Uhr, Gasthof Brückenwirt, Wirtschaftsbrücke 2, Spittal/Drau

**Ferlach:**

19.5. - Alzheimer und Demenz - Cornelia HRIBERNIK (Diplomsozialbetreuerin) / 16.6. - Patientenverfügung - Mag. Renate TATZMANN (Juristin), 18.30 Uhr, Rathaus Ferlach (ÖGB-Raum)

**PARKINSON****Villach:**

13.5. - Gast: Evi ACHERER-SCHROFFENEGGER (Logopädin, Villach), 16-18 Uhr, LKH Villach (Gemeinschaftshaus)

**Wolfsberg:**

7.5./4.6., 17 Uhr, LKH Wolfsberg, (Verwaltungsgebäude, Seminarraum 1), Paul-Hackhofer Straße 9

**PSYCHE / ANGST / DEPRESSION****SHG Angst und Depressionen St. Veit/Glan:**

jeden Donnerstag, 18 Uhr, Krankenhaus der Barmherzigen Brüder St. Veit/Glan (Seminarraum) (außer: 1.5., 29.5., 19.6.)

**SHG Leben wagen (Depressionen)****Feldkirchen:**

6.5., 20.5./3.6., 17.6./1.7., 15.7., 18 Uhr, Gasthaus „Roter Engel“, Hauptplatz 6, Feldk.

**SHG Depressive Verstimmungen, Gmünd:**

14.5./11.6., 19 Uhr, Neue Evangelische Kirche in Gmünd

**SHG Gegen Angst und Depression Eberndorf**

12.5., 26.5./ 23.6./7.7., 21.7., 18 Uhr, Pfarrhof Eberndorf (Jugendzentrum), Bleiburgerstr. 11

**SHG Angst, Depression, Burn-out****Klagenfurt:**

14.5., 28.5./ 11.6., 25.6./9.7., 23.7., 17 Uhr, DV Selbsthilfe Kärnten \*\*

**SHG Angst, Depressionen, Panikattacken****Spittal/Dr.:**

9.5., 23.5./6.6., 20.6./4.7., 18.7., 18.30 Uhr, Kath. Pfarrzentrum, Litzelhofenstr. 1, 1. Stock, Spittal/Dr.

**SHG Depressionen Villach:**

21.5./18.6., 16 Uhr, LKH Villach (Neurolog. Abt., Seminarraum B)

**SHG Bipolare Erkrankung Klagenfurt:**

8.5., 22.5./12.6., 26.6./10.7., 24.7., 19 Uhr, DV Selbsthilfe Kärnten \*\*

**SHG Zwänge:**

14.5., 28.5./11.6., 25.6., 19 Uhr, Rathaus Radenthein, Hauptstraße 65

**HPE - HILFE FÜR ANGEHÖRIGE PSYCHISCH ERKRANKTER, KÄRNTEN****Klagenfurt:**

16.5./20.6., 17-19 Uhr, Caritas (Vortragssaal), Sandwirtg. 2 (Eingang Kolpingg.), Klagenfurt

**Spittal/Drau:**

20.5. - Umgang mit psychischen Erkrankungen in der Familie - Prof. Mag. Renate KREUTZER (Psychologin, Psychotherapeutin, Villach)/ 17.6., 17.30 Uhr, Tageszentrum Pro mente, Gartenstr. 1, Spittal/Drau

**Villach:**

7.5./4.6. - Gast: Mag. Andrea STROBL (pro mente, Haus Landskron)/2.7., 18 Uhr, Schloßgasse 6 (AVS, Tiefgeschoss), Villach

**Völkermarkt:**

26.6., 18 Uhr, Pfarrhaus Völkermarkt, Kircheng. 8

**Gailtal:**

26.5./30.6., 19 Uhr, Gemeindezentrum Seniorentreff, Dellach/Gail (Nordeingang vorne rechts), INFO: 0650/471 86 12

**RHEUMA****Österr. Rheumaliga Landesgruppe Kärnten:****Klagenfurt:**

22.5. - Verlauf der rheumatoiden Arthritis - Prim Dr. Hans Jörg NEUMANN, OA Dr. Michaela

KRIESSMAYR-LUNGKOFLE, Ass. Dr. Matthias AUSSERWINKLER (Elisabethinen-Krankenhaus, Abr. f. Innere Medizin), 18 Uhr, Elisabethinen-Krankenhaus, Klagenfurt

**Villach:**

21.5., 18 Uhr, LKH Villach (Neurologie, Seminarraum B) / 25.6. - Umweltgifte-Abwehrkräfte-Rheuma - Dr. Ilse TRIEBNIG (FA f. Chirurgie), 18 Uhr, Hilfswerk, Peraustraße 1, Villach

**SCHLAGANFALL****SHG Schlaganfallerkrankte:****Wolfsberg:**

6.5./3.6., 17 Uhr, Cafe Eberhard, St. Johannerstr. 3, Wolfsberg

**Klagenfurt:**

5.5./2.6./7.7., 14 Uhr, Hotel Roko Hof, Villacher Str. 135, Klagenfurt

**SCHWANGERSCHAFT****SHG Glücklose Schwangerschaft****Spittal/Drau:**

7.5./4.6., - INFO: Brigitte WINKLER, TEL: 0699/11 40 40 70

**SENIOREN****SHG 60+:**

Jeden Mittwoch, 13 Uhr, Krankenhaus Waiern/Feldkirchen, Martin-Luther-Straße 14

**STOMA****SHG Stoma Villach:**

8.5./5.6./3.7., 15 Uhr, "Wirt in Judendorf", Judendorferstraße 24, Villach

**TINNITUS****SHG Tinnitus Spittal/Drau:**

8.5./5.6., 19 Uhr, Gasthof Ertlhof, Hauptstraße 101, Seeboden

**SHG Tinnitus Klagenfurt**

4.6., 18 Uhr, DV Selbsthilfe Kärnten\*\*

**TRANSGENDER****SHG Transgender Kärnten:**

4.5./15.6./6.7., 15 Uhr, DV Selbsthilfe Kärnten\*\*

**TRAUER****SHG Plötzlich ohne Kind:**

9.5./6.6./4.7., 18 Uhr, Evang. Pfarramt, Villach, INFO: Sonja WALDER, TEL 0650/7311511

**ZÖLIAKIE****Österr. ARGE ZÖLIAKIE - Kärnten:**

27.6., 18 Uhr, Schlosswirt Ebenthal, Schlossstraße 26, Ebenthal, Anmeldung bis 22.6.: DI Alexandra KOGLMANN, 0680/20 66 404 oder kaernten@zoeliakie.or.at

## SPECIAL OLYMPICS SOMMERSPIELE

### Herzschlag 2014

Fotocredit: Special Olympics Österreich



**Von 12. bis 17. Juni 2014 finden in Kärnten die 6. Nationalen Sommerspiele von Special Olympics für Menschen mit mentaler Behinderung mit internationaler Beteiligung statt.**

Rund 2.124 Sportler und Trainer aus Österreich sowie weitere Delegationen aus dem Ausland werden bei insgesamt 17 verschiedenen Sportarten an 12 Sportstätten in und rund um Klagenfurt dabei sein.

1968 fanden in Chicago die ersten Wettkämpfe statt. Heute ist Special Olympics eine weltweite Organisation mit 2,8 Millionen Athleten in 180 Ländern, die Training

und sportliche Wettkämpfe für Menschen mit mentaler Behinderung anbietet. In Österreich gibt es Special Olympics in der heutigen Form bereits seit 1993.

Die Nationalen Sommerspiele 2014 sollen ein ganz besonderes Highlight werden – und zwar Olympische Spiele der Menschlichkeit und Herzlichkeit. Echte Emotionen und bereichernde Erlebnisse sollen den Sportlern und Besuchern in guter Erinnerung bleiben. Und das nicht nur während der Spiele, sondern auch davor und danach. Frei nach dem Motto: Herzschlag 2014 – gemeinsam erleben!

Informationen und Termine zu den Veranstaltungen im Vorfeld, zum Sportprogramm, dem Rahmenprogramm, zur Eröffnung und zum Showabend der Sommerspiele der Special Olympics 2014 erhalten Sie unter [www.herzschlag2014.at](http://www.herzschlag2014.at)

## SELBSTHILFE KÄRNTEN EXTRA 2014

### Gesundheitskompetenz

Die zehn Rahmen-Gesundheitsziele, die auf Bundesebene beschlossen wurden, befassen sich damit, wie in Zukunft ein noch gesünderes Österreich aussehen soll.

Eines der Ziele ist die Stärkung der Gesundheitskompetenz der Bevölkerung. Die Gesundheitskompetenz (Health Literacy) soll die Menschen dabei unterstützen, im Alltag eigenverantwortliche Entscheidungen zu treffen, die ihre Gesundheit fördern. Dazu gilt es die persönlichen Kompetenzen und das Verantwortungsbewusstsein zu stärken, den Zugang zu verständlicher, unabhängiger

und qualitätsgesicherter Information zu erleichtern sowie das Bewusstsein für Gesundheitsvorsorge zu fördern. Zudem soll die Rolle der Patienten im Gesundheitssystem gestärkt werden.

**Die EXTRA 2014 steht unter dem Schwerpunkt Gesundheitskompetenz und Selbsthilfegruppen. Wir laden Selbsthilfegruppen-Vertreter ein, ihre Überlegungen zu diesem Thema darzustellen.**

**Beiträge und druckfähige Fotos senden Sie bitte bis 17. August 2014 an das Büro des DV Selbsthilfe Kärnten, E-MAIL [office@selbsthilfe-kaernten.at](mailto:office@selbsthilfe-kaernten.at)**

## ZWISCHENEVALUIERUNG

### Die "Ambulante Geriatriische Remobilisation" in Zahlen

Mit Jänner 2013 startete das Pilotprojekt „Ambulante Geriatriische Remobilisation“ in Klagenfurt (Projektträger: Department für Akutgeriatrie/Remobilisation, Elisabethinen-Krankenhaus).

Im Rahmen des Projektes werden mehrfach kranke, ältere Patienten nicht im Krankenhaus, sondern zu Hause in ihrem Wohnumfeld therapiert, das heißt, dass die Therapien in den Alltag integriert werden. Die Angehörigen werden von Anfang an aktiv eingebunden, geschult und angeleitet. Ein Projektziel ist, dass Patienten so lange wie

möglich im häuslichen Umfeld bleiben können. Dadurch verbringen sie weniger Tage im Krankenhaus.

Die Zwischenevaluierung - durchgeführt von Univ.-Prof. Dr. Herbert Janig, Alpen-Adria Universität Klagenfurt - zeigt, dass dieses neue Konzept nicht nur kostengünstiger, sondern auch besser und nachhaltiger ist als Remobilisation im stationären Bereich. Diese Ergebnisse geben Anlass zu Überlegungen, wie das derzeit zeitlich befristete Projekt, das keine Konkurrenz zu bestehenden ambulanten Strukturen darstellt, in ganz Kärnten umgesetzt werden kann.

**Sie finden die Zwischenevaluierung zum Download auf der Homepage unter [www.selbsthilfe-kaernten.at](http://www.selbsthilfe-kaernten.at)**

**VERANSTALTUNGEN****7. KINDERHERZTAG**

Der Verein „Hilfe für das herzkranken Kind“ feiert heuer das 25-jährige Bestehen. Aus diesem Anlass wird im Rahmen der Veranstaltung nicht nur die Entwicklung der Kinderkardiologie und die Behandlungsmöglichkeiten für Kinder mit angeborenem Herzfehler dargestellt, sondern auch die Tätigkeit und die Hilfestellungen des Vereins.

**WANN** Montag, 5. Mai 2014, 16 Uhr

**WO** Kärntner Landesarchiv,  
St. Ruprechter Straße 7, Klagenfurt

**Vorträge**

"Entwicklung der Kinderkardiologie"  
Prof. Dr. Albrecht BEITZKE

„Kinderkardiologie am LKH Villach - Behandlungsmöglichkeiten und Grenzen“  
EOA Dr. Christian WOLF

Anschließende Diskussionsrunde mit Prof. Dr. Albrecht BEITZKE, Prof. Dr. Wilhelm KAULFERSCH, OA Dr. Christian WOLF

Veranstalter:  
Verein „Hilfe für das herzkranken Kind“  
Kontakt für Kärnten:  
Dr. Andreas TSCHERNITZ  
TEL: 0463/26 25 97  
E-MAIL: andreas.tschernitz@chello.at

**MINI MED STUDIUM****Chancen und Risiken des künstlichen Gelenkersatzes von Hüfte, Knie und Schulter**

Prim. Priv.-Doz. Dr. Christian AIGNER  
(Orthopädische Abteilung, LKH Villach)  
5.5.2014, Villach

**Das Blut - Was es über unsere Gesundheit verrät**

Prim. Prof. Dr. med. Dr. rer. nat. Pranav SINHA  
(Institutes f. Labordiagnostik u. Mikrobiologie, Klinikum Klagenfurt am Wörthersee)  
12.5.2014, Spittal/Drau

**Wenn Bewegung zur Qual wird: Arthrose - Prävention und moderne Behandlungsstrategien**

Prim. Prof. Mag. Dr. Bernd STÖCKL, MAS  
(Abteilung für Orthopädie und orthopädische Chirurgie, Klinikum Klagenfurt am Wörthersee)  
19.5.2014, Klagenfurt

**Volkskrankheit Diabetes - eine medizinische Herausforderung - Neueste Methoden zu Diagnose und Therapie**

MD Prim. Dr. Johannes HÖRMANN  
(Diabetes Zentrum LKH Laas)  
26.5.2014, Wolfsberg

**Die Haut und ihre Probleme im Alter - Quälender Juckreiz, Altersflecken, Trockenheit**

OA Dr. Hannes KOLLE  
(Abteilung der Dermatologie und Venerologie, Klinikum Klagenfurt am Wörthersee)  
2.6.2014, Villach

**Leben mit Parkinson - Wichtige Fakten zu Erkrankung und Therapie**

OA Dr. Franz SCHAUTZER  
(Abteilung f. Neurologie u. Psychosomatik, LKH Villach)  
16.6.2014, Spittal

Beginn: jeweils 19 Uhr, Einlass ab 18 Uhr

KLAGENFURT: BKS Bank Saal, St. Veiter Ring 43  
VILLACH: Paracelsussaal, Rathaus, Rathausplatz 1  
WOLFSBERG: KUSS (KulturStadtSaal), St. Michaeler Str. 2  
SPITTAL: Ahnensaal, Schloss Porcia, Burgplatz 1

**Eintritt frei**

[www.minimed.at](http://www.minimed.at)

**Info-Hotline in ganz Österreich zum Ortstarif:  
0810/081060**

**INFORMATIONSMATERIAL**

Für Selbsthilfegruppen besteht die Möglichkeit, bei themenspezifischen MINI MED Vorträgen mit Informationsmaterial vor Ort vertreten zu sein.

**Aus organisatorischen Gründen ist eine Anmeldung bis 3 Wochen vor der jeweiligen Veranstaltung notwendig.**

**DV Selbsthilfe Kärnten**

**TEL 0463/50 48 71**

**E-MAIL: [office@selbsthilfe-kaernten.at](mailto:office@selbsthilfe-kaernten.at)**

## SELBSTHILFEGRUPPEN (SHG) IN GRÜNDUNG

### SHG Inkontinenz, Klagenfurt

Sind Sie selbst inkontinent oder kennen Sie jemanden der damit Probleme hat? Harninkontinenz betrifft viele Menschen, doch die wenigsten sprechen darüber. Damit betroffene Menschen und ihre Angehörigen offen reden können, wird eine SHG gegründet.

### VITILIGO-SHG in Villach

Vitiligo (Weißfleckenkrankheit) stellt für Betroffene vor allem eine große psychische Belastung dar. Die Erfahrung, mit der Erkrankung nicht alleine zu sein, ist für viele Patienten daher besonders wertvoll. Die gegenseitige Unterstützung in der SHG kann dazu beitragen, mit der Erkrankung besser umgehen zu können.

**Informationen zu den Gruppengründungen erhalten Sie im DV Selbsthilfe Kärnten.**

**DV Selbsthilfe Kärnten, TEL: 0463/50 48 71  
E-MAIL: [office@selbsthilfe-kaernten.at](mailto:office@selbsthilfe-kaernten.at)**

**Die Mitarbeiter des DV Selbsthilfe Kärnten unterstützen Sie gerne bei der Suche nach einer geeigneten Selbsthilfegruppe in Kärnten bzw. besprechen mit Ihnen die Möglichkeiten einer Selbsthilfegruppengründung.**

Die Arbeit des DV Selbsthilfe Kärnten wird aus Mitteln des Landes Kärnten gefördert.



Österreichische Post AG / Sponsoring.Post  
122039281 S

Retouren bitte an: DV Selbsthilfe Kärnten  
Postfach 108, 9021 Klagenfurt am Wörthersee

### SHG Borderline

Mein Name ist Melanie Anderwald, ich bin 26 Jahre alt und habe vor einigen Jahren die Diagnose Borderline (Instabile Persönlichkeitsstörung) gestellt bekommen. Es ist mir deshalb ein Anliegen, aufgrund meiner therapeutischen Erfahrung, die ich in Zusammenhang mit der Krankheit sammeln konnte, diese Erfahrungswerte an Betroffene weitergeben zu können. Eine Selbsthilfegruppe bietet hierfür den besten Raum.

Ich möchte meine Aufmerksamkeit gemeinsam mit der Gruppe auf Möglichkeiten richten, einen bestmöglichen Umgang mit der Krankheit zu schaffen. Dies wird natürlich in einem geschützten Rahmen, im offenen Austausch über die gesammelten Erfahrungen, stattfinden.

Es soll gemeinsam ein Raum geschaffen werden um die Krankheit besser verstehen zu können, stabile Seiten gemeinsam zu stärken und mit Stress und belastenden Gefühlen besser umgehen zu können. Aus eigener Erfahrung kann in einem Gruppenprozess sehr viel erreicht werden. Das wichtigste ist die Entdeckung und Aktivierung seines Selbsthilfepotentials. Durch Selbsthilfe ist man unabhängiger und findet sich in akuten Phasen der Krankheit besser zurecht. Ich hoffe, dass ich zahlreiches Interesse wecken konnte und freue mich über eure motivierte Teilnahme.

**E-MAIL [melanie.anderwald@a1.net](mailto:melanie.anderwald@a1.net)**

**ACHTUNG: Das Büro des DV Selbsthilfe Kärnten ist am 2.5.2014 und am 30.5.2014 nicht besetzt!**

Bürozeiten: MO und DO 8 - 16 Uhr  
MI und FR 8 - 13 Uhr

Impressum: Medieninhaber, Herausgeber: Dachverband Selbsthilfe Kärnten (ZVR-Zahl: 949747510), Kempfstraße 23/3, PF 108, 9021 Klagenfurt, TEL: 0463/50 48 71, FAX: 0463/50 48 71-24, E-MAIL: [office@selbsthilfe-kaernten.at](mailto:office@selbsthilfe-kaernten.at), WEB: [www.selbsthilfe-kaernten.at](http://www.selbsthilfe-kaernten.at)  
Redaktionsteam: Mag. Monika Maier, Mag. Stefanie Rieser  
Druck: Diözese Gurk - Bischöfliches Seelsorgeamt, Klagenfurt

Die Personen- und Berufsbezeichnungen werden der besseren Lesbarkeit halber nur in einer Form verwendet, sind aber natürlich gleichwertig auf beide Geschlechter bezogen.