

Publikationen

Selbsthilfe Kärnten EXTRA 2009

Selbsthilfegruppen erfüllen nicht nur auf der individuellen Ebene durch unmittelbare psychosoziale Hilfestellung und Unterstützung bei der alltäglichen Lebensbewältigung eine wichtige Funktion, sondern auch auf gesundheits- und sozialpolitischer Ebene. Trotz der großen Bedeutung von Selbsthilfegruppen ist der Begriff immer noch nicht klar definiert und wird häufig missbräuchlich verwendet.

Um ein klares „Profil“ der Selbsthilfe zu vermitteln, steht die diesjährige Ausgabe der Selbsthilfe Kärnten EXTRA unter dem Schwerpunktthema „Selbsthilfegruppe bedeutet für mich...“ Zum einen werden Selbsthilfegruppen-TeilnehmerInnen ihre persönlichen Erfahrungen mit der Selbsthilfegruppe schildern und zum anderen werden ExpertInnen im Sozial- und Gesundheitsbereich ihren Zugang, ihre Erwartung und Kooperationsmöglichkeiten darstellen.



Verzeichnis der Kärntner Selbsthilfegruppen 2009

Das aktuelle Verzeichnis der Kärntner Selbsthilfegruppen kann ab sofort kostenlos im Büro des Dachverbandes Selbsthilfe Kärnten bestellt werden (Tel. 0463/50 48 71, E-Mail: office@selbsthilfe-kaernten.at)



SELBSTHILFE:konkret

Das Kommunikationsmedium der ARGE Selbsthilfe Österreich erscheint regelmäßig und kann kostenlos bestellt werden (Tel. 0664/34 29 137, E-Mail: arge@selbsthilfe-oesterreich.at)

ACHTUNG

Das Büro des Dachverbandes **Selbsthilfe Kärnten** ist am Montag, 7.12.2009 und vom 24.12.2009 - 6.1.2010 nicht besetzt.

GESUCHT - GEFUNDEN

Die Firma **SEPIN** - (Herr Winfried Sepin ist Mitglied im Selbsthilfe-Beirat) stellt **ein FAX-Gerät** für Selbsthilfegruppen kostenlos zur Verfügung:

- SAMSUNG SF 4000

Das Gerät ist generalüberholt und voll funktionsfähig (inkl. Beschreibung).

Selbsthilfegruppen, die Interesse haben, melden sich bitte im Büro des Dachverbandes Selbsthilfe Kärnten, TEL 0463/50 48 71 oder E-MAIL: office@selbsthilfe-kaernten.at



Die Arbeit der **Selbsthilfe Kärnten** wird aus Mitteln des Landes Kärnten gefördert.

Selbsthilfe-FORUM

Montag, **23. November 2009**
um 14 Uhr im DV **Selbsthilfe Kärnten**

Schwerpunktthema: Vernetzung und allgemeiner Erfahrungsaustausch

INFO und Anmeldung: DV **Selbsthilfe Kärnten** (TEL 0463/50 48 71) oder

E-MAIL: office@selbsthilfe-kaernten.at



INFO

5/09

Nov. / Dez. 2009 / Jänner 2010

Neuer Verhaltenskodex regelt Umgang mit Selbsthilfegruppen



Die **Pharmig - Verband der pharmazeutischen Industrie Österreichs**, hat im Rahmen der Generalversammlung einen neuen Verhaltenskodex beschlossen. Damit bekennt sich die pharmazeutische Industrie zu einem transparenten Umgang mit Patientenorganisationen. Die wichtigste Neuerung sind Regelungen für die Zusammenarbeit mit Patientenorganisationen (Artikel 8 a).

Damit wird beispielsweise festgelegt, dass pharmazeutische Unternehmen alle von ihnen unterstützten Patientengruppen namentlich nennen, sowie Art und Umfang der jeweiligen Unterstützung öffentlich zugänglich machen müssen.

Der Verhaltenskodex 7/2009 steht zum Download unter www.pharmig.at unter „Publikationen“ zur Verfügung bzw. kann gerne im Büro des Dachverbandes Selbsthilfe Kärnten angefordert werden.

Einladung zum ADVENTPUNSCH

Freitag, **18. Dezember 2009** von 10 - 14 Uhr im Büro des Dachverbandes **Selbsthilfe Kärnten** (Kempferstraße 23/3, Stock, Klagenfurt)

Als kleines Dankeschön für die gute Zusammenarbeit wollen wir (Vorstand und Team) in gemütlicher Atmosphäre das Jahr ausklingen lassen und laden dazu VertreterInnen von Selbsthilfegruppen, MedienvertreterInnen, KooperationspartnerInnen und PolitikerInnen recht herzlich ein!

Bitte betrachten Sie die Information als offizielle Einladung - um Anmeldung bis 11.12.2009 wird gebeten - Telefon 0463/50 48 71!

EINLADUNG zum

4. Kärntner Ethik-Tag

Freitag, **20. November 2009** von 9.00 - 15.30 Uhr
im Casineum Velden

„Der aufgeklärte Patient: Anspruch und Wirklichkeit“

Folgende Schwerpunkte werden im Rahmen der Veranstaltung behandelt:

- Wissensmanagement und Wissenstransfer („shared decision making“)
- Strahlenschutz und Ethik
- Der aufgeklärte Patient: Ethisches Dilemma im intra- und extramuralen Bereich
- Ethisches Dilemma aus der Sicht der PatientInnen

Die ReferentInnen werden über persönliche Erfahrungen mit Entscheidungen berichten, die entweder von PatientInnen getroffen oder durch die Einrichtung vorgegeben wurden und die nicht unbedingt mit der persönlichen Einstellung bzw. Haltung übereinstimmen.

Das detaillierte Programm finden Sie auf der Website der Ethik-Kommission des Landes Kärnten unter <http://www.ethikkommission-kaernten.at>.

Die Teilnahme ist kostenlos und eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Ausgehend von einer Fülle von Informationen, die auf PatientInnen einströmt, stellt sich die Frage, ob PatientInnen heute wirklich besser informiert sind als früher und wie sich unvollständige Information in Gesundheitsfragen auf das Verhältnis zur behandelnden Ärzteschaft auswirkt.

Dazu gibt es einen unaufhaltsamen technologischen Fortschritt, etwa auch in der Diagnostik, die sich nuklearmedizinischer Verfahren bedient. Deren Funktion und Risiken abzuklären bedarf es eigener Anstrengungen. Welche ethischen Probleme durch das Auseinanderklaffen von Anspruch und Wirklichkeit auftreten, sollen sowohl aus den verschiedenen Gesundheitsbereichen als auch aus der Sicht von Betroffenen behandelt werden.

FORUM Gesundheit löst „gesundes kärnten“ ab

Das Kommunikationsmedium der Kärntner Gebietskrankenkasse „**gesundes kärnten**“, das seit März 2002 an alle Kärntner Haushalte mit Berichten rund um Vorsorge und Gesundheit, mit Wellness-News und GKK-Nachrichten ging, wird ab Dezember 2009 vom Gesundheitsmagazin „**FORUM Gesundheit**“ abgelöst. Durch die Zusammenarbeit der Gebietskrankenkassen Oberösterreich, Niederösterreich, Salzburg, Vorarlberg und Tirol kann die Zeitschrift wesentlich kostengünstiger bei gleicher Qualität produziert werden.

In Kärnten erscheint „FORUM Gesundheit“ ab Dezember 2009 und wird einmalig an alle Kärntner Haushalte zum Kennenlernen geschickt. Dann - ab Frühjahr 2010 - erhalten InteressentInnen die Zeitschrift nur noch, wenn sie diese - kostenlos - abonniert haben. FORUM Gesundheit wird einen Mittelteil enthalten, der ausschließlich den Belangen der Kärntner Gebietskrankenkasse gewidmet ist.



MINI MED STUDIUM -

Herbst 2009

16. November 2009, Klagenfurt

Alle Jahre wieder: Erkältungskrankheiten - was wirkt wirklich?

Dr. Erfried PICHLER (Homöopathische Ambulanz, LKH Klagenfurt)

Mag. pharm. Jutta POLLINGER-JUVAN (Apothekerin, St. Veit/Glan)

23. November 2009, Wolfsberg

Es trifft jede achte Frau: Brustkrebs. Früherkennung, Risikofaktoren, neueste Therapien

OA Dr. Elisabeth MELBINGER-ZEINITZNER (LKH Wolfsberg und KH Spittal/Drau)

30. November 2009, Wolfsberg

Diabetes - das neue Volksleiden. Neueste Methoden zu Diagnose und Therapie
Dr. Sandra FORTUNAT (Diabetes-Ambulanz, LKH Klagenfurt)

11. Jänner 2010, Villach

Gesunder Lebensstil durch richtige Ernährung. Wie man Diabetes, Herzinfarkt und Co. verhindern kann

Univ.-Prof. Dr. Hermann TOPLAK (Medizinische Universität Graz)

18. Jänner 2010, Spittal/Drau

Der schleichende Prozess Rheuma - eine moderne Geißel

OA Dr. Horst JUST (Rheuma-Ambulanz, LKH Klagenfurt)

Beginn: jeweils 19 Uhr

KLAGENFURT: BKS Bank Saal, St. Veiter Ring 43
VILLACH: Paracelsussaal, Rathaus, Rathausplatz 1
WOLFSBERG: KUSS (KulturStadtSaal), St. Michaeler Str. 2
SPITTAL: Fachhochschule, Villacher Straße 1

Informationen zum detaillierten Programm erhalten Sie unter www.minimed.at oder unter der Info-Hotline in ganz Österreich zum Ortstarif: 0810/081060



DIABETES-INFOTAGE IN VILLACH UND LAAS

„Schulung und Vorsorge“

Samstag, **14.11.2009** von 14 - 18 Uhr
im LKH Villach (Speisesaal)

14.00 Uhr

Eröffnung der Ausstellung „Neue Produkte für Diabetiker“

14.00 - 15.00 Uhr

Individuelle Ernährung - Erika WINKLER (Diätberatung, LKH Villach)

15.00 - 17.30 Uhr Vorträge

„Selbstmessung JA - aber richtig!“ - DGKS Maria PREIN (Diabetesberaterin, LKH Villach)

„Unterzuckerungsgefahr bei Typ 1 und 2“ - OA Dr. James GREDLER (LKH Villach)

„Diabetesmedikamente: mögliche Wechselwirkungen, richtige Einnahme (wann und wie?“ - Mag. pharm. Karin HUMMER (Apothekerin, LKH Villach)

INFO: Reinhilde KAUS, Tel. 042 42/46 1 80

Sonntag, **15.11.2009** von 8.30 - 13 Uhr
im LKH Laas

08.30 Uhr

Eröffnung der Ausstellung

09.00 Uhr

Begrüßung durch **Prim. Dr. Johannes HÖRMANN** und **Vortrag** zum Thema **„Metabolisches Syndrom - 4 Risikofaktoren und wie man sie entschärft“**

09.30 Uhr

„Sinn und Unsinn von Diäten“ - Irmgard HÖRMANN (Diätologin)

10.00 - 11.00 Uhr PAUSE mit Buffet, Ernährungsberatung, Möglichkeit zur BZ-Messung - **Anne-marie FICK** (Diätologin, LKH Laas), **DGKS Karin SCHMID** (LKH Laas)

11.00 Uhr

„Der begünstigte Behinderte“ und der „Behindertenpass“ - Wolfgang ZAGORSKI (Bundessozialamt Kärnten)

11.30 Uhr

„Wie wichtig sind Normwerte bei Diabetes und wie oft soll ich kontrollieren?“ - OA Dr. Christian POTOČNIK (LKH Laas)

INFO: Brigitte THER, Tel. 0 42 82/40 07

WAS MÄNNER WISSEN SOLLTEN

Es ist eine Tatsache, dass jedes Thema erst im Bewusstsein der breiten Bevölkerung Eingang finden muss um als solches wahrgenommen zu werden.

Das Problem „Prostatakrebs“ und wie man trotz Krankheit ein gutes Leben führen kann, liegt leider noch ziemlich im Dunkeln.

Warum ist das so? Und warum machen viele Männer ihre Augen zu, wenn es um dieses brennende Thema geht?

Die größte Verhinderungsursache ist bei vielen die Scham! Sie lässt nicht zu, dass über ein unangenehmes und vermeintlich auch diskriminierendes Gebiet diskutiert und offen gesprochen wird.

Einige Menschen, betroffene Männer und mitbetroffene Frauen haben sich nun entschlossen, die Lebensumstände rund um den Prostatakrebs zu beleuchten. Mitunter hätten sie die vergangenen Leidensgeschichten lieber sehr schnell „vergessen“. Dass sie sich dennoch noch einmal mit manchem Schock und mancher Frustration konfrontierten, gebührt ihnen ein besonderer Dank.

Einige Fachleute schlossen sich dem Wunsch nach mehr Öffentlichkeit an und rundeten so das Bild des Lebens mit Prostatakrebs ab.

Die Idee von Frau Dr. Sammer zu dem Buch fiel auf fruchtbaren Boden im Selbsthilfeverein Prostatakrebs in Wien. Herr Büchler, der Gründer und langjährige Obmann des Selbsthilfevereins Prostatakrebs unterstützte mit Rat und Tat. Herr Prof. Dr. Djyvan - unter anderem Leiter der Urologischen Abteilung am AKH, Wien) und Dr. Margreiter - der an dieser Abteilung beschäftigt ist - haben den medizinischen Teil beige-steuert.

Herr Büchler hat über die wechselvolle und oft frustrierende Geschichte der Selbsthilfegruppe und des mangelnden Interesses an Prostatakrebs in der Öffentlichkeit berichtet.

Frau Dr. Sammer brachte ihre Erfahrungen und Überlegungen als Psychologin, Psychotherapeutin und Frau eines Betroffenen ein.

Ulrike Sammer (Hrsg.): Was alle Männer wissen sollten. Leben mit Prostatakrebs.
ISBN 978-3-85251-834-3

Ulrike Sammer (Hrsg.)
Was alle Männer wissen sollten
Leben mit Prostatakrebs



Mit Beiträgen von Univ.-Prof. Dr. Bob Djavan, Dr. Markus Margreiter, Dr. Ulrike Sammer, Ekkehard F. Büchler und 19 Betroffenen

novum eco

Weiterbildungsangebot 2010 für Selbsthilfegruppen

Workshop: Selbsthilfegruppen als Informationsdrehscheibe

Dauer: 1 Tag – Mai 2010

Ziel: Selbsthilfegruppen fungieren als Drehscheibe für die Weiterleitung themenbezogener Informationen aber auch für Informationen über Angebote im Sozial- und Gesundheitsbereich. Doch wie geht die Gruppe mit den unterschiedlichen Informationen um? Im Workshop soll geklärt werden, woher Informationen bezogen werden, wie sie hinterfragt und schließlich genutzt werden können.

Workshop: Selbsthilfegruppen-TeilnehmerIn und „Selbsthilfgruppen-LeiterIn“ zugleich – eine spannende Herausforderung

Dauer: 1 Tag – September 2010

Ziel: Die Doppelfunktion einer Selbsthilfgruppen-TeilnehmerIn und „-Leiterin“ ist oftmals nicht leicht auseinander zu halten. Ziel des Workshops ist es die eigene Rolle in der Gruppe zu reflektieren und Möglichkeiten zu erproben, beide Funktionen „unter einen Hut zu bringen“.

Sobald die Förderzusage vom Fonds Gesundes Österreich - einem Geschäftsbereich der Gesundheit Österreich GmbH einlangt, werden die Termine für die Workshops fixiert.

Selbsthilfe-Fördertopf



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

Nähere Informationen wie z.B. Einreichfristen, Formulare finden Sie unter www.selbsthilfe-kaernten.at/foerdertopf.htm oder Sie erhalten die Information in der Geschäftsstelle (Adresse siehe oben).

In Bezug auf eine Förderung für 2010 teilen wir mit, dass die Kärntner Landesregierung eine empfindliche Reduzierung der Förderung angekündigt hat.

Kontonummer: 96410-735-838 (BLZ 14000) lautend auf „Selbsthilfe Kärnten - Fördertopf“

Regionale SELBSTHILFE-Informationenstellen

Bezirk Villach:

LKH Villach - TEL: 0 42 42/208 DW 2730:

Dachverband *Selbsthilfe Kärnten*: Mi. 4.11., 11.11., 18.11., 25.11. / 2.12., 9.12., 16.12., 23.12. / 13.1., 20.1., 27.1., 13 - 15 Uhr

DIABETES: Mo. 2.11. / 7.12. von 13-14 Uhr

NTE (Nah-Todeserfahrung)-SHG: Fr. 20.11. / 18.12. / 15.1., 13-15 Uhr

BRUSTKREBS: Fr. 27.11., Mo. 30.11. / Mo. 25.1., Fr. 29.1., 13-15 Uhr

HÖRBEETRÄCHTIGUNG: Di. 24.11. / 22.12. / 26.1. - 9 - 11 Uhr

RHEUMATISCHE ERKRANKUNGEN: Mo. 9.11. / 14.12., 13 - 15 Uhr

ALZHEIMER - Mo. 16.11. / 21.12. / 18.1. - Information: Hannelore Pacher, Tel. 0699/125 93 484

VISUELLES HÖREN - Gehörlosenkultur Kärnten: Do. 12.11. / 10.12. / 14.1., 12 - 14 Uhr

Bezirk Hermagor:

Gailtal-Klinik Hermagor -TEL: 042 82/22 20-70173: Mi. 11.11. / 9.12. / 13.1., 9 - 11 Uhr

Bezirk Spittal/Drau:

Gebietskrankenkasse Spittal/Drau, Ortenburgerstraße 4 - TEL: 050 5855-4211:
Mi. 4.11. / 2.12., 9 - 11 Uhr

Bezirk Völkermarkt:

BH Völkermarkt (Zi 101, 1 Stock):
Di. 10.11. / 12.1., 13 - 15 Uhr

Bezirk Wolfsberg:

LKH Wolfsberg (Verwaltungsgebäude - Schulungsraum): Di. 10.11. / 12.1., 10 - 12 Uhr

Bezirk Klagenfurt:

LKH Klagenfurt (2. Med.Abt. - Nuklearmedizin)

Dachverband *Selbsthilfe Kärnten*: Di. 10.11., 24.11. / 22.12. / 12.1, 26.1., 13.30 - 15.30 Uhr
SCHWERHÖRIGKEIT: Mi. 11.11. / 9.12. / 13.1., 14 - 16 Uhr

ALZHEIMER: Do. 5.11. / 3.12., 14-16 Uhr - Information: Reinhold Walcher, Tel. 042 23/23 39

LYMPHÖDEM: tel. Terminvereinbarung unter 042 72/83 605 - Sigrid Markovc

DIABETES: Di. 17.11. / 15.12. / 19.1., 14 - 16 Uhr

SCHILDDRÜSENKARZINOM: Anfragen bei Frau Mischkulnig (Abteilung Nuklearmedizin) - Telefon: 0664/26 22 642

Interventionsstelle wird Gewaltschutzzentrum

Die *Kärntner Interventionsstelle gegen familiäre Gewalt* hat ihren Namen in **Gewaltschutzzentrum Kärnten** geändert:

Gewaltschutzzentrum Kärnten
Radetzkystraße 9
9020 Klagenfurt
Telefon: 0463/590 290
E-Mail: info@gsz-ktn.at
WEB: www.gsz-ktn.at

Infolder zu folgenden Themenbereichen können gerne angefordert werden:

- Gewaltschutzzentrum Kärnten
- Betretungsverbot und Einstweilige Verfügung
- Strafverfahren
- Stalking

INTEGRATION:KÄRNTEN - www.integrationkaernten.info

Die Familienberatungsstelle INTEGRATION:KÄRNTEN hat seit einiger Zeit eine neue Homepage - www.integrationkaernten.info.

Dort finden Sie aktuelle Informationen über den Verein und die Aktivitäten.

Zusätzlich wurde ein Forum eingerichtet, das die Möglichkeit zum Erfahrungs- und Informationsaustausch bietet.

INTEGRATION:KÄRNTEN
Moritschstraße 2/1 Business Center „Altes Parkhotel“
9500 Villach
Telefon: 042 42/210 725
E-Mail: ik@betrifftintegration.at
WEB: www.integrationkaernten.info

