Selbsthilfe Kärnten

Einblicke & Ausblick 2022

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.

Das Aufgabenprofil umfasst

BERATUNG von Selbsthilfe-Interessent:innen, 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:innen wird selbsthilfegruppenspezifische Weiterbildung angeboten.

INTERESSENVERTRETUNG setzt das Sammeln und Bündeln der Anliegen und Bedürfnisse von Selbsthilfegruppen voraus, 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 2022 ... 7
Fachbeirat ... 8
Kärntner Selbsthilfe-Fördertopf ... 8
DV Selbsthilfe Kärnten in Zahlen ... 11
Österreichweite Kooperation der Dachverbände und Unterstützungsstellen – NANES (Nationales Netzwerk Selbsthilfe) ... 12
2022 im Überblick ... 13
Gremienarbeit ... 17
Unterstützungsleistungen ... 18
Weiterbildungen 2022 ... 20
Selbsthilfefreundliches Krankenhaus ... 22
Projektbezogene Aktivitäten ... 24
Öffentlichkeitsarbeit ... 26
Vorschau 2023 ... 28

Über Selbsthilfegruppen in Kärnten oder Unterstützung bei Selbsthilfegruppenaktivitäten informiert das Team des *DV Selbsthilfe Kärnten* im Büro in Klagenfurt.

Vorwort

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

„Die einzige Konstante im Leben ist die Veränderung.“ [Heraklit]

Dies war wohl auch das Motto des Jahres 2022. Die Folgen der Pandemie waren weiterhin spürbar, wenngleich die Arbeit in und für die Selbsthilfegruppen wieder leichter möglich wurde. Dennoch mussten wir zur Kenntnis nehmen, dass es Gruppen gab, die ihre Aktivitäten aus unterschiedlichen Gründen nicht wieder aufnehmen konnten. Gleichzeitig gab es erfreulicherweise wieder Anfragen zu Gruppengründungen und wir wünschen allen neu gegründeten Gruppen einen guten Start und viel Erfolg bei der Umsetzung ihrer Aktivitäten.

Veränderungen hatte auch der Vorstand zu bewältigen und so setzt sich der Vorstand heute aus drei Mitgliedern mit Erfahrung in der Vorstandstätigkeit für den Dachverband Selbsthilfe Kärnten und drei neuen Mitgliedern zusammen. Man darf gespannt sein, wie sich der Dachverband Selbsthilfe Kärnten in der Balance zwischen Bewahren des Bewährten und Entwicklung durch Erneuerung ausrichtet. Auf jeden Fall arbeiten alle Vorstandsmitglieder mit Engagement und Kompetenz für eine erfolgreiche Zukunft des Dachverbands.
In diesem Zusammenhang sei Wertschätzung und Dank allen ausgeschiedenen, aber auch allen hinzugekommenen Vorstandskolleg:innen gegenüber zum Ausdruck gebracht.

Und wie so oft führt ein Impuls zu mehr als einer Reaktion und auch die Mitarbeiterinnen im Büro entschieden sich für Veränderung. So konnte der Dachverband im Juli 2022, im Oktober 2022 und zuletzt im Jänner 2023 neue Mitarbeiterinnen begrüßen. Auch hier soll ein großes Dankeschön an die langjährigen Mitarbeiterinnen, die sich für neue Aufgaben entschieden haben, gehen und wir wünschen ihnen viel Erfolg in ihren neuen Tätigkeitsbereichen.
Das neu gebildete Team arbeitet mit großer Freude und unermüdlichem Einsatz für die Selbsthilfegruppen, die Selbsthilfefreundlichkeit und die Agenden des Fördertopfs.
Die Weiterbildungen und das Selbsthilfe-Forum konnten wieder in Präsenz stattfinden, wurden mit viel Elan organisiert und von den Selbsthilfegruppenleiter:innen und -teilnehmer:innen zahlreich angenommen.

Abschließend sei ein kurzer Ausblick in die Zukunft – insbesondere für das Jahr 2023 – gestattet: Die pandemischen Einschränkungen sind beendet, sodass alle Aktivitäten auch in Präsenz planbar und durchführbar sind. Die bewährten Unterstützungen für Selbsthilfegruppen können angeboten und genützt werden.

Auch der Dachverband Selbsthilfe Kärnten hat Weiterentwicklung zum Ziel. Das lange geplante Projekt „Die Selbsthilfeunterstützung in Kärnten erhält ein neues und aussagekräftiges Erscheinungsbild“, das von der Österreichischen Gesundheitskasse gefördert wird, kann endlich umgesetzt werden.
Außerdem wird wieder großes Augenmerk darauf gelegt, das Thema der „Selbsthilfe“ voranzubringen und weiterzuentwickeln – nicht zuletzt durch die Arbeit in den Gremien des Landes Kärnten.
Die österreichweite Vernetzung und Kooperation wird durch die weitere Mitarbeit im Nationalen Netzwerk Selbsthilfe (NANES) gewährleistet – auch hier mit dem Ziel, die Selbsthilfe zu stärken.

Der Vorstand des Dachverbandes Selbsthilfe Kärnten

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.

Nach dem Ausscheiden von Mag.ª Monika Maier übernahm Karl Felsberger die Führung des Vereins und wurde in der Vorstandssitzung vom 17.11.2022 als Präsident bestätigt. Gemeinsam mit fünf weiteren Vorstandsmitgliedern ist er für eine strategische und inhaltliche Weiterentwicklung der Selbsthilfe in Kärnten verantwortlich.

Vorstandsmitglieder

Karl FELSBERGER, Präsident, ist seit 2018 Mitglied im Selbsthilfe-Beirat, seit September 2020 Vorstandsmitglied und seit September 2022 als Präsident mit der Führung des Vereines betraut.

Emilia ANDONOVA, BA, Vizepräsidentin und Kassierin, ist Gründerin der Selbsthilfegruppe Endometriose und seit November 2022 als Vorstandsmitglied für den Dachverband tätig.

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.

Mag.ª Dr.in Carla Küffner, Kassierin-Stellvertreterin, Professorin der FH Kärnten im Studiengang „Disability, Diversity & Digitalisierung“, steht mit ihrer fachlichen Expertise dem Dachverband seit November 2022 zur Verfügung.

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

Mag. Heinz Pfeifer, MSc, Schriftführer-Stellvertreter, seit einem Jahr Obmann des Blinden- und Sehbehindertenverbandes, stellt sein Engagement für eine aktive Selbsthilfe zur Verfügung.

Das Jahr 2022 war für den Dachverband Selbsthilfe Kärnten eine Herausforderung mit vielen Veränderungen im Vorstand und auch bei den Mitarbeiterinnen. Nachstehend soll die Gelegenheit genützt werden, uns für die wertvolle Arbeit herzlich zu bedanken. Unser Dank und unsere Wertschätzung gehen an:

Mitglieder des Vorstands:

Mag.ª Monika MAIER war knapp 25 Jahre hauptberuflich im *DV Selbsthilfe Kärnten* in der Funktion der Geschäftsführerin und nach dem Pensionsantritt von Mai 2017 bis April 2022 ehrenamtlich in der Funktion als Vereinspräsidentin tätig. Ihrer unermüdlichen Arbeit und ihrem Engagement verdanken wir, dass der Dachverband Selbsthilfe Kärnten aus der sozialen Landschaft nicht mehr wegzudenken ist und als Kooperationspartner geschätzt wird.

Mag.ª Brigitte SLAMANIG, 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). Sie war von 2016 bis September 2022 als Kassierin-Stellvertreterin mit großem Engagement Vorstandsmitglied.

Monika HONIS, seit 1995 in der Österreichischen Vereinigung Morbus Bechterew Landesstelle Kärnten aktiv und von 2006 bis September 2022 Vorstandsmitglied. Sie war im Vorstand als Kassierin tätig und stellte ihr Wissen und ihre Kompetenz mit ganzem Herz dem Dachverband zur Verfügung.

Sophie STIEGLER, Gründerin der Frauenselbsthilfe nach Krebs Villach (1990) und aktuell Kontaktperson der Frauenselbsthilfe nach Krebs Wolfsberg, von 1997 bis November 2021 Vorstandsmitglied. Wir möchten sie an dieser Stelle noch einmal nennen und uns für die langjährige wertvolle Tätigkeit im Vorstand bedanken.

Mitarbeiterinnen:

Michaela MAIER arbeitete von Oktober 2016 bis September 2022 mit großer Kompetenz, unermüdlichem Einsatz und ausgeprägtem Verantwortungsgefühl für die Themen Fördermittel, Selbsthilfe-Fördertopf, Gruppengründungen, Vernetzung und Publikationen.

Nicole SCHRANZER, MEd, war von November 2020 bis März 2022 mit den Arbeitsschwerpunkten Weiterbildung, Gremienarbeit, Öffentlichkeitsarbeit, Projekte und Vernetzung befasst, sie beeindruckte durch Kompetenz und wertschätzende Kommunikation.

Marina SUNITSCH war von Juli 2016 bis Jänner 2023 die erste Anlaufstelle für die Selbsthilfegruppen und „Drehscheibe" im Büro. Sie unterstützte die Gruppenaktivitäten administrativ und organisatorisch und ihre gewissenhafte Arbeit wurde rundum geschätzt.

Fotos: Helge Bauer; privat/KK

Hauptamtliche Mitarbeiter:innen

Im Büro arbeiten hauptamtlich für den Dachverband der Selbsthilfe:

Julia BUTTAZONI verstärkt seit Jänner 2023 das Büroteam. Sie hat die Aufgaben von Marina Sunitsch übernommen und beeindruckt durch ihren Umgang mit den Selbsthilfegruppen und ihre Selbstständigkeit in der Erledigung der Arbeitsthemen.

Christine RABITSCH unterstützt das Büroteam seit September 2019 als immer gut gelaunte und hilfreiche Kollegin in den Bereichen der administrativen Bürotätigkeiten und der Büroreinigung. Zu ihren Aufgaben zählt auch die Vorbereitung von Veranstaltungen und Weiterbildungen.

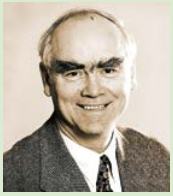
Mag.ª Birgit GESIERICH arbeitet seit Juli 2022 für den Dachverband Selbsthilfe Kärnten und hat die Bereiche Selbsthilfe-Fördertopf, Selbsthilfefreundlichkeit und finanzielle Angelegenheiten mit großem Engagement übernommen. Darüber hinaus unterstützt sie den Vorstand in seinen Aktivitäten.

Mag.ª Elke WALDNER kam im Oktober 2022 zum Team und übernahm im Februar 2023 die Aufgabe der Koordinatorin. Ihre Arbeitsschwerpunkte, denen sie mit großer Freude nachkommt, sind Gruppengründungen, Vernetzung, Publikationen, die Organisation der Weiterbildungen und Öffentlichkeitsarbeit.

Rechnungsprüfer

Zum Aufgabenbereich der Rechnungsprüfer gehört die Prüfung des jährlichen Jahresabschlusses und der zweckgebundenen Verwendung der Fördermittel. Über das Ergebnis haben sie dem Vorstand und der Generalversammlung zu berichten.

Walter GREGORI
Österreichische Diabetikervereinigung Kärnten – Selbsthilfegruppe Klagenfurt



Günter LAMPERT
SHG Multiple Sklerose, Spittal/Drau

Generalversammlung 2022

Die ordentliche Generalversammlung des *DV Selbsthilfe Kärnten* fand am 26. September 2022 in den Räumlichkeiten des Klagenfurter Progress Zentrums statt.

Tätigkeitsbericht 2021

Präsident Karl FELSBERGER berichtet, dass sich auch das Jahr 2021 wieder als spannend und turbulent beschreiben lässt. Der Jahresbericht 2021 liegt als Tischvorlage vor und gibt einen Einblick in die Tätigkeiten des DV SHK auf regionaler Ebene im Jahr 2021. Die Ausführung im Rahmen der Generalversammlung werden auf drei besonders spannende und anspruchsvolle Arbeitsbereiche fokussiert: Weiterbildung für Selbsthilfegruppen, Selbsthilfefreundliches Krankenhaus und die Projektförderung durch die ÖGK.

Selbsthilfefreundliches Krankenhaus

Im Frühjahr 2022 bewarb sich das Humanomed Zentrum Althofen erfolgreich um die Auszeichnung „Selbsthilfefreundliche Rehabilitationseinrichtung". Die Übergabe der Auszeichnung fand im Rahmen des Selbsthilfe Netzwerktreffens am 12. September 2022 statt.

Die Verleihung von Rezertifizierungszertifikaten für weitere vier Jahre fand im Rahmen der GV 2022 für folgende Krankenhäuser statt:

- **A. ö. Krankenhaus Friesach:** Zertifikat überreicht an Dipl. KH.-Bw. Günter Staber, MSc
- **Privatklinik Maria Hilf:** Zertifikat überreicht an Roberta Pessentheiner, BA MEd
- **KH der Barmherzigen Brüder St. Veit:** Zertifikat überreicht an Elfriede Taxacher, MBS MSc. und Christine Grohar, MAS
- Ebenso erfolgreich rezertifiziert wurde die **Humanomed Privatklinik Villach.** Die Verleihung des Zertifikats erfolgte terminbedingt erst im Jänner 2023.

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.

Bericht zur finanziellen Gebarung

Die Kassierin Monika HONIS berichtet über die finanzielle Gebarung im Jahr 2021.

Bericht der Rechnungsprüfer

Dr. Andreas TSCHERNITZ verliest den schriftlichen Bericht, verfasst von Rechnungsprüfer Walter Gregori, der gemeinsam mit Günter Lampert die Rechnungsprüfung am 09.06.2022 im *DV Selbsthilfe Kärnten* durchführte.

Fotos: privat/KK

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):	
DPGKP Federico HARDEN	Akad. gepr. Lehrer f. Gesundheitsberufe, Psychotherapeut (VT), Klagenfurt
Maria HOPPE	Ergotherapeutin und Validationstrainerin, Klagenfurt
Univ.-Prof. Dr. Herbert JANIG bis April 2022	Klinischer und Gesundheitspsychologe, Klagenfurt
Irmtraut JUNGBAUER	Pensionierte Dipl. Sozialarbeiterin
Dr. Werner KANOVSKY	FA f. Orthopädie u. orthopädische Chirurgie, Klagenfurt
Dr. Lisa SAGMEISTER	Juristin

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.

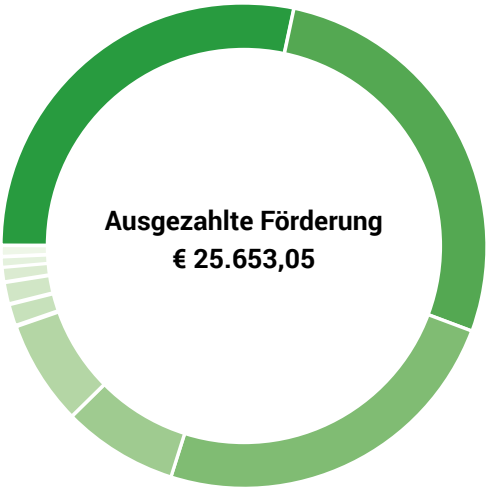
Über die Mittelvergabe entscheidet der Selbsthilfe-Beirat, der sich aus Vertreter:innen aus dem Sozial- und Gesundheitsbereich, z. B. Ärzte- und Apothekerkammer, Arbeiter- und Wirtschaftskammer und Serviceclubs, zusammensetzt.
Vorsitzender des Selbsthilfe-Beirates ist Mag. (FH) Wolfgang Pucher. Dieser wurde von den Mitgliedern des Selbsthilfe-Beirates im Mai 2021 einstimmig in seiner Funktion als Vorsitzender des Selbsthilfe-Beirates bestätigt, Mag.ª Isabella Scheiflinger und Winfried Sepin wurden einstimmig als Stellvertreter:innen für eine weitere Funktionsperiode bis Frühling 2024 gewählt.
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.

Foto: Mag. (FH) Pucher

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 Soziale Sicherheit 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!



Förderungen, die 2022 ausbezahlt wurden:	
Österreichische Diabetikervereinigung (ÖDV) Landessektion Kärnten	€ 7.200,00
SHG HPE Kärnten	€ 7.000,00
Österreichischer Herzverband – Landesverband Kärnten	€ 6.187,80
SHG Morbus Bechterew	€ 2.000,00
Österreichische ARGE Zöliakie Landesgruppe Kärnten	€ 1.798,11
SHG Osteoporose Spittal	€ 463,50
SHG Alzheimer Villach	€ 427,00
SHG Down-Syndrom Kärnten	€ 361,48
SHG Fibromyalgie	€ 113,16
SHG Osteoporose Ferlach	€ 102,00
Ausgezahlte Förderung	**€ 25.653,05**

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

Der detaillierte Tätigkeitsbericht 2022 kann beim *DV Selbsthilfe Kärnten* angefordert werden und steht unter **www.selbsthilfe-kaernten.at** unter „Service & Publikationen“ – „Weitere Downloads“ als Download zur Verfügung.

Sitzungstermine 2022:
Donnerstag, 28.04.2022, und Donnerstag, 17.11.2022

Mitglieder des Selbsthilfe-Beirates (Stand Dezember 2022):	
Apothekerkammer Kärnten	Mag. pharm. Gudrun LACKINGER, aHPh
Anwaltschaft für Menschen mit Behinderung	Mag. Isabella SCHEIFLINGER
Arbeiterkammer Kärnten	Mag. Carina LINTNER
Ärztekammer Kärnten	Dr. Marina PIRKER-GASSNER
ARGE der Versicherungsunternehmen	Direktor Karl FELSBERGER
Industriellenvereinigung Kärnten	Mag. (FH) Wolfgang PUCHER
Kärntner Gebietskrankenkasse	Dr. Alfred WURZER
Kiwanis Kärnten	Dipl.-Ing. Dieter BERGER
Patientenanwaltschaft Kärnten	Dr. Angelika SCHIWEK
Rotary Kärnten	Winfried SEPIN, MSc
Soroptimist International Austria	MMag. Dr. Elisa Florina OZEGOVIC, LL M
Wirtschaftskammer Kärnten	Birgit KAVELAR-GRASCHER

DV Selbsthilfe Kärnten in Zahlen

Förderstruktur/Fördermittel im Jahr 2022

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 2020 mit dem Land Kärnten für die Dauer von drei Jahren abgeschlossen, trat mit 01.01.2021 in Kraft und gilt bis Ende 2023 (Fördervereinbarung 2021–2023).

Die Basisfinanzierung erhält der *DV Selbsthilfe Kärnten* vom Amt der Kärntner Landesregierung, Abteilung 4 – Soziale Sicherheit. Der Förderbetrag für das Jahr 2022 beträgt 229.149,96 €.
Für den Kärntner Selbsthilfe-Fördertopf hat das Land Kärnten, Abteilung 4 – Soziale Sicherheit für 2022 eine Förderung in der Höhe von 15.000 € zur Verfügung gestellt.

Im Rahmen einer Kooperationsvereinbarung mit der Österreichischen Gesundheitskasse Kärnten betrugen die Fördermittel für projektbezogene Aktivitäten im Jahr 2022 aus Mitteln der Sozialversicherungen 14.587,92 €. Die Weiterbildung für Selbsthilfegruppen wird vom Fonds Gesundes Österreich gefördert. Im Jahr 2022 waren das 2.790 € für die beiden Fortbildungen „Wir für uns“ im Mai und „Resilienz“ im Oktober.

Bundesministerium Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz
Gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich
Gesundheit Österreich GmbH
Geschäftsbereich Fonds Gesundes Österreich
LAND KÄRNTEN
Österreichische Gesundheitskasse

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 bis zur Pandemie stetig erhöht. Im letzten Jahr musste ein Rückgang der aktiven Gruppen hingenommen werden, dennoch kommen auch laufend neue Gruppen dazu, die bei ihrer Gründung unterstützt werden. Gründe für Auflösungen sind zum Beispiel gesundheitliche Gründe, Nachfolgethematik, keine Gruppenaktivitäten mehr oder auch, dass die gesetzten Ziele erreicht wurden.

Daten & Fakten im Jahr 2022 im Überblick:

Im Jahr 2022 gab es rund 164 Anfragen von Privatpersonen, Einrichtungen im Sozial- und Gesundheitsbereich und Medienvertreter:innen 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 Mitarbeiter:innen oder mit Selbsthilfegruppenvertreter:innen 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 2022 wurden 10.681 Besuche und 37.382 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.

Österreichweite Kooperation der Dachverbände und Unterstützungsstellen – NANES (Nationales Netzwerk Selbsthilfe)

Gemeinsam wurde ein Imagefilm zur Selbsthilfe in Österreich und den Dachverbänden und Unterstützungsstellen erstellt. In diesem kurzen Film stellen sich alle teilnehmenden Bundesländer mit ihren Geschäftsführer:innen oder Präsidenten vor und sprechen über die Bedeutung der Selbsthilfe in Österreich. Für Kärnten übernahm Karl Felsberger (als Vizepräsident des Dachverbands Selbsthilfe Kärnten) die Gestaltung des Beitrages.

Der Film ist auf YouTube unter **https://youtu.be/Oo4ZaV7I4-M** zu sehen.

NANES
NATIONALES
Netzwerk
Selbsthilfe

2022 im Überblick

Aktivitäten im Bereich Gremienarbeit, Veranstaltungen, Kontakte, Selbsthilfefreundlichkeit und Vernetzung

JÄNNER

Gremienarbeit | **1 x**

Kontakte zu Einrichtungen/Expert:innen/Behörden/Selbsthilfeorganisationen | **2 x**

Kontakte zum Thema Selbsthilfefreundlichkeit | **16 x**

FEBRUAR

Gremienarbeit | **2 x**

Veranstaltungen | **1 x**

Kontakte zu Einrichtungen/Expert:innen/Behörden/Selbsthilfeorganisationen | **16 x**

Kontakte zum Thema Selbsthilfefreundlichkeit | **11 x**

Vernetzung | **1 x**

MÄRZ

Gremienarbeit | **2 x**

Kontakte zu Einrichtungen/Expert:innen/Behörden/Selbsthilfeorganisationen | **7 x**

Kontakte zum Thema Selbsthilfefreundlichkeit | **6 x**

Fotos: NANES

APRIL

Gremienarbeit | **1 x**

Veranstaltungen | **1 x**

Kontakte zu Einrichtungen/Expert:innen/Behörden/Selbsthilfeorganisationen | **4 x**

MAI

Gremienarbeit | **2 x**

Veranstaltungen | **2 x**

Kontakte zu Einrichtungen/Expert:innen/Behörden/Selbsthilfeorganisationen | **3 x**

Kontakte zum Thema Selbsthilfefreundlichkeit | **1 x**

JUNI

Gremienarbeit | **1 x**

Kontakte zu Einrichtungen/Expert:innen/Behörden/Selbsthilfeorganisationen | **6 x**

Kontakte zum Thema Selbsthilfefreundlichkeit | **1 x**

2022

JULI

Gremienarbeit | **2 x**

Kontakte zu Einrichtungen/Expert:innen/Behörden/Selbsthilfeorganisationen | **4 x**

Kontakte zum Thema Selbsthilfefreundlichkeit | **4 x**

AUGUST

Gremienarbeit | **1 x**

Kontakte zum Thema Selbsthilfefreundlichkeit | **8 x**

SEPTEMBER

Gremienarbeit | **2 x**

Veranstaltungen | **1 x**

Kontakte zum Thema Selbsthilfefreundlichkeit | **4 x**

OKTOBER

Gremienarbeit | **2 x**

Veranstaltungen | **1 x**

Kontakte zu Einrichtungen/Expert:innen/Behörden/Selbsthilfeorganisationen | **1 x**

Kontakte zum Thema Selbsthilfefreundlichkeit | **3 x**

NOVEMBER

Gremienarbeit | **4 x**

Veranstaltungen | **4 x**

Kontakte zu Einrichtungen/Expert:innen/Behörden/Selbsthilfeorganisationen | **3 x**

Kontakte zum Thema Selbsthilfefreundlichkeit | **2 x**

Vernetzung | **1 x**

DEZEMBER

Gremienarbeit | **2 x**

Veranstaltungen | **1 x**

Kontakte zu Einrichtungen/Expert:innen/Behörden/Selbsthilfeorganisationen | **2 x**

Kontakte zum Thema Selbsthilfefreundlichkeit | **2 x**

Vernetzung | **1x**

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. Der Dachverband Selbsthilfe Kärnten ist in der Gesundheitsplattform mit beratender Stimme und in der Ethikkommission, im Härtefallgremium und in der Sozialkonferenz mit Stimmrecht vertreten. Weiters sind Vertreter:innen von Selbsthilfegruppen im Landes-Monitoringausschuss präsent.

Der *DV Selbsthilfe Kärnten* und Vertreter:innen 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 SHK kompetenter Ansprechpartner für das Thema „Selbsthilfe" sein kann.

Der *DV Selbsthilfe Kärnten* war im Jahr 2022 **21 mal** bei Sitzungen der unterschiedlichen Gremien anwesend.

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

Überblick über die Gremien im Sozial- und Gesundheitsbereich, in denen der DV SHK aktiv vertreten ist beziehungsweise Vertreter:innen 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
  www.monitoring-ktn.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
- **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 Interessent:innen (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.

Der Dachverband Selbsthilfe Kärnten wurde 430-mal im Sinne der Unterstützung der Selbsthilfe-Aktivitäten aktiv. Unterstützungsleistungen sind unter anderem: Aktualisierung der Daten, Beantwortung von Anfragen, Zur-Verfügung-Stellung von Präsentationsmitteln, Beratung, Erstellung von Aussendungen und Infomaterial, Vorbereitung von Gruppenräumen für Treffen, Erstellung von Kopien, Durchführung von Medienkooperationen, Versorgung von Infostellen mit Material, Herstellung von Kontakten zu SHG-Leiter:innen und Referent:innen, Teilnahme an Gruppentreffen, Weiterleitung von Terminen, Bekanntgabe von Terminen auf der Website ...
Es wurden mehr als 160 Anfragen zu Selbsthilfegruppen beantwortet und 60 Aktivitäten im Zusammenhang mit Gruppengründungen gesetzt.

Der Trend zur Verringerung der Anzahl der Selbsthilfegruppen setzte sich leider auch 2022 fort, aktuell gehen wir von 120 Selbsthilfegruppen aus, die tatsächlich Aktivitäten setzen. Dies ist vermutlich auf die Nachwirkungen der Pandemie zurückzuführen und es werden alle Anstrengungen unternommen, die Zahl in Zukunft wieder zu erhöhen. Es gibt bereits erfreuliche Tendenzen in Richtung Neugründungen. Eine Vergleichbarkeit mit anderen Bundesländern ist aufgrund der unterschiedlichen Zählweise nicht sinnvoll.

160

Anfragen von Interessent:innen zu Selbsthilfegruppen

430

Unterstützungsleistungen

60

Aktivitäten zu Gruppengründungen

Administrative und organisatorische Unterstützung für bestehende Selbsthilfegruppen in Zahlen:

99

Kontakte im Sinne der Öffentlichkeitsarbeit für SHG

6.836

Kopien für Informationsmaterial

1.540

Aussendungen zu Gruppentreffen, Veranstaltungen

25

Gruppentreffen in den Räumlichkeiten des *DV Selbsthilfe Kärnten*

Foto: Helge Bauer

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

Weiterbildungen 2022

Die Arbeit in der Selbsthilfe ist vielfältig und anspruchsvoll. Damit die Kompetenzen der Selbsthilfegruppenteilnehmer:innen und Vorstandsmitglieder des *DV Selbsthilfe Kärnten* diesbezüglich gestärkt werden, fanden auch im Jahr 2022 wieder selbsthilfebezogene Weiterbildungsveranstaltungen statt, die vom Fonds Gesundes Österreich 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* viermal jährlich Vertreter:innen der Kärntner Selbsthilfegruppen zum Selbsthilfe-Forum ein. Die Themen dafür werden von den Selbsthilfegruppenteilnehmer:innen vorgeschlagen und vom Dachverband umgesetzt. 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 erst ab Herbst 2022 wieder möglich, ein Selbsthilfe-Forum abzuhalten.

Weiterbildung für Selbsthilfegruppen

Der *DV Selbsthilfe Kärnten* bietet seit 1997 regelmäßig Weiterbildungsmaßnahmen an, da die Arbeit in der Selbsthilfe vielfältig und anspruchsvoll ist. Damit die Kompetenzen der Selbsthilfegruppenteilnehmer:innen und Vorstandsmitglieder diesbezüglich gestärkt werden, fanden im Jahr 2022 wieder regelmäßig selbsthilfebezogene Weiterbildungsveranstaltungen statt, die vom Fonds Gesundes Österreich finanziert wurden.

„Wir für uns“ – Strategien für Selbsthilfe-Aktivist*innen“

Leitung: Gabriele Suppan, MA, Management- und Kommunikationsberaterin, Businesscoach
Wann: Mittwoch, 25.05.2022, 09:00–17:00 Uhr

Inhalte der Weiterbildung
Wie kann man sich als Gruppe gut „positionieren“ bzw. „vermarkten“? Öffentlichkeitsarbeit, selbstsicheres Auftreten, Verbessern des Auftrittes der SHG. Welche Möglichkeiten gibt es, wenn zu viel Druck auf den Kontaktpersonen lastet – Umgang mit eigenen Ressourcen? Möglichkeiten der Gruppenorganisation, „Auslagern“ von Tätigkeiten, Handwerkzeug für Gruppenverantwortliche. Wie führe ich eine Gruppe? Wie organisiere ich Einladungen/Vorträge für die Teilnehmer:innen usw.?

„Resilienz“

Leitung: Mag.ª Elke Waldner, Psychologin, Dipl. Mental-Coach, Lebens- und Sozialberaterin
Wann: Mittwoch, 5. Oktober 2022, 09:00–17:00 Uhr

Inhalte der Weiterbildung
Resilienz wird auch „psychisches Immunsystem“ genannt. Seinen Ursprung hat das Resilienzthema in der kindlichen Entwicklung, wo Resilienz „Gedeihen trotz widriger Umstände“ meint. Unser Alltag ist von Höhen und Tiefen geprägt und wir können immer wieder beobachten, dass Menschen mit Alltagskrisen unterschiedlich umgehen und sie daher auch unterschiedlich bewältigen. In diesem Workshop erfahren die Teilnehmer:innen nicht nur, was Resilienz ist, sondern auch, was sie selbst zur Stärkung ihrer individuellen Resilienz und damit für den Erhalt ihrer Gesundheit tun können.

Fotos: Helge Bauer

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.

Erfolgreiche Verlängerung der Auszeichnung „Selbsthilfe-freundliches Krankenhaus“

Folgende Krankenhäuser konnten 2022 als selbsthilfefreundliche Krankenhäuser rezertifiziert werden:

- Humanomed Privatklinik Maria Hilf GmbH
- Humanomed Privatklinik Villach GmbH
- Krankenhaus der Barmherzigen Brüder St. Veit/Glan
- A. ö. Krankenhaus des Deutschen Ordens Friesach GmbH

PRIVATKLINIK MARIA HILF
EINE HUMANOMED KLINIK

PRIVATKLINIK VILLACH
EINE HUMANOMED KLINIK

BARMHERZIGE BRÜDER
KRANKENHAUS ST. VEIT/GLAN

DEUTSCH ORDENS
KRANKENHAUS
friesach

„Selbsthilfefreundliche Rehaeinrichtung“

Mit dem Humanomed Zentrum Althofen GmbH konnte 2022 die zweite Rehaeinrichtung in Kärnten nach der Gailtal-Klinik 2021 zertifiziert werden.

HUMANOMED ZENTRUM ALTHOFEN
KUR & REHABILITATION

*Nähere Informationen finden Sie auf **www.selbsthilfe-kaernten.at** unter „Aufgaben & Leistungen“ – „Selbsthilfefreundliche Krankenhäuser“ und „Selbsthilfefreundliche Rehabilitationseinrichtungen“.*

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, damit Patient:innen der Zugang zur Selbsthilfegruppe erleichtert und die Erfahrungskompetenz für den Krankenhausalltag genutzt wird. 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 am Wörthersee seit 2009 | Öffentliches Krankenhaus Waiern seit 2010 | Krankenhaus der Elisabethinen Klagenfurt seit 2011 | Krankenhaus der Barmherzigen Brüder St. Veit/Glan seit 2016 | A. ö. Krankenhaus des Deutschen Ordens Friesach GmbH seit 2016 | Privatklinik Maria Hilf Klagenfurt seit 2016 | Privatklinik Villach seit 2020

Selbsthilfefreundliche Rehaeinrichtung

Weitere Ziele der Auszeichnung „Selbsthilfefreundliche Rehaeinrichtung“ sind die Zusammenarbeit mit der Selbsthilfe zum Wohle der Patient:innen und das Nutzen der Erfahrungskompetenz für den Reha-Alltag.

Ausgezeichnete Rehaeinrichtungen:
Gailtal-Klinik seit 2021 | Humanomed Zentrum Althofen GmbH seit 2022

Fotos: Privatklinik Villach, Humanomed Zentrum Althofen, privat/KK

Projektbezogene Aktivitäten

Im Rahmen der Fördermöglichkeit durch die Sozialversicherungsträger reichte der *DV Selbsthilfe Kärnten* im Jahr 2022 das Projekt „Stärkung der Selbsthilfebewegung in Kärnten“ ein.

Die Auswirkungen der COVID-Pandemie waren auch 2022 spürbar und stellten sowohl die Selbsthilfegruppen in Kärnten als auch die Selbsthilfe-Unterstützung weiter vor große und unerwartete Herausforderungen. Selbsthilfegruppen in Kärnten mussten sorgsam geplante Aktivitäten sowie Veranstaltungen immer wieder an die veränderten COVID-Maßnahmen anpassen und teilweise auch absagen. Gruppentreffen und der vertraute persönliche Austausch konnten nur eingeschränkt stattfinden. Viele Selbsthilfegruppen nutzten zwar digitale Möglichkeiten, um miteinander im Kontakt zu bleiben bzw. neue Interessent:innen zu informieren, sie beklagen jedoch, dass aufgrund fehlender Aktivitäten der Zulauf durch neue Mitglieder fast nahezu ausbleibt. Diese Imagekampagne soll nun Interessent:innen und Selbsthilfegruppen wieder zusammenführen, wodurch der Fortbestand bzw. eine Weiterentwicklung der Selbsthilfebewegung ermöglicht und unterstützt wird. Weiters soll das Thema Selbsthilfe wieder stärker in das Bewusstsein der Menschen gebracht werden.

Die Projektförderung im Jahr 2022 durch die Österreichische Gesundheitskasse hat es ermöglicht, eine Kampagne in Radio Kärnten zu starten. Mithilfe von Radiospots in Radio Kärnten soll die Bekanntheit der Selbsthilfe Kärnten gesteigert werden, wodurch die Selbsthilfe und der Selbsthilfegedanke in die Bevölkerung getragen werden sollen.

Es wurden 2 unterschiedliche Texte gestaltet, die jeweils für einen Spot in der Länge von 20 Sekunden verwendet wurden. Die Texte wurden von einem Mitglied einer Selbsthilfegruppe unentgeltlich formuliert.

Foto: DV SHK

Text 1: „Sie haben gesundheitliche oder seelische Probleme? Dann sind Sie nicht allein! Denn in Kärnten gibt es rund 150 Selbsthilfegruppen. Eine davon ist genau die richtige für Sie. Holen Sie sich Unterstützung. Treffen Sie sich mit Gleichgesinnten. Infos unter www.selbsthilfe-kaernten.at."

Text 2: „Sie sind chronisch krank und fühlen sich oft hilflos und allein? Helfen Sie sich selbst! Treffen Sie sich mit Gleichgesinnten und werden Sie Mitglied in einer von 150 Selbsthilfegruppen in Kärnten. Betroffene und Angehörige sind herzlich willkommen. Infos unter www.selbsthilfe-kaernten.at."

Diese beiden Spots wurden 1- bis 2-mal täglich zu unterschiedlichen Uhrzeiten und in verschiedenen Sendungen ausgestrahlt. So kam es im Zeitraum von 9. Oktober 2022 bis 24. November 2022 zu insgesamt 57 Ausstrahlungen mit insgesamt 1140 Sekunden Sendezeit.

In der Zeit der Kampagne konnte ein Anstieg an Anfragen zu Selbsthilfegruppen verzeichnet werden. Während in den 7 Wochen vor Start der Kampagne 8 Anfragen zu Selbsthilfegruppen dokumentiert werden konnten, kam es in den knapp 7 Wochen der Kampagne zu 31 Kontaktaufnahmen und damit Anfragen über Telefon oder E-Mail.

Dieses Ergebnis legt nahe, dass öffentliche Präsenz wirkt. Aus diesem Grund wird auch in der kommenden Förderperiode am Erscheinungsbild der Selbsthilfe Kärnten gearbeitet – einerseits um besser sichtbar zu werden und andererseits um neue Zielgruppen und die junge Generation zu erreichen.

Gefördert aus den Mitteln der Sozialversicherung

Österreichische Gesundheitskasse

Öffentlichkeitsarbeit

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 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 2022 das Thema „Selbsthilfe in Zeiten des Umschwungs". Kärntner Selbsthilfegruppen sowie Vertreter:innen aus dem Selbsthilfebereich auf nationaler und internationaler Ebene stellten ihre Perspektiven und Gedanken zu diesem Thema in verschiedenen Beiträgen dar.

Im Verzeichnis der Kärntner Selbsthilfegruppen (Druckversion), das im 2-Jahres-Rhythmus neu aufgelegt wird, finden Interessent:innen einen nach Themenbereichen gegliederten Überblick über die Selbsthilfegruppen in Kärnten. Eine Neuauflage dieser Publikation wurde 2022 umgesetzt.

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 2022 wurden 10.681 Besuche und 37.382 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.

Facebook und YouTube

Social-Media-Plattformen, allen voran Facebook und YouTube, 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 eigenen Seite auf Facebook vertreten: **www.facebook.com/DVSelbsthilfeKaernten** und besitzt auch einen YouTube-Kanal, auf dem beispielsweise der Imagefilm und auch das Webinar „Selbsthilfefreundlichkeit" hochgeladen wurden.

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

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 2023

Weiterbildungsangebote für Selbsthilfegruppen

Damit die Selbsthilfegruppen den vielfältigen Herausforderungen in der Selbsthilfe auch weiterhin gewachsen sind, werden auch im Jahr 2023 bedarfsorientierte Weiterbildungsmaßnahmen für Selbsthilfegruppen angeboten. Eine anteilige finanzielle Förderung erfolgt durch den Fonds Gesundes Österreich.

Folgende Themenbereiche werden im Jahr 2023 vom *DV Selbsthilfe Kärnten* geplant:

- Selbsthilfe goes digital – Freundschaft schließen mit Internet und Co
- Ich packe meinen Notfallkoffer – Hilfe zur Selbsthilfe in Krisen
- Mit Herz dabei sein, ohne sich selbst zu verlieren – Vermeidung des Helfersyndroms
- Gesundheit kann man lernen – Salutogenese

Geschäftsbereich
Fonds Gesundes Österreich

Von der ÖGK gefördertes Projekt

2023 ist es nun endlich möglich, das Projekt „Die Selbsthilfe erhält ein neues Erscheinungsbild", das von der ÖGK gefördert wird, umzusetzen. Wir freuen uns schon jetzt auf das Ergebnis.

Österreichische Gesundheitskasse

Mitgliederbefragung

Eine umfassende Befragung aller Selbsthilfegruppen und -organisationen ist in Planung. Einerseits geht es darum, den Status quo zu dokumentieren, andererseits sollen die Mitglieder die Möglichkeit erhalten, ihre Wünsche und Anliegen an den Dachverband zu formulieren.

Selbsthilfe Kärnten

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.