Selbsthilfe Kärnten

EINBLICKE & AUSBLICK 2020

Der *Dachverband (DV) Selbsthilfe Kärnten* stellt sich vor

Der *DV Selbsthilfe Kärnten* – Dachverband für Selbsthilfeorganisationen im Sozial- und Gesundheitsbereich, Behindertenverbände bzw. -organisationen ist ein gemeinnütziger, parteiunabhängiger Verein, der seit 1990 die Aktivitäten und Entwicklungen im Selbsthilfebereich unterstützt. Die Finanzierung ist seit dem Jahr 2000 durch eine Fördervereinbarung mit dem Land Kärnten langfristig gesichert. 2004 wurde der *DV Selbsthilfe Kärnten* mit dem Kärntner Menschenrechtspreis ausgezeichnet.

Aufgabenprofil

BERATUNG von Selbsthilfe-Interessenten, um den Zugang zu einer bestehenden Selbsthilfegruppe zu erleichtern bzw. die Gründung einer neuen Selbsthilfegruppe anzuregen und auch fachlich zu begleiten (Clearingfunktion).

UNTERSTÜTZUNG der laufenden Aktivitäten von Selbsthilfegruppen im organisatorischen und administrativen Bereich. Zur Erweiterung der Kompetenzen und Fähigkeiten der Gruppenteilnehmer wird selbsthilfegruppenspezifische Weiterbildung angeboten.

INTERESSENVERTRETUNG der Selbsthilfegruppen. Deren Anliegen und Bedürfnisse werden gesammelt, damit diese kollektiven Interessen in relevanten Gremien auf Landesebene vertreten werden können (Gremienarbeit).

Durch eine gezielte **ÖFFENTLICHKEITSARBEIT,** z. B. durch eigene Publikationen, wird die Akzeptanz der Selbsthilfegruppen in Kärnten erhöht und gefestigt.

Inhalt

Vorwort 3
Vorstand 4
Generalversammlung 2020 6
Fachbeirat 6
Kärntner Selbsthilfe-Fördertopf 7
DV Selbsthilfe Kärnten in Zahlen 8
2020 im Überblick 10
Gremienarbeit 14
Unterstützungsleistungen 16
Weiterbildungen 2020 18
Selbsthilfefreundliches Krankenhaus 20
Nationale und internationale Vernetzung 22
Projektbezogene Aktivitäten 24
Öffentlichkeitsarbeit 26
Vorschau 2021 28

Selbsthilfe-Informationsstellen

Über Selbsthilfegruppen in Kärnten oder Unterstützung bei Selbsthilfegruppenaktivitäten informiert das Team des *DV Selbsthilfe Kärnten* im Büro in Klagenfurt oder in den regionalen Selbsthilfe-Informationsstellen in

Villach | Klagenfurt | Hermagor | Spittal/Drau | Wolfsberg | Völkermarkt

In den Selbsthilfe-Informationsstellen stehen auch Vertreter einzelner themenbezogener Selbsthilfegruppen für Informationen zur Verfügung.

Vorwort

Geschätzte Vertreterinnen und Vertreter der Kärntner Selbsthilfegruppen, werte Leserinnen und Leser!

Ein aufregendes Jahr voller Herausforderungen liegt hinter uns. Aufregend deshalb, weil das Jahr 2020 ein Jubiläumsjahr für den *DV Selbsthilfe Kärnten* (1990–2020) war, und durch die gesetzlichen COVID-19-Maßnahmen eine Herausforderung, weil die geplanten Maßnahmen zum 30-Jahr-Jubiläum wie zum Beispiel die Auftaktveranstaltung in Klagenfurt und die Schwerpunkttage in den Bezirken nicht umgesetzt werden konnten. Als alternative Umsetzungsmöglichkeit wählten wir eine virtuelle Jubiläumsfeier in Form einer Videokampagne. Produziert wurden Kurzvideos, in denen die Vielfalt der Selbsthilfe in Kärnten aufgezeigt wurde und Fördergeber und Kooperationspartner zu Wort kamen. Auch die Selbsthilfe Kärnten EXTRA 2020 wurde als Jubiläumsausgabe unter dem Titel „30 Jahre – viele Gesichter, viele Geschichten" publiziert. Hier war die Herausforderung, die Entwicklung des *DV Selbsthilfe Kärnten* in den drei Jahrzehnten im Zeitraffer darzustellen.

Schwierig im Jahr 2020 war auch die personelle Situation im *DV Selbsthilfe Kärnten*. Das bis Ende April 2020 befristete Dienstverhältnis von Mag. Kristin Sabitzer wurde nicht fortgesetzt und nach Ausschreibung der Stelle und zahlreichen Bewerbungsgesprächen verstärkt nun seit November 2020 Nicole Schranzer, MEd, das Team. Die Jahre 2019 und 2020 waren vor allem für Michaela Maier eine Herausforderung, da bei ihr die Fäden zusammenlaufen und sie viele Aufgaben zusätzlich zu ihrem eigenen Arbeitsbereich übernommen hat. Das ist keinesfalls eine Selbstverständlichkeit und daher muss auch einmal DANKE gesagt werden.

Durch die COVID-19-Maßnahmen fand der Erfahrungs- und Informationsaustausch der Selbsthilfegruppen meist virtuell statt – allerdings mit dem Ergebnis: „Virtuell ist kein Ersatz für real!" Die Herausforderung für den *DV Selbsthilfe Kärnten* war, die Unterstützungs- und Serviceleistungen situationsbedingt anzupassen und dabei den Spagat zwischen knappen Ressourcen und ständig neuen Arbeits- und Themenbereichen zu bewältigen. Im Sommer 2020 wurden daher die Verhandlungen mit dem Land Kärnten – Abteilung 4 „Soziale Sicherheit" für die Fortsetzung der Förderung für Jänner 2021 bis Dezember 2023 geführt. Diese waren von einem konstruktiven Gesprächsklima und von sehr viel Wertschätzung für die Selbsthilfe in Kärnten geprägt. Schließlich konnte die Förderung für die nächsten 3 Jahre gesichert werden.

Derzeit wird auf Bundesebene die Beteiligung der Selbsthilfe an Entwicklungs- und Entscheidungsprozessen im Sozial- und Gesundheitsbereich gefordert. Grundsätzlich wird diese Forderung vom *DV Selbsthilfe Kärnten* unterstützt. Allerdings muss Klarheit geschaffen und im Diskurs geklärt werden, was mit Selbsthilfe eigentlich gemeint ist und was nicht und welche Interessen verfolgt werden.

Ich freue mich, dass ich den Prozess zur Weiterentwicklung und Stärkung der Selbsthilfe in Kärnten begleiten darf, und bedanke mich für die konstruktive Zusammenarbeit bei meinen Vorstandskollegen, dem Team, den Kärntner Selbsthilfegruppen und den Akteuren im Sozial- und Gesundheitsbereich.

Mag. Monika Maier
Präsidentin des Dachverbandes Selbsthilfe Kärnten

Foto: Helge Bauer

Vorstand

Der *DV Selbsthilfe Kärnten* hat sich seit der Gründung im Jahr 1990 als wichtiger Ansprechpartner im Sozial- und Gesundheitsbereich zum Thema „Selbsthilfegruppen“ entwickelt. Dazu beigetragen haben neben einem engagierten Team vor allem die Vorstandsmitglieder, die sich seit vielen Jahren und oft Jahrzehnten ehrenamtlich für ein selbsthilfefreundliches Klima in Kärnten engagieren.

Die Vereinspräsidentin des *DV Selbsthilfe Kärnten*, Mag. Monika MAIER, die von der Generalversammlung im Jahr 2020 einstimmig wiedergewählt wurde, ist gemeinsam mit sechs weiteren Vorstandsmitgliedern für eine strategische und inhaltliche Weiterentwicklung der Selbsthilfe in Kärnten verantwortlich.

Vorstandsmitglieder
des *Dachverbandes Selbsthilfe Kärnten* (2020–2023)

Mag. Monika Maier,
Vereinspräsidentin,
war knapp 25 Jahre hauptberuflich im *DV Selbsthilfe Kärnten* in der Funktion der Geschäftsführerin tätig und nach dem Pensionsantritt seit Mai 2017 ehrenamtlich in der Funktion als Vereinspräsidentin.

Dr. Andreas Tschernitz,
Vizepräsident,
seit 1992 Kontaktperson für den Verein Hilfe für das herzkranke Kind Kärnten, stellt seit 1998 seine Kompetenzen und Erfahrungen im juristischen Bereich zur Verfügung.

Dir. Karl Felsberger,
Vizepräsident,
seit 2018 Mitglied im Selbsthilfe-Beirat und seit September 2020 Vorstandsmitglied

Monika Honis,
Kassierin,
seit 1995 in der Österreichischen Vereinigung Morbus Bechterew Landesstelle Kärnten aktiv und seit 2006 Vorstandsmitglied

Sophie Stiegler, Kassierin-Stellvertretung,
Gründerin der Frauenselbsthilfe nach Krebs Villach (1990) und aktuell Kontaktperson der Frauenselbsthilfe nach Krebs Wolfsberg, seit 1997 Vorstandsmitglied

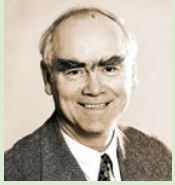
Walter Isopp, Schriftführer,
seit 2008 ehrenamtlich in der Österreichischen Diabetikervereinigung Landesstelle Kärnten tätig und seit 2011 mit der Landesleitung betraut, seit 2016 Vorstandsmitglied

Mag. Brigitte Slamanig, Schriftführer-Stellvertretung,
Gründerin bzw. Initiatorin der SHG für Schwerhörige und deren Angehörige (2000), der Technischen Assistenz und Beratungsstelle für Schwerhörige in Kärnten (2003) und des Vereins Forum besser HÖREN – Schwerhörigenzentrum Kärnten (2008), seit 2016 Vorstandsmitglied

Rechnungsprüfer

Zum Aufgabenbereich der Rechnungsprüfer gehören die Prüfung des Jahresabschlusses und die Berichterstattung an den Vorstand und die Generalversammlung.

Walter **Gregori**
Österreichische Diabetikervereinigung Kärnten – Selbsthilfegruppe Klagenfurt



Günter **Lampert**
SHG Multiple Sklerose, Spittal/Drau

Hauptamtliche Mitarbeiter
des *DV Selbsthilfe Kärnten* (Stand Mai 2020)

Michaela **Maier,** seit 2016
Arbeitsschwerpunkte: interner Bürobetrieb, Administration der Fördermittel, Selbsthilfe-Fördertopf, Selbsthilfefreundlichkeit, Gruppengründungen, Vernetzung, Publikationen

Nicole **Schranzer,** MEd, seit 2020
Arbeitsschwerpunkte: Weiterbildung für Selbsthilfegruppen, Gremienarbeit, COVID-19-Beauftragte, Öffentlichkeitsarbeit, projektbezogene Aktivitäten, Vernetzung

Marina **Sunitsch,** seit 2016
Administrative und organisatorische Unterstützung der Gruppenaktivitäten, Dokumentation

Christine **Rabitsch,** seit 2019
Administrative Bürotätigkeiten und Büroreinigung

Fotos: Helge Bauer; privat/KK

Generalversammlung 2020

Die ordentliche Generalversammlung des *DV Selbsthilfe Kärnten* fand am 7. September 2020 in den Räumlichkeiten der Arbeiterkammer in Klagenfurt statt. Besondere Zeiten verlangen besondere Maßnahmen und daher nahmen an der Generalversammlung wegen der gesetzlichen Einschränkungen anlässlich der Coronapandemie vorwiegend die stimmberechtigten Mitglieder des *DV Selbsthilfe Kärnten* teil. Die Aktivitäten und Entwicklungen im Jahr 2019 wurden im schriftlichen Jahresbericht 2019 ausführlich dargestellt und daher beschränkten sich die Ausführungen der Vereinspräsidentin, Mag. Monika MAIER, schwerpunktmäßig auf die vereinsinternen Herausforderungen im Jahr 2019, z. B. im personellen Bereich. Nach dem Bericht der Kassierin, Monika HONIS, über die finanzielle Gebarung verlas Dr. Andreas TSCHERNITZ den Bericht der Rechnungsprüfer. Die Rechnungsprüfer Walter GREGORI und Günter LAMPERT bestätigten die ordnungsgemäße Finanzgebarung des *DV Selbsthilfe Kärnten* und die statutengemäße Verwendung der Mittel für das Vereinsjahr 2019. Daher wurde der Generalversammlung empfohlen, die Kassierin und den Vorstand zu entlasten. Die Entlastung erfolgte einstimmig durch die Generalversammlung.

Im Rahmen der ordentlichen Generalversammlung 2020 wurde der bestehende Vorstand für die nächsten drei Jahre einstimmig bestätigt. Die bisherige Vereinspräsidentin Mag. Monika MAIER, die über 25 Jahre hauptamtlich mit der Geschäftsführung des *DV Selbsthilfe Kärnten* betraut war und seit 2017 als Präsidentin fungiert, ist in den nächsten drei Jahren gemeinsam mit sechs weiteren Vorstandsmitgliedern für eine strategische und inhaltliche Weiterentwicklung der Selbsthilfe in Kärnten verantwortlich.
Neben Mag. Monika MAIER, Dr. Andreas TSCHERNITZ, Monika HONIS, Sophie STIEGLER, Walter ISOPP und Mag. Brigitte SLAMANIG wird zukünftig Dir. Karl FELSBERGER (Landesdirektor für Kärnten und Osttirol der Grazer Wechselseitigen Versicherung und Mitglied im Selbsthilfe-Beirat) in der Funktion als Vizepräsident Mitglied des Vorstands sein.
Der Vorstand und das Team des *DV Selbsthilfe Kärnten* werden sich weiterhin für ein selbsthilfefreundliches Klima in Kärnten einsetzen und den hohen Stellenwert von Selbsthilfegruppen für Betroffene und Angehörige sowie für das Sozial- und Gesundheitswesen aufzeigen.

Fachbeirat

Der Fachbeirat des *DV Selbsthilfe Kärnten*, der ehrenamtlich tätig ist, setzt sich interdisziplinär zusammen. Zum Aufgabenbereich der Mitglieder des Fachbeirates gehört die Beratung des *DV Selbsthilfe Kärnten* auf der strategischen, inhaltlichen und operativen Ebene.

Mitglieder des Fachbeirates (alphabetisch gereiht):	
Mag. Dr. Karin AMON	Psychotherapeutin, Klinische Psychologin, Physiotherapeutin, Klagenfurt
DPGKP Federico HARDEN	Akad. gepr. Lehrer f. Gesundheitsberufe, Psychotherapeut (VT), Klagenfurt
Maria HOPPE	Ergotherapeutin und Validationstrainerin, Klagenfurt
Ao. Univ.-Prof. i.R. Dr. Herbert JANIG	Klinischer und Gesundheitspsychologe, Klagenfurt
Irmtraut JUNGBAUER	Pensionierte Dipl. Sozialarbeiterin
Dr. Erwin KALBHENN	Ehemaliger Kärntner Patientenanwalt
Dr. Klaus KALTENBRUNNER	FA f. Kinder- und Jugendheilkunde, FA f. Kinder- und Jugendneuropsychiatrie
Dr. Werner KANOVSKY	FA f. Orthopädie u. orthopädische Chirurgie, Klagenfurt
Dr. Lisa SAGMEISTER	Juristin
Univ.-Prof. Dr. Herwig SCHOLZ	Ärztliche Leitung Alkoholambulanz de La Tour, Spittal/Drau

Kärntner Selbsthilfe-Fördertopf

Durch die finanzielle Selbsthilfe-Förderung aus dem Kärntner Selbsthilfe-Fördertopf wird seit Juli 2002 zusätzlich zu den Unterstützungs- und Serviceleistungen durch den *DV Selbsthilfe Kärnten*, die Kärntner Selbsthilfegruppen kostenlos in Anspruch nehmen können, die individuelle, bedarfsgerechte und transparente Unterstützung von Kärntner Selbsthilfegruppen und -organisationen optimiert.

Über die Mittelvergabe entscheidet der Selbsthilfe-Beirat, der sich aus Vertretern aus dem Sozial- und Gesundheitsbereich, z. B. Ärzte- und Apothekerkammer, Arbeiter- und Wirtschaftskammer und Serviceclubs, zusammensetzt.

Der Vorsitzende des Selbsthilfe-Beirates ist Mag. (FH) Wolfgang Pucher (Funktionsperiode 2018–2021). Er wird von seinen beiden Stellvertretern Mag. Isabella Scheiflinger (Anwaltschaft für Menschen mit Behinderung Kärnten) sowie Winfried Sepin, MSc (Rotary Club), unterstützt.

Der *DV Selbsthilfe Kärnten* ist im Selbsthilfe-Beirat mit beratender Stimme vertreten und fungiert als Geschäftsstelle. Die Förderanträge und -abrechnungen werden in der Geschäftsstelle eingebracht und nach formaler Prüfung an den Selbsthilfe-Beirat zur weiteren Bearbeitung und Beschlussfassung weitergeleitet.

Ein anspruchsvolles Jahr 2020

Selbsthilfegruppen in Kärnten mussten sorgsam geplante Aktivitäten sowie Veranstaltungen immer wieder terminlich und an die veränderten COVID-19-Maßnahmen anpassen und vielfach auch absagen. Dennoch war es einigen Selbsthilfegruppen auch in diesem schwierigen Jahr trotz aller Hürden möglich, an ihren geplanten Vorhaben festzuhalten und diese umzusetzen. Durch die finanzielle Unterstützung aus dem Selbsthilfe-Fördertopf konnte in einer Zeit mit gänzlich veränderten Rahmenbedingungen ein wertvoller Beitrag zur Umsetzung der Selbsthilfeaktivitäten in Kärnten geleistet werden.
In den Sitzungen (Videokonferenzen) vom 13. Mai und 12. November 2020 wurden Förderungen in der Höhe von 27.653,09 € bewilligt, wovon letztendlich 19.949,13 € an die Selbsthilfegruppen überwiesen wurden.

Die Aktivitäten von Selbsthilfegruppen werden ehrenamtlich erbracht – trotzdem gibt es sie nicht zum Nulltarif!

Der Kärntner Selbsthilfe-Fördertopf wird jährlich durch einen Sockelbetrag vom Amt der Kärntner Landesregierung – Abteilung 4 Soziales und Gesellschaft und durch Sponsoren und Spenden „gefüllt". Die Fördermittel können Kärntner Selbsthilfegruppen für eine Basis- und Projektförderung beantragen.

Gerne zeigen wir in einem persönlichen Gespräch die individuellen Möglichkeiten zur Unterstützung der Selbsthilfebewegung in Kärnten auf. Auch kleine finanzielle Unterstützungen können hier bereits viel bewirken!

Bankverbindung: AT91 3900 0000 0112 2498, lautend auf „Selbsthilfe Kärnten – Fördertopf"

Der detaillierte Tätigkeitsbericht 2020 kann im *DV Selbsthilfe Kärnten* angefordert werden und steht unter www.selbsthilfe-kaernten.at unter „Selbsthilfe-Fördertopf" als Download zur Verfügung.

Foto: Mag. (FH) Pucher, privat/KK

DV Selbsthilfe Kärnten in Zahlen

Förderstruktur/Fördermittel im Jahr 2020:

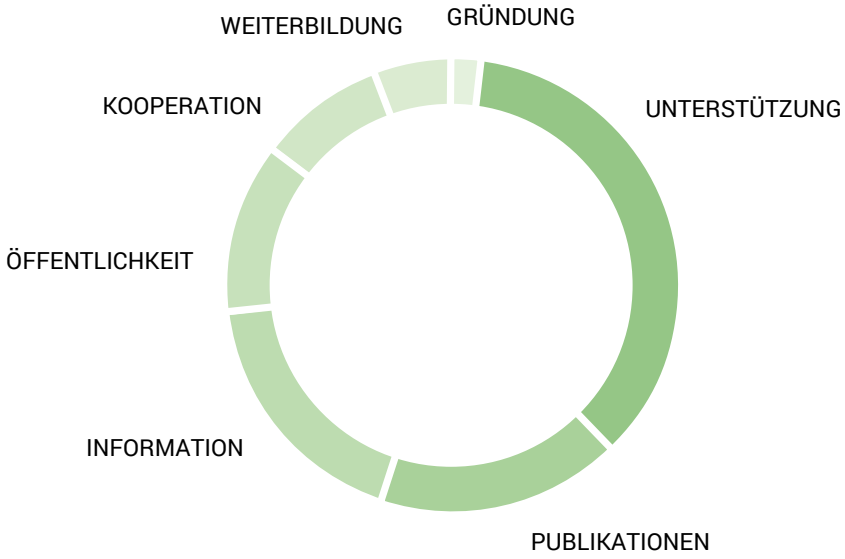
Die Förderung des *DV Selbsthilfe Kärnten* ist seit April 2000 durch eine langfristige Fördervereinbarung mit dem Land Kärnten geregelt. Die aktuelle Fördervereinbarung wurde im Herbst 2017 mit dem Land Kärnten für die Dauer von drei Jahren abgeschlossen, trat mit 01.01.2018 in Kraft und gilt bis Ende 2020 (Fördervereinbarung 2018–2020).

Die **Basisfinanzierung** erhält der *DV Selbsthilfe Kärnten* vom Amt der Kärntner Landesregierung, Abteilung 4 – Soziale Sicherheit. Der jährliche Förderbetrag beträgt 225.080 €.
Für den **Kärntner Selbsthilfe-Fördertopf** stellte das Land Kärnten, Abteilung 4 – Soziale Sicherheit für 2020 eine Förderung in der Höhe von 30.000 € zur Verfügung.

Im Rahmen einer Kooperationsvereinbarung mit der **Österreichischen Gesundheitskasse Kärnten** (vormals Kärntner Gebietskrankenkasse) betrugen die Fördermittel zur Stärkung der Selbsthilfe in Kärnten für das Jahr 2020 10.000 € und für projektbezogene Aktivitäten standen im Jahr 2020 aus Mitteln der Sozialversicherungen 15.073,25 € zur Verfügung.

Aufteilung der Kosten im Jahr 2020 auf die einzelnen Leistungsbereiche, basierend auf der Kostenrechnung 2020:

Kostenstelle/Leistungsbereiche	in % der Gesamtkosten
GRÜNDUNG von Selbsthilfegruppen	**2 %**
WEITERBILDUNG für Selbsthilfegruppen, Vorstand und Mitarbeiter	**6 %**
KOOPERATION – sozial- und gesundheitspolitische Aktivitäten, z. B. Mitwirkung im Fachtag der Sozial- und Gesundheitssprengel in den Bezirken	**8 %**
ÖFFENTLICHKEIT – Teilnahme an Gesundheitsveranstaltungen, Symposien, Konferenzen usw.	**13 %**
INFORMATION – Zielgruppe: Selbsthilfe-Interessenten (Betroffene, Angehörige, Experten, relevante Einrichtungen)	**17 %**
PUBLIKATIONEN – Selbsthilfe Kärnten INFO, EXTRA und Verzeichnis der Kärntner Selbsthilfegruppen	**19 %**
UNTERSTÜTZUNG – organisatorische und administrative Unterstützung von bestehenden Selbsthilfegruppen	**35 %**



Selbsthilfegruppen: Daten und Fakten

Die Selbsthilfelandschaft ist bunt und entsprechend vielfältig sind auch die Themen, mit denen sich die Kärntner Selbsthilfegruppen befassen und die auch die Entwicklung der einzelnen Selbsthilfegruppen spiegeln. Neugründungen, Veränderungen, vorübergehende Stilllegung der Aktivitäten, wenn sich beispielsweise keine Nachfolge für eine Kontaktperson findet, Auflösungen: Selbsthilfegruppen sind ständig in Bewegung. In jeder Entwicklungs- und Veränderungsphase benötigen Selbsthilfegruppen Unterstützung und Begleitung und dafür sind neben der notwendigen Infrastruktur vor allem auch die entsprechenden personellen und zeitlichen Ressourcen in der Selbsthilfe-Unterstützung notwendig.
Seit der Gründung des *DV Selbsthilfe Kärnten* im Jahr 1990 hat sich die Zahl der Selbsthilfegruppen in Kärnten um ein Vielfaches erhöht. In den letzten Jahren haben sich die Auflösungen und Neugründungen von Selbsthilfegruppen ziemlich die Waage gehalten. Gründe für Auflösungen sind zum Beispiel gesundheitliche Gründe, Nachfolgethematik oder auch, dass die gesetzten Ziele erreicht wurden.

Entwicklung der Selbsthilfegruppen im Jahr 2020 im Überblick

Im Jahr 2020 gab es rund **237 Anfragen** von Privatpersonen, Einrichtungen im Sozial- und Gesundheitsbereich und Medienvertretern zum Thema „Selbsthilfe in Kärnten". Anzumerken ist, dass es sich hierbei um Fallzahlen handelt, die den tatsächlichen Aufwand nicht wiedergeben, da viele Anfragen einen breiteren Abstimmungsprozess unter Mitarbeitern oder mit Selbsthilfegruppenvertretern benötigen.

Die Website des *DV Selbsthilfe Kärnten* – www.selbsthilfe-kaernten.at – wird als Informationsquelle zum Thema „Selbsthilfe in Kärnten" gerne genutzt. Die Onlinepräsenz des *DV Selbsthilfe Kärnten* bietet vielfältige Informationen zu den Aktivitäten der Kärntner Selbsthilfegruppen, zur fachlichen Auseinandersetzung mit dem Thema Selbsthilfe sowie selbsthilferelevante Neuigkeiten. Im Jahr 2020 wurden 13.790 Besuche und 41.248 Zugriffe verzeichnet.

Diese Daten und Fakten zu den Selbsthilfegruppen in Kärnten zeigen, dass für immer mehr Menschen in schwierigen Lebenssituationen die Vernetzung, die Begegnung und der gemeinsame Erfahrungs- und Informationsaustausch einen wesentlichen Stellenwert haben.

2020 im Überblick

JÄNNER

Gremien

- Ethikkommission des Landes Kärnten – Sitzungsteilnahme

Kontakte

- Pro Rare Austria – Experteninterview zum Thema „Zusammenarbeit zwischen Selbsthilfe und Krankenhaus“

Nationale Vernetzung

- Nationales Netzwerk Selbsthilfe – NANES: Teilnahme an der Sitzung des NANES-Steuerungsgremiums

FEBRUAR

Gremien

- Ethikkommission des Landes Kärnten – Sitzungsteilnahme
- Härtefall-Gremium – Sitzungsteilnahme

Veranstaltungen

- Tag der Wirbelsäule, Villach – Infostand

Nationale Vernetzung

- ÖKUSS – Österreichische Kompetenz- und Servicestelle Selbsthilfe, Wien: Klausur zum Thema: Werte, Regeln der Zusammenarbeit auf Bundesebene und kollektive Patientenbeteiligung

Kontakte

- Land Kärnten, Abt. 4 „Soziale Sicherheit“ – Förderung SH-Fördertopf 2020
- Österreichische Gesundheitskasse – Förderabrechnung der Projekte 2019

MÄRZ

Gremien

- Ethikkommission des Landes Kärnten – Sitzungsteilnahme
- Härtefall-Gremium – Sitzungsteilnahme

Veranstaltungen

- Nationales Netzwerk Selbsthilfe – NANES: Teilnahme an der Sitzung des NANES-Steuerungsgremiums

APRIL

Gremien

- Ethikkommission des Landes Kärnten – Sitzungsteilnahme

Nationale Vernetzung

- Nationales Netzwerk Selbsthilfe – NANES: Teilnahme an der Sitzung des NANES-Steuerungsgremiums

2020

MAI

Gremien

- Ethikkommission des Landes Kärnten – Sitzungsteilnahme
- Härtefall-Gremium – Sitzungsteilnahme

Kontakte

- Österreichische Gesundheitskasse – Thema: Projektförderung 2020
- FGZ Kärnten: Kooperationsanfrage bezüglich Onlinearbeitshilfen

Nationale Vernetzung

- Nationales Netzwerk Selbsthilfe – NANES: Teilnahme an der Sitzung des NANES-Steuerungsgremiums und am NANES-Netzwerktreffen

JUNI

Gremien

- Härtefall-Gremium – Sitzungsteilnahme
- Gesundheitsplattform – Sitzungsteilnahme

Nationale Vernetzung

- Nationales Netzwerk Selbsthilfe – NANES: Arbeitshilfe „Virtuelle Gruppentreffen“ erstellt

Kontakte

- mediapool mvp GmbH – Besprechungen bezüglich 30 Jahre *DV Selbsthilfe Kärnten*
- Österreichische Gesundheitskasse – Thema: Information bezüglich Änderung der projektbezogenen Maßnahmen
- Land Kärnten, Abt. 4 „Soziale Sicherheit”: Berichte der Rechnungsprüfer und Übermittlung des Jahresberichts 2019
- KH St. Veit und LKH Villach: Abstimmung bezüglich Nutzung der Räumlichkeiten für Gruppentreffen

JULI

Gremien

- Ethikkommission des Landes Kärnten – Sitzungsteilnahme
- Härtefall-Gremium – Sitzungsteilnahme

Veranstaltungen

- Anwaltschaft für Menschen mit Behinderung: Fachaustausch im Zusammenhang mit dem Begutachtungsentwurf für das Kärntner Sozialhilfegesetz 2021

Kontakte

- Österreichische Gesundheitskasse: Information zur Umstrukturierung der ÖGK und neuen Zuständigkeiten sowie Ansprechpersonen
- Land Kärnten, Abt. 4 „Soziale Sicherheit": Abrechnungsunterlagen der Förderung 2019 übermittelt
- Krankenhaus Waiern: Anschreiben bezüglich der Verlängerung der Auszeichnung „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus

AUGUST

Kontakte

- Privatklinik Villach: Terminabstimmung bezüglich Verleihung der Auszeichnung „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus"
- mediapool mvp GmbH: Übermittlung der Videobotschaften
- Österreichische Gesundheitskasse: Besprechung der Projektförderung 2021

Nationale Vernetzung

- Nationales Netzwerk Selbsthilfe – NANES: Teilnahme an der Sitzung des NANES-Steuerungsgremiums (Videokonferenz)

SEPTEMBER

Gremien

- Ethikkommission des Landes Kärnten – Sitzungsteilnahme
- Härtefall-Gremium – Sitzungsteilnahme
- Gleichstellungsbeirat der Landeshauptstadt Klagenfurt – Sitzungsteilnahme

Veranstaltungen

- Ordentliche Generalversammlung des DV SHK
- Selbsthilfefreundliches Krankenhaus: Erfahrungs- und Informationsaustausch der Selbsthilfe-Koordinatoren der KABEG-Krankenhäuser

Nationale und internationale Vernetzung

- Nationales Netzwerk Selbsthilfe – NANES: Teilnahme an der Sitzung des NANES-Steuerungsgremiums
- Europäisches Aktionsbündnis Selbsthilfefreundlichkeit im Sozial- und Gesundheitswesen – Erfahrungs- und Informationsaustausch mit Deutschland, Schweiz und Österreich (Videokonferenz)
- Österreichische Kompetenz- und Servicestelle Selbsthilfe – ÖKUSS: Austauschtreffen mit den Bundesländern (Videokonferenz)

Kontakte

- Krankenhaus Waiern: Prüfung des Ansuchens durch das Vergabegremium
- Österreichische Gesundheitskasse: Vorstellung der neuen Ansprechpersonen für Projektförderung
- Frauenbüro Stadt Villach: Onlineauftritt als Ersatz für die Frauenmesse
- FH Feldkirchen: Praktikumskalender

2020

OKTOBER

Gremien

- Ethikkommission des Landes Kärnten – Sitzungsteilnahme
- Härtefall-Gremium – Sitzungsteilnahme

Veranstaltungen

- ÖKUSS-Fachbeirat, Videokonferenz
- Zoom-Meeting „Selbsthilfe gestern – heute – morgen“

Kontakte

- Krankenhaus Waiern: Beschluss zur Verlängerung der Auszeichnung „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“
- Privatklinik Villach: Terminabstimmung bezüglich Verleihung der Auszeichnung „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ und Übermittlung der Imagevideos
- LKH Villach, Klinikum Klagenfurt und LKH Wolfsberg: Abstimmung aufgrund der COVID-19-Maßnahmen bezüglich Nutzung der Räumlichkeiten für Gruppentreffen und der Selbsthilfe-Informationsstelle

NOVEMBER

Gremien

- Härtefall-Gremium – Sitzungsteilnahme

Nationale Vernetzung

- Nationales Netzwerk Selbsthilfe – NANES: Teilnahme an den Sitzungen des NANES-Steuerungsgremiums
- Österreichische Kompetenz- und Servicestelle Selbsthilfe – ÖKUSS: Termin für die Sitzung des ÖKUSS-Fachbeirates für Oktober 2021 avisiert und Videoaufzeichnung: Warum ist Wissens- und Meinungsbildung in der Selbsthilfe wichtig?

Kontakte

- Humanomed Althofen: Imagevideos werden zur Verfügung gestellt
- Elisabethinen Krankenhaus: Bekanntgabe des neuen Selbsthilfe-Koordinators
- Magistrat Villach: Anfrage bezüglich aktueller Regelungen für SHG-Treffen
- Frauengesundheitszentrum Kärnten: Anfrage bezüglich Selbsthilfegruppen

DEZEMBER

Gremien

- Ethikkommission des Landes Kärnten – Sitzungsteilnahme
- Härtefall-Gremium – Sitzungsteilnahme

Kontakte

- Sozial- und Gesundheitssprengel (SGS) Hermagor: Nominierung für den SGS-Fachtag
- Krankenhaus Waiern: Verleihung der Auszeichnung

Gremienarbeit

Die Gremienarbeit ist im *DV Selbsthilfe Kärnten* ein wichtiger Baustein zur Stärkung partizipativer Entwicklungs- und Entscheidungsstrukturen im Sozial- und Gesundheitsbereich. Die Form der Beteiligung der Selbsthilfe ist u. a. im Kärntner Gesundheitsfondsgesetz und in der Kärntner Krankenanstaltenordnung geregelt. In der Gesundheitsplattform ist sie mit beratender Stimme und in der Ethikkommission und im Härtefall-Gremium mit Stimmrecht vertreten.

Der *DV Selbsthilfe Kärnten* und Vertreter themenspezifischer Selbsthilfegruppen bringen in sozial- und gesundheitspolitischen Gremien auf Landesebene die Selbsthilfeperspektive und die kollektiven Interessen und Anliegen der Kärntner Selbsthilfegruppen in einer Sprachrohr- und Mittlerfunktion ein. Somit ist gewährleistet, dass bei Entwicklungen und Entscheidungen nicht Einzelinteressen zum Tragen kommen, sondern die Anliegen von einer breiten Basis getragen werden (kollektive Selbsthilfe- und Patienteninteressen).

Zum Aufgabenbereich des *DV Selbsthilfe Kärnten* gehört unter anderem, die Anliegen der einzelnen Selbsthilfegruppen zu sammeln, zu bündeln und in die entsprechenden Gremien in einer Sprachrohr- und Drehscheibenfunktion einzubringen. Durch die Gremienarbeit wird der Stellenwert der Selbsthilfe im Sozial- und Gesundheitswesen erhöht und gefestigt. Basis für die Gremienarbeit ist der Austausch mit Selbsthilfegruppen in Kärnten und dieser Abstimmungsprozess braucht die entsprechenden Rahmenbedingungen auf der personellen, strukturellen und fachlichen Ebene, damit der *DV Selbsthilfe Kärnten* kompetenter Ansprechpartner für das Thema „Selbsthilfe" sein kann.

Einen Überblick über die Gremien, in denen der *DV Selbsthilfe Kärnten* aktiv vertreten ist, finden Sie im Kasten auf S. 15.

Im Jahresbericht 2020 werden die Zusammensetzung und die Aufgaben der **Gesundheitsplattform – ein Organ des Kärntner Gesundheitsfonds** näher ausgeführt.

Gesundheitsplattform – ein Organ des Kärntner Gesundheitsfonds

Kärntner Gesundheitsfonds

Die Gesundheitsplattform ist ein im Kärntner Gesundheitsfondsgesetz – K-GFG (§ 6–9) gesetzlich geregeltes Organ des Kärntner Gesundheitsfonds.
Die Zusammensetzung der Gesundheitsplattform ist im K-GFG § 6 geregelt. Mitglieder mit Stimmrecht sind: Land Kärnten, Träger der Sozialversicherung, Bund, Österreichischer Städtebund, Kärntner Gemeindebund, Kärntner Ärztekammer, Kärntner Landeskrankenanstalten-Betriebsgesellschaft, Träger der sonstigen öffentlichen Krankenanstalten und der Patientenanwaltschaft.
Mitglieder ohne Stimmrecht sind: Dachverband der Sozialversicherungsträger, Fachbeirat für Qualität und Integration und *Dachverband Selbsthilfe Kärnten*.
Die jeweilige Funktionsperiode in der Gesundheitsplattform ist an die Gesetzgebungsperiode des Landtages gebunden.
Zu den Aufgaben der Gesundheitsplattform (K-GFG § 8) gehören die Beratung und Beschlussfassung

- in Angelegenheiten des Landesgesundheitsfonds als Fonds, u. a. landesspezifische Ausformung des im Land Kärnten geltenden leistungsorientierten Krankenanstaltenfinanzierungssystems, Umsetzung von leistungsorientierten Vergütungssystemen unter Berücksichtigung aller Gesundheitsbereiche auf Basis entsprechender Dokumentationssysteme,

Gewährung von Förderungen für Investitionsvorhaben und Zuschüssen für Projekte, Planungen und krankenhausentlastende Maßnahmen; Erlassung von Richtlinien für die Gewährung solcher Förderungen und Zuschüsse, Voranschlag und Rechnungsabschluss des Fonds;

- in allgemeinen gesundheitspolitischen Angelegenheiten, u. a. (Weiter-)Entwicklung der Gesundheitsziele auf Landesebene im Einklang mit den Rahmen-Gesundheitszielen der Bundesgesundheitskommission; Grundsätze der Umsetzung von Qualitätsvorgaben für die Erbringung von intra- und extramuralen Gesundheitsleistungen und Vorgaben zum Nahtstellenmanagement; Mitwirkung am Auf- und Ausbau der für das Gesundheitswesen maßgeblichen Informations- und Kommunikationstechnologien auf Landesebene; Umsetzung von Projekten zur Gesundheitsförderung, Evaluierung der von der Gesundheitsplattform auf Landesebene wahrgenommenen Aufgaben;
- in krankenanstalten- und ärzterechtlichen Angelegenheiten: Abgabe einer begründeten Stellungnahme in Verfahren betreffend Errichtung selbstständiger Ambulatorien und in Zulassungsverfahren für Gruppenpraxen zur Leistungserbringung im Rahmen der ambulanten öffentlichen Gesundheitsversorgung; Analyse, Ressourcenplanung und Serviceleistungen im Bereich der Gesundheitsberufe; Strategien zu Vorhaben grenzüberschreitender Kooperationen im Bereich der Gesundheitsdienstleister.

Darüber hinaus gehören zu den Aufgaben der Gesundheitsplattform Informationen und Konsultationen in der Ressourcenplanung im Pflegebereich und Bericht über Festlegungen der Landes-Zielsteuerungskommission.

Überblick über die Gremien im Sozial- und Gesundheitsbereich, in denen der *DV Selbsthilfe Kärnten* aktiv vertreten ist beziehungsweise Vertreter von Selbsthilfegruppen nominiert hat:

- **Gesundheitsplattform** – ein Organ des Kärntner Gesundheitsfonds
  www.gesundheitsfonds.at
- **Härtefall-Gremium** – ein Organ des Kärntner Gesundheitsfonds
  www.gesundheitsfonds.at/organisation/organe-des-fonds/haertefall-gremium
- **Sozialkonferenz** – § 6 Kärntner Soziales-Zielsteuerungsgesetz
  www.ktn.gv.at
- **Landes-Monitoringausschuss** – 6. Absatz (§ 35–40) Kärntner Chancengleichheitsgesetz – K-ChG
  Kontakt: Anna Jenko, BA,
  Tel.: +43 664 8053657165 ,
  E-Mail: anna.jenko@ktn.gv.at
- **Ethikkommission des Landes Kärnten**
  www.ethikkommission-kaernten.at
- **Fachtag der Sozial- und Gesundheitssprengel in den Bezirken**
- **Kärntner Mindestsicherungsgesetz** (K-MSG), 6. Abschnitt
  www.ktn.gv.at
- **Gleichstellungsbeirat für Menschen mit Behinderung in der Landeshauptstadt Klagenfurt**
  www.klagenfurt.at/leben-in-klagenfurt/menschen-mit-behinderung/gleichstellungsbeirat.html
- **Fachgremium – Anwaltschaft für Menschen mit Behinderung (AMB)**
  www.behindertenanwaltschaft.ktn.gv.at

Unterstützungsleistungen des *DV Selbsthilfe Kärnten*

Die Unterstützungs- und Serviceleistungen des *DV Selbsthilfe Kärnten* und die Grundlagen und Anforderungen für die Unterstützung der Selbsthilfeaktivitäten sind in einem Leistungskatalog dokumentiert und können von Kärntner Selbsthilfegruppen kostenlos in Anspruch genommen werden. Voraussetzung für die Leistungserbringung sind die notwendigen personellen, finanziellen und strukturellen Rahmenbedingungen im *DV Selbsthilfe Kärnten*.

Die wesentlichen Bereiche der Unterstützungs- und Serviceleistungen umfassen: Beratung von Interessenten (Clearingfunktion) und Selbsthilfegruppen, administrative und organisatorische Unterstützung der Selbsthilfeaktivitäten, Weiterentwicklung der Selbsthilfegruppen durch Weiterbildungsmaßnahmen, Informationsweitergabe und als Brückeninstanz zum Thema „Selbsthilfe in Kärnten" die Öffentlichkeitsarbeit.

Die nachfolgend angeführten Zahlen der Leistungserbringung sind reine Fallzahlen, d. h., sie geben keine Auskunft über den Zeitaufwand, zum Beispiel für die Vor- und Nachbereitung oder Recherche. Durch die eingeschränkten sozialen Kontakte aufgrund der COVID-19-Maßnahmen fanden im Jahr 2020 weniger Selbsthilfegruppentreffen im herkömmlichen Sinn statt. Diese Situation eröffnete jedoch neue Möglichkeiten im virtuellen/digitalen Bereich und daher mussten auch die Unterstützungsleistungen angepasst werden.

Beratungsangebot für bestehende Selbsthilfegruppen

Das Beratungsangebot des *DV Selbsthilfe Kärnten* wird von Kärntner Selbsthilfegruppen vor allem zu Themenbereichen wie allgemeine Vereinsangelegenheiten, Organisation von öffentlichen Veranstaltungen, zum Beispiel Podiumsdiskussionen, Medienkooperation oder Möglichkeiten der Finanzierung von Gruppenaktivitäten in Anspruch genommen. Darüber hinaus wird von Selbsthilfegruppen auch die Beratung in schwierigen Situationen im Gruppenalltag, etwa bei Konflikten auf der persönlichen Ebene oder unterschiedlichen Interessenlagen innerhalb einer Selbsthilfegruppe, genutzt.

Beratungsleistungen in Zahlen:
Von 37 verschiedenen Kärntner Selbsthilfegruppen wurden im Jahr 2020 über 65 Beratungsgespräche sowohl im Büro des *DV Selbsthilfe Kärnten* als auch in den regionalen Selbsthilfe-Informationsstellen in Anspruch genommen. Häufig finden die Beratungsgespräche auch außerhalb der Büroöffnungszeiten statt und daher ist von den Vertretern des *DV Selbsthilfe Kärnten* für die Beratungs- und Informationstätigkeit bei Gruppentreffen eine flexible Zeitgestaltung gefordert. Aufgrund der COVID-19-Bestimmungen fand ein Großteil der Beratungen telefonisch statt.

Foto: Helge Bauer

Administrative und organisatorische Unterstützung für bestehende Selbsthilfegruppen

Die organisatorische und administrative Unterstützung von Aktivitäten bestehender Selbsthilfegruppen umfasst unter anderem Themenbereiche wie Terminverwaltung, Raumreservierungen, Referentensuche, Veranstaltungsplanung, Bereitstellung von Präsentationsmöglichkeiten, Erstellung und Vervielfältigung von Informationsmaterial, Aussendungen, Herstellen von Kontakten zu Multiplikatoren im Sozial- und Gesundheitsbereich.

Entwicklung der Selbsthilfegruppen im Jahr 2020 in Kärnten:

- 3 Beratungen zur Gruppengründung – wobei sich 2 zur Gruppengründung entschlossen haben
  - SHG Kopfkino für Tourette-Erkrankte in Kärnten (bereits aktiv)
  - SHG Amyotrophe Lateralsklerose (ALS) (Gründungsphase)
- 8 Selbsthilfegruppen haben ihre Aktivitäten dauerhaft eingestellt.

Nicht nur bei der Neugründung von Selbsthilfegruppen ist ein hoher zeitlicher Aufwand notwendig, sondern auch Auflösungsprozesse binden zeitliche und personelle Ressourcen. Die COVID-19-Bestimmungen erschwerten nicht nur die laufenden Arbeitsprozesse, sondern eröffneten durch die internetbasierte Kommunikation auch neue Arbeitsbereiche mit hohem zeitlichem Aufwand.
Die Selbsthilfelandschaft verändert sich ständig und daher ist die Festlegung einer Zahl der Selbsthilfegruppen in Kärnten immer schwierig, vor allem weil es keine mit den Bundesländern abgestimmte Zählweise gibt. In den letzten Jahren hat sich die Zahl der Selbsthilfegruppen in Kärnten, die tatsächlich aktiv sind, auf 180 eingependelt.

Administrative/organisatorische Unterstützung in Zahlen:

964

Einzelleistungen im administrativen/organisatorischen Bereich mit unterschiedlichem Zeitaufwand

6.188

Kopien für Informationsmaterial

1.506

Aussendungen zu Gruppentreffen, Veranstaltungen

60

Aktualisierungen von Einladungen und Informationsmaterial

60

Gruppentreffen in den Räumlichkeiten des *DV Selbsthilfe Kärnten*

237

Anfragen von Interessenten zu Selbsthilfegruppen

Aktuelle Informationen zu Selbsthilfegruppen in Kärnten finden Sie unter www.selbsthilfe-kaernten.at.

Weiterbildungen 2020

Die Arbeit in der Selbsthilfe ist vielfältig und anspruchsvoll. Damit die Kompetenzen der Selbsthilfegruppenteilnehmer und Vorstandsmitglieder des *DV Selbsthilfe Kärnten* diesbezüglich gestärkt werden, fanden auch im Jahr 2020 wieder regelmäßig selbsthilfebezogene Weiterbildungsveranstaltungen statt, die vom Fonds Gesundes Österreich anteilig gefördert wurden.

Bundesministerium Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz

Gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich
Gesundheit Österreich GmbH

Geschäftsbereich Fonds Gesundes Österreich

Darüber hinaus lädt der *DV Selbsthilfe Kärnten* bis zu viermal im Jahr, abhängig von Bedarf und Bedürfnissen der Vertreter der Kärntner Selbsthilfegruppen, diese zum Selbsthilfe-Forum ein. Damit wird für Kärntner Selbsthilfegruppen die Möglichkeit geschaffen, über den Tellerrand hinauszuschauen und sich mit anderen Selbsthilfegruppen zu vernetzen. Aufgrund der COVID-19-Maßnahmen und der damit verbundenen Einschränkungen war es in diesem Jahr nicht möglich, ein Selbsthilfe-Forum abzuhalten.

Klagenfurt – März

Die Macht der Gedanken – vom fixen zum dynamischen Mindset, Teil 1

Leitung der Weiterbildung: Mag. Andrea Krassnig
Unternehmensberaterin, Wirtschaftstrainerin, Coach, Prozess- und Veranstaltungsmoderatorin

„Wir können mehr, als wir denken! Was hat mein eigenes Denken – mein „Mindset", meine innere Einstellung – damit zu tun? Wie gelingt es mir, von einem statischen, fixen Denkmuster in ein flexibles, gesundes zu kommen?"

Ziel der Weiterbildung war es, die eigene innere Einstellung wahrzunehmen und die persönlichen Fähigkeiten zu erweitern. Ebenfalls thematisiert wurde ein gesünderer Umgang mit Krankheiten, Veränderungen und anderen Meinungen.

Klagenfurt – Juli

Die Macht der Gedanken – vom fixen zum dynamischen Mindset, Teil 2

Leitung der Weiterbildung: Mag. Andrea Krassnig Unternehmensberaterin, Wirtschaftstrainerin, Coach, Prozess- und Veranstaltungsmoderatorin

„Wie hilft mir ein dynamisches, förderndes Mindset im Umgang mit anderen Meinungen? Wie kann ich ‚schwierige' Gespräche leichter meistern? Wie hilft es mir, mit Konflikten gut und gesund umzugehen? Wie gelingt es mir, Aussagen anderer nicht ‚persönlich' zu nehmen?" Ziel dieses zweiten Teils war es, erlernte Inhalte über das Mindset zu vertiefen und mehr Gelassenheit, Leichtigkeit und Humor in der Selbsthilfegruppe zu adaptieren.

Klagenfurt – August

Kreative Methoden als persönliche Kraftquelle nutzen

Leitung der Weiterbildung: Mag. Andrea Krassnig Unternehmensberaterin, Wirtschaftstrainerin, Coach, Prozess- und Veranstaltungsmoderatorin

„Entdecken Sie Ihre persönlichen Potenziale, freuen Sie sich auf unterschiedliche kreative Methoden, die Sie zum Lachen, zum Nachdenken, zur Klarheit, zur inneren Balance und in Ihre Kraft bringen." Ziel dieses praxisorientierten Workshops war es, kreative Methoden kennenzulernen und diese für sich persönlich und/oder die Selbsthilfegruppe anwenden zu können. Die erlernten Methoden bieten die Möglichkeit, zur Klärung oder Lösung von Themen zu kommen und persönliche Kraftquellen und Potenziale zu entfalten.

Klagenfurt – September

Image und Branding mit Social Media

Leitung der Weiterbildung: Florian Semmler Geschäftsführer mediapool mvp GmbH

In diesem Workshop ging es um das Aufbereiten von Inhalten für die Medien, damit die Anliegen und Themen der Selbsthilfegruppen gut aufgegriffen und optimal medial präsentiert werden können. Für die Durchführung ist es wichtig, die Bedeutung von Social Media und deren Hintergrundprozesse zu kennen.
Ziel dieses Workshops war es, Wissen über Social-Media-Kanäle, das Erreichen von Zielgruppen und deren Besonderheiten zu erwerben.

Fotos: privat/KK

Auszeichnung „Selbsthilfe-freundliches Krankenhaus“

Die Zusammenarbeit zwischen Selbsthilfe und Krankenhaus hat in Kärnten bereits eine lange Tradition, ist ein wesentlicher Beitrag zur Stärkung der Selbsthilfe innerhalb des Gesundheitswesens und hat eine Signalfunktion in Richtung gelebte Patientenorientierung. Das LKH Villach hat bereits im Jahr 1994 als erstes Krankenhaus in Österreich eine Selbsthilfe-Informationsstelle im Krankenhaus mit dem Ziel installiert, Patienten und Angehörigen die Möglichkeit zur Information über Selbsthilfegruppen, aber auch Kontaktaufnahme mit themenbezogenen Selbsthilfegruppen zu geben.

Selbsthilfefreundlichkeit wird gelebt!

Die Privatklinik Villach bewarb sich bereits im Herbst 2019 erstmals erfolgreich um die Auszeichnung „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ für die Dauer von zwei Jahren. Die offizielle Übergabe der Auszeichnung fand aufgrund der COVID-19-Maßnahmen erst im Oktober 2020 statt und wurde von Vertretern der Kollegialen Führung und des Selbsthilfe-Koordinators der Privatklinik Villach und den Vertretern des *DV Selbsthilfe Kärnten* zu einem intensiven Erfahrungs- und Informationsaustausch genutzt.

Die aktive Einbindung des Themas „Selbsthilfegruppen“ in den Krankenhausalltag ist für die Privatklinik Villach ein deutliches Signal für eine patientenfreundliche und patientenorientierte Versorgung. „Der gemeinsame Informations- und Erfahrungsaustausch unter Betroffenen in einer Selbsthilfegruppe stellt eine wichtige Ergänzung zum professionellen Versorgungssystem dar, denn Betroffene und Angehörige erhalten wertvolle Informationen, die zur Bewältigung einer schwierigen Lebenssituation beitragen“, betonen der Ärztliche Leiter Prim. Dr. Bruno PRAMSOHLER und der Selbsthilfe-Koordinator Boris SIDORENKO.

PRIVATKLINIK VILLACH
EINE HUMANOMED KLINIK

Erfolgreiche Verlängerung der Auszeichnung „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“

Im Jahr 2010 wurde das Krankenhaus Waiern erstmals für die Dauer von zwei Jahren als „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ ausgezeichnet. Ende 2020 bewarb sich das Krankenhaus erfolgreich um die Verlängerung der Auszeichnung für weitere vier Jahre. Die offizielle Übergabe konnte dieses Jahr aufgrund der COVID-19-Maßnahmen nicht stattfinden.
Ausschlaggebend für die erfolgreiche Rezertifizierung war nicht nur die vielfältige Integration des Themas Selbsthilfe in den Krankenhausalltag, sondern vor allem die Tatsache, dass im Krankenhaus Waiern Selbsthilfefreundlichkeit tatsächlich gelebt wird. Das Krankenhaus beherbergt seit mehreren Jahren die Selbsthilfegruppen 60+ und 70+, die auf Initiative des Krankenhauses und ehemaliger Patienten gegründet wurden. Beide Selbsthilfegruppen konnten sich durch das „Eingebettetsein“ in den Krankenhausalltag und die gewährte organisatorische und persönliche Unterstützung, vor allem durch Mag. Carol GRIESSER (Klinische und Gesundheitspsychologin und Selbsthilfe-Koordinatorin im Krankenhaus Waiern), zu einem fixen Orientierungspunkt im Alltag der Teilnehmer entwickeln.

Selbsthilfefreundliches Krankenhaus

Ziel der Auszeichnung „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“, die vom *DV Selbsthilfe Kärnten* vergeben wird, ist die verbindliche und strukturierte Zusammenarbeit mit der Selbsthilfe im stationären Bereich, was Patienten den Zugang zur Selbsthilfegruppe erleichtert und die Erfahrungskompetenz für den Krankenhausalltag nutzt. Im Rahmen der Verlängerung der Auszeichnung, die in Kärnten nach der ersten Auszeichnung vier Jahre gültig ist, wird die Umsetzung der einzelnen Kriterien regelmäßig evaluiert.

Von den insgesamt 15 Krankenanstalten in Kärnten wurden bisher bereits 11 Krankenanstalten als „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ ausgezeichnet:

- LKH Laas, seit 2009
- Gailtal-Klinik, seit 2009
- LKH Villach, seit 2009
- LKH Wolfsberg, seit 2009
- Klinikum Klagenfurt, seit 2009
- Öffentliches Krankenhaus Waiern, seit 2010
- Krankenhaus der Elisabethinen Klagenfurt, seit 2011
- Krankenhaus der Barmherzigen Brüder St. Veit, seit 2016
- Deutsch Ordens Krankenhaus Friesach, seit 2016
- Privatklinik Maria Hilf Klagenfurt, seit 2016
- Privatklinik Villach seit 2020

Im Jahr 2020 bewarb sich das Krankenhaus Waiern erfolgreich um eine Verlängerung und die Privatklinik Villach erfolgreich um eine Erstauszeichnung „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus".

Diakonie de La Tour
ÖFFENTLICHES KRANKENHAUS WAIERN

*Nähere Informationen finden Sie auf **www.selbsthilfe-kaernten.at** unter „Aufgaben & Leistungen“ – „Selbsthilfefreundlichkeit“.*

Fotos: Privatklinik Villach, Krankenhaus Waiern

Nationale und internationale Vernetzung

Zum Aufgabenbereich des *DV Selbsthilfe Kärnten* gehört unter anderem die nationale und internationale Zusammenarbeit mit Organisationen gleichartiger Zielsetzung (Statuten § 2.(2.2.7). Nachfolgend werden für die nationale Ebene die Initiative Nationales Netzwerk Selbsthilfe – NANES und die Österreichische Kompetenz- und Servicestelle Selbsthilfe – ÖKUSS vorgestellt und auf internationaler Ebene das Europäische Aktionsbündnis Selbsthilfefreundlichkeit im Sozial- und Gesundheitsbereich. Mit diesen drei Organisationen findet ein kontinuierlicher Austausch statt und der *DV Selbsthilfe Kärnten* hat direkt oder indirekt die Möglichkeit, die Perspektive der Selbsthilfeunterstützung einzubringen.

Nationales Netzwerk Selbsthilfe – NANES

Die im Februar 2017 von den Selbsthilfe-Dachverbänden Kärnten, Niederösterreich, Salzburg und Vorarlberg gegründete Initiative Nationales Netzwerk Selbsthilfe – NANES ist ein Zusammenschluss themenübergreifender Selbsthilfe-Dachverbände und -Kontaktstellen der Bundesländer und steht für die qualitative Weiterentwicklung der Selbsthilfeunterstützung, Förderung der Selbsthilfefreundlichkeit im Sozial- und Gesundheitsbereich auf nationaler und internationaler Ebene und die Auseinandersetzung mit Themen wie kollektive Selbsthilfe- und Patientenbeteiligung, Gesundheitsförderung, Erhöhung der Gesundheitskompetenz und Weiterbildungsmaßnahmen für unterschiedliche Zielgruppen.

Der *DV Selbsthilfe Kärnten* ist Mitglied im NANES-Steuerungsgremium und hat daher die Möglichkeit, sich im Rahmen der regelmäßigen Sitzungen des NANES-Steuerungsgremiums und der NANES-Netzwerktreffen mit den Selbsthilfeunterstützungseinrichtungen der Bundesländer aktiv auf der inhaltlichen und strategischen Ebene einzubringen.
Auf Initiative der Selbsthilfe Vorarlberg regte NANES im April 2020 in einem Schreiben an Bundeskanzler Sebastian Kurz an, dass in den COVID-19-Krisenstäben und -Expertengremien neben der Fachkompetenz auch die Erfahrungs- und Betroffenenkompetenz der Selbsthilfe eingebracht werden kann und auch entsprechend berücksichtigt wird. Nachdem der Österreichische Behindertenrat aktiv eingebunden wurde, wird NANES die Kooperationsmöglichkeiten mit dem Österreichischen Behindertenrat abstimmen.

Mehr Informationen zu NANES
finden Sie unter ***www.nanes.at***

Österreichische Kompetenz- und Servicestelle Selbsthilfe – ÖKUSS

Die Österreichische Kompetenz- und Servicestelle für Selbsthilfe – ÖKUSS wurde im November 2017 mit dem Auftrag gegründet, bundesweit tätige Selbsthilfeorganisationen zu unterstützen und die kollektive Patientenbeteiligung zu stärken. Die Aufgabenschwerpunkte umfassen vier Bereiche:

- Abwickeln von Förderungen für themenbezogene bundesweite Selbsthilfeorganisationen,
- Organisieren von Weiterbildung und Veranstaltungen unterschiedlicher Art,
- Zur-Verfügung-Stellen von Wissen über die Selbsthilfe,
- Verbreitung von Wissen über Selbsthilfe für und in Österreich

Zu den Handlungsstrategien von ÖKUSS gehört unter anderem auch, zur Vernetzung beizutragen und Netz-

werke zu stärken. In diesem Zusammenhang fördert ÖKUSS seit dem Jahr 2018 die Austauschmöglichkeit mit dem Bundesverband Selbsthilfe Österreich, NANES und Pro Rare Austria. Durch den regelmäßigen Austausch soll das Bewusstsein für die unterschiedlichen Formen der Selbsthilfe gestärkt und sichergestellt werden, dass die Selbsthilfeunterstützungseinrichtungen, die durch NANES vertreten werden, durch die fachliche und praxisbezogene Perspektive ganz wesentlich zur Weiterentwicklung der Selbsthilfe in Österreich beitragen können. Der konstruktive Dialog hat auch gezeigt, dass die Weiterentwicklung der Selbsthilfe in Österreich nicht nur vom Schreibtisch konzipiert werden kann, sondern dass die praxisorientierte Sichtweise der themenübergreifenden Selbsthilfeunterstützungsstellen, die durch NANES gebündelt wird, für die Weiterentwicklung der Selbsthilfelandschaft ganz wesentlich ist, denn nur gemeinsam wird es gelingen, den Stellenwert der Selbsthilfe in Österreich zu erhöhen und zu festigen.

Mehr Informationen zu ÖKUSS unter ***www.oekuss.at***

ÖKUSS Österreichische Kompetenz- und Servicestelle für Selbsthilfe

Europäisches Aktionsbündnis Selbsthilfefreundlichkeit im Sozial- und Gesundheitsbereich

Im Europäischen Aktionsbündnis Selbsthilfefreundlichkeit im Sozial- und Gesundheitsbereich haben sich im November 2017 das deutsche Netzwerk Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung im Gesundheitswesen, die österreichische Initiative Nationales Netzwerk Selbsthilfe – NANES und die Selbsthilfe Schweiz zusammengeschlossen, um Selbsthilfefreundlichkeit als gemeinsamen, einheitlichen Qualitätsstandard für die Zusammenarbeit von Selbsthilfe und Einrichtungen des Gesundheits- und Sozialwesens europaweit zu vertreten.
Das Europäische Aktionsbündnis Selbsthilfefreundlichkeit im Sozial- und Gesundheitsbereich hat unter anderem zum Ziel, ein gemeinsames Verständnis von Selbsthilfefreundlichkeit als Qualitätsstandard in Sozial- und Gesundheitseinrichtungen und eine länderübergreifende Kompetenz zu entwickeln.
Das Konzept Selbsthilfefreundlichkeit wurde in Deutschland gemeinsam von Akteuren der gemeinschaftlichen Selbsthilfe, der Selbsthilfeunterstützung und Gesundheitseinrichtungen 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. Damit soll erreicht werden, dass zum Beispiel die unterschiedlichen Berufsgruppen in einem Krankenhaus ihr berufliches Handeln durch das Erfahrungswissen der Selbsthilfe erweitern und nachhaltig den Kontakt zwischen Patienten und der Selbsthilfe fördern. In Österreich übernimmt NANES die Rolle der Beratung und Begleitung von Einrichtungen im Sozial- und Gesundheitsbereich, die sich mit dem Thema Selbsthilfefreundlichkeit auseinandersetzen.

Am 24. September 2020 fand auf Einladung von NANES ein Treffen der drei Länder mittels Videokonferenz statt. Themen waren unter anderem die Barrierefreiheit als Qualitätskriterium unter Betrachtung von körperlichen, psychischen, sprachlichen, kognitiven und kulturellen Bedarfen. Weiters wurde die Zusammenarbeit und Einbindung von Peerberatern oder Patientenfürsprechern thematisiert, die in Deutschland bereits gelebt wird und zu einer noch höheren Patientenorientierung führt. Diskutiert wurde auch die Auszeichnung einzelner Abteilungen oder der gesamten Klinik, dies müsste in den Kriterien noch etwas näher definiert werden und das Vorgehen vereinheitlicht werden. Von NANES wird der Wunsch einer einheitlichen Zählweise der Selbsthilfegruppen in Österreich geäußert und ein Erstellen von Kriterien als nächsten Arbeitsschwerpunkt ins Auge gefasst.

Selbsthilfefreundlichkeit ® und Patientenorientierung im Gesundheitswesen

NANES Nationales Netzwerk Selbsthilfe

SELBSTHILFESCHWEIZ INFOENTRAIDESUISSE AUTOAIUTOSVIZZERA

Deutschland: Netzwerk Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung im Gesundheitswesen
www.selbsthilfefreundlichkeit.de
Österreich: Nationales Netzwerk Selbsthilfe – NANES
www.nanes.at
Schweiz: Selbsthilfe Schweiz
www.selbsthilfefreundlichkeit.ch

Projektbezogene Aktivitäten

Im Rahmen der Fördermöglichkeit durch die Sozialversicherungsträger reichte der *DV Selbsthilfe Kärnten* im Jahr 2020 anlässlich des 30-Jahr-Jubiläums das Projekt „30 Jahre Selbsthilfeunterstützung in Kärnten“ ein.

Projekt „30 Jahre Selbsthilfe-unterstützung in Kärnten“

Als projektbezogene Aktivitäten waren ursprünglich eine Auftaktveranstaltung im Juni 2020 in Klagenfurt und Schwerpunkttage in drei Bezirken im Herbst 2020 zum Thema „Selbsthilfe in Kärnten“ geplant. Durch die gesetzlichen COVID-19-Maßnahmen war es letztlich jedoch unmöglich, Veranstaltungen abzuhalten und langfristig weitere Planungen anzustellen. Daher wurde vom Vorstand der Beschluss gefasst, das Jubiläum „virtuell“ zu feiern und dafür die Social-Media-Plattformen zu nutzen, damit auf diesem Weg eine große und breit gefächerte Zielgruppe auf das Thema „Selbsthilfe in Kärnten“ aufmerksam gemacht wird.

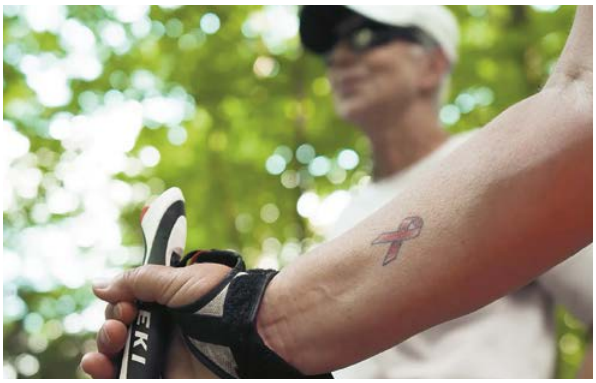
Nachfolgend werden die projektbezogenen Maßnahmen, in deren Umsetzung Kärntner Selbsthilfegruppen aktiv eingebunden waren, kurz dargestellt:

Imagevideo Selbsthilfegruppen

4 Kurzvideos mit den nachfolgenden Selbsthilfegruppen:

- SHG für Kinder und Jugendliche mit Geschlechtsidentitätsstörung, Transgender und deren Angehörige
- SHG Atemwegserkrankte
- SHG HIRNverletzt vernetzt
- SHG NORDIC WALKING für Betroffene von Krebs

Aus diesen 4 Kurzvideos wurde das Imagevideo „Selbsthilfegruppen“ von der Firma mediapool mvp GmbH erstellt. Im Rahmen der Videokampagne wurden auch Formate erstellt, die z. B. in den Warteräumen der Krankenanstalten abgespielt werden können.



Bilder aus dem **Imagevideo** unserer Videokampagne

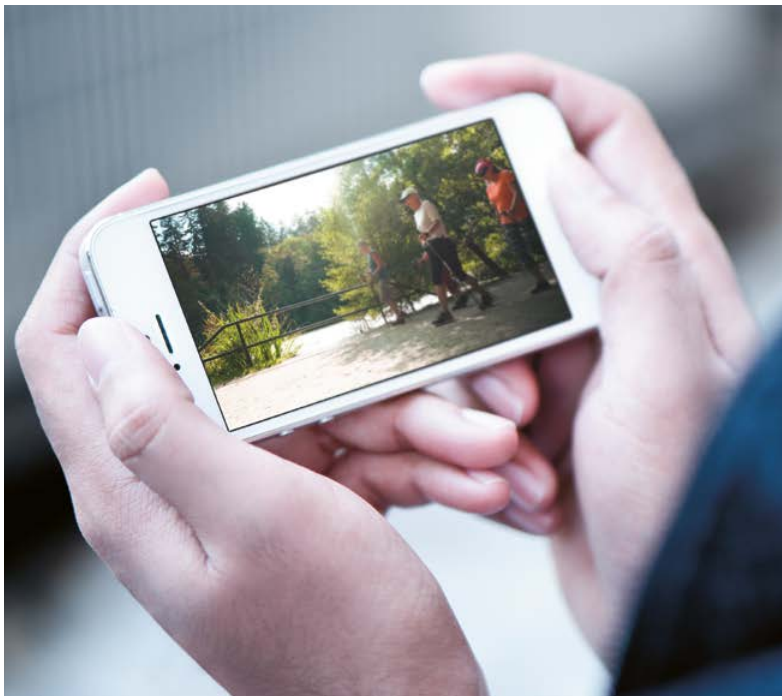
Online abrufbar unter
youtu.be/VG0CG4s-1gc

Im Stakeholdervideo kommen nachfolgend angeführte Personen zu Wort:

- LH Dr. Peter Kaiser
- LH-Stv. Dr. Beate Prettner
- Mag. (FH) Wolfgang Pucher, Vorsitzender Selbsthilfe-Beirat
- Ao. Univ.-Prof. i. R. Dr. Herbert Janig, Mitglied im Fachbeirat des *DV Selbsthilfe Kärnten*
- Mag. Monika Maier, Präsidentin des *DV Selbsthilfe Kärnten*

Aus den unterschiedlichen Beiträgen von politischen Entscheidungsträgern, Mitwirkenden der Kärntner Selbsthilfegruppen und Experten auf nationaler und internationaler Ebene ergab sich ein interessantes interdisziplinäres Themenfeld aus fachlich professionellen Meinungen und dem praktischen Erfahrungswissen aus der Selbsthilfearbeit. Hierbei wurde klar hervorgehoben, welch große Bedeutung das Thema Selbsthilfe in Kärnten hat, wie intensiv sich sowohl der *DV Selbsthilfe Kärnten* als auch die Selbsthilfegruppen für diese Thematiken einsetzt und wie hoch der Grad an Selbsthilfefreundlichkeit in Kärnten ist.

Alle Videos stehen zur Ansicht sowohl auf der Website des *DV Selbsthilfe Kärnten* – www.selbsthilfe-kaernten.at – als auch auf den Social-Media-Kanälen Facebook und YouTube zur Verfügung.



Besuchen Sie uns auf
Facebook ***DV Selbsthilfe Kärnten***
YouTube **https://bit.ly/36mrOsl**

Gefördert aus den Mitteln der Sozialversicherung
Österreichische Gesundheitskasse

Öffentlichkeitsarbeit

Informationsveranstaltungen

Das Team des *DV Selbsthilfe Kärnten* und Vertreter der Kärntner Selbsthilfegruppen informierten im Jahr 2020 beim Tag der Wirbelsäule, der im Februar in Villach stattfand, mit einem Infostand über Selbsthilfegruppenaktivitäten in Kärnten.
Wegen der durch die COVID-19-Maßnahmen eingeschränkten Möglichkeiten mussten im Jahr 2020 zahlreiche „reale" Veranstaltungen abgesagt werden. Einige davon wurden alternativ als virtuelle Veranstaltung angeboten.

Publikationen

Die Publikationen des *DV Selbsthilfe Kärnten* tragen wesentlich dazu bei, die Öffentlichkeit für das Thema Selbsthilfe allgemein und Selbsthilfegruppen zu sensibilisieren und somit das selbsthilfefreundliche Klima weiter zu erhöhen und zu festigen.

Die Selbsthilfe Kärnten INFO erscheint einmal im Quartal und informiert über aktuelle Selbsthilfegruppenaktivitäten in Kärnten sowie relevante Themen im Sozial- und Gesundheitsbereich.

Im Mittelpunkt der jährlichen Publikation Selbsthilfe Kärnten EXTRA stand im Jahr 2020 das 30-Jahr-Jubiläum des *DV Selbsthilfe Kärnten* unter dem Titel „30 Jahre – viele Gesichter, viele Geschichten". Kärntner Selbsthilfegruppen, politische Vertreter des Landes Kärnten sowie Vertreter aus dem Selbsthilfebereich auf nationaler und internationaler Ebene gratulierten dem *DV Selbsthilfe Kärnten* zur erfolgreichen Entwicklungsgeschichte.

Im Verzeichnis der Kärntner Selbsthilfegruppen (Druckversion), das im 2-Jahres-Rhythmus neu aufgelegt wird, finden Interessenten einen nach Themenbereichen gegliederten Überblick über die Selbsthilfegruppen in Kärnten.

Sämtliche Publikationen des *DV Selbsthilfe Kärnten* liegen in relevanten Sozial- und Gesundheitseinrichtungen auf und können kostenlos beim *DV Selbsthilfe Kärnten* angefordert werden. Darüber hinaus stehen diese unter www.selbsthilfe-kaernten.at zum Download zur Verfügung.

Website

Die Website des *DV Selbsthilfe Kärnten* (www.selbsthilfe-kaernten.at) informiert über aktuelle Veranstaltungen und Treffen von Selbsthilfegruppen, Projekte und Kooperationen sowie weitere selbsthilferelevante Informationen. Im Jahr 2020 wurden 13.790 Besuche und 41.248 Zugriffe verzeichnet. Im Servicebereich der Website stehen die regelmäßigen Publikationen des *DV Selbsthilfe Kärnten*, weitere Informationen rund um den *DV Selbsthilfe Kärnten* und die Aktivitäten der Kärntner Selbsthilfegruppen als Download zur Verfügung.

COVID-19-Tagebuch

Aufgrund der schwierigen Situation der COVID-19-Pandemie erstellte der *DV Selbsthilfe Kärnten* eine Plattform auf der Website, auf der Gruppenteilnehmer ihre subjektiven Erfahrungen, die Hürden im Alltag oder was sie derzeit bewegt, aber auch lustige Geschichten „posten" können. So wurde unter anderem berichtet, dass sich durch den virtuellen Austausch auch die Qualität der Gespräche mit Betroffenen verändert hat. Die Hürde, die eigene Geschichte mit den Gruppenteilnehmern zu teilen, scheint überwindbarer als im direkten Austausch in der Gruppe.
Sehr positiv ist auch, dass durch den virtuellen Austausch die räumliche Distanz nicht am Erfahrungs- und Informationsaustausch mit Gleichbetroffenen hindert.

Für den *DV Selbsthilfe Kärnten* bedeutete das im Sinne einer bedarfsorientierten Unterstützung der Selbsthilfeaktivitäten, sich mit neuen Handlungsfeldern auseinanderzusetzen, und lenkte den Aufgabenbereich verstärkt in diese Richtung.

Facebook

Social-Media-Plattformen, allen voran Facebook, haben in den letzten Jahren eine immer größere Bedeutung im unmittelbaren Informationsaustausch gewonnen. Auch der Selbsthilfegedanke hat durch diese Entwicklung neue Dimensionen erhalten, da nun die Möglichkeit besteht, auf direkten Wegen eine sehr große Anzahl von Menschen unterschiedlicher Altersgruppen zu erreichen, sehr gezielt anzusprechen und so über die Aktivitäten des *DV Selbsthilfe Kärnten* und die Selbsthilfebewegung in Kärnten zu informieren. Auch Selbsthilfegruppen bekommen die Möglichkeit, sich über Social-Media-Kanäle intern besser zu vernetzen und ihre Aktivitäten besser zu koordinieren. Der *DV Selbsthilfe Kärnten* ist seit Juni 2017 mit einer eigene Seite auf Facebook vertreten:
www.facebook.com/DVSelbsthilfeKaernten
Vor allem in Zeiten der Coronapandemie ist es umso wichtiger, auf das virtuelle soziale Netzwerk zurückzugreifen, eine größere Reichweite in der Bevölkerung zu erzielen und Selbsthilfe eine breitere Basis zu geben.

Kärntner Printmedien und Regionalmedien

Wir bedanken uns bei den Kärntner Printmedien und bei Radio Kärnten, dass sie regelmäßig die aktuellen Termine der Kärntner Selbsthilfegruppentreffen, Neugründungen von Selbsthilfegruppen und verschiedene Pressetexte zu selbsthilferelevanten Themen veröffentlichen. Damit ermöglichen sie zum einen Betroffenen und deren Angehörigen den Zugang zu Selbsthilfegruppen und leisten zum anderen einen wesentlichen Beitrag zur Stärkung der Selbsthilfegruppenaktivitäten in Kärnten.

Vorschau 2021

Projekt „Selbsthilfefreundlichkeit – vom Modellprojekt zur Anwendung in Sozial- und Gesundheitseinrichtungen“

Durch das Projekt, das aus Mitteln der Sozialversicherung gefördert wird, werden Impulse für einen strukturierten Aufbau von tragfähigen Kooperationen und der Pflege von Kooperationsbeziehungen gesetzt. Aufgrund der anhaltend schwierigen COVID-19-Situation erfolgt eine virtuelle Umsetzung der geplanten Maßnahmen. Dadurch können die Ergebnisse auch langfristig genutzt werden.

Selbsthilfefreundlichkeit als Qualitätsstandard für die Zusammenarbeit von Selbsthilfe und Einrichtungen im Sozial- und Gesundheitsbereich zu implementieren und weiterzuentwickeln wird auch im Jahr 2021 ein Arbeitsschwerpunkt sein.
Aufgrund der positiven Erfahrungen im stationären Bereich soll nun das Modellprojekt „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ nach entsprechender Adaptierung der Kriterien auch in Einrichtungen im Sozial- und Gesundheitsbereich wie zum Beispiel Rehabilitationseinrichtungen, Apotheken, Arztpraxen, Primärversorgungszentren oder Pflegeheimen umgesetzt werden.

Weiterbildungsangebote für Selbsthilfegruppen

Um den vielfältigen Herausforderungen in der Selbsthilfe auch weiterhin gewachsen zu sein, werden auch im Jahr 2021 bedarfsorientierte Weiterbildungsmaßnahmen für Selbsthilfegruppen angeboten. Eine anteilige finanzielle Förderung erfolgt durch den Fonds Gesundes Österreich.

Folgende Themenbereiche werden im Jahr 2021 vom *DV Selbsthilfe Kärnten* angeboten:

- Mittel und Wege zum Onlineauftritt
- Möglichkeiten der Selbstmotivation – „Begeisterung steigern – Ziele erfolgreich umsetzen“
- Wege der Konfliktlösung – Auseinandersetzungen konstruktiv bewältigen
- Achtsamkeit und Meditation – Methoden des modernen Stressmanagements

Dachverband Selbsthilfe Kärnten
Kempfstraße 23/3, PF 27
9021 Klagenfurt am Wörthersee
TEL. 0463 504871
FAX 0463 504871-24
E-MAIL office@selbsthilfe-kaernten.at
WEB www.selbsthilfe-kaernten.at

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

LAND KÄRNTEN

Kooperationspartner

Österreichische Gesundheitskasse

Fotos: wenn nicht anders angegeben, privat.

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung der Sprachformen männlich, weiblich und divers (m/w/d) verzichtet.