

Die erste „Selbsthilfefreundliche Rehabilitationseinrichtung“ in Kärnten



Vertreter der Gailtalklinik, DV Selbsthilfe Kärnten und SHG Parkinson Oberkärnten

Die Gailtal-Klinik in Hermagor wurde im Juni 2021 vom DV Selbsthilfe Kärnten als **erste „Selbsthilfefreundliche Rehabilitationseinrichtung“** in Kärnten ausgezeichnet.

Selbsthilfefreundlichkeit hat in der Gailtal-Klinik eine lange Tradition, denn bereits im Jahr 1995 wurde eine regionale Selbsthilfe-Informationsstelle eingerichtet, im Jahr 2009 erfolgte erstmals gemeinsam mit den fünf KABEG-Krankenhäusern die Auszeichnung „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ und aktuell wird die Selbsthilfefreundlichkeit auch im Bereich der Rehabilitation sichtbar. „Patientenorientierung ist in der Gailtal-Klinik nicht nur ein Schlagwort, sondern wird tatsächlich gelebt“, betont die Präsidentin des DV Selbsthilfe Kärnten, Mag. Monika Maier, im Rahmen der offiziellen Übergabe der Auszeichnung durch den DV Selbsthilfe Kärnten.

Adolf Koffler, Kontaktperson der Selbsthilfegruppe Parkinson Oberkärnten, bestätigt das **große Engagement** und die Unterstützung der Ärzte, Therapeuten sowie aller Mitarbeiter für die Selbsthilfegruppe. „Selbst

in Zeiten von eingeschränkten Aktivitäten durch Coronaschutzmaßnahmen und Lockdowns wurden mit viel Engagement neue Wege gefunden, um den Selbsthilfegruppen-Teilnehmern virtuell Informationen und physiotherapeutische Turnübungen anzubieten. Dem gebührt Respekt und Anerkennung!“, berichtet Herr Koffler.

Die offizielle Übergabe der sichtbaren Auszeichnung, die aufgrund der COVID-19-Maßnahmen im kleinen Rahmen im Therapiegarten der Gailtalklinik am 14.06.2021 stattfand, wurde von Vertretern der Kollegialen Führung und der Selbsthilfe-Koordinatoren sowie Vertreterinnen des DV Selbsthilfe Kärnten und der SHG Parkinson Oberkärnten zu einem Informationsaustausch genutzt.

KABEG
GAILTAL-KLINIK



ÖSTERREICHISCHE GESUNDHEITSKASSE

ÖGK: „Bewegt im Park“ macht Kärnten fit

Kostenlos, unkompliziert und ohne Anmeldung: Die Initiative „Bewegt im Park“ lockt auch heuer wieder zur gemeinsamen Bewegung in Parks sowie auf öffentliche Plätze in Kärnten. Das vielfältige Kursprogramm läuft von Ende Juni bis Mitte September und bietet kostenlose Sporteinheiten für jedes Alters- und Fitnesslevel.

Bei Bewegt im Park ist für jeden etwas dabei: Ob jung oder alt, Anfängerin oder Anfänger, Fortgeschrittene oder „Profis“, es wird auf alle Bedürfnisse geachtet. Und der Spaß kommt auch nicht zu kurz! Natürlich werden alle zum jeweiligen Zeitpunkt gültigen COVID-19-Schutzmaßnahmen beachtet.

Fast 60 Bewegungskurse werden im **Zeitraum vom 14. Juni bis 12. September** in Kärnten angeboten: egal ob Yoga, Crossboccia, Intervalltraining oder Spiel und Spaß mit dem Ball. Wer mitmacht, wird mit Sommer-Sonne-Ferienlaune und einem besseren Körpergefühl im Alltag belohnt. Obendrauf gibt es wertvolle Tipps der erfahrenen Kursleiterinnen und Kursleiter. Alle Kärntnerinnen und Kärntner – ob sportlich oder nicht – erhalten die Chance, ohne Vorkenntnisse und Anmeldung einfach zu den einstündigen Kursen zu kommen und mitzumachen um gesund und fit zu bleiben.



Österreichische
Gesundheitskasse

Die Vorteile auf einen Blick:

- ▶ Bewegungsangebote im Freien
- ▶ kostenlose Teilnahme
- ▶ für alle Altersgruppen
- ▶ für alle Fitnesslevel
- ▶ wöchentlich fixe Termine
- ▶ keine Anmeldung
- ▶ bei jedem Wetter
- ▶ erfahrene Kursleiterinnen und Kursleiter

Österreichweite Erfolgsgeschichte mit starken Partnern

Die Österreichische Gesundheitskasse (ÖGK) organisiert „Bewegt im Park“ in ganz Österreich. Der Dachverband der Sozialversicherungsträger und das Sportministerium finanzieren das kostenlose Bewegungsangebot, das von professionellen Trainerinnen und Trainern der Sportdachverbände SPORTUNION, ASKÖ und ASVÖ umgesetzt wird. Durch die Zusammenarbeit mit dem Österreichischen Behindertensportverband und Special Olympics Österreich stehen auch für Menschen mit Beeinträchtigungen Bewegungsangebote zur Verfügung. Wer seinen Spaß an Bewegung an der frischen Luft, gemeinsam mit anderen, neu oder wieder entdecken möchte, kann die Kurstermine und nähere Informationen unter www.bewegt-im-park.at abrufen.



Foto: ÖGK/Strempfl

Bild (v.l.): Mag. Christian Cijan (SPORTUNION), Sylvia Gstättner (ÖGK), LAbg. Günter Leikam (ASKÖ), Dr. Christoph Schasché (ASVÖ)

SELBSTHILFE INTERN

Weiterbildungen für TeilnehmerInnen einer Selbsthilfegruppe

Wege der Konfliktlösung – Auseinandersetzungen konstruktiv bewältigen

LEITUNG Mag.^a Elke WALDNER
Psychologin, Dipl. Mental-Coach,
Lebens- und Sozialberaterin

WANN **Mittwoch, 22.09.2021, 9–17 Uhr**

WO **Progress-Zentrum Klagenfurt,
Dr. Richard-Canaval-Gasse 110**

In unserem beruflichen und privaten Alltag kommt es immer wieder zu Konflikten – das ist auch durchaus menschlich. Problematisch wird es erst durch unseren Umgang mit diesen Konflikten. Sei es die Strategie, den Konflikt zu ignorieren oder auch durch angreifendes Verhalten zu eskalieren, so dass am Ende oft das Fazit bleibt, dass alle verloren haben.

Ziel des Workshops ist, dass die TeilnehmerInnen einen konstruktiven Umgang mit Konflikten (auch untereinander) entwickeln und dafür mit den notwendigen Tipps und Techniken ausgestattet sind. Dafür werden Informationen über die Entstehung und Wirkung von Konflikten vermittelt, passende Werkzeuge zur Kommunikation und Konfliktbewältigung erarbeitet sowie in praktischen Übungen und Beispielen ausprobiert.

Anmeldung:
Beim DV Selbsthilfe Kärnten bis 06.09.2021
Max. 12 TeilnehmerInnen

 **Bundesministerium**
Soziales, Gesundheit, Pflege
und Konsumentenschutz

Gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich

Gesundheit Österreich
GmbH



Geschäftsbereich

Fonds Gesundes Österreich

Achtsamkeit und Meditation – Methoden des modernen Stressmanagements

LEITUNG Mag.^a Birgit ZIMMERMANN
zertifizierte Achtsamkeitstrainerin,
Burnoutexpertin, Coach und Referentin

WANN **Montag, 18.10.2021, 9–17 Uhr**

WO **Progress-Zentrum Klagenfurt,
Dr. Richard-Canaval-Gasse 110**

Stressbelastungen sind allgegenwärtig und wirken auf unsere körperliche und mentale Verfassung. Mit der effektiven und wissenschaftlich fundierten Methode „MBSR- Mindfulness Based Stress Reduction“ nach Jon Kabat-Zinn trainieren Sie genau die Bereiche in Ihrem Gehirn, die für Konzentration, Reflexion und Emotionsregulation zuständig sind. Es ist ein mentales Training, das uns aus dem Hamsterrad herausholt, den Stress reduziert und innere Ruhe, Gelassenheit und Konzentrationsfähigkeit, emotionales Gleichgewicht und Gesundheit fördert.

Neben einer theoretischen Einführung lernen Sie einfache Übungen kennen, die Sie im beruflichen und privaten Alltag anwenden können.

Anmeldung:
Beim DV Selbsthilfe Kärnten bis 04.10.2021
Max. 12 TeilnehmerInnen

SELBSTHILFE-FÖRDERTOPF

Durch die finanzielle Selbsthilfe-Förderung aus dem Kärntner Selbsthilfe Fördertopf wird seit Juli 2002 zusätzlich zu den Unterstützungsleistungen durch den DV Selbsthilfe Kärnten die individuelle, bedarfsgerechte und transparente Unterstützung von Kärntner Selbsthilfegruppen optimiert. Die nächste Sitzung des Selbsthilfe-Beirats findet Anfang November 2021 statt. Die Anträge sind bis **15. Oktober 2021** im DV Selbsthilfe Kärnten einzubringen.

Die Förderrichtlinien und –kriterien sowie Formulare stehen zum Download auf unserer Homepage unter

www.selbsthilfe-kaernten.at/selbsthilfe-foerdertopf/
zur Verfügung oder können direkt in der Geschäftsstelle angefordert werden.

Geschäftsstelle: DV Selbsthilfe Kärnten,
Kempferstr. 23/3, PF 27, 9021 Klagenfurt am WS
☎ 0463/50 48 71
✉ office@selbsthilfe-kaernten.at
🌐 www.selbsthilfe-kaernten.at
IBAN: AT91 3900 0000 0112 2498
lautend auf „Selbsthilfe Kärnten – Fördertopf“



Kontakt Daten/Termine der Selbsthilfegruppen (SHG)

Bitte beachten:

Auch bei sorgfältiger Terminplanung kann es zu Verschiebungen kommen.

Der DV Selbsthilfe Kärnten ist zu den gewohnten Öffnungszeiten (MO bis DO von 8:30–14:00 Uhr) telefonisch unter ☎ +43 (0)463/50 48 71 und per Mail unter ✉ office@selbsthilfe-kaernten.at für Sie erreichbar.

Weitere Selbsthilfegruppen sowie aktuelle Termine finden Sie unter www.selbsthilfe-kaernten.at

ALKOHOL

Anonyme Alkoholiker Klagenfurt:

jeden **Donnerstag**, 18 Uhr, Altkatholische Kirche
Kaufmannngasse 11, Klagenfurt

Villach:

jeden **Montag**, um 18:30 Uhr, Evang. Pfarramt
Villach Nord neben dem Stadion Lind,
Adalbert-Stifter-Straße 21, Villach

SHG AL-ANON (Angehörige und Freunde von Alkoholikern)

Villach: ☎ Frau Mares ☎ 0650/641 49 28

Bleiburg & Klagenfurt: ☎ ☎ 0650/349 40 95

ALPHA1 ANTITRYPSINMANGEL

SHG Alpha1 Österreich – Landesstelle Kärnten

☎ Christine Rapp ☎ 0650/411 87 53,
✉ christa.rapp@gmx.at

ALZHEIMER

SHG Alzheimerkranke und deren Angehörige Klagenfurt:

11.08./8.09./13.10., um 18 Uhr, im SeneCura
Pflegezentrum Kreuzbergl, Henselstraße 1a,
Klagenfurt

Demenzcafé Klagenfurt:

4.08./1.09./6.10., von 9–12 Uhr, Altenwohn-
und Pflegeheim St. Peter, Harbacherstr. 72,
Klagenfurt

Villach:

6.08., Erfahrungsaustausch

20.09., „Vorstellung der Demenzambulanz im
LKH Villach mit Fr. Mag. Sandra Rabitsch, Psycho-
login

18.10., „Alltag mit Demenz Patienten aus
psychologischer Sicht“ mit Fr. Mag. Strauß,
Psychologin

jeweils **um 16 Uhr**, im LKH Villach, Neurologie
Eingang D4 – Erdgeschoss Seminarraum

ATEMWEGSEKRANKUNGEN

SHG Atemwegserkrankte

4.10., 18 Uhr, Gruppenraum DV Selbsthilfe
Kärnten*

SHG COPD, Villach

☎ Siegfried Fürstler ☎ 0650/300 81 39

Morbus BECHTEREW

Österr. Vereinigung Morbus Bechterew – Landesstelle Kärnten

☎ Mag. Hermine Kohlweis ☎ 0664/65 71 125
✉ kaernten@bechterew.at

BORRELIOSE

SHG Borreliose Klagenfurt:

9.09./14.10., 17:30 Uhr, Gruppenraum DV
Selbsthilfe Kärnten*

DEPRESSION

SHG Angst, Panik, Depression, Burnout, Klagenfurt

☎ DV Selbsthilfe Kärnten*

SHG Depressive Verstimmungen, Gmünd

☎ DV Selbsthilfe Kärnten*

SHG Depression, Villach

☎ Silvia Künstner ☎ 0650/58 52 000,
✉ s.kuenstner03@gmail.com

DIABETES

Österr. Diabetikervereinigung (ÖDV), Landessektion Kärnten

☎ Walter Isopp ☎ 0680/245 65 24
✉ w.isopp@gmx.at

SHG ÖDV Kinder, Jugendliche, junge Erwach- sene Kärnten:

☎ Gaby Sailer ☎ 0664/56 59 528
✉ g_sailer@gmx.net

SHG ÖDV Klagenfurt

☎ Walter Gregori ☎ 0676/332 05 66

SHG ÖDV Villach

☎ Reinhilde Kaus ☎ 0676/610 37 62

SHG ÖDV Völkermarkt und Lavanttal

☎ Walburga Jandl ☎ 0650/45 10 231

DOWN SYNDROM

SHG Down-Syndrom Kärnten

☎ Marisa Gaggl
☎ 0650/890 92 53,
✉ marisa.gaggl@gmx.at

ERWORBENE HIRNSCHÄDIGUNG

SHG Erworbene Hirnschädigung – Gemeinsam statt einsam

☎ Mag. Martina Bergner ☎ 0664/972 59 36,
✉ martinabergner57@gmail.com

SHG HIRNverletzt vernetzt

3.09., um 17 Uhr, „HVV-Cafe“, im Park-Cafe in
Villach

8.10., um 17 Uhr, Gruppenraum DV Selbsthilfe
Kärnten*

FIBROMYALGIE

SHG Fibromyalgie Kärnten

☎ Helga Liebwald ☎ 0664/780 50 17
✉ helga.liebwald@gmail.com

HÖRBEETRÄCHTIGUNG

SHG für Schwerhörige und deren Angehörige – Kärnten

9.10., 10–12 Uhr, Gast: Manfred Kapfenberger,
ihr zubeHÖR Wien, Treffen im Beratungszentrum tab

SHG Eltern hörbeeinträchtigter Kinder – Kärnten

23.09./28.10., um 16:30 Uhr, Forum besser
Hören, Gasometergasse 4a, Eingang Platzgasse,
Klagenfurt

SHG Cochlea Implantat – Kärnten

09.09./14.10., um 17 Uhr, Forum besser Hören,
Gasometergasse 4a, Eingang Platzgasse,
Klagenfurt

☎ Forum besser HÖREN – Schwerhörigen-
zentrum Kärnten ☎ 0463/310 380
✉ info@besserhoeren.org

KOPFSCHMERZ

SHG Kopfweh

☎ DV Selbsthilfe Kärnten*

KREBS

SHG Frauenselbsthilfe nach Brustkrebs, Lavanttal

☎ Sophie Stiegler ☎ 0699/884 496 48,
✉ sophie.stiegler@outlook.com

SHG Nordic Walking für Betroffene von Krebs

jeden **Mittwoch**, Treffpunkt um 16:45 Uhr,
Fischerwirt Klagenfurt, Info unter 0463/50 48 71

SHV Darmkrebs – Verein für Darmkrebsin- formationen

☎ Helga Turnher ☎ 01/714 71 39 oder
0676/93 40 746

SHG Frauenselbsthilfe nach Brustkrebs Villach

24.09., 29.10., jeweils um 14 Uhr im LKH
Villach, Neurologie, Seminarraum, EG

MISSBRAUCH

SHG Seelenstammtisch für Missbrauchs- und Misshandlungsoffer

☎ Jörg Rothenpieler
☎ 0664/37 65 850
✉ joerg.rothenpieler@chello.at

MULTIPLE SKLEROSE

SHG Multiple Sklerose

St. Veit/Glan: ☎ Martina Pretis
☎ 0664/204 69 72 ✉ martinapretis@gmx.at

Hermagor:

26.08./30.09./28.10., um 17 Uhr, Pension
Seeheim, Techendorf/Weissensee

Völkermarkt:

26.08./30.09./28.10., jeweils um 13 Uhr im
Café Lisi, Hart 213, 9141 Eberndorf

NARKOLEPSIE

SHG Narkolepsie

☎ Roswitha Jannach
☎ 0676/470 19 09
✉ katzerosi@aon.at

NIERENERKRANKUNG

Niere Kärnten

☎ Ing. Gernot Waste (Obmann)
☎ 0670/60 13 263,
✉ kaernten@argeni.at

👤 Mario Wilplinger (Obmann-Stellvertreter)
☎ 0670/60 13 263,
✉ kaernten@argeniere.at

OSTEOPOROSE

SHG Osteoporose

St. Veit/Glan: 👤 Waltraud Triebelning
☎ 04212/29 46 12

Ferlach: 18.10., um 18:30 Uhr, „Weltosteoporosetag“, Rathaus Ferlach (ÖGB-Raum)
👤 Sonja Woschnak ☎ 04227/24 35

Spittal/Drau: 👤 Franz Kohlweiss
☎ 0699/17 22 88 46
✉ franz.kohlweiss@aon.at

Morbus PARKINSON

SHG Parkinson-PatientInnen/Angehörige

Oberkärnten:

8.09., um 14 Uhr, Kurzvortrag „Parkinson nach Lockdown und Covid Schutzimpfung“ mit anschließender Fragestunde mit Dr. Volker Tomantschger, im Hotel Schloss Lerchenhof, Möschach

Villach:

👤 Henriette Woronka
☎ 04242/293 27 oder 0699/110 987 14,
✉ henriette.woronka@gmx.at

Klagenfurt:

14.10., um 15 Uhr, im Gasthof Kressnig „Neuwirt in Annabichl“ St. Veiter Straße 244, Klagenfurt
👤 Ingrid Bliem ☎ 0681/105 229 42,
✉ ingrid.bliem@aon.at

Angehörige PSYCHISCH ERKRANKTER

HPE Kärnten – Hilfe für Angehörige psychisch Erkrankter

☎ 04242/543 12
✉ office@hpe.at

Spittal/Drau:

21.09./19.10., um 17:30 Uhr, Tageszentrum Pro Mente Kärnten, Gartenstraße 1, Spittal/Drau

Villach:

4.08./1.09. um 18 Uhr, Austausch mit Angehörigen

6.10. um 18 Uhr, Fragestunde mit Frau Mag. Telesklav, AVS Villach (Tiefgeschoss), Schlossgasse 6, Villach

Klagenfurt:

👤 Mag. Peter Kaufmann
☎ 0463/33 04 74

Gailtal:

👤 Edeltraud Kastner
☎ 0650/471 86 12

SCHLAGANFALL

SHG für Schlaganfallerkrankte, Klagenfurt:

2.08./6.09./4.10., 14:00 Uhr, Hotel Roko Hof, Villacherstraße 135, Klagenfurt

SCHMETTERLINGSFLECHTE

SHG Lupus Erythematoses:

👤 Evelin Radocha
☎ 0650/666 62 40

SENIOREN

SHG 60+ und 70+

jeden Mittwoch, Krankenhaus Waiern, Martin Lutherstraße 14, Feldkirchen tel. VORANMELDUNG:

Mag. Carol Griesser,
☎ 0664/558 23 66

STOMA

SHG Stoma Villach:

5.08./2.09./7.10., jeweils um 14 Uhr, im Restaurant JEDERMANN, Bleibergerstr. 107, Villach

👤 Wilhelm Ladenhauf
☎ 0664/183 12 83
✉ willi.ladi@aon.at

TRANSGENDER

SHG Transgender, Kärnten

👤 Andreas F. Poscharnik
☎ 0699/137 42 643
✉ ktn@transgender.at

SHG für Kinder und Jugendliche mit Geschlechtsidentitätsstörung, Transgender und deren Angehörige

👤 Edith Walzl
☎ 0660/664 73 83
✉ edith.walzl@gmx.at

WIRBELSÄULE

SHG Wirbelsäule, Beckenboden, Gelenke

👤 Renate Anglic
☎ 0650/545 52 24
✉ turnenws@gmx.at

INFORMATION

Regionale Selbsthilfe-Informationsstellen

Bitte beachten: Momentan sind die Selbsthilfe-Informationsstellen in fast allen Krankenhäusern aufgrund der Covid-19-Maßnahmen immer noch nicht besetzt. Sie werden jedoch mit aktuellem Informationsmaterial durch den DV Selbsthilfe Kärnten bestückt: LKH Villach, Österr. Gesundheitskasse Spittal/Drau, Gailtal-Klinik Hermagor, A.ö. Krankenhaus der Elisabethinen Klagenfurt, BH Völkermarkt

Die Infostelle des **Klinikum Klagenfurt** wird voraussichtlich ab Anfang September 2021 wieder 14-tägig, die Infostelle im **LKH Wolfsberg** monatlich vom Team des DV Selbsthilfe Kärnten besetzt.

Für persönliche und individuelle Beratungen steht der DV SHK nach telefonischer Terminvereinbarung zur Verfügung.

Aktuelle Termine und Auskünfte unter www.selbsthilfe-kaernten.at, telefonisch unter ☎ **+43 (0)463/50 48 71** sowie per Mail unter ✉ office@selbsthilfe-kaernten.at

HÖRBEEINTRÄCHTIGUNG:

👤 Forum besser HÖREN ☎ 0463/310 380, nur nach telefonischer Terminvereinbarung

ÖGK Kundenservicestelle Spittal/Drau, Ortenburger Str. 4:

Termine: 7.09./5.10., jeweils von 10–12 Uhr

BH Völkermarkt, Spanheimergasse 2, Sitzungssaal:

Termine: 21.09./19.10., jeweils von 14–16 Uhr

ÖGK Kundenservicestelle Wolfsberg, Roßmarkt 13:

Termine: 21.09./19.10., jeweils von 9–11 Uhr

ÖGK Kundenservicestelle Villach, Zeidler-von-Görz-Str. 3/1. Stock:

Termine: 28.09., von 9–11 Uhr

ERLEBNISWORKSHOP

BLINDEN- UND SEHBEHINDERTENVERBAND
KÄRNTEN

INFOBOX

Die kostenlosen Erlebnisworkshops umfassen

✂ Diverse Materialien

Braille-Alphabet, Simulationsbrillen, Prospekte

🍷 Drinks & Food

Leistungen können individuell mit Organisationsleiterin Michelle Struckl vereinbart werden.

📍 Treffpunkte

Das Team kommt gerne in Ihre Institution oder Sie besuchen uns mit Ihrer Gruppe.

📅 Termine

Kontaktieren Sie uns gerne unter 069917084863

Der kulturwandelnde Prozess der Inklusion:

verstehen

begreifen

erfahren

und danach handeln !

Ein Workshop-Erlebnis für gesellschaftliche Vielfalt.

Im Workshop erleben Sie Bewusstseinsbildung und Selbsterfahrungsprozesse durch den persönlichen Austausch mit InteressensvertreterInnen und ExpertInnen. In völliger Dunkelheit Kaffee trinken und Essen, Schreiben und Schneiden ohne Sehsinn, Orientierung finden ohne Hör- und Sehsinn..

Wir freuen uns sehr über Ihr Interesse!

Lernziele zur Inklusionskompetenz:

- Begriffe & Projektarbeit rund um Inklusion kennenlernen.
- Selbsterfahrung und Sensibilisierung durch gemeinschaftliche und individuelle Trainings.
- Kopfbarrieren und Zugangsbarrieren abbauen.
- Barrierefreiheit erleben & neues Bewusstsein entwickeln.

Zielgruppen:

Alle die mittels Lernprozesse in einer interdisziplinären Gruppe sowie durch Selbsterfahrungen ihr Bewusstsein für die Inklusion weiter entwickeln möchten.

Besonders wichtig sind uns:

- ▷ Erwachsenenbildung
- ▷ Bildungszentren
- ▷ Ausbildungswerkstätten
- ▷ Öffentliche Verwaltung

Tel. +43 (0)463 55822 • E-Mail: office@bv-ktn.at • Website: www.bv-ktn.at

ÖGK PROJEKT 2021

Selbsthilfefreundlichkeit – Vom Modellprojekt zur Anwendung in Sozial- und Gesundheitseinrichtungen

Der DV Selbsthilfe Kärnten setzt sich seit dem Jahr 2006 mit dem Thema „Selbsthilfefreundlichkeit“ im Rahmen der Auszeichnung „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ auseinander. Die erste Auszeichnung als „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ erfolgte im Jahr 2009 und aktuell sind von den insgesamt 15 Krankenanstalten in Kärnten 11 Häuser bereits ausgezeichnet.

Durch die intensive Auseinandersetzung mit dem Thema „Selbsthilfefreundlichkeit“ in den letzten mehr als 10 Jahren hat sich der DV Selbsthilfe Kärnten zu einem Kompetenzzentrum entwickelt und in einer Mittlerfunktion die Kommunikation zwischen der Selbsthilfe und den Krankenhäusern gefördert, eine gewinnbringende Zusammenarbeit vorbereitet und dauerhaft unterstützt. Für die ausgezeichneten Krankenhäuser gewinnt die Zusammenarbeit mit der Selbsthilfe zunehmend an Wichtigkeit und wird als komplementäre Unterstützung im Behandlungs- und Versorgungsprozess gesehen.

Daher hat es sich der DV Selbsthilfe Kärnten heuer zum Projektziel gesetzt, diese positiven Erfahrungen aus dem Modellprojekt „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ zu nutzen und Sozial- und Gesundheitseinrichtungen in Kärnten wie zum Beispiel Rehabilitationseinrichtungen, Apotheken, Arztpraxen, Primärversorgungszentren,

Mobile Pflege für das Thema „Selbsthilfefreundlichkeit“ zu sensibilisieren, Kooperationsbeziehungen zu stärken und weitere aufzubauen, Impulse zu setzen und die Selbsthilfefreundlichkeit in Kärnten zu stärken.

In Zusammenarbeit mit der Firma mediapool mvp GmbH erarbeitet der DV Selbsthilfe Kärnten ein **Webinar mit mehreren Videomodulen**, in denen neben Vertretern und Experten aus dem Sozial- und Gesundheitsbereich, Fördergeber und Kooperationspartner zu Wort kommen und ihre Perspektiven sowie Einblicke in die Welt der Selbsthilfe einbringen. Durch das Webinar werden Impulse gesetzt, welche langfristig zu tragfähigen Kooperationen zwischen der Selbsthilfe und Sozial- und Gesundheitseinrichtungen beitragen und die Selbsthilfefreundlichkeit in Kärnten stärken werden.



Foto: pixabay

NANES

NANES-Sprecherfunktion und NANES-Koordinationsstelle

Die Initiative Nationales Netzwerk Selbsthilfe – NANES – ist ein Zusammenschluss der Selbsthilfe-Unterstützungseinrichtungen der Bundesländer. Der DV Selbsthilfe Kärnten war im Jahr 2017 Gründungsmitglied und bringt sich seitdem im NANES-Steuerungsgremium aktiv ein, um zur Stärkung der Position der Selbsthilfeunterstützungseinrichtungen in Österreich beizutragen.

Die kollektiven Interessen der Bundesländer zu bündeln und auf Bundesebene in einer Sprachrohrfunktion einzubringen, gehört zu den Aufgaben des NANES-Sprechers. Darüber hinaus steht der NANES-Sprecher für fachliche Anfragen zum Thema „Selbsthilfe“ zur Verfügung und bringt das Thema „Selbsthilfe“ in die sozial- und gesundheitspolitische Diskussion auf Bundesebene ein. Diese Funktion wird derzeit vom Geschäftsführer der Selbsthilfe Vorarlberg, Nikolas Burtscher BA wahrgenommen.

Für die Erledigung der organisatorischen und administrativen Agenden von NANES ist die Koordinationsstelle zuständig, die bei einer Mitgliedsorganisation des NANES-Steuerungsgremiums angesiedelt ist. Als NANES-Koordinationsstelle fungiert derzeit die Selbsthilfe Steiermark und mit der Koordination wurde Dipl.-Päd. Elisabeth Bachler (Leiterin der Selbsthilfe Steiermark) betraut.



Der DV Selbsthilfe Kärnten wünscht Nikolas Burtscher und Elisabeth Bachler für die herausfordernde Tätigkeit als NANES-Sprecher und NANES-Koordinationsstelle viel Kraft und sagt die Unterstützung bei der Weiterentwicklung von NANES im Rahmen seiner Möglichkeiten zu. Lesen Sie mehr zu NANES unter www.nanes.at

INFORMATIONEN

Österreichische Post AG / Sponsoring: Post • 12Z039281 S
Retouren an: DV Selbsthilfe Kärnten, Postfach 27, 9021 Klagenfurt am Wörthersee

Impressum

Medieninhaber, Herausgeber: Dachverband (DV) Selbsthilfe Kärnten (ZVR-Zahl: 949747510),
 Kempfstraße 23/3, PF 27, 9021 Klagenfurt am Wörthersee,
 TEL: +43 (0)463/50 48 71, FAX: +43 (0)463/50 48 71-24,
 E-MAIL: office@selbsthilfe-kaernten.at, WEB: www.selbsthilfe-kaernten.at

Redaktionsteam: Mag. Monika Maier, Michaela Maier, Nicole Schranzer M.ed. |
 Bilder: Wo nicht anderes angegeben – Archiv, Rechte bleiben bei den Fotografen |
 Herstellung: Druck- & Kopiezentrum d. Bischöflichen Seelsorgeamtes, 9020 Klgtf.
 Offenlegung siehe www.selbsthilfe-kaernten.at

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

Wir wagen einen Schritt in die Normalität

Mit 1. Juli 2021 sind weitere Lockerungen in unserem Gruppenraum im DV Selbsthilfe Kärnten möglich (siehe aktuelle Regelungen der Bundesregierung).

Für ein Gruppentreffen gilt voraussichtlich (Stand Juli 2021):

- ▶ Es dürfen sich maximal 10 Personen im Gruppenraum aufhalten.
- ▶ Einhaltung der 3-G Regelungen (getestet, genesen oder geimpft, für die Überprüfung ist die Gruppenleitung verantwortlich)
- ▶ Die Küche ist wieder geöffnet und es dürfen Speisen und Getränke konsumiert werden.
- ▶ Am Sitzplatz ist keine Maske mehr notwendig, beim Verlassen des Platzes sowie beim Benutzen der Sanitäranlagen soll der Mund-Nasen-Schutz getragen werden.
- ▶ Händehygiene

Wir bedanken uns für die Zusammenarbeit sowie das Einhalten der Maßnahmen und sind für Rückfragen jederzeit telefonisch innerhalb unserer Öffnungszeiten oder per Mail unter selbsthilfe@selbsthilfe-kaernten.at verfügbar.

Gründung der SHG für VERWAISTE ELTERN

Das Unaussprechliche aussprechen, Gefühle teilen, trauern, eigene Ressourcen wecken

Es ist wider die Natur, dass ein Kind vor seinen Eltern geht. Trotzdem ist es passiert. UNS. Es hat unsere Familie getroffen. Wir haben unser Kind begraben. Uns ist das Unfassbare widerfahren. Und jetzt? Was wird nun aus unserem Leben ohne unser geliebtes Kind? Wie können wir es weiterführen? Können wir jemals wieder von Herzen lachen, Glück empfinden und auch als verwaiste Eltern ein erfülltes Leben führen?

Diese Selbsthilfegruppe soll **auffangen** und **ermutigen**. Wir können unserem Schmerz Ausdruck verleihen und gemeinsam unsere Kinder betrauern. All unsere Gefühle und Fragen sollen Platz bekommen im vertrauten Raum unter Gleichbetroffenen. Wir wollen aber auch auf uns selber schauen – unsere Ressourcen und Stärken wecken, denn vielleicht gibt es am Ende dieses Tales doch wieder Licht und Hoffnung auf ein gutes Leben – trotz unseres großen Verlustes. Zudem soll die Gruppe auch Informationen bieten: über hilfreiche Literatur, Methoden und Rituale, um Orientierung zu finden und Kraft zu erfahren. Ich freue mich auf Sie!

Nähere Informationen zur Selbsthilfegruppe erhalten Sie bei

👤 Gabriele Kastinger Bed. ☎ 0650/24 25 999, ✉ schule.wg@gmail.com

Oder beim **Dachverband Selbsthilfe Kärnten**

☎ 0463/50 48 71 ✉ office@selbsthilfe-kaernten.at

Das Büro des DV Selbsthilfe Kärnten ist von Montag, 23. August 2021 bis einschließlich Freitag, 03. September 2021 aufgrund von Betriebsurlaub nicht besetzt. Wir sind ab 06. September 2021 zu unseren gewohnten Öffnungszeiten wieder für Sie da.

Büroöffnungszeiten:

MO bis DO von 8:30 – 14:00 Uhr
 bzw. nach telefonischer
 Terminvereinbarung



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

LAND  KÄRNTEN

Kooperationspartner:

