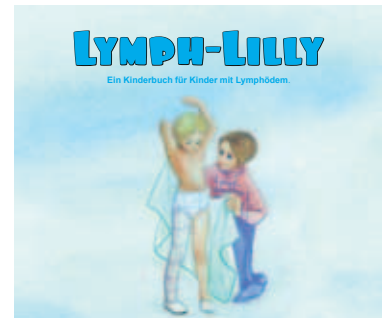


„Lymph-Lilly“ - ein Kinderbuch das Mut macht

Ein Buch für Kinder zu schreiben ist eine Herausforderung - besonders wenn es eine Krankheit thematisiert. Das Buch „Lymph-Lilly“ macht betroffenen Kindern und Eltern Mut, die Lympherkkrankung nicht als Ende der Kindheit zu sehen, sondern als Wegstein den es zu meistern gilt.

Sigrid MARKOVIC, die selbst von einer Lympherkkrankung betroffen ist, hatte die Idee zu diesem Buch. Bereits 1991 entschloss sie sich für eine Verbesserung der Situation von Lymph-Patienten zu kämpfen. Ihr großer persönlicher Einsatz führte im Jahr 1994 zur Gründung der Österr. Lymph Liga, sie war auch eine der treibenden Kräfte hinter der Eröffnung der Lymph-Klinik im LKH Wolfsberg. Nun ist es ihr ein Anliegen, betroffenen Kindern den Umgang mit der Lympherkkrankung näher zu bringen. Ihre Buchidee wurde von Ingrid ZANDI umgesetzt - mit Hilfe von Mag. Tamara DRAHOSCH, die für die wunderschönen Zeichnungen gewonnen werden konnte und Würcher Media, die mit professionellem Know-how unterstützten.

INFO: Sigrid MARKOVIC, TEL: 04272/836 05



TERMIN

Selbsthilfe-FORUM

das Plenum der Kärntner Selbsthilfegruppen

Dienstag, 10. September 2013, 14 - 16 Uhr
im DV Selbsthilfe Kärnten

Kempferstraße 23/3. Stock, Klagenfurt am WS

Thema: Spendensammlungen

Vertreter Kärntner Selbsthilfegruppen sind herzlich zum Informations- und Erfahrungsaustausch eingeladen!

Veranstalter: DV Selbsthilfe Kärnten

Anmeldung bis 6. September 2013:

DV Selbsthilfe Kärnten, TEL: 0463/50 48 71

E-MAIL: office@selbsthilfe-kaernten.at

TERMINAVISO

18. Österreichische Konferenz Gesundheitsfördernder Krankenhäuser und Gesundheitseinrichtungen

Die Konferenz steht vom **7. - 8. November 2013** im Klinikum Klagenfurt am WS unter dem Schwerpunktthema "Die seelische Gesundheit von Patienten, Mitarbeitern und der regionalen Bevölkerung fördern". Gerade wenn es um die seelische Gesundheit von Patienten geht, haben Selbsthilfegruppen einen hohen Stellenwert. Durch ihre Aktivitäten tragen sie ganz wesentlich zur Entstigmatisierung seelischer Erkrankungen bei und informieren über das Beteuungsangebot.

INFO: www.ongkg.at/konferenzen

GESETZESNOVELLE

Gemeinsam zum Erfolg

Wie viel Gewicht eine gemeinsame Stimme hat, zeigt die gute Zusammenarbeit im Rahmen des Begutachtungsentwurfes zum Kärntner Chancengleichheitsgesetz und Kärntner Mindestsicherungsgesetz.

Stellungnahmen zu Gesetzesentwürfen stellen Selbsthilfegruppen, nicht nur wegen der Komplexität der Inhalte, sondern auch wegen der sehr knapp bemessenen Begutachtungsfrist, vor eine große Herausforderung. Eine Abstimmung mit einzelnen Selbsthilfegruppen bzw. Selbsthilfegruppenteilnehmern ist in dem sehr knapp bemessenen Begutachtungszeitraum fast unmöglich. Deshalb ist die gute Zusammenarbeit mit der Anwaltschaft für Menschen mit Behinderung (AMB) und der transparente, inhaltliche Abstimmungsprozess sehr wichtig. Auch zum aktuellen Begutachtungsentwurf hat die AMB wieder in sehr kurzer Zeit eine sehr ausführliche Stellungnahme verfasst und den Mitgliedern des AMB-Fachgremiums zur Verfügung gestellt. Nachdem auch die Punkte, die von Selbsthilfegruppen eingebracht wurden, angesprochen wurden, hat sich der DV Selbsthilfe Kärnten voll inhaltlich der AMB-Stellungnahme angeschlossen.

Behindertenanwältin Mag. Isabella SCHEIFLINGER und Mitarbeiter Martin KAHLIG betonen: „Die derzeit vorliegende Regierungsvorlage ist als Erfolg der gemeinsamen Interessensvertretung zu werten und wir möchten uns an dieser Stelle bei Ihnen allen für die Unterstützung der AMB-Stellungnahme im Rahmen des letzten Begutachtungsverfahrens bedanken. Gerade durch diese Unterstützung hat unsere Stellungnahme ein so großes Gewicht bekommen, dass unsere Kritikpunkte im Rahmen des Begutachtungsverfahrens berücksichtigt worden sind und dementsprechend Eingang in der Regierungsvorlage gefunden haben.“



BEHINDERTENPASS

Behindertenpass - informieren zahlt sich aus!



Der Behindertenpass ist ein amtlicher Lichtbildausweis, der als Nachweis der Behinderung dient und zahlreiche Vorteile bringt. Anspruch auf einen Behindertenpass haben Personen mit einem Grad der Behinderung oder einer Minderung der Erwerbsfähigkeit von mindestens 50 %, die in Österreich ihren Wohnsitz oder gewöhnlichen Aufenthalt haben.

Vorteile, die der Behindertenpass bringt, sind z.B.

- Preisermäßigungen bei Freizeit- und Kultureinrichtungen
- Pauschalierter Steuerfreibetrag ab 25 % Behinderung (ausgenommen bei ganzjährigem Pflegegeldbezug) und/oder Diätverpflegung, Steuerfreibetrag mit Zusatzerfordernis wie bei KFZ-Steuerbefreiung
- Fahrpreisermäßigungen bei ÖBB und Verkehrsverbund (je nach Bundesland) mit der Vorteils card Spezial
- Euro-key, ein Schlüssel zur Benützung von z.B. WC-Anlagen, die Menschen mit Behinderung vorbehalten sind
- Versicherte bei der Gewerblichen Sozialversicherung (GSVG) mit einer Behinderung ab 70 % (Eintragung im Behindertenpass) erhalten eine Befreiung vom Selbstbehalt (= 20 %) für Leistungen aus dieser Versicherung. Ein Antrag bei der Versicherung ist erforderlich.

Der Behindertenpass ersetzt nicht den Ausweis nach § 29 b Straßenverkehrsordnung (Parkausweis bei dauernd starker Gehbehinderung), er ist auch nicht gleichzusetzen mit einem Bescheid betreffend die Zugehörigkeit zum Personenkreis der begünstigten Behinderten im Sinne des Behinderteneinstellungsgesetzes und mit dem Behindertenpass ist keine laufende finanzielle Leistung wie eine Invaliditäts-, Berufsunfähigkeits-, oder Erwerbsfähigkeitspension verbunden.

**INFOS: Bundessozialamt – Landesstelle Kärnten, TEL: 0463/5864-0,
E-MAIL: bundessozialamt.ktn@basb.gv.at**

Quelle: www.bundessozialamt.gv.at

Selbsthilfe-Fördertopf



Die nächste Sitzung des Selbsthilfe-Beirates findet am 14. November 2013 statt. Förderanträge können bis 17. Oktober 2013 in der Geschäftsstelle (Kontaktadressen siehe unten) eingebracht werden.

Nähere Informationen wie z.B. Formulare und auch den Tätigkeitsbericht 2012 finden Sie unter www.selbsthilfe-kaernten.at unter „Selbsthilfe-Fördertopf“ oder Sie erhalten die Information in der Geschäftsstelle:

Die Kärntner Landesregierung - Abt. 4 (Kompetenzzentrum Soziales) stellt im Jahr 2013 30.000 € für den Selbsthilfe-Fördertopf zur Verfügung. Wir bedanken uns im Namen der Kärntner Selbsthilfegruppen!

Dachverband Selbsthilfe Kärnten,
Kempferstr. 23/3, PF 108, 9021 Klagenfurt
TEL: 0463/50 48 71
E-MAIL: office@selbsthilfe-kaernten.at

Kontonummer: 1.122.498 (BLZ 39000) lautend auf „Selbsthilfe Kärnten - Fördertopf“

Weiterbildung für Selbsthilfegruppen

Workshop "Gemeinsam gelingt es leichter"

Donnerstag, 10. Oktober 2013, 9 - 17 Uhr, LKH Villach
Gabriele SUPPAN, M.A. (Kommunikationsberaterin und Trainerin)

Der Austausch mit anderen Betroffenen kann durchaus als Belastung erlebt werden. Das kann passieren, wenn die Erkrankung oder schwierige Situation zu sehr im Mittelpunkt des Gruppengeschehens steht. Der Workshop zeigt Möglichkeiten auf, wie sich die Selbsthilfegruppenteilnehmer gegenseitig stärken können und den gemeinsamen Austausch so gestalten können, damit die gesunden Anteile und Möglichkeiten jedes Einzelnen im Vordergrund stehen und nicht die Erkrankung (Salutogenese).

Anmeldung bis 30. September 2013 im DV Selbsthilfe Kärnten,
TEL: 0463/50 48 71, E-MAIL: office@selbsthilfe-kaernten.at

Gruppencoaching "Umgang mit den Herausforderungen im Gruppenalltag"

Freitag, 20. September 2013, 13 - 17 Uhr, LKH Villach
Dr. Michaela MIKLAUTZ (Psychotherapeutin)

Im Austausch erhalten die Teilnehmer Anregungen, wie sie mit schwierigen Gruppensituationen (z.B. Vielredner, Verletzung der Verschwiegenheit, schwierige Gruppenteilnehmer) umgehen können.

Anmeldung bis 9. September 2013 im DV Selbsthilfe Kärnten,
TEL: 0463/50 48 71,

E-MAIL: office@selbsthilfe-kaernten.at

Der Workshop findet in Kooperation mit dem Fonds Gesundes Österreich - einem Geschäftsbereich der Gesundheit Österreich GmbH statt.



REGIONALE SELBSTHILFE-INFORMATIONSTELLEN

BEZIRK VILLACH:

LKH Villach (TEL: 04242/208-2730):

- DV Selbsthilfe Kärnten: ab September jeden Mittwoch, 14.30 - 16.30 Uhr
- DIABETES: 7.10., 13 - 15 Uhr
- NTE (Nah-Todeserfahrung)-SHG: 20.9./18.10., 13 - 15 Uhr
- BRUSTKREBS: 30.9./28.10., 13 - 15 Uhr
- HÖRBEEINTRÄCHTIGUNG: 24.9. / 22.10., 9 - 11 Uhr
- ALZHEIMER - 16.9. / 21.10. telefonische INFO: 0699/125 93 484

BEZIRK HERMAGOR:

Gailtal-Klinik Hermagor

(TEL: 042 82/ 22 20-70173):

- DV Selbsthilfe Kärnten: 11.9., 9 - 11 Uhr

BEZIRK SPITAL/DRAU:

Gebietskrankenkasse Spittal/Drau,

Ortenburgerstr. 4 (TEL: 050 5855-4211):

- DV Selbsthilfe Kärnten: 4.9., 9 - 11 Uhr

BEZIRK KLAGENFURT:

Klinikum Klagenfurt am Wörthersee
(Haupteingang, 1. Stock):

- DV Selbsthilfe Kärnten: 7.8., 28.8. / 4.9., 25.9. / 2.10., 23.10. 13.30 - 15.30 Uhr
- SCHWERHÖRIGKEIT: 11.9. / 9.10., 14 - 16 Uhr
- BECHTEREW: 6.9. / 4.10., 14 - 16 Uhr
- LYMPHÖDEM: 27.9. / 25.10., 14 - 16 Uhr
- SCHILDDRÜSENKARZINOM: telefonische INFO: 0664/26 22 642

Krankenhaus der Elisabethinen Klagenfurt:

- DV Selbsthilfe Kärnten (TEL: 0664/ 92 18 063): 20.8. / 17.9. / 15.10., 13 - 14.30 Uhr
- BECHTEREW: 6.9. / 4.10., 9 - 11 Uhr

BEZIRK WOLFSBERG:

LKH Wolfsberg (Verwaltungsgebäude):

- DV Selbsthilfe Kärnten (TEL: 0664/92 18 063): 10.9. (Seminarraum 2) / 8.10. (Schulungsraum), 10 - 12 Uhr

BEZIRK VÖLKERMARKT:

BH Völkermarkt:

- DV Selbsthilfe Kärnten (TEL: 0664/92 18 063): 10.9. / 8.10., 13 - 15 Uhr

Gruppentreffen der Selbsthilfegruppen (SHG) (Stand 12.07.2013)

Weitere aktuelle Termine unter www.selbsthilfe-kaernten.at

ADIPOSITAS

Adipositas-SHG Wolfsberg:

18.10., 18 Uhr, LKH Wolfsberg, Lymphologie, Vortragssaal

Adipositas-SHG Villach:

17.10., 19 Uhr, LKH Villach (Neurolog. Abt., Seminarraum A)

Adipositas-SHG St. Veit/Glan:

16.10., 19 Uhr, Krankenhaus der Barmherzigen Brüder St. Veit/Glan

ALKOHOL

Anonyme Alkoholiker Villach:

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

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

Villach:
freitags, 20 - 21.30 Uhr
Evangel. Pfarramt, Hohenheimstr. 3, Villach

Bleiburg:

19.9./3.10., 17.10., 19 - 20 Uhr,
Pfarramt Bleiburg, Kumeschg. 16

ALLERGIEN / NEURODERMITIS

SHG Allergien und Neurodermitis

Klagenfurt:
3.9./1.10., 18.30 Uhr, DV Selbsthilfe Kärnten**

ALZHEIMER

SHG Alzheimerkranke u. deren Angehörige:

Klagenfurt:

14.8./9.10. – Sturzprophylaxe und Gleichgewichtstraining bei Alzheimerkranken – Claudia RESSLER und Anita MEIXL (Physiotherapeuten), 18 Uhr, Pflegeheim Kreuzberg, Hensl-straße 1, Klagenfurt
11.9. – erweitertes Gruppentreffen anlässlich des Weltalzheimer-tages, nähere Informationen Seite 7

Villach:

19.8., 14 Uhr, LKH Villach (Neurologische Abteilung, Seminarraum A)
16.9./21.10., 14 Uhr, LKH Villach (Neurologische Abteilung, Seminarraum B)

Oberkärnten:

29.8./26.9./31.10., 14 Uhr, Altenwohn- und Pflegeheim Mühldorf Nr. 260

APHASIE

SHG Aphasie:

18.9. – Wo und wie bekommt man Unterstützung? – Mag. (FH) Yvonne Sommeregger (Sozialdienst, Gaitalklinik), 16 - 18 Uhr, Gasthaus Lerchenhof, Hermagor

ATEMWEGE

SHG Atemwegserkrankte:

7.10., 18 Uhr, DV Selbsthilfe Kärnten**

SHG COPD:

24.9./22.10., 14.30 Uhr, (Neurologische Abteilung, Seminarraum B)

MORBUS BECHTEREW

Österr. Vereinigung Morbus Bechterew Ktn.:

26.9. – Impfungen bei Morbus Bechterew – Dr. Markus GAUGG (FA f. Innere Medizin, Rheumatologie) / 24.10. - Klangschaalen-Massage - Olga Kurowski - 18 Uhr, Gasthof Krall, Ehrentalerstraße 57, Klagenfurt

BORRELIOSE

SHG Borreliose:

14.8., 18.30 Uhr, Feuerwehrhaus Viktring, Emil-Hölzel-Weg 6

DIABETES

Österr. Diabetikervereinigung Kärnten

Villach:

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

DIALYSE

IG der Dialysepatienten und Nierentransplantierten Kärnten:

Lavanttal: jeden Mittwoch (August Sommerpause), 9.30 Uhr, Cafe Eberhard, St. Johanner Str. 3, Wolfsberg

EPILEPSIE

SHG Epilepsie Lavanttal:

3.9./1.10., 18.30 Uhr, Cafe Eberhard, St. Johanner Str. 3, Wolfsberg

GEHÖRLOS

„Visuelles Hören“ - Gehörlosenkultur Kärnten:

3.9./1.10., 14 Uhr, Seniorentreffen, AVS-Sozialzentrum, Schloßgasse 6, Villach
14.9. – Sozial und Gesundheit – 14 Uhr, Volkshaus Völkendorf, Neubaugasse 9, Villach

HÖRBEETRÄCHTIGUNG

SHG für Schwerhörige/Angehörige:

14.9. – tab. Technische Assistenz und Beratung für Schwerhörige - Mag. Brigitte SLAMANIG (Forum besser HÖREN), 10-12 Uhr, Forum besser HÖREN - Schwerhörigenzentrum Kärnten, Gasometergasse 4 a/Eingang Platzgasse, Klagenfurt

12.10. – Hörgeräteakustik – Firma Hartlauer, 10-12 Uhr, DV Selbsthilfe Kärnten**

SHG Eltern hörbeeinträchtigter Kinder Kärnten:

26.9. – SPZ. Sonderpädagogisches Zentrum für Hörbeeinträchtigte Kärnten - Mag. Johanna WEISHAUPT / 24.10., 16.30-18.30 Uhr, Forum besser HÖREN - Schwerhörigenzentrum Kärnten, Gasometergasse 4 a/Eingang Platzgasse, Klagenfurt

SHG Cochlea-Implantat:

12.9./10.10., 17-19 Uhr, Forum besser HÖREN - Schwerhörigenzentrum Kärnten, Gasometergasse 4 a / Eingang Platzgasse, Klagenfurt

ARGE Hörminderung:

3.10., 18 - 19.30 Uhr, ZENTRUM HÖREN, Petrugasse 11, Klagenfurt

KREBS

SHG Schilddrüsenkarzinom-PatientInnen:

4.10., 16.00 Uhr, DV Selbsthilfe Kärnten**

Frauenselbsthilfe bei Krebs Klagenfurt:

14.8., 28.8./11.9., 25.9./9.10., 23.10., 14 Uhr, GH Kressnig, St. Veiter Str. 244, Klagenfurt-Annabichl

Frauenselbsthilfe nach Brustkrebs

Lavanttal:

2.9./7.10., 14 Uhr, LKH Wolfsberg (Seminarraum 2, Verwaltungsgebäude), Paul-Hackhofer Str. 9

Villach:

19.9., 14 Uhr, LKH Villach (Neurolog. Abt., Seminarraum A)
31.10., 14 Uhr, LKH Villach (Neurolog. Abt., Seminarraum B)

MOBBING

Villach:

5.9./3.10., 18 Uhr, LKH Villach (Neurolog. Abt., Seminarraum B)

MULTIPLE SKLEROSE

MS St. Veit:

28.8./30.10., 9 Uhr, Autohof-BP Tankstelle Schnitzer, Völkermarkterstr. 55, St. Veit/Glan

Klagenfurt:

30.9./28.10., 18 Uhr, DV Selbsthilfe Kärnten**

Spittal/Drau:

11.9./9.10., 18 Uhr, Brückenwirt (Fam. RIEGER), Wirtschaftsbrücke 2, Spittal/Dr., INFO: 0650/90 279 64

Villach:

3.9./1.10. - Buchpräsentation "Wie ich mein Handicap verbessere..." - Gernot MORGENFURT (SHG MS Hermagor), 15 Uhr, Wirt in Judendorf, Judendorfer Str. 24, Villach

Völkermarkt:

29.8., 13 und 18 Uhr / 26.9. / 31.10., 13 Uhr, Cafe Lisi, Hart 23, Eberndorf

Hermagor:

29.8./26.9./31.10., 17 Uhr, Gasthaus Rathausstüberl, Hermagor - MS Stammtisch mit Betroffenen

OSTEOPOROSE**Klagenfurt:**

18.9. - Ernährung bei Osteoporose - Barbara STOCKER (Diätologin) / 16.10. - Ambulante geriatrische Remobilisation - OA Dr. Walter MÜLLER (Elisabethinen-Krankenhaus), 17.30 Uhr, Elisabethinen-Krankenhaus (Vortragssaal), Klagenfurt

Spittal/Drau:

15.11., 19 Uhr, Gasthof Brückenwirt, Wirtschaftsbrücke 2, Spittal/Drau

PARKINSON**Villach:**

10.9./8.10. - Vortrag geplant, 16-18 Uhr, LKH Villach (Neurolog. Abt., Seminarraum B)

Klagenfurt:

12.9. - Gast: OA Dr. Alfred KUSCHNIG (Klinikum Klagenfurt, Neurolog. Abt.) / 10.10. - Gast: DGKS Patrizia GURKER (Sozialhilfe Kärntner Frauen), 15 Uhr, Glanwirt, Feldkirchner Str. 98, Klagenfurt

Wolfsberg:

4.9./2.10., 17 Uhr, LKH Wolfsberg, (Verwaltungsgebäude, Seminarraum 1), Paul-Hackhofer Straße 9

PSYCHE / ANGST / DEPRESSION**SHG Angst und Depressionen St. Veit/Glan:** jeden Donnerstag, 18 Uhr, Krankenhaus der Barmherzigen Brüder St. Veit/Glan (Seminarraum)**SHG Leben wagen (Depressionen) Feldkirchen:**

6.8., 20.8., 18 Uhr, Gasthaus „Roter Engel“, Hauptplatz 6, Feldk.

SHG Depressionen Villach:21.8., 16 Uhr, LKH Villach (Neurolog. Abt., Seminarraum A)
18.9. / 16.10., 16 Uhr, LKH Villach (Neurolog. Abt., Seminarraum B)**SHG Depressive Verstimmungen, Gmünd:**

11.9./9.10., 19 Uhr, Neue Evangelische Kirche in Gmünd

SHG Gegen Angst und Depression Eberndorf

5.8., 19.8./2.9., 16.9., 30.9./14.10., 28.10., 18 Uhr, Pfarrhof Eberndorf, Bleiburgerstraße 11

SHG Angst, Depression, Burn-out Klagenfurt:

14.8., 28.8./11.9., 25.9./9.10., 23.10., 17 Uhr, DV Selbsthilfe Kärnten **

SHG Bipolare Erkrankung Klagenfurt:

8.8., 22.8./12.9., 26.9./10.10., 24.10., 19 Uhr, DV Selbsthilfe Kärnten **

SHG Angst, Depressionen, Panikattacken Spittal/Dr.:

13.9., 27.9./11.10., 25.10., 18.30 Uhr, Kath. Pfarrzentrum, Litzelhofenstr. 1, 1. Stock, Spittal/Dr. 16.4., 17.30 Uhr, Pro mente, Gartenstr. 1, Spittal/Drau

HPE - Hilfe für Angehörige psychisch

Erkrankter, Kärnten:

Klagenfurt:

20.9., 17-19 Uhr / 18.10., 16-18 Uhr - Was ist, wenn wir nicht mehr sind. Wie kann ich richtig vorsorgen? - DSA Mag. Peter GARDOWSKY, Caritas (Vortragssaal), Sandwirtg. 2 (Eingang Kolpingg.), Klagenfurt

Spittal/Drau:

17.9./15.10., 17.30 Uhr, Tageszentrum Pro mente, Gartenstr. 1, Spittal/Drau

Villach:

2.8./4.9., 18 Uhr, Schloßgasse 6 (AVS, Tiefgeschoss), Villach

2.10. - Fragestunde mit Mag. Karin TELESKLAV (Klinische und Gesundheitspsychologin), 18 Uhr, Schloßgasse 6 (AVS, Tiefgeschoss), Villach

17.10. - Was ist, wenn wir nicht mehr sind. Wie kann ich richtig vorsorgen? - DSA Mag. Peter GARDOWSKY - 14 Uhr, Schloßgasse 6 (AVS, Tiefgeschoss), Villach

Völkermarkt:

26.9./31.10., 18 Uhr, Pfarrhaus Völkermarkt, Kirchengasse 8

Gailtal:

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

RHEUMA**Klagenfurt:**

18.9. - Rheuma und das Immunsystem - Dr. Matthias AUSSERWINKLER (Elisabethinen-Krankenhaus, Abt. f. Innere Medizin) / 17.10., 18 Uhr, Elisabethinen-Krankenhaus (Vortragssaal), Klagenfurt

Villach:

18.9., 18 Uhr, LKH Villach (Neurolog. Abt., Seminarraum A) / 15.10., 18 Uhr, LKH Villach (Neurolog. Abt., Seminarraum B)

SCHLAGANFALL**SHG Schlaganfallerkrankte:**Wolfsberg:
3.9./1.10., 17 Uhr, Cafe Eberhard, St. Johannerstr., Wolfsberg**Klagenfurt:**

5.8./2.9./7.10., 14 Uhr, Hotel Roko Hof, Villacher Str. 135, Klagenfurt

SCHWANGERSCHAFT**SHG Glücklose Schwangerschaft****Spittal/Drau:**
4.9./2.10., - INFO: Brigitte. WINKLER,
TEL: 0699/114 040 70**SENIOREN****SHG 60+:**

Jeden Mittwoch, 13 Uhr, Krankenhaus Waiern/ Feldkirchen, Martin-Luther-Straße 14

STOMA**SHG Stoma Villach:**

1.8./5.9./3.10., 16 Uhr, Gasthof Kramer, Italienerstraße 14, Villach

TINNITUS**SHG Tinnitus Spittal/Drau:**

5.9./3.10., 19 Uhr, Gasthof Ertlhof, Hauptstraße 101, Seeboden

SHG Tinnitus Klagenfurt

7.8./2.10., 18 Uhr, DV Selbsthilfe Kärnten**

TRAUER**SHG Plötzlich ohne Kind:**6.9./4.10., 18 Uhr, INFO: Sonja WALDER,
TEL 0650/7311511**ZÖLIAKIE****Österr. ARGE ZÖLIAKIE - Kärnten:**28.9., 17.30 Uhr - Kinder-Pizza-Treffen, Pizzeria „Made Italy“, Herzog Bernhard Str. 19, St. Veit/ Glan, Anmeldung bis 21.9.:
DI Alexandra KOGELMANN, 0680/20 66 404
oder kaernten@zoeliakie.or.at

MOBILE APPS

Vorsicht, Datenspione unterwegs!

Viele mobile Apps sind nützlich und unterhaltsam. Manche saugen aber auch ohne Wissen ihrer Nutzer heikle Daten ab. Datenschützer warnen vor allem bei Gesundheits-Apps vor dem Missbrauch sensibler Informationen und geben Tipps, wie man sich vor unbefugter Schnüffelei schützen kann.

96 Prozent der Österreicher besitzen ein Mobiltelefon, bereits jedes zweite ist ein Smartphone. Mit diesen schicken Geräten kann man telefonieren – aber auch im Internet surfen und schauen, was die Freunde auf Facebook gerade treiben. Großer Beliebtheit erfreuen sich auch Apps. Sie bringen – viele von ihnen kostenlos – allerlei nützliche und unterhaltsame Dinge auf das Handy: Spiele, Terminkalender, Taxiruf, Zugauskunft

oder Stadtpläne. Immer mehr Apps bieten auch Informationen zu Gesundheitsthemen, helfen bei der Suche nach dem nächsten Arzt oder Apotheker und beim Verwalten persönlicher Krankheitsdaten.

Was auf den ersten Blick sehr praktisch anmutet, hat auch seine Schattenseiten. Datenschützer warnen davor, dass Apps ohne Wissen ihrer Nutzer personenbezogene Daten ausspionieren können. Werbefirmen können damit Personen- und Nutzerprofile erstellen. Diese sind für sie sehr nützlich, damit sie ihre Leistungen und Produkte zielgenauer an die Kunden bringen können. Bei Gratis-Apps ist der Verkauf der Daten oft die einzige Einnahmequelle für die Entwickler.

Lesen Sie den gesamten Beitrag online unter www.selbsthilfe-oesterreich.at.

Quelle: SELBSTHILFE:konkret 2/2013

ZEITSCHRIFT "SELBSTHILFE: KONKRET"

Die Zeitschrift SELBSTHILFE:konkret, ein Medium der ARGE Selbsthilfe Österreich (Zusammenschluss der themenübergreifenden Selbsthilfe-Dachverbände und -Kontaktstellen und themenbezogenen, bundesweit tätigen Selbsthilfeorganisationen), bringt unter anderem Standpunkte und Forderungen von betroffenen Menschen und ihren Angehörigen in die aktuelle Diskussion auf sozial- und gesundheitspolitischer Ebene ein. Die SELBSTHILFE:konkret, die viermal im Jahr erscheint, trägt damit dazu bei, Patienten, deren Angehörige und Menschen in schwierigen Lebenssituationen eine Stimme zu geben, damit sie endlich dorthin rücken wo sie hingehören – nämlich in den Mittelpunkt.

Wollen auch Sie die Selbsthilfe:konkret gratis in Ihrem Postkasten haben? Schicken Sie eine E-Mail (mit Ihrer Postadresse!) an arge@selbsthilfe-oesterreich.at.



ONLINEPLATTFORM

Hilfe in „verrückten“ Zeiten



Mehr als 50.000 Kinder und Jugendliche wachsen in Österreich mit psychisch erkrankten Elternteilen auf. Hinter verschlossenen Wohnungstüren sind sie mit ihren Fragen, Sorgen und Problemen ganz auf sich gestellt und das Stigma der psychischen Erkrankung führt sie meist in die Isolation.

Unter www.verrueckte-kindheit.at hat HPE Österreich eine Onlineplattform für junge Menschen (bis 30 Jahre) mit psychisch erkrankten Eltern aufgebaut. Hier finden Kinder und Jugendliche Informationen und Möglichkeiten zur professionellen Unterstützung. Im Mittelpunkt steht ein Forum zum gegenseitigen Austausch. Denn das ist meist schon die größte Hilfe: zu wissen, dass es auch anderen so geht. Die Plattform wurde mit dem Wissen und der Erfahrung von jungen Menschen, deren Mutter oder Vater psychisch erkrankt ist, und Mitarbeitern der Selbsthilfegruppe HPE Österreich erstellt. Finanziert wurde das Portal aus Mitteln des Fonds Gesundes Österreich und einer Spende von Licht ins Dunkel.

Quelle: SELBSTHILFE: konkret 2/2013

GESUNDHEITSMESSE

Kärntner Gesundheits- und Sportmesse: Das Kreuz mit dem Kreuz und den Gelenken

Immer stärker wird in der Bevölkerung auf Grund von staatlichen Einsparungen im Gesundheitsbereich auf das Thema Vorsorge und Gesundheit wertgelegt. Im Rahmen der Gesundheits- und Sportmesse besteht durch den Besuch der Vorträge aber auch durch den Kontakt zu den einzelnen Ausstellern die Möglichkeit, sich zu gesundheitsrelevanten Themen zu informieren.

WANN 16. und 17. Oktober 2013,
jeweils von 14 Uhr bis 21 Uhr

WO Blumenhalle, Villacher Straße 15, St. Veit/Glan

Veranstalter:

Verein „Gesundheits-Kompetenzzentrum/Gesundheitstage Kärnten“ in Zusammenarbeit mit dem St. Veiter Bürgermeister Gerhard MOCK

INTERN

Qualitätsentwicklung

Selbsthilfegruppen orientieren sich am Bedarf und den Bedürfnissen der Gruppenteilnehmer, das bedeutet, dass die Aktivitäten und Zielsetzungen sehr unterschiedlich sind und sich auch verändern können. Wenn eine bedarfsorientierte Unterstützung der Selbsthilfegruppen ernst gemeint ist, braucht es eine regelmäßige Anpassung der Serviceleistungen aber auch der Rahmenbedingungen.

Aktuell werden im DV Selbsthilfe Kärnten derzeit die Kriterien für die Aufnahme als ordentliches Mitglied des DV Selbsthilfe Kärnten und die Serviceleistungen für Selbsthilfegruppen mit dem Ziel überarbeitet, die Qualität der Selbsthilfegruppenunterstützung zu erhöhen. Nach Abstimmung mit dem Vorstand und auch der Landesregierung stellen wir die aktuellen Informationen gerne zu Ihrer Verfügung.

WELTALZHEIMERTAG

Die Selbsthilfegruppe Alzheimer Klagenfurt lädt anlässlich des Weltalzheimertages zum erweiterten Gruppentreffen mit zahlreichen interessanten Vorträgen ein.

WANN Mittwoch, 11. September 2013, 16 – 19 Uhr
WO Pflegeheim Kreuzbergl, Henselstraße 1 Klagenfurt

Dr. Peter SCHNABL (FA für Neurologie)

Demenzkrankungen - Herausforderungen aus neurologisch-geriatrischer Sicht in den nächsten Jahrzehnten

OA Dr. Walter MÜLLER (Krankenhaus der Elisabethinen, Department Akutgeriatrie/Remobilisation)

"Ambulante Geriatrische Remobilisation" - eine zeitlich begrenzte Komplexleistung zur Remobilisation und Reintegration in der häuslichen Umgebung

DGKS Jasmin FINK (Pflegeaktiv)

Entlastung pflegender Angehöriger durch Pflege- und Betreuungsdienst

**INFO: Hannelore PACHER, TEL: 0699/125 93 484
Reinhold WALCHER, TEL: 0699/138 92 484**

**MINI MED**

MINI MED STUDIUM

Das Programm Herbst 2013 finden Sie unter
www.minimed.at



SELBSTHILFEGRUPPEN (SHG) IN GRÜNDUNG

SHG Berufliche Belastungen meistern

Viele Menschen sind in ihrem beruflichen Alltag zahlreichen Belastungen ausgesetzt. Wie aber kann mit dem Zuviel an Anforderungen umgegangen werden? Die Selbsthilfegruppe bietet die Möglichkeit Auswirkungen beruflicher Dauerbelastung auf die körperliche und psychische Gesundheit zu reflektieren und durch den Austausch mit anderen Teilnehmern eigene Bewältigungsstrategien zu entwickeln.

SHG Angehörige nach Suizid

Ein Suizid verändert das Leben der Hinterbliebenen. Neben dem Schmerz des Verlustes erleben viele Angehörige Schuldgefühle und stellen sich die Frage nach dem "Warum". Um Betroffenen die Möglichkeit zu bieten, sich mit anderen auszutauschen, hat sich eine betroffene Frau entschlossen die Selbsthilfegruppe „Angehörige nach Suizid“ zu gründen.

Informationen zu den Gruppengründungen:

DV Selbsthilfe Kärnten, TEL: 0463/50 48 71

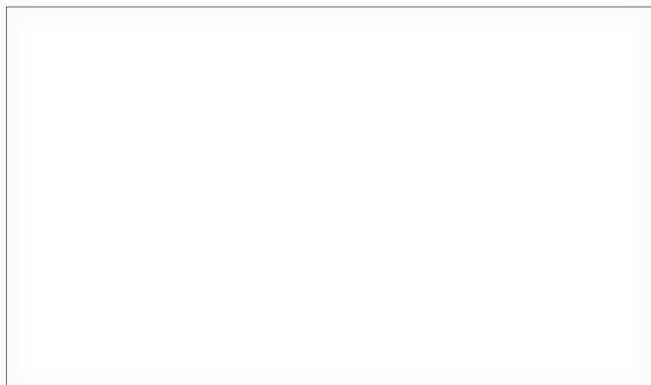
E-MAIL: office@selbsthilfe-kaernten.at

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



Österreichische Post AG / Sponsoring.Post
12Z039281 S

Retouren bitte an: Dachverband Selbsthilfe Kärnten
Postfach 108, 9021 Klagenfurt am Wörthersee



SHG Harninkontinenz, Klagenfurt

Sind Sie selbst inkontinent oder kennen Sie jemanden der damit Probleme hat? Harninkontinenz betrifft viele Menschen, doch die wenigsten sprechen darüber. Damit betroffene Menschen und ihre Angehörigen offen über ihre Probleme reden und ihre Erfahrungen austauschen können, wird in Klagenfurt eine Selbsthilfegruppe gegründet.

SHG Zwänge, Radenthein

Immer wieder von beängstigenden Gedanken geplagt zu werden, ohne Chance von unserer Gesellschaft als „Zwangserkrankter“ wahrgenommen zu werden, ist sehr zermürbend. Für solche Erkrankungen fehlen oft die Akzeptanz und das Verständnis. Etwas immer wieder tun zu müssen, ohne ein klares Kriterium vor Augen zu haben, ist sehr anstrengend und demütigend zugleich. Zwänge können in allen Lebensbereichen auftreten, wobei sie sowohl unsere Gedanken als auch unsere Handlungen diktieren. Sie schleichen sich in unser Leben ein und breiten sich immer weiter aus wenn man dagegen nichts tut. Da ich seit vielen Jahren selbst betroffen bin, habe ich mich entschlossen, eine Selbsthilfegruppe zum Informations- und Erfahrungsaustausch in Radenthein zu gründen.

INFO: Berta Lackner, TEL 0650/48 98 333



ACHTUNG: Das Büro des DV Selbsthilfe Kärnten ist am Freitag, 16. August 2013 nicht besetzt!

Bürozeiten: MO und DO 8 - 16 Uhr
MI und FR 8 - 13 Uhr

Impressum: Medieninhaber, Herausgeber: Dachverband Selbsthilfe Kärnten (ZVR-Zahl: 949747510), Kempfstraße 23/3, PF 108, 9021 Klagenfurt, TEL: 0463/50 48 71, FAX: 0463/50 48 71-24, E-MAIL: office@selbsthilfe-kaernten.at, WEB: www.selbsthilfe-kaernten.at
Redaktionsteam: Mag. Monika Maier, Mag. Stefanie Rieser
Druck: Diözese Gurk - Bischöfliches Seelsorgeamt, Klagenfurt

Die Personen- und Berufsbezeichnungen werden der besseren Lesbarkeit halber nur in einer Form verwendet, sind aber natürlich gleichwertig auf beide Geschlechter bezogen.