

PRESSEAUSSENDUNG

03.02.2020

Kempferstraße 23/3, Postfach 27
9021 Klagenfurt am Wörthersee

Telefon 0463/50 48 71

Fax 0463/50 48 71 Dw. 24

E-Mail office@selbsthilfe-kaernten.at

Web www.selbsthilfe-kaernten.at

Weltkrebstag 4. Februar: Selbsthilfe wirkt!

Die Diagnose Krebs trifft Menschen meist völlig unvorbereitet und dementsprechend kommt es zu einer Achterbahn der Gefühle und der Gedanken sowohl bei den Betroffenen selbst als auch bei den Angehörigen. In dieser Situation besteht ein erhöhtes Orientierungsbedürfnis, denn die Ungewissheit über den Verlauf der Erkrankung und die Spätfolgen berühren die Zukunftsperspektiven und den Lebensentwurf der gesamten Familie.

Neben den professionellen Angeboten im medizinischen und therapeutischen Bereich kann die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe den Orientierungs- und Bewältigungsprozess positiv beeinflussen. An die Stelle von Resignation, Verleugnung und gesellschaftlicher Isolation treten Aktivität, das Sprechen über Ängste und Belastungen, Enttabuisierung von Krankheiten und ein selbstbestimmter Umgang mit einer schwerwiegenden Erkrankung und das hat positive Auswirkungen auf das soziale, physische und psychische Wohlbefinden.

Seit mehr als 30 Jahren ist Sophie Stiegler nach ihrer Krebserkrankung in der Selbsthilfegruppe Brustkrebs Villach und Wolfsberg aktiv. Ihre Motivation für dieses langjährige, ehrenamtliche Engagement beschreibt sie folgend: „Gespräche mit Gleichbetroffenen vermitteln das Gefühl von Gemeinschaft und verstanden werden und das wirkt sich positiv auf die Lebensqualität aus. Durch Fachvorträge erhalte ich auch aktuelle Informationen zu den neuesten Behandlungsmethoden“.

Die Aktivitäten von Selbsthilfegruppen reichen vom Erfahrungs- und Informationsaustausch bis hin zu sportlichen Aktivitäten wie zum Beispiel Nordic Walking. Durch die aktive Auseinandersetzung mit der veränderten Lebenssituation in der Selbsthilfegruppe gelingt es die passive und oft auch isolierte Position als PatientInnen zu überwinden und neue Wege im Umgang mit der neuen Situation zu finden, zu erproben und im Erfahrungsaustausch weiterzuentwickeln. Selbsthilfegruppen sind kein Patentrezept aber wie zahlreiche Untersuchungen zeigen „Selbsthilfe wirkt“!

Mehr Informationen zu Selbsthilfegruppen „Krebs“ in Kärnten finden Sie unter www.selbsthilfe-kaernten.at

Selbsthilfe Kärnten

Dachverband für Selbsthilfeorganisationen
im Sozial- und Gesundheitsbereich,
Behindertenverbände bzw. -organisationen
ZVR-Zahl 949747510

Der DV Selbsthilfe Kärnten ist
Mitglied des Steuerungsgremiums
der Initiative nationales Netzwerk
selbsthilfe – NANES





INFOBOX:

Der Dachverband Selbsthilfe Kärnten unterstützt seit 1990 die Aktivitäten der Kärntner Selbsthilfegruppen.

Aktuell gibt es in Kärnten ca. 180 Selbsthilfegruppen, in denen sich knapp 15.000 KärntnerInnen zu 70 verschiedenen Themen engagieren – immerhin 2,7 % der Kärntner Bevölkerung.

Rückfragehinweis:

Mag. Monika Maier

Präsidentin des Dachverbandes Selbsthilfe Kärnten

Telefon: 0664/526 45 64

E-Mail: maier@selbsthilfe-kaernten.at

WEB www.selbsthilfe-kaernten.at

Selbsthilfe Kärnten

Dachverband für Selbsthilfeorganisationen
im Sozial- und Gesundheitsbereich,
Behindertenverbände bzw. -organisationen
ZVR-Zahl 949747510

Mitglied der  ARGE Selbsthilfe
Österreich