

Generalversammlung des Dachverbands Selbsthilfe Kärnten



GV von links nach rechts: W. Isopp, A. Tschernitz, K. Felsberger, W. Pucher, H. Pfeifer

Am 25. September 2023 fand die Generalversammlung des Dachverbands Selbsthilfe Kärnten im Saal 6 im ÖGB-Gebäude in der Bahnhofstraße in Klagenfurt statt. Wir konnten zahlreiche Vertreter:innen der Selbsthilfegruppen begrüßen. Auch Frau Landeshauptmannstellvertreterin Dr.ⁱⁿ Gaby Schaunig, Herr René Willegger als Vertreter von Frau Landesrätin Sarah Schaar und Frau Gemeinderätin Lucia Kernle als Vertreterin von Herrn Bürgermeister Christian Scheider gaben uns die Ehre und überbrachten ihre Grußworte. Weiters freuten wir uns über die Anwesenheit von Frau Dr.ⁱⁿ Angelika Schiwiek (Patientenrechtsanwaltschaft), Frau Mag.^a Isabella Scheiflinger (Anwaltschaft für Menschen mit Behinderung), den Vorsitzenden der Ethikkommission Herrn Dr. Martin Spindel und die Selbsthilfekoordinator:innen und Vertreter:innen der KABEG-Häuser Wolfsberg, Villach, Hermagor und Laas, der HUMANOMED-Häuser Villach und Klagenfurt, des Krankenhauses der Elisabethinen Klagenfurt, des Krankenhauses der Barmherzigen Brüder

St. Veit/Glan, des Krankenhauses des Deutschen Ordens in Friesach und des Gesundheitszentrums Diakonie Krankenhaus Waiern. Der Selbsthilfe-Beirat wurde vom Vorsitzenden Herrn Mag.(FH) Wolfgang Pucher vertreten.

Die inhaltlichen Schwerpunkte der Generalversammlung lagen bei der Wahl des Vorstandes, der Überreichung der Rezertifizierungen als Selbsthilfefreundliches Krankenhaus, der Präsentation des neuen Logos und dem Vortrag von Mag.^a Isabella Scheiflinger.

Zur Wahl des Vorstandes für die Funktionsperiode 2023 bis 2026 standen Herr Karl Felsberger (Präsident), Herr Dr. Andreas Tschernitz (Vizepräsident), Frau Emilia Andonova (2. Vizepräsidentin und Kassierin), Frau Mag.^a Dr.ⁱⁿ Carla Küffner (Kassier-Stellvertreterin), Herr Walter Isopp (Schriftführer) und Herr Mag. Heinz Pfeifer MSc (Schriftführer-Stellvertreter) sowie als Rechnungsprüfer Herr Walter Gregori und Herr Günter Lampert. Die Wahl des Vorstandes erfolgte einstimmig, was durchaus als Bestätigung für die bisherige Arbeit betrachtet werden kann.

GENERALVERSAMMLUNG**Als selbsthilfefreundliche Krankenhäuser wurden erfolgreich rezertifiziert:**

Für die Gailtal-Klinik Hermagor nahm Herr EOA Dr. Klemens Fheodoroff die Urkunde entgegen, das Landeskrankenhaus Laas wurde durch Herrn Markus Grollitsch BA vertreten, für das Landeskrankenhaus Wolfsberg konnten wir Frau Andrea Holzbauer begrüßen, und die Vertreterin für das Landeskrankenhaus Villach war Frau Mag.^a Angelika Kombacher-Wutte. Die Rezer-



GV von links nach rechts:
K. Felsberger, A. Kombacher-Wutte, M. Grollitsch, A. Holzbauer, K. Fheodoroff, G. Schaunig

ifizierungs-Urkunde für das Klinikum Klagenfurt wird von Frau Brigitte Nemec BA im Rahmen des nächsten Selbsthilfe-Forums am 6. November 2023 im Dachverband Selbsthilfe Kärnten entgegengenommen.

Im Rahmen des ÖGK-geförderten Projekts „Der Dachverband der Selbsthilfe Kärnten bekommt ein neues Erscheinungsbild“ wurde gemeinsam mit Jürgen Eixelsberger und Barbara Macek von designation ein neues Logo entwickelt. Dieses neue Logo wird in den nächsten Monaten in alle Drucksorten und auch in alle

online-Auftritte des Dachverbands Selbsthilfe Kärnten eingearbeitet.



Den Abschluss des offiziellen Teiles der Generalversammlung gestaltete Mag.^a Isabella Scheiflinger mit ihrem äußerst interessanten Vortrag über ihre persönliche Einschätzung zum Thema Inklusion. Das Maß der Aufmerksamkeit aller Zuhörenden spricht dafür, dass mit dem Thema und den Ausführungen wichtige Aspekte zur Sprache kamen. Unser herzlicher Dank geht an Mag.^a



Isabella Scheiflinger. Bei einem abschließenden kleinen Imbiss konnten sich die Teilnehmenden noch stärken, miteinander ins Gespräch kommen und netzwerken.

GV von links nach rechts:
A. Tschernitz, I. Scheiflinger, W. Pucher

INFORMATION**Regionale Selbsthilfe-Informationsstellen**

Bitte beachten Sie, dass für persönliche und individuelle Beratungen eine vorherige Anmeldung (ausgenommen Klinikum Klagenfurt) unter ☎0463 50 48 71 oder ✉office@selbsthilfe-kaernten.at bis jeweils Montag vor dem Termin **unbedingt notwendig** ist

Klinikum Klagenfurt - ohne Anmeldung! jeden 1. und 3. Dienstag im Monat von 9.00 Uhr bis 11.00 Uhr

A.ö. Krankenhaus der Elisabethinen - Dienstag von 14.00 Uhr bis 15.00 Uhr

BH Völkermarkt und LKH Wolfsberg - jeden 1. und 3. Dienstag im Monat von 14.00 Uhr bis 15.00 Uhr

LKH Villach, ÖGK Spittal/Drau und Gailtalklinik Hermagor - jeden 2. und 4. Dienstag im Monat von 14.00 Uhr bis 15.00 Uhr

HÖRBEEINTRÄCHTIGUNG

👤 **Forum besser HÖREN** ☎ 0463/310 380, Termine nach telefonischer oder schriftlicher Vereinbarung
☎ 0463 - 310 380 oder ✉ office@besserhoeren.org

BH St. Veit/Glan, Hauptplatz 28, Termin: 6.12., von 14 – 16 Uhr

BH Feldkirchen, Milesistraße 10, Termin: 13.11./11.12., von 9 – 11 Uhr

ÖGK Kundenservicestelle Spittal/Drau, Feldstraße 1, Termin: 7.11./5.12., von 10 – 12 Uhr

ÖGK Kundenservicestelle Wolfsberg, Roßmarkt 13, Termine: 21.11./19.12., von 9 – 11 Uhr

BH Völkermarkt, Spanheimergasse 2, Termine: 21.11./19.12., von 14 – 16 Uhr

ÖGK Kundenservicestelle Villach, Zeidler-von-Görz-Str. 3, Termin: 28.11., von 9 – 11 Uhr

ÖGK Kundenservicestelle Hermagor, Egger Straße 7, Termin: 22.11., von 10 – 12 Uhr

AMBULANTE REHA

SeneCura Gruppe eröffnet neue Reha-Einrichtung in Kärnten:

Im Juli wurde das neue OptimaMed Ambulantes Rehabilitationszentrum Klagenfurt in der 8.-Mai-Straße 3 in Klagenfurt in unmittelbarer Nähe zum Wahrzeichen der Stadt, dem Lindwurm eröffnet. Die neue Einrichtung bietet Rehabilitation für sieben Indikationen mit modernster Ausstattung auf rund 1.800 m². Orthopädie, Psychiatrie, Kardiologie, Neurologie, Erkrankungen der Lunge und der Atemwege (Pulmologie), Stoffwechselerkrankungen und Onkologie: Das sind die sieben Indikationen, für die das neue Zentrum ambulante Behandlungen anbietet. „Wir haben vor fünf Jahren das OptimaMed Ambulante Rehabilitationszentrum in Wiener Neustadt als erstes Haus für sieben Erkrankungsbereiche in Österreich eröffnet. An der starken Nachfrage unserer Patientinnen und Patienten merken wir, dass dieses Konzept eine wichtige Versorgungslücke schließt – denn die ambulante Rehabilitation bringt den Vorteil, dass Betroffene während der laufenden Therapie zu Hause wohnen und auch weitgehend ihren Beruf ausüben können“, so Anton Kellner, CEO der SeneCura Gruppe.

Dr. Sven Thomas Falle-Mair, operativer und medizinischer Direktor OptimaMed, ergänzt: „Durch unsere

Weitere Informationen finden Sie unter: www.optimamed.at/ambulantes-rehabilitationszentrum-klagenfurt/



interdisziplinäre Zusammenarbeit in multiprofessionellen Teams können wir unseren Patientinnen und Patienten maßgeschneiderte Behandlungslösungen auf dem Weg zurück – zu bester Gesundheit – anbieten.“

Einsatz, Engagement und fachliche Kompetenz der Mitarbeiter:innen zählen zum Erfolgskonzept von OptimaMed. Ein multiprofessionelles Team aus Ärzt:innen und Therapeut:innen verschiedenster Fachrichtungen sowie ein flexibles und kundenorientiertes Verwaltungsteam stehen für höchste medizinische Qualität und bestes Kundenservice. Im Ambulanten Rehabilitationszentrum Klagenfurt werden modernste Ausstattung und die neuesten Therapiegeräte auf rund 1.800 m² angeboten. Geleitet wird das neue Zentrum von Verwaltungsdirektorin Claudia Schratte, die zuvor bereits jahrelange Erfahrung im SeneCura Sozialzentrum Bad St. Leonhard sammeln konnte.

SeneCura CEO Kellner ergänzt: „Es ist unser größtes Ziel, das Versorgungsnetz an Rehabilitationsmöglichkeiten in ganz Österreich nicht nur enger zu schnüren, sondern für jede Patientin und jeden Patienten die individuell passende Therapieoption bereit zu stellen.“

INFOSTELLE

Infostelle im Klinikum Klagenfurt

Die Infostelle im Klinikum Klagenfurt ist ab sofort jeden 1. und 3. Dienstag im Monat von 9:00 bis 12:00 Uhr wieder besetzt. Zwei hoch-engagierte Selbsthilfe-Gruppenleiterinnen sind persönlich für alle

Interessent:innen für Informationen zur Selbsthilfe und Gespräche anwesend. Großer Dank gebührt an dieser Stelle Frau Ingrid Bliem und Frau Johanna Selisnik für ihre Initiative.

Wenn Sie auch gerne in Klagenfurt oder in den Bezirken aktiv werden möchten, freuen wir uns, wenn Sie sich im Dachverband Selbsthilfe Kärnten melden!

TERMINE / KONTAKTDATEN

Termine/Kontaktdaten der Kärntner Selbsthilfegruppen (SHG)

Bitte beachten: Auch bei sorgfältiger Terminplanung kann es zu Verschiebungen bzw. Absagen kommen. Aktuelle Termine finden Sie unter www.selbsthilfe-kaernten.at

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 finden Sie unter: www.selbsthilfe-kaernten.at

ALKOHOL**Anonyme Alkoholiker****Klagenfurt:**

Jeden Donnerstag, 18 Uhr, Altkatholische Kirche, Kaufmannngasse 11, Klagenfurt

Villach:

Jeden Montag, 18:30 Uhr, Evang. Pfarramt Villach Nord neben dem Stadion Lind, Adalbert-Stifter-Str. 21, Villach

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

jeden Freitag, von 18 – 19:30 Uhr, im evang. Pfarramt Villach, Wilhelm von Hohenheimstraße 3, Frau Mares ☎ 0650/641 49 28

Bleiburg & Klagenfurt:

☎ 0650/349 40 95

ALLEINERZIEHEND**SHG 100% Alleinerziehend**

☎ Manu Cando ☎ 0681/84 17 8000

✉ manucando2021@gmail.com

Gruppentreffen ausschließlich nach Anfrage

ALPHA1 ANTITRYPSINMANGEL**SHG Alpha1 Österreich – Landesstelle Kärnten**

☎ Christine Rapp ☎ 0650/411 87 53

✉ christa.rapp@gmx.at

ALZHEIMER**SHG Alzheimerkranke und deren Angehörige****Klagenfurt:**

15.11., Gesprächsrunde

13.12., Angehörige berichten „Wie geht es mir nach dem Tod/Pflegeheimenritt meines an Demenz erkrankten Angehörigen?“

10.1., Gesprächsrunde

jeweils um 18 Uhr, SeneCura Pflegezentrum Kreuzbergl, Henselstraße 1a, Klagenfurt

Demenz-Café Klagenfurt:

8.11./6.12./3.1., 9 Uhr, Pflegeheim St. Peter, Harbacher Str. 72, Klagenfurt

Zoom-Meeting Gesprächsrunde

22.11./20.12./17.1., 18 Uhr

☎ Hannelore Pacher ☎ 0699/125 934 84,

✉ hp15501@gmx.at

🌐 www.alzheimer-demenz.jimdo.com

Villach:

20.11., „Erfahrungsaustausch“ Informationen und Unterstützung für pflegende Angehörige mit an Demenz erkrankten Menschen.

18.12., „Pflege zu Hause“ mit: DGKP Kronschläger Konrad Akad. GPM, Bsc; Pflege zu Hause – im Spannungsfeld von eigenen Erwartungen und Machbarkeit im pflegerischen Alltag.

16.1., „Nicht-medikamentöse Therapie bei Demenz“ - (inklusive Digitalisierungsangebot) mit Mag.ª Sandra Rabitsch

jeweils um 16 Uhr, im Steirerhof (kleiner Saal) in der Warmbader Str. 4, Villach

Demenz-Café Villach:

7.11./5.12., 9 – 11 Uhr, Diakonie – Haus Maria Gail, Arnold-Clementsches-Str. 55, Villach

☎ Edith Kronschläger, Elisabeth Terbuch

☎ 0664/31 10 414, ✉ SH-AZVillach@gmx.at

Oberkärnten:

☎ Mag.ª Brigitte Stocker ☎ 0664/184 66 88,

✉ brigitte.stocker@tz-moe.at

APHASIE**SHG Aphasie Kärnten:**

8.11. 16 – 18 Uhr, Restaurant Inside, Ossiacher Zeile 70, 9500 Villach

ATEMWEGERKRANKUNGEN**SHG Atemwegserkrankte**

6.11., „Fragestunde mit Lungenfacharzt“

Dr. Jaritz“

4.12., „Julia Stampfer von der Humormedizin“ 8.01., jeweils um 18 Uhr, im Gruppenraum DV Selbsthilfe Kärnten*

Morbus BECHTEREW**Österr. Vereinigung Morbus Bechterew – Landesstelle Kärnten**

29.11./31.1., 18 Uhr, Gasthof Krall, Klagenfurt

☎ Mag.ª Hermine Kohlweis ☎ 0664/65 71 125

✉ kaernten@bechterew.at, 🌐 www.bechterew.at

Therapieangebote Selbsthilfe Bechterew – TURNEN**Villach**

Jeden Dienstag, 14 Uhr, Kurzentrum, 9504 Warmbad Villach, ☎ Ecatarina Esterl ☎ 0664/320 90 95

Wolfsberg

Jeden Montag (Beginn Sept.), 16 – 15:30 Uhr, LPI

Lavanttaler Physiotherapeut. Institut, 9400

Wolfsberg, Volksbadstraße 4, ☎ Franz Hauser

☎ 0676/891 564 00

Morbus BEHCET**SHG Morbus Behcet**

☎ Karoline Velikogne, ☎ 0676/7111 720

BORRELIOSE**SHG Borreliose**

☎ Robert Rumpold ☎ 0660/44 94 744

✉ robert.rumpold@live.at

CMT AUSTRIA**Interessensgemeinschaft für Patienten mit vererbter Polyneuropathie**

☎ Klaus Mannsberger, ☎ 0664/433 70 64,

✉ klaus.mannsberger@cmt-austria.at

🌐 www.cmt-austria.at

CONTERGAN**SHG der Contergan-Thalidomid-Geschädigten Österreichs – Landesstelle Kärnten**

4.11., „Jahresabschlussstreffen“ ab 12:00 Uhr,

Restaurant zu den 3 Linden, 1230 Wien

☎ Helga Napetschnig, ☎ 0650/370 50 21,

✉ helga.napetschnig@chello.at,

CHOREA HUNTINGTON**SHG Chorea Huntington**

☎ Sabine Kerschhaggl-Egger ☎ 0650/29 20 105

DEPRESSION**SHG Angst, Panik, Depression, Burnout, Klagenfurt**

☎ DV Selbsthilfe Kärnten*

SHG Depressive Verstimmungen, Gmünd

8.11./13.12./10.1., 13:30 Uhr, Evangelische

Kirche Gmünd, Grieb an der Lieser 5, 9853

Gmünd ☎ DV Selbsthilfe Kärnten*

SHG Depression, Villach

3.11., 16 – 18 Uhr, im LKH Villach, Nikolaigasse 43,

9500 Villach ☎ Silvia Künstner ☎ 0650/58 52 000,

✉ s.kuenstner03@gmail.com

DIABETES**Österr. Diabetikervereinigung (ÖDV), Landesstelle Kärnten**

☎ Walter Isopp ☎ 0680/245 65 24

✉ w.isopp@gmx.at

SHG ÖDV Kinder, Jugendliche, junge Erwachsene

☎ Gaby Sailer ☎ 0664/56 59 528

✉ g_sailer@gmx.net

SHG ÖDV Klagenfurt

☎ Walter Gregori ☎ 0676/332 05 66 oder

☎ 0676/301 15 91

SHG ÖDV Villach

☎ Reinhilde Kaus ☎ 0676/610 37 62

☎ SHG ÖDV Völkermarkt und Lavanttal

☎ Walburga Jandl ☎ 0650/45 10 231

ERWORBENE HIRNSCHÄDIGUNG**SHG Erworbene Hirnschädigung – Gemeinsam statt einsam**

☎ Mag.ª Martina Bergner ☎ 0664/972 59 36,

✉ martinabergner57@gmail.com

SHG HIRNverletzt vernetzt - HVV-Café

☎ Ricarda Motschilnig ☎ 0660/723 79 95,

✉ office@hirnverletzt.at, 🌐 www.hirnverletzt.at

ENDOMETRIOSE**SHG Endometriose**

☎ Emilia Andonova, ☎ 0660/244 30 44,

✉ emiliaandonova@hotmail.com

EPILEPSIE**SHG Epilepsie Kärnten**

☎ DV Selbsthilfe Kärnten*

ESSSTÖRUNG**SHG Overeaters Anonymous**

jeden Dienstag 18 Uhr, im Gruppenraum DV Selbsthilfe Kärnten*

☎ ausschließlich nach tel. Voranmeldung bei

Sabine ☎ 0677/636 900 01

✉ klagenfurt@overeatersanonymous.at

FIBROMYALGIE**SHG Fibromyalgie Kärnten**

☎ Helga Liebwald ✉ helga.liebwald@gmail.com

HERZERKRANKUNGEN**Klagenfurt Landesverband**

Sprechtage: jeden Dienstag, 14 – 16 Uhr, Kumpfgasse 20/3, 9020 Klagenfurt

☎ Präsident Ing. Dietmar Kandolf ☎ 0463/501 755

oder 0660/767 1000, ✉ office@herzverband-ktn.at,

🌐 www.herzverband-ktn.at

Koronarturmen in Kärnten**Klagenfurt**

Jeden Montag in der VS 12 Festung, Richard-Wagner-Straße 20, 17 – 18 Uhr, ☎ Claudia Woath ☎ 0664/223 00 75

Villach

Jeden Dienstag in der Volksschule 2, Friedenschule (Gymnastiksaal 2-EG), 16:45 – 18 Uhr,

☎ Kilzer Ingeborg ☎ 0650/3839949

Wolfsberg

Jeden Donnerstag in der NMS-Wolfsberg,

17 – 18 Uhr, ☎ Mag. Norbert Faritsch

☎ 0680/200 25 13

Laas

Jeden Donnerstag im A.Ö. Krankenhaus Laas, 15 – 16 Uhr, ☎ Anni Einetter ☎ 04715/20915

Spittal/Drau

Jeden Donnerstag Volksschule West, Eingang 10.

Oktoberstr., 15:15 – 16:15 Uhr, ☎ Helmut Kühn

☎ 0676/63 52 789

Althofen

Jeden Mittwoch im Rupertiweg 2, 9344 Gutta-

ring, 16:30 – 17:30 Uhr, ☎ Barbara Hörner

☎ 0680/121 19 65

HÖRBEETRÄCHTIGUNG**SHG für Schwerhörige und deren Angehörige – Kärnten**

11.11./9.12./13.1., 10 – 12 Uhr, im Gruppenraum

DV Selbsthilfe Kärnten*

SHG Eltern hörbeeinträchtigter Kinder – Kärnten

23.11./kein Dezembertermin/25.1., 16:30 –

18:30 Uhr, Forum besser Hören, Gasometergasse

4a, Eingang Platzgasse, Klagenfurt

SHG Cochlea Implantat – Kärnten

9.11./14.12. „Adventfeier“/11.1., 17 – 19 Uhr,

Forum besser Hören, Gasometergasse 4a, Eingang

Platzgasse, Klagenfurt

KOPFSCHMERZEN**SHG Kopfweg**

👤 Sandra Aberger ☎ 0680/130 1514,
✉ sandra.aberger@drei.at

KREBS**SHG Frauenselbsthilfe nach Brustkrebs, Villach**

24.11./15.12./26.1., 14 Uhr, im LKH Villach
👤 Monika Feindt ☎ 04242/420 07 oder
☎ 0664/341 64 37

SHG Nordic Walking für Betroffene von Krebs

jeden Mittwoch, 10 Uhr, Fischerwirt/Kreuzbergl

SHV Darmkrebs – Verein für Darmkrebsinformationen

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

LUPUS ERYTHEMATODES**SHG Lupus Erythematodes**

👤 Evelin Radocha ☎ 0650/666 62 40

MISSBRAUCH**SHG Seelenstamtmisch für Missbrauchs- und Misshandlungsoffer**

20.11., 18 - 20 Uhr, im Gruppenraum DV
Selbsthilfe Kärnten*
👤 Jörg Rothenpieler ☎ 0664/37 65 850
✉ joerg.rothenpieler@chello.at

MULTIPLE SKLEROSE**SHG Multiple Sklerose****St. Veit/Glan:**

27.11./18.12./29.1., 15 Uhr, im Gasthaus Autohof
Schnitzer, Völkermarkter Straße 55, 9300 St. Veit/Glan
👤 Martina Pretis ☎ 0664/204 69 72
✉ martinapretis@gmx.at

Völkermarkt:

30.11./14.12., 13 Uhr, im Cafe Lisi, Hart 23, 9141
Eberndorf 👤 Valentin Wutte
☎ 0664/407 13 00 ✉ valentin.wutte@hotmail.com

NIERENERKRANKUNG**Niere Kärnten**

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

OSTEOPOROSE**SHG Osteoporose****Ferlach:**

20.11., Wissenwertes aus der Adler-Apotheke,
18:30 Uhr

11.12., „Weihnachtsfrühstück“ im Schlosscafe

15.1., Treffen im ÖGB-Raum

Gedächtnistraining: Jeden 3. Mittwoch im
Monat, jeweils um 14:00 Uhr im Arbeiterheim
Ferlach 👤 Sonja Woschnak ☎ 0664/830 43 50

Spittal/Drau:

16.11./21.12./18.1., Generalversammlung mit
Neuwahlen, 18 Uhr, Gasthaus Brückenwirt
Vereinslokal, Spittal/Drau 👤 Franz Kohlweiss
☎ 0699/17 22 88 46 ✉ franz.kohlweiss@aon.at

MORBUS PARKINSON**SHG Parkinson-PatientInnen/Angehörige****Oberkärnten:**

14.11., „Behindertenpass und öffentliche Unter-
stützungsmöglichkeiten für Menschen mit
Behinderung, Zuständigkeiten und Antragstel-
lung“ mit Christian Kanzian, 14 Uhr, Gailtalklinik
Hermagor

12.12., „Weihnachtsfeier“, 14 Uhr, Hotel Schloss
Lerchenhof, Untermöschach/Hermagor

Ab Herbst jeden Dienstag Turnen (außer wenn
Gruppentreffen stattfinden), 14:30 Uhr, Gailtal
Klinik 👤 Adolf Koffler, MBA ☎ 0664/73 75 75 73
✉ office@parkinsonselbsthilfe.at

🌐 www.parkinsonselbsthilfe.at

Klagenfurt:

21.11./19.12., 15 Uhr, im Gruppenraum DV
Selbsthilfe Kärnten* 👤 Ingrid Bliem
☎ 0681/105 229 42 ✉ ingrid.bliem@aon.at

**Parkinson-Turnen mit Eva Mörtl
Physiotherapeutin**

14.11./28.11./5.12., 15:30-16:30 Uhr, Ort wird
noch bekannt gegeben 👤 Ingrid Bliem
☎ 0681/105 229 42, ✉ ingrid.bliem@aon.at

St. Veit/Glan:

15.11., „Lustiger Bastelnachmittag“ mit
Waldemar Stifter

13.12., „Vorweihnachtliches Zusammen-
treffen“ mit Gedichten von Irma Kaiser

16.1., „Fragen und Antworten“ mit Juristin

Mag.^a Manuela Ogriseq
jeweils um 14 Uhr, Vereinstreff der St. Veit/Glan,
Bahnhofstraße 11, 9300 St. Veit/Glan

👤 Harald Horn ☎ 0664/40 15 100

✉ horn-h@gmx.at

PFLEGENDE ANGEHÖRIGE**SHG Pflegende Angehörige**

👤 Mag.^a Dr.ⁱⁿ jur. Claudia Muri ☎ 0664/811 53 11
✉ office@muri4you.at

Plötzlicher Kindstod**SHG Plötzlicher Kindstod**

👤 Elfi Köstenberger ☎ 0660/88 089 11
✉ k.elfi@hotmail.com

Angehörige PSYCHISCH ERKRANKTER**HPE Kärnten – Hilfe für Angehörige
psychisch Erkrankter**

☎ 04242/543 12 ✉ office@hpe.at

Klagenfurt:

17.11./15.12./19.1., 17 – 19 Uhr, im Vortragssaal
der Caritas, Sandwirtgasse 2 (Eingang Kolping-
gasse)

👤 Mag. Peter Kaufmann ☎ 0463/33 04 74

Gailtal:

👤 Edeltraud Kastner ☎ 0650/471 86 12

Villach:

6.12./3.1., „Erfahrungsaustausch mit Ange-
hörigen“ 18 Uhr, im AVS (Tiefgeschoss),
Schlossgasse 6, Villach

Spittal/Drau:

21.11./19.12./16.1., „Erfahrungsaustausch mit
Angehörigen“ 17:30 Uhr, im Tageszentrum Pro
monte, Gartenstraße 1, Spittal/Drau

Völkermarkt:

24.11./26.1., 18 Uhr, im Pfarrhaus Völkermarkt,
Kirchgasse 8

PSYCHOSEN**SHG Psychose Villach**

ausschließlich nach tel. Voranmeldung
☎ 0677/633 251 20

PSYCHOSOMATIK**SHG Psychosomatik Villach**

14.11./12.12./9.1., 18 Uhr, im Seminarraum des
LKH Villach

RHEUMA**SHG Rheuma Klagenfurt**

29.11., „Jahresabschlussfeier mit gemein-
samen Mittagessen“, 13 Uhr, Gasthof Krall,
Ehrentaler Straße 57, 9020 Klagenfurt a. W.

24.1., „Stammtisch mit Erfahrungsaustausch“,
14 Uhr, Gasthof Krall, Ehrentaler Straße 57, 9020
Klagenfurt a. W.

👤 Christa Pachel ☎ 0660/36 36 300

SCHLAGANFALL**SHG für Schlaganfallerkrankte, Klagenfurt:**

Montags 6.11./4.12./15.1., 14:00 Uhr
Hotel Roko Hof, Villacherstraße 135, Post- bzw.

STW-Bushaltestelle „Steinerne Brücke“, Klagen-
furt 👤 DV Selbsthilfe Kärnten*

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

👤 Mag. Carol Griesser ☎ 0664/558 23 66

STOMA**SHG Stoma Villach:**

9.11., 14 Uhr, 14.12., 13 Uhr, Restaurant Jeder-
mann, Bleibergerstraße 107, 9500 Villach

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

TOURETTE-SYNDROM**SHG „Kopfkino“ für Tourette-Erkrankte und
Angehörige**

👤 Dunja Alexandra Schatz ☎ 0660/8412222,
✉ kopfkinokaernten@gmail.com

🌐 https://www.facebook.com/tourette.selbsthil-
fegruppe.kaernten/

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 Walz ☎ 0660/664 73 83,
✉ edith.walz@gmx.at

Workshopreihe 2023 von INSIEME-Kärnten

Zielgruppe: Eltern/Bezugspersonen „gender
inkogruenter“ Kinder/Jugendlicher

4.11., „Wie gelangt die Psychotherapie zur
Diagnose?“, Referentin: Mag.^a Angela Teyrowsky
(Psychotherapeutin, Lehrtherapeutin, klinische
Psychologin)

2.12., „Suizidales Verhalten/Selbstverlet-
zung“, Referentin: Dr.ⁱⁿ Zeus-König (FA f. Neuro-
logie und Psychiatrie Kinder/Jugend)
jeweils 15:00-18:00 Uhr, HolisticLife Studio,
Wienergasse 8/Top 3, Klagenfurt

UNERFÜLLTER KINDERWUNSCH**SHG Unerfüllter Kinderwunsch Villach**

👤 Christina Unterweger, BA ☎ 0650/200 14 60

Verhaltensauffälligkeiten bei (Klein-) Kindern**SHG Verhaltensauffälligkeiten bei (Klein-)
Kindern**

👤 DV Selbsthilfe Kärnten*

VERWAISTE ELTERN**SHG für Verwaiste Eltern**

ausschließlich nach tel. Voranmeldung bei
👤 Gabriele Kastinger Bed ☎ 0650/24 25 999
✉ schule.wg@gmail.com

WIRBELSÄULE**SHG Wirbelsäule, Beckenboden, Gelenke**

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

ZÖLIAKIE**Österr. ARGE Zöliakie-Landesgruppe Kärnten**

2.12., „Keksbackkurs“, 9-13 Uhr, HBLA für Land-
und Ernährungswirtschaft Pitzelstätten, 9061
Klagenfurt-Wölfnitz, Glanstraße 59,

Anmeldung erforderlich bis 26. November 2023,
✉ kaernten@zoeliakie.or.at ☎ 0680/20 66 404

12.1., „Stammtisch“, 17:30 Uhr, Gasthof
Annenhof, Rennsteinerstraße 11, 9500 Villach

Anmeldung erforderlich bis 7. Jänner 2024,
✉ kaernten@zoeliakie.or.at ☎ 0680/20 66 404

ZWÄNGE**SHG Zwänge Kärnten**

👤 Berta Lackner ☎ 0650/48 98 333,
✉ berta.lackner@gmx.at

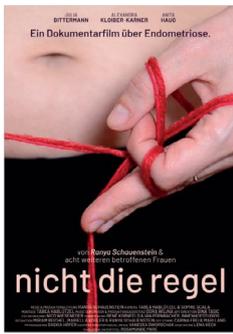
SAVE THE DATE

Vorschau auf kommende Veranstaltungen

Selbsthilfe-Forum

Am **6. November 2023** findet für heuer das letzte Selbsthilfe-Forum statt. Im Rahmen dieses Treffens ist die Übergabe des Zertifikats „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ an Frau Brigitte Nemeč BA vom Klinikum Klagenfurt geplant. Sie steht uns sicherlich anschließend als Selbsthilfe-Koordinatorin für Informationen und Erfahrungsaustausch zur Umsetzung der Selbsthilfefreundlichkeit im Klinikum zur Verfügung.

Selbsthilfegruppe Endometriose



Am Freitag, den **24. November 2023** wird im Stadtkino Villach der Dokumentarfilm „nicht die regel“ zum Thema Endometriose gezeigt. Anschließend an die Vorführung ist eine Podiumsdiskussion geplant, bei der unser Vorstandsmitglied und Selbsthilfegruppen-Leiterin Emilia Andonova am Podium teilnehmen

wird. Ebenso wird die Initiatorin und Regisseurin des Films an der Diskussion teilnehmen. Nützen Sie die Gelegenheit, mehr über ein Thema zu erfahren, das so viele betrifft und über das dennoch noch so wenig bekannt ist.

Um Anmeldung wird gebeten unter

✉ bildung.villach@kabeg.at

Adventpunsch

Einstimmung in den Advent

WANN MI, 29. November 2023,
10 – 14 Uhr

WO DV Selbsthilfe Kärnten
Kempferstraße 23/3. Stock,
Klagenfurt



Der Vorstand und das Team des DV Selbsthilfe Kärnten möchten sich für die gute Zusammenarbeit bedanken und laden Sie ganz herzlich zur Einstimmung in den Advent ein. Gemeinsam wollen wir das vergangene Jahr ausklingen lassen und die Gelegenheit für einen Austausch nutzen. Wir laden Sie ein, uns Ihre Anliegen für die Selbsthilfe-Arbeit mitzuteilen und werden uns bemühen, Ihre Anregungen bei der Planung für 2024 zu berücksichtigen.

Anmeldung bis 22. Nov. 2023

DV Selbsthilfe Kärnten
Kempferstraße 23/3, PF 27, 9021 Klagenfurt am WS

✉ office@selbsthilfe-kaernten.at

☎ +43 (0)463/50 48 71

RÜCKBLICK

Rückblick Veranstaltungen & Weiterbildungen

Weiterbildung für Selbsthilfegruppen-Teilnehmer:innen



Am 27. September 2023 fand die Weiterbildung „Gesundheit kann man lernen - Salutogenese“ unter Leitung von Frau Mag.^a Nina Hassler statt. Die zahlreichen Teilnehmer:innen konnten sicherlich viel für sich selbst und für ihre Arbeit in den Selbsthilfegruppen mitnehmen. Es gab regen Austausch und offene

Gespräche, von denen jede:r nur profitieren konnte.

Wir freuen uns, dass 2023 alle geplanten Weiterbildungen stattfinden konnten und zahlreiche Interessierte das Angebot genutzt haben.

Selbsthilfe-Forum

Am 4. September 2023 fand das dritte Selbsthilfe-Forum des heurigen Jahres im Gruppenraum des Dachverbands Selbsthilfe Kärnten statt. Wir konnten wieder zahlreiche Interessierte aus den verschiedenen Selbsthilfegruppen begrüßen. Das Treffen stand diesmal ganz im Zeichen des Austausches mit dem Schwerpunkt „Digital und online arbeiten in den Selbsthilfegruppen“.

BARRIEREFREIE HÖRBÜCHER

Barrierefreie Hörbücher – kostenfrei – eine Information für Betroffene

Unser Fachbeirats-Mitglied Frau Maria Hoppe hat uns freundlicherweise folgende Information zur Verfügung gestellt: Es ist möglich, barrierefreie Hörbücher für Menschen, die diese benötigen, kostenfrei zu nutzen.

Berechtigt die Hörbücherei zu nutzen, sind Personen, die aus gesundheitlichen Gründen Schwierigkeiten haben, herkömmliche Bücher zu nutzen. Erkrankungen können den Bewegungsapparat betreffen, aber auch sinnlicher, neurologischer Natur oder eine Lernbehinderung sein. Als Beispiel können angeführt werden:

1. Blinde und sehbehinderte Menschen, Menschen mit hoher/schwerer Alterssichtigkeit
2. Menschen mit Einschränkung ihrer Mobilität, bei Arthritis, Parkinson, Lähmungen, Rheuma, MS, nach einem Schlaganfall oder anderer neurologischer Erkrankung

3. Menschen mit Aphasie (einer Sprachstörung), oft nach einem Schlaganfall, denen das Hören eines Hörbuches beim gleichzeitigen Lesen eines Textes das Erfassen des Inhalts erleichtert
4. Kinder- und Jugendliche sowie Erwachsene mit Legasthenie, Dyslexie, einer anderen Lesebehinderung oder bei ADHS, FAS

Es können auch Personen auf den Bestand zugreifen, die nur eine zeitliche Beeinträchtigung haben: dies gilt in diesem Fall für den Zeitraum ihrer Beeinträchtigung.

Für die Anmeldung wird die Vorlage eines Dokuments benötigt, das die vorhandene Einschränkung belegt (z.B. Attest des Arztes oder Psychologen, Behindertenausweis, etc.)

Weitere Informationen finden Sie unter:

www.hoerbuecherei.at

SPENDENÜBERGABE THEATERSOMMER

Ein großer Dank gilt dem THEATER SOMMER KLAGENFURT, der uns für seine diesjährige BITTWOCH-Initiative ausgewählt hat. Für die gesammelten BITTWOCH-Spendengelder wurde die Selbsthilfegruppe „HPE Kärnten - Hilfe für Angehörige psychisch Erkrankter“ ausgewählt. Am 29. Juli 2023 wurde dem Dachverband Selbsthilfe Kärnten der Betrag von Euro 1000,- im Rahmen der letzten Vorstellung von „Arsen und Spitzenhäubchen“ übergeben. Die Casinos Austria vertreten durch Frau Karin Obkircher ergänzten die Spendensumme aus der BITTWOCH-Initiative auf oben genannten Betrag, so dass Frau Michaela Mayer einen schönen Scheck überreichen konnte.

Im Rahmen einer Vorstandssitzung nahm Frau Edeltraud Kastner für die Selbsthilfegruppe „HPE Kärnten - Hilfe für Angehörige psychisch Erkrankter“ am 4. September 2023 die erfreuliche Summe entgegen.



vorne v.l.n.r. W. Isopp, H. Pfeifer,
hinten v.l.n.r. K. Felsberger, E. Kastner, A. Tschernitz

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 erste Sitzung des Selbsthilfebeirats fand am 27. April 2023 statt. Die zweite Sitzung im Jahr 2023 ist für Ende November geplant.

Bitte merken Sie sich als spätesten Termin für eine Antragstellung den 31. Oktober 2023 vor.

Die Förderrichtlinien und -kriterien sowie Formulare stehen zum Download auf unserer Homepage unter www.selbsthilfekaernten.at Aufgaben & Leistungen/Selbsthilfe-

Fördertopf zur Verfügung oder können direkt in der Geschäftsstelle angefordert werden.

Bei Fragen zur Förderung aus dem Selbsthilfe-Fördertopf steht Ihnen Frau Mag.^a Birgit Gesierich sehr gerne zur Verfügung.

Geschäftsstelle: DV Selbsthilfe Kärnten

Kempferstr. 23/3, PF 27, 9021 Klagenfurt am Wörthersee

☎ 0463/50 48 71

✉ office@selbsthilfe-kaernten.at

🌐 www.selbsthilfe-kaernten.at

IBAN: AT91 3900 0000 0112 2498

lautend auf „Selbsthilfe Kärnten – Fördertopf“



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.® Elke Waldner |
 Bilder: DV Selbsthilfe Kärnten – Archiv, Rechte bleiben bei den Fotografen |
 Herstellung: Druck- & Kopiezentrum d. Bischöflichen Seelsorgeamtes, 9020 Klgtf.
 Offenlegung siehe www.selbsthilfe-kaernten.at

Selbsthilfegruppe Plötzlicher Kindstod

STUMME TRÄNEN SIND DIE
SCHLIMMSTE ART ZU TRAUERN.

Als selbst Betroffene möchte ich mich mit der Selbsthilfegruppe an Eltern wenden, um ihnen den gemeinsamen Informationsaustausch mit Gleichbetroffenen zu ermöglichen.

Rufen Sie im Trauern die verbindende Liebe ins Herz, um sie dann loszulassen – Loszulassen damit sie sich über Zeit und Raum hinaus ausweiten

Selbsthilfegruppe „Verhaltensauffälligkeiten bei (Klein-)Kindern“

„Ist das normal? Kann ich nicht erziehen? Warum muss bei uns alles schwierig sein?“ - solche und ähnliche Fragen stellen sich wahrscheinlich in herausfordernden Situationen alle Eltern - ganz besonders jedoch all jene, die Kinder (nahe Angehörige, Enkel,..) mit besonderen Bedürfnissen haben.

Nicht jede Auffälligkeit ist eine Behinderung und auch nicht immer eine Erkrankung. Oftmals gibt es für das (Fehl-)Verhalten von Kindern keine Erklärung und genau das ist es, was uns betroffene Eltern an unsere Belastungsgrenze bringt.

In der Selbsthilfegruppe „Verhaltensauffälligkeiten bei (Klein-)Kindern“ stellen wir uns gemeinsamen Ängsten, Problemen, Verzweigungen, aber tauschen uns auch über positive Erlebnisse und Methodiken aus, die uns Familien individuell eine Stütze sein können.

Büroöffnungszeiten:

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



kann. Reden auch Sie mit uns über Geschehenes, um gemeinsam den Schmerz erträglicher zu machen.

Nähere Informationen zur Selbsthilfegruppe erhalten Sie bei

Elfi Köstenberger

☎ 0660/88 089 11

✉ k.elfi@hotmail.com

oder

Dachverband Selbsthilfe Kärnten

☎ 0463/50 48 71

✉ office@selbsthilfe-kaernten.at

Ganz speziell möchten wir damit ein „Auffangbecken“ und ein Anker für Eltern und Angehörige sein, da sich anderweitige Beratungen ausschließlich auf unsere Kinder beziehen und wir mit unseren Emotionen hinten angestellt werden.

Es sind ALLE herzlich eingeladen mit uns gemeinsam interessante Gespräche zu führen, eine spannende, heilsame Zeit zu verbringen und vor allem auch aktiv zu registrieren, dass wir mit unseren Problemstellungen nicht alleine sind!

Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme und Ihr Kommen!

Nähere Informationen zur Selbsthilfegruppe erhalten Sie bei

Dachverband Selbsthilfe Kärnten

☎ 0463/50 48 71

✉ office@selbsthilfe-kaernten.at

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

LAND  KÄRNTEN