



# INFO

WISSENSWERTES • AKTUELLE THEMEN • TERMINE

## Erfolgreiche Verlängerung der Auszeichnung „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“

Das Krankenhaus des Deutschen Ordens Friesach wurde im Jahr 2016 erstmals für die Dauer von zwei Jahren als „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ ausgezeichnet. Ende 2018 hat sich das Krankenhaus erfolgreich um die Verlängerung der Auszeichnung beworben.

VertreterInnen des DV Selbsthilfe Kärnten und LHStv.<sup>in</sup> Dr.<sup>in</sup> Beate Prettnner bei der Generalversammlung des DV Selbsthilfe Kärnten – Jochen Gallob, BA Büro LHStv.<sup>in</sup> Dr.<sup>in</sup> Beate Prettnner



Die offizielle Übergabe der Auszeichnung, die bis Ende 2022 gültig ist, erfolgte im Rahmen der Generalversammlung des Dachverbandes (DV) Selbsthilfe Kärnten und wurde gemeinsam mit der Pflege- und Gesundheitsreferentin LHStv.<sup>in</sup> Dr.<sup>in</sup> Beate Prettnner und dem Vorstand des DV Selbsthilfe Kärnten an den Geschäftsführer und Ärztlichen Direktor Dr. Ernst Benischke und Dr. Erwin Kalbhenn vom Patientenservice des Krankenhauses des Deutschen Ordens Friesach übergeben. Dr. Ernst Benischke betonte bei der Überreichung, dass ihm die Kooperation mit dem DV Selbsthilfe Kärnten und den Kärntner Selbsthilfegruppen ein großes Anliegen ist und er daher die Verlängerung der Auszeichnung „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ mit Freude entgegennimmt.

### SELBSTHILFE-FORUM

## Das Plenum der Kärntner Selbsthilfegruppen

<b>WANN</b>	Montag, 7. Oktober 2019, 13 bis 15 Uhr
<b>WO</b>	DV Selbsthilfe Kärnten, Kempfstraße 23/3, Klagenfurt
<b>THEMA</b>	„Gemeinsamer Erfahrungsaustausch mit dem Team DV Selbsthilfe Kärnten“

Die Mitarbeiterinnen des DV Selbsthilfe Kärnten informieren über aktuelle Entwick-

lungen und Projekte der Selbsthilfe und freuen sich auf ein persönliches Kennenlernen sowie einen gegenseitigen Austausch mit den Vertretern der Kärntner Selbsthilfegruppen.

### Anmeldung bis 30. September 2019

DV Selbsthilfe Kärnten  
Kempfstraße 23/3, PF 27  
9021 Klagenfurt am WS  
☎ 0463/50 48 71

✉ [office@selbsthilfe-kaernten.at](mailto:office@selbsthilfe-kaernten.at)

## STÄRKUNG DER SELBSTHILFE DURCH DEMENZSPRECHSTUNDE

### Die Kärntner Gebietskrankenkasse bietet in Zusammenarbeit mit dem Hilfswerk Kärnten, die Demenzsprechstunde an.

In den letzten Jahren ist die Zahl der Demenzerkrankungen stark angestiegen. Eine solche Diagnose bedeutet sowohl für die Betroffenen als auch für die Angehörigen gravierende Umstellungen in allen Lebensbereichen.



Foto credit: Fotolia

„Das Krankheitsbild Demenz stellt nicht nur die Erkrankten selbst, sondern auch deren Angehörige vor große Herausforderungen. Daher ist es für die Kärntner Gebietskrankenkasse wichtig, das Unterstützungsangebot ständig weiterzuentwickeln“, erklären KGKK-Obmann Georg Steiner, MBA und KGKK-Direktor Dr. Johann Lintner. „Durch die immer älter werdende Bevölkerung entstand die erhöhte Notwendigkeit sich an die aktuellen Anforderungen anzupassen. Mit der Demenzsprechstunde konnten wir für viele Betroffene eine weitere Unterstützungsmöglichkeit schaffen“, betont Hilfswerk-Direktor Horst Krainz, MAS. Eine Demenzerkrankung wirft vielen Fragen auf: Wo bekommt man Hilfe? Welche Möglichkeiten der Unterstützung gibt es? Wie geht man mit Gedächtnisverlust um? Um diese Fragen zu beantworten und den Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen im Alltag zur Seite zu stehen, hat die Kärntner Gebietskrankenkasse gemeinsam mit dem Hilfswerk Kärnten die Kärntner Demenzsprechstunde ins Leben gerufen. In der Hauptstelle der Kärntner Gebietskrankenkasse wurde eigens eine Beratungsstelle eingerichtet. Eine Demenzexpertin berät kostenlos um die Betroffenen durch unterschiedliche Methoden, wie zum Beispiel durch individuelles Gedächtnistraining, zu stärken und so die Selbsthilfe zu fördern. Weitere Ziele sind die Entlastung der Angehörigen, sowie die Erarbeitung von Leitlinien für die bedarfsgerechte Pflege. Zusätzlich können vor Ort auch Fragen zu Leistungen der Kärntner GKK beantwortet werden.



Am 16.09.2019 und am 16.12.2019 finden die nächsten Termine zur Demenzsprechstunde in der Kärntner Gebietskrankenkasse statt.

Nähere Informationen finden Sie unter [www.kgkk.at/demenz](http://www.kgkk.at/demenz).

## SELBSTHILFE-FÖRDERTOPF

Die nächste Sitzung des Selbsthilfe-Beirates findet Anfang November 2019 statt. Die Förderrichtlinien und -kriterien sowie Formulare und den Tätigkeitsbericht des Kärntner Selbsthilfe-Fördertopfs 2018 finden Sie unter [www.selbsthilfe-kaernten.at](http://www.selbsthilfe-kaernten.at) „Aufgaben und Leistungen“ oder Sie erhalten die Informationen beim DV Selbsthilfe Kärnten.

Geschäftsstelle: DV Selbsthilfe Kärnten  
Kempferstr. 23/3, PF 27  
9021 Klagenfurt am WS

☎ 0463/50 48 71

✉ [office@selbsthilfe-kaernten.at](mailto:office@selbsthilfe-kaernten.at)

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



## SELBSTHILFE INTERN

### Weiterbildungen für Teilnehmer einer Selbsthilfegruppe

**LEITUNG** Mag.<sup>a</sup> Andrea Krassnig

Unternehmensberaterin, Wirtschaftstrainerin, Coach, Prozess- und Veranstaltungsmoderatorin

#### Reden wir miteinander – lösungsfokussiert im Gespräch

**WANN** Di, 10. September 2019, 9 - 17 Uhr

**WO** DV Selbsthilfe Kärnten

In diesem praxisorientierten Workshop lernen Sie „Unangenehmes“ an- und auszusprechen, Ziele zu formulieren und Vereinbarungen zu treffen, mit dem Ziel Ruhe und Leichtigkeit auch in „schwierigen“ Gesprächen zu behalten.

#### Anmeldung

DV Selbsthilfe Kärnten bis 2. September 2019

Begrenzte Teilnehmerzahl

 Bundesministerium  
Arbeit, Soziales, Gesundheit  
und Konsumentenschutz

Gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich

Gesundheit Österreich  
GmbH 

Geschäftsbereich  
 Fonds Gesundes  
Österreich

#### Meine VISION – mein Auftrag, mein Engagement

**WANN** Di, 5. November 2019, 9 - 17 Uhr

**WO** DV Selbsthilfe Kärnten

Alles Große fängt mit einer Vision – einer Idee, einem Traum an. Sie entwickeln Schritte, um die Vision zum Leben zu erwecken und schauen gut auf mögliche blockierende Denkweisen.

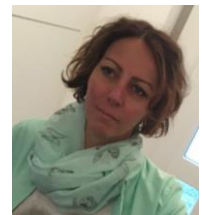
#### Anmeldung

DV Selbsthilfe Kärnten bis 28. Oktober 2019

Begrenzte Teilnehmerzahl

## NEUE KOORDINATION

Nach langer und intensiver Suche freut sich der DV Selbsthilfe Kärnten mitzuteilen, dass es gelungen ist, mit Mag. Kristin Sabitzer, die ausgeschriebene Stelle als Koordinatorin mit entsprechender Kompetenz zu besetzen. Die neue Koordinatorin verfügt über umfassende Erfahrungen im Sozial- und Gesundheitsbereich. Der Vorstand und das Team des DV Selbsthilfe Kärnten wünschen Mag. Sabitzer in ihrer neuen Tätigkeit viel Erfolg und Freude.



**Warum habe ich mich für die Stelle im DV Selbsthilfe Kärnten entschieden?** Der vielfältige, spannende und abwechslungsreiche Aufgabenbereich als Koordinatorin hat mich spontan angesprochen. Weitere Motive sind meinen Gesamtblick zu erweitern und meine vielseitigen Fähigkeiten einzusetzen, um die Aktivitäten und Prozesse der Selbsthilfe Kärnten aktiv mit zu entwickeln, zu begleiten sowie nachhaltig zu gestalten.

**Welche sind meine relevantesten Fähig-**

**keiten/Eigenschaften für die Arbeit im DVSHK?** Neugierde, Offenheit für Neues, Motivation und Mut zu Bewegen und zu Verändern, Kommunikationsfähigkeit, Kontaktfreudigkeit sowie strukturiertes und ganzheitliches Denken.

**Selbsthilfe ist für mich?** ...still in sich hinein-hören, die bewusste Entscheidung sich selbst zu helfen, mit dieser inneren Haltung aktiv werden, mutig sein, sich vernetzen und austauschen...

# Gruppentreffen der Selbsthilfegruppen (SHG)

(Stand 1. Juli 2019)

Auch bei sorgfältiger Terminplanung kann es zu Verschiebungen kommen, aktuelle Termine unter [www.selbsthilfe-kaernten.at](http://www.selbsthilfe-kaernten.at).

## ADIPOSITAS

### Klagenfurt:

14.8./9.10., 15 Uhr, Klinikum Klagenfurt,  
Info: ☎ 0664 824 0992

### St. Veit/Glan:

14.8./9.10., 19 Uhr, Krankenhaus der  
Barmherzigen Brüder St. Veit/Glan,  
Info: ☎ 0664 824 0992

### Villach:

8.8./10.10., 19 Uhr, LKH Villach,  
Seminarraum Neurologie,  
Info: ☎ 0664 824 0992

## ALKOHOL

### Anonyme Alkoholiker Villach:

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

### Anonyme Alkoholiker Klagenfurt:

jeden Donnerstag, 19 Uhr (deutsch), jeden  
Freitag, 19 Uhr (slowenisch), Viktringer  
Ring 19 (gegenüber Kelag) Klagenfurt

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

### Villach:

jeden Freitag, 18:30 Uhr, Evang. Pfarramt,  
Wilhelm-Hohenheimstr. 3, Villach

### Bleiburg:

1.8./15.8./5.9./19.9./3.10./17.10., 19  
Uhr, Pfarramt Bleiburg, Kumeschgasse 16,  
9150 Bleiburg, Info: ☎ 0650/349 40 95

### Klagenfurt:

5.8./9.9./23.9./14.10./28.10., 18:30 Uhr,  
Gruppenraum DV Selbsthilfe Kärnten\*\*,  
Info: ☎ 0650/349 40 95

## ALZHEIMER

### SHG Alzheimerkranke und deren Angehörige:

### Klagenfurt:

jeweils um 18 Uhr, Pflegeheim Kreuzbergl,  
Henselstraße 1 A, Klagenfurt

14.8., **GAST:** Dagmar Helbig – "Demenz –  
Diagnose, Verlauf, Abschied" –  
Belastungen und Probleme – Erkrank-  
ungen des Ehepartners – jede einzelne  
Pflegesituation ist individuell verschieden

11.9., **GAST:** Mag. (FH) Ivo Gewolf,  
Personenbetreuung "Hilfe Daheim" – "Wie  
kann die 24-Stunden-Betreuung für alle  
Beteiligten gut gelingen?"

9.10., "Wir sind Angehörige von  
Demenzkranken - gibt es für unsere  
schwierige Situation überhaupt eine  
Hilfe?" Betroffene fragen und berichten

### Villach:

jeweils um 14 Uhr, AHA-Seniorenzentrum  
Untere Fellach, Mahrhöflweg 17, Villach

19.8., **GAST:** Ingrid Schmid -  
„Orthomolekular – Spurenelemente“,  
Erfahrungsaustausch

16.9., **GAST:** Mag. Sonja Haubitzer -  
"Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung"

21.10., **GAST:** Akad. GPM Gunhold Peter  
MBA - "Informationen zum Pflegegeld"

## APHASIE

### SHG Aphasie:

18.9., 17-19 Uhr, Café – Restaurant Inside  
Villach, Ossiacher Zeile 70, neben  
Konditorei Koloini

## ATEMWEGSEKRANKTE

### SHG Atemwegserkrankte:

7.10., 18 Uhr, Gruppenraum DV  
Selbsthilfe Kärnten\*\*

### SHG COPD:

24.9./29.10., 14:30 Uhr, LKH Villach,  
Gemeinschaftshaus, Restaurant,  
Dreschnigstraße 11

## MORBUS BECHTEREW

### SHG Morbus Bechterew – Landesstelle Kärnten:

25.9./30.10., 18 Uhr, Gasthof Krall,  
Ehrentalerstraße 57, Klagenfurt

## BORRELIOSE

### SHG Borreliose Klagenfurt

12.9./10.10., 17:30 Uhr, Gruppenraum DV  
Selbsthilfe Kärnten\*\*

## DIABETES

### Österr. Diabetikervereinigung Kärnten:

### Villach:

1.10., 18 Uhr, LKH Villach, Neurologie,  
Seminarraum B, Paterre

### Völkermarkt:

10.9., 18:30 Uhr, im SHV Völkermarkt,  
Nibelungenstraße 26, Ritzing

## DIALYSE

### SHG Niere Kärnten:

jeden Dienstag, 9:30 Uhr, Cafe Eberhard,  
St. Johanner Straße 3, Wolfsberg

## DOWN SYNDROM

### SHG Down Syndrom Kärnten:

21.9., 10:15 Uhr, Ausflug nach Friesach:  
Treffpunkt Craigher am Hauptplatz in  
Friesach, Anmeldung:  
✉ hokeypokey@yahoo.com  
☎ 0664/2482434

## EPILEPSIE

### SHG Team Epilepsie Kärnten:

25.10., 16 Uhr, Gruppenraum DV  
Selbsthilfe Kärnten\*\*

## FIBROMYALGIE

### SHG Fibromyalgie:

5.10., 14 Uhr, Gruppenraum DV  
Selbsthilfe Kärnten\*\*

## HIV

### SHG HIV-Träger/innen Kärnten:

jeden Mittwoch, 9:30-11 Uhr, aidsHilfe  
Kärnten, Bahnhofstraße 22, Klagenfurt

## HÖRBEEINTRÄCHTIGUNG

### SHG für Schwerhörige/Angehörige:

12.10., 10-12 Uhr, Forum besser HÖREN  
– Schwerhörigenzentrum Kärnten,  
Gasometergasse 4a/Eingang Platzgasse,  
Klagenfurt, **GAST:** Manfred Kapfenberg

### SHG Eltern hörbeeinträchtigter Kinder Kärnten:

26.9./24.10., 16:30-18:30 Uhr, Forum  
besser HÖREN - Schwerhörigenzentrum  
Kärnten, Gasometergasse 4a/ Eingang  
Platzgasse, Klagenfurt

### SHG Cochlea-Implantat:

12.9./10.10., 17 Uhr, Forum besser  
HÖREN - Schwerhörigenzentrum Kärnten,  
Gasometergasse 4a/ Eingang  
Platzgasse, Klagenfurt

## KOPFWEH

### SHG Kopfweh:

3.10., 19 Uhr, im Klinikum Klagenfurt/ELKI  
im Konferenzraum 1

## KREBS

### SHG Nordic Walking für Betroffene von Krebs:

jeden Mittwoch, 16:45 Uhr, Klagenfurt,  
Info: ☎ 0463/50 48 71

### Frauenselbsthilfe bei Krebs Klagenfurt:

7.8./21.8./4.9./18.9./2.10./16.10./  
30.10., 14 Uhr, GH Kressnig, St. Veiter  
Str. 244, Klagenfurt-Annabichl,  
Info: ☎ 0664/ 6521920

**Frauenselbsthilfe nach Brustkrebs****Villach:**

27.9./25.10., 14 Uhr LKH Villach,  
Neurologie, Seminarraum, Erdgeschoss

**Frauenselbsthilfe nach Brustkrebs****Lavanttal:**

3.9./ 1.10., 14 Uhr, LKH Wolfsberg,  
Verwaltungsgebäude, Seminarraum 2

**NARKOLEPSIE****SHG Narkolepsie**

8.10., 14 Uhr, Cafe Rainer, Oberer  
Kirchplatz 5, Villach

**OSTEOPOROSE****Spittal/Drau:**

jeweils um 19 Uhr, Gasthof Brückenwirt,  
Wirtschaftsbrücke 2, Spittal/Drau

19.9. Erfahrungsaustausch

17.10., **VORTRAG:** von Lis Mitter,  
Kräuter- u. Räucherexpertin, Radenthein,  
"Räuchern in den Nockbergen -  
mit heimischen Kräuterwerk"

**Klagenfurt:**

18.9./ 16.10., 17-18:30 Uhr, Elisabethinen  
Krankenhaus, Vortragssaal

**St. Veit/Glan:**

9.9./ 14.10., 17:30 Uhr, Krankenhaus der  
Barmherzigen Brüder St. Veit/Glan,  
Seminarraum im KG

**Ferlach:**

21.10., um 18:30 Uhr, Rathaus Ferlach  
(kleiner Saal), **GAST:** Dr. Eva Rosian von  
der Adler Apotheke Ferlach

**PARKISON****Villach:**

10.9./ 8.10., 16 Uhr, LKH Villach,  
Neurologie, Erdgeschoss, Seminarraum

**Klagenfurt:**

12.9./ 10.10., 15 Uhr, im GH Kressnig,  
Neuwirt in Annabichl, Klagenfurt

**Wolfsberg:**

4.9./ 2.10., jeweils 16 Uhr, LKH Wolfsberg,  
Verwaltungsgebäude, Schulungsraum

**Hermagor:**

13.8., 14 Uhr, Treffpunkt Tröpolach,  
Info: ☎ 0664 73757573

10.9., 14 Uhr, Lerchenschlössl Mösach

8.10., 14 Uhr, Lerchenschlössl Mösach,  
**GAST:** Mag. Isabella Scheiflinger  
"Vorsorgevollmacht und  
Erwachsenenschutzgesetz"

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

5.9./ 19.9./ 3.10./ 17.10., 18 Uhr,  
Krankenhaus der Barmherzigen Brüder St.  
Veit/Glan, Seminarraum  
Anmeldung: ☎ 0664/217 75 44

**SHG Depression Villach:**

18.9./ 16.10., 16 Uhr, LKH Villach,  
Neurologie, Erdgeschoss, Seminarraum

**SHG Angst, Depression, Burnout****Klagenfurt:**

14.8./ 28.8./ 11.9./ 25.9./ 9.10./ 23.10.,  
17:30 Uhr, Gruppenraum DV  
Selbsthilfe Kärnten \*\*

**SHG Depressive Verstimmungen****Gmünd:**

14.8./ 11.9./ 9.10., 19 Uhr, neue  
Evangelische Kirche in Gmünd

**SHG Psychosomatik Villach:**

13.8./ 27.8./ 10.9./ 24.9./ 8.10./ 22.10.,  
18 Uhr, LKH Villach, Neurologie,  
Seminarraum, Erdgeschoss

**SHG Burnout und Stressmanagement****für Betroffene und Angehörige, St. Veit:**

25.9./ 23.10., 18-20 Uhr, im  
Moorquell, Dellacherweg 6,  
9313 St. Georgen/Längsee,  
Info: ☎ 0664/102 00 82

**HPE – Hilfe für Angehörige psychisch****Erkrankter, Kärnten:****Klagenfurt:**

20.9./ 18.10., 17-19 Uhr, Caritas  
(Vortragssaal), Sandwirtgasse 2 (Eingang  
Kolpinggasse), Klagenfurt

**Spittal/Drau:**

17.9./ 15.10., 17:30 Uhr, Tageszentrum  
Pro mente, Gartenstr. 1, Spittal/Drau

**Villach:**

7.8./ 4.9./ 2.10., 18 Uhr, AVS, Schloßgasse  
6 (Tiefgeschoss), Villach

**Völkermarkt:**

27.9./ 25.10., 18 Uhr, Pfarrhaus  
Völkermarkt, Kirchengasse 8

**Gailtal:**

30.9./ 28.10., 19 Uhr, Gemeindezentrum  
Seniorentreff, Dellach/Gail (Nordeingang  
vorne rechts), Info: ☎ 0650/471 86 12

**RHEUMA****SHG Rheuma Klagenfurt:**

18.9., 14 Uhr, Villa LIDO, Friedlstrand 1,  
Klagenfurt

16.10., 14 Uhr, Gasthof Krall,  
Ehrentalerstraße 57, Klagenfurt,  
**GAST:** Dr Msc. Romana Seunig  
(Gesundheitswissenschaftlerin) - "Kräuter  
mit besonderen Inhaltsstoffen"

**SCHLAGANFALL****SHG Schlaganfallerkrankte, Klagenfurt:**

5.8./ 2.9./ 7.10., 14 Uhr, Hotel Roko Hof,  
Villacher Str. 135, POST- bzw. STW-Bus  
Haltestelle „Steinerne Brücke“

**SENIOREN****SHG 60+ und SHG 70+:**

jeden Mittwoch (außer an Feiertagen), 13  
Uhr, Krankenhaus Waiern/Feldkirchen,  
Info: ☎ 0664/558 23 66

**MULTIPLE SKLEROSE****SHG Multiple Sklerose:****Spittal/Drau:**

11.9./ 9.10., 18 Uhr, GH Brückenwirt,  
Wirtschaftsbrücke 2, Spittal/Drau,  
Info: ☎ 0650/90 279 64

**St. Veit/Glan:**

30.9./ 28.10., 15 Uhr, Autohof BP-  
Tankstelle Schnitzer,  
Völkermarkterstraße 55, St. Veit/Glan

**Völkermarkt:**

29.8./ 26.9./ 31.10., 13 Uhr, Cafe Lisi,  
Hart 23, Eberndorf

**Hermagor:**

1.8./ 5.9./ 3.10., 19 Uhr, Pension Seeheim,  
Techendorf 34, 9762 Weissensee,  
Anmeldung: ☎ 0699/12258300

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

5.9./ 3.10., 14 Uhr, im Restaurant  
Jedermann, Bleibergerstraße 107, Villach

**SHG Stoma St. Veit/Glan:**

1.10., 15 Uhr, Krankenhaus Barmherzige  
Brüder St. Veit/Glan (Speisesaal)

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

5.9./ 3.10., 18 Uhr, Gasthof Erthof,  
Hauptstraße 101, Seeboden

**SHG Tinnitus Klagenfurt:**

21.8./ 16.10., 18 Uhr, Gruppenraum DV  
Selbsthilfe Kärnten\*\*

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

11.8./ 8.9./ 6.10., 17 Uhr, Gruppenraum  
DV Selbsthilfe Kärnten\*\*

**WIRBELSÄULE****SHG Wirbelsäule-Beckenboden-****Gelenke:****TURNEN:**

jeden Montag, Klinikum Klagenfurt/Schule  
jeden Dienstag, Villach, Vassach  
jeden Dienstag, Pörttschach, Volksschule  
Anmeldung: ☎ 0650/54 55 224

**ZWÄNGE****SHG Zwänge:**

25.9./ 30.10., Einzelgespräch „von  
Betroffenen zu Betroffenen“,  
VitaminR, Radenthein,  
Anmeldung: ☎ 0650/ 48 98 333

## INFORMATION

## Regionale Selbsthilfe-Informationsstellen

## BEZIRK VILLACH

## LKH Villach:

DV Selbsthilfe Kärnten:  
nach tel. Terminvereinbarung:  
☎ +43 (0)463 504871

NTE (Nah-Todeserfahrung)-SHG:  
Info: ☎ 0664/91 98 577

BRUSTKREBS:  
Info: ☎ 0664/175 29 80

HÖRBEEINTRÄCHTIGUNG:  
24.9./ 22.10., 9-11 Uhr

## BEZIRK SPITTAL/DRAU

Gebietskrankenkasse Spittal/Drau,  
Ortenburgerstraße 4, nach tel.  
Terminvereinbarung:  
☎ +43 (0)463 504871

HÖRBEEINTRÄCHTIGUNG:  
3.9./ 1.10., 10-12 Uhr

## BEZIRK HERMAGOR

## Gailtal-Klinik Hermagor:

nach tel. Terminvereinbarung:  
☎ +43 (0)463 504871

## BEZIRK KLAGENFURT

Klinikum Klagenfurt/Ws  
(Haupteingang, 1. Stock):

DV Selbsthilfe Kärnten  
☎ +43 (0)463 504871:  
jeden Dienstag, 8-13 Uhr  
(außer am 13.8./ 10.9./ 8.10.)

BECHTEREW:  
Info: ☎ 0664/657 11 25

DIALYSE:  
Info: ☎ 0664/76 599 78

DIABETES:  
Info: ☎ 0676/332 05 66

SCHILDDRÜSENKARZINOM:  
Info: ☎ 0664/26 22 642

Krankenhaus der Elisabethinen  
Klagenfurt (Besprechungsraum,  
3. Stock):

DV Selbsthilfe Kärnten  
☎ +43 (0)463 504871:  
20.8./ 17.9./ 15.10., 14-15 Uhr

BECHTEREW:  
Info: ☎ 0664/657 11 25

## BEZIRK VÖLKERMARKT

## BH Völkermarkt:

DV Selbsthilfe Kärnten  
☎ +43 (0)463 504871:  
10.9./ 8.10., 13-15 Uhr

HÖRBEEINTRÄCHTIGUNG:  
17.9./ 15.10., 14-16 Uhr

## BEZIRK WOLFSBERG

LKH Wolfsberg  
(Verwaltungsgeb., Schulungsraum):

DV Selbsthilfe Kärnten  
☎ +43 (0)463 504871:  
10.9./ 8.10., 10-12 Uhr

HÖRBEEINTRÄCHTIGUNG:  
17.9./ 15.10., 9-11 Uhr

## EUROP. AKTIONSBÜNDNIS SELBSTHILFEFREUNDLICHKEIT

Länderübergreifender Standard für „Selbsthilfefreundlichkeit“  
wurde festgelegt

Gemeinschaftliche Selbsthilfe spielt zunehmend eine Rolle im Sozial- und Gesundheitswesen. Vertreterinnen und Vertreter aus Deutschland, Österreich und der Schweiz verabschiedeten am 23. März 2019 in Basel (Schweiz) eine gemeinsame Geschäftsordnung und legten so den Grundstein für einheitliche und hochstehende Qualitätskriterien.

Das **Europäische Aktionsbündnis Selbsthilfefreundlichkeit** hat unter anderem zum Ziel, ein gemeinsames Verständnis von Selbsthilfefreundlichkeit als Qualitätsstandard zu etablieren. Damit soll eine länderübergreifende Kompetenz entwickelt und das Konzept in weiteren Bereichen des Gesundheits- und Sozialwesens gefördert werden. Das Konzept Selbsthilfefreundlichkeit wurde in Deutschland gemeinsam von Akteuren der gemeinschaftlichen Selbsthilfe, der Selbsthilfeunterstützung und Gesundheits-

einrichtungen entwickelt. Das sogenannte „Hamburger Modell“ ist auch für Österreich und die Schweiz ein Orientierungsrahmen für die Aktivitäten zum Thema Selbsthilfefreundlichkeit, die eine systematische und strukturierte Zusammenarbeit von professionellem Sozial- und Gesundheitswesen und selbstorganisierter Selbsthilfe zum Ziel haben.

Gesundheits- und Sozialeinrichtungen wie zum Beispiel Krankenhäuser oder Rehaeinrichtungen, die sich an den Qualitätskriterien

nach dem Hamburger Modell beziehungsweise an spezifischen Qualitätskriterien für den jeweiligen Versorgungsbereich orientieren und erfolgreich und auf Augenhöhe mit Selbsthilfegruppen und der Selbsthilfeunterstützung zusammenarbeiten, können sich in Deutschland und der Schweiz beim jeweiligen Bündnispartner des Europäischen Aktionsbündnis Selbsthilfefreundlichkeit – siehe

unten - um eine sichtbare Auszeichnung ihrer Selbsthilfefreundlichkeit bewerben. In Österreich übernimmt NANES die Rolle der Beratung und Begleitung von Einrichtungen im Sozial- und Gesundheitsbereich, die sich mit dem Thema Selbsthilfefreundlichkeit auseinandersetzen.



## NANES

### NANES - Netzwerktreffen

Im März 2019 fand in Salzburg ein NANES-Netzwerktreffen mit dem Schwerpunktthema „Selbsthilfefreundlichkeit“ statt.

Unter dem Tagesordnungspunkt „Unterschiede erkennen und Gemeinsamkeiten erarbeiten“ wurden vor allem die Eckpunkte der Auszeichnung „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ wie Dauer der Auszeichnung und Kostenbeitrag der Krankenhäuser für die Auszeichnung besprochen und eine einheitliche Vorgangsweise angedacht. Hier braucht es allerdings noch Abstimmungsbedarf.

Basierend auf den Ergebnissen des Austauschtreffens des Europäischen Aktionsbündnis Selbsthilfefreundlichkeit (deutsches Netzwerk Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung im Gesundheitswesen, Initiative nationales netzwerk selbsthilfe – NANES, Selbsthilfe Schweiz), das am 26. März 2019 in Basel stattfand, wurden auch die unterschiedlichen Auszeichnungsmodalitäten diskutiert. In Österreich zeichnen die Selbsthilfeunterstützungseinrichtungen zum Beispiel die Krankenhäuser im Bundesland aus. in Deutschland aber das Netzwerk Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung im Gesundheitswesen für ganz Deutschland und in



Foto: NANES/ DV Selbsthilfe Salzburg

der Schweiz zeichnet die Selbsthilfe Schweiz gemeinsam mit der jeweiligen Kontaktstelle vor Ort aus. Darüber hinaus wird in Deutschland und der Schweiz die Selbsthilfefreundlichkeit nicht nur auf Krankenhäuser fokussiert, sondern insgesamt auf Einrichtungen im Sozial- und Gesundheitsbereich. Diese Anregung wird von einigen Bundesländern durchaus positiv gesehen und abhängig von den personellen und finanziellen Ressourcen weiterverfolgt. In einer abschließenden Feedbackrunde betonten die TeilnehmerInnen, dass das Netzwerktreffen in einer sehr angenehmen Gesprächsatmosphäre stattgefunden hat. Es wurden sehr viele Themen angesprochen und einige „Hausaufgaben“ mitgenommen. Die Diskussionen waren sehr anregend und geprägt von gegenseitigem Respekt.

## SELBSTHILFEGRUPPEN (SHG) IN GRÜNDUNG

### SHG Geschwister von Menschen mit geistiger Behinderung

Als Schwester eines Bruders mit geistiger Behinderung ist es mir ein Anliegen, mich mit Jugendlichen und Erwachsenen auszutauschen, die ein ähnliches Schicksal teilen und damit nicht alleine bleiben oder sich isoliert fühlen wollen. Alle Menschen sind gleichberechtigt, und ihnen allen gebührt Liebe und Respekt und Chance auf Verwirklichung. Lange Jahre hatten diese Menschen mit ihren besonderen Bedürfnissen keinen Platz ‚im normalen Leben‘. Heute werden sie als Teil unserer Gesellschaft wahrgenommen. Ich möchte unseren Blick auf sie und uns, ihre Geschwister, lenken. So unterschiedlich Ihre, meine, unsere Lebensumstände auch sein mögen:

**Ich bin sicher, es verbindet uns vieles!**

#### INFO

Mag. Angelika **PEASTON-STARTINIG**

✉ angelika@peaston.com

☎ 0664/ 16 035 40

Oder beim Dachverband Selbsthilfe Kärnten

✉ office@selbsthilfe-kaernten.at

☎ +43 (0)463/50 48 71

### PTBS – für Menschen mit gewalt-igen/ traumatischen Erfahrungen

Die Gruppe wendet sich an Betroffene jeden Alters, die irgendwann in ihrem Leben einem traumatischen Ereignis – welcher Art auch immer – ausgesetzt waren, worunter ihre Lebensqualität bis heute leidet, dessen Bilder sie immer wieder einholen. Nach dem Motto, ‚geteiltes Leid ist halbes Leid‘ wollen wir uns in geschütztem Rahmen über das Erlebte austauschen. Schritt für Schritt wollen wir so das Traurige immer mehr hinter uns lassen, uns davon bestmöglich befreien, unseren Blick nicht mehr so sehr auf die Vergangenheit fokussieren, sondern vielmehr in unsere Zukunft lenken.

Ziel der Gruppe ist es, aus der Gemeinschaft Kraft zu schöpfen, um wieder neuen Mut und neue Lebensfreude zu finden und gestärkt in ein positives weiteres Leben zu gehen, das vor uns liegt, damit wir unser Leben erfüllt nach unseren Wünschen gestalten können.

#### INFO beim Dachverband Selbsthilfe Kärnten

Das **Büro des DV Selbsthilfe Kärnten** ist am **23. und 24. September 2019** aufgrund einer Weiterbildung der Mitarbeiterinnen **geschlossen**.

Österreichische Post AG / Sponsoring.Post  
122039281 S

Retouren bitte an: DV Selbsthilfe Kärnten  
Postfach 27, 9021 Klagenfurt am Wörthersee

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

LAND  KÄRNTEN



Kooperationspartner:

Impressum: Medieninhaber, Herausgeber: Dachverband Selbsthilfe Kärnten  
(ZVR-Zahl: 949747510), Kempfstraße 23/3, PF 27, 9021 Klagenfurt,  
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

Redaktion: Mag. Monika Maier, Michaela Maier, Lisa Schleenvoigt  
Druck: Allround Druck, St. Veiter Straße 95, 9020 Klagenfurt  
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 beide Geschlechter bezogen.

#### Bürozeiten DV Selbsthilfe:

MO: 8 – 16:30 Uhr  
DI, MI und DO: 8 – 14 Uhr