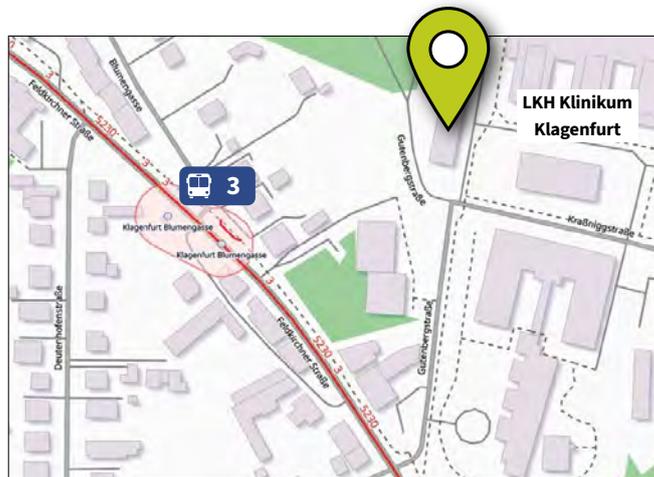


Der Dachverband Selbsthilfe Kärnten zieht um

Nach 24 Jahren in der Kempfstraße 23/3 in Klagenfurt hat der Vorstand des Dachverbands Selbsthilfe Kärnten beschlossen, neue Räumlichkeiten zu suchen. Ab Juni finden Sie uns in der Gutenbergstraße 7 in Klagenfurt.

Notwendig wurde dies aufgrund immer wiederkehrender Probleme mit dem Aufzug, die einen barrierefreien Zugang für Menschen mit Mobilitätseinschränkungen unmöglich machten. Ein Mangel an Barrierefreiheit ist auch im Eingangsbereich, bei der Benützung des Aufzugs und der sanitären Anlagen offensichtlich. Darüber hinaus gibt es in den Räumlichkeiten in absehbarer Zeit Sanierungsbedarf.

Wir freuen uns, dass wir **ab Juni 2024** in den neuen Räumlichkeiten in der **Gutenbergstraße 7** zu finden sind. Hier erwarten Sie neu adaptierte Büroräume und ein bestens ausgestatteter Gruppenraum. Alle Bereiche sind barrierefrei zugänglich und erleichtern so die Arbeit für die Selbsthilfegruppen und die Gruppentreffen.



Informationen zum Standort Blinden- und Sehbehindertenverband Kärnten (BSVK): Gutenbergstraße 7, 9020 Klagenfurt

- **Parkplätze** in der Kurzparkzone: Kraßniggstraße, Gutenbergstraße und Umgebung
- **Öffentlicher Verkehr:** Klagenfurt mobil (Stadtwerke-Bus): Linie 3, Haltestelle Blumengasse – Fußweg 300m

Treffen der Selbsthilfegruppen, Weiterbildungsveranstaltungen für Selbsthilfgruppenleiter:innen und das Selbsthilfe-Forum finden ab diesem Zeitpunkt wieder im Dachverband Selbsthilfe Kärnten in der Gutenbergstraße 7 statt.

Wir bedanken uns sehr herzlich bei Mag. Heinz Pfeifer und Christine Lamisch vom Blinden- und Sehbehindertenverband für die überaus freundliche Aufnahme des Dachverbands Selbsthilfe Kärnten und die herausragende Unterstützung während der Adaptierungsarbeiten. Auf eine

gute Büro-Nachbarschaft in der Gutenbergstraße 7!
Eine Bitte: Sehr gerne und selbstverständlich sind wir auch während der Zeit des Umzugs für Sie da – geben Sie uns jedoch bitte ein bisschen mehr Zeit für die Erledigung unserer Unterstützungsleistungen wie Folder, Zusendungen, usw.

Termine und kommende Veranstaltungen

Seite 3

Treffen und Veranstaltungen der Selbsthilfegruppen

Seite 4

Neue Selbsthilfegruppen in Kärnten

Seite 8

Projekt-Förderung

Wir informieren Sie über die Förderinitiative der Österreichischen Sozialversicherung in Kooperation mit dem Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz und dem Fonds Gesundes Österreich für das Jahr 2025.

Für regionale und lokale Aktivitäten/Projekte von Selbsthilfegruppen und -organisationen stehen in Kärnten Unterstützungsleistungen durch die Sozialversicherung, den Fonds Gesundes Österreich und das Sozialministerium zur Verfügung.

Die Unterlagen für die Anträge, sowie der Förderleitfaden stehen auch auf der Homepage der ÖGK zum Download bereit:



www.gesundheitskasse.at >

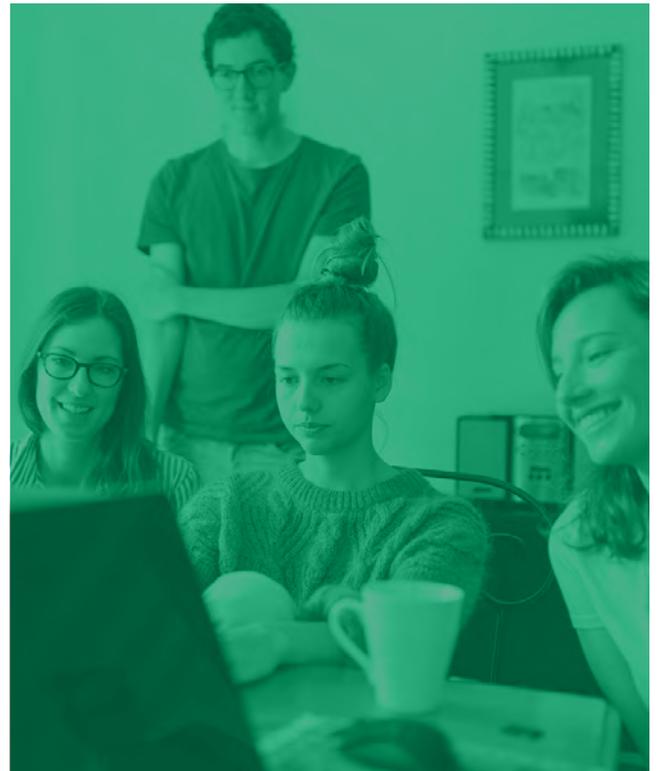
[Gesund leben > Vorsorgen und Impfen >](#)

[Selbsthilfegruppen >](#)

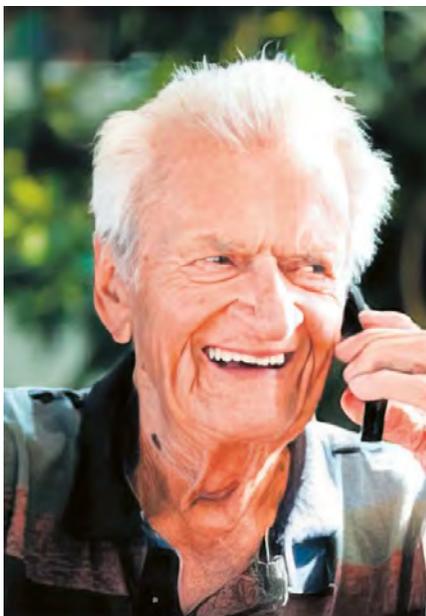
[ÖGK fördert Selbsthilfegruppen](#)

Die Frist für die Antragsstellung endet mit **31. Mai 2024**. Später einlangende Anträge können nicht mehr angenommen werden.

Ihren Antrag senden Sie bitte an folgende Adresse:
Vorzugsweise per Mail an office@selbsthilfe-kaernten.at
Für Fragen stehen die Mitarbeiterinnen des Dachverband Selbsthilfe Kärnten gerne zur Verfügung.



Österreichische
Gesundheitskasse



Nachrufe

Die SHG 60+ und 70++ aus Waiern trauert um **Helmut Rauter**, welcher am 8. Februar 2024 im 96. Lebensjahr von uns gegangen ist. Bis zum Schluss war Helmut in seinem Engagement ein großartiges Vorbild! Wir verneigen uns für sein langjähriges tiefgreifendes Wirken in der Selbsthilfe. Zeit seines Lebens galt er als großer Vernetzer und Vordenker. Pfiat Gott Helmut!

Im März hat uns die traurige Nachricht erreicht, dass Frau **Josefine More**, die Mitbegründerin von HPE Kärnten – Hilfe für Angehörige psychisch Erkrankter, völlig überraschend verstorben ist. Sie hat HPE Kärnten mit aufgebaut, maßgeblich geprägt und in Kärnten zu einer Institution gemacht. Ihr Engagement für HPE-Kärnten wird uns in dankbarer Erinnerung bleiben!



Termine



2. Selbsthilfe-Forum

Am **6. Mai 2024** findet ab 14:00 Uhr das nächste Selbsthilfe-Forum statt. Wir nutzen die Gelegenheit, uns mit den neuen Räumlichkeiten vertraut zu machen und die Zeit für intensiven Austausch zu nutzen.

Ort: Blinden- und Sehbehindertenverband Kärnten (BSVK), Gutenbergstraße 7, Klagenfurt, Gruppenraum im Untergeschoss

Regionale Selbsthilfe-Informationenstellen

Bitte beachten Sie, dass für persönliche und individuelle Beratungen eine vorherige **Anmeldung** (ausgenommen Klinikum Klagenfurt) unter ☎ 0463 50 48 71 oder ✉ office@selbsthilfe-kaernten.at **bis jeweils Montag vor dem Termin** unbedingt notwendig ist.

- **Klinikum Klagenfurt** – ohne Anmeldung!
Jeden 1. und 3. Dienstag im Monat, 9–12 Uhr
- **A.ö. Krankenhaus der Elisabethinen**
Dienstag, 14–15 Uhr
- **BH Völkermarkt und LKH Wolfsberg**
jeden 1. und 3. Dienstag im Monat, 14–15 Uhr
- **LKH Villach, ÖGK Spittal/Drau und Gaitalklinik Hermagor** – jeden 2. und 4. Dienstag im Monat, 14–15 Uhr

INFORMATION ZU DEN TERMINEN

Wir sind laufend bemüht, unser Angebot für Interessent:innen und Teilnehmer:innen an Selbsthilfegruppen zu verbessern. In diesem Sinne werden die Terminseiten neu strukturiert.

Unter „**Termine Selbsthilfegruppen**“ finden Sie jene Gruppen, die tatsächlich Gruppentreffen im Sinne der Selbsthilfe anbieten – also regelmäßig, vertraulich, offen für neue Mitglieder, kostenlos und ohne wirtschaftliche Interessen.

Unter „**Veranstaltungen Selbsthilfegruppen**“ finden Sie Aktivitäten von Selbsthilfegruppen und deren Leitungen, die zusätzlich zu Gruppentreffen stattfinden wie z. B. Turnen, Vorträge, Beratungen ...

Wir hoffen, dass die Termine damit für Sie übersichtlicher werden. Wenn Sie einen Irrtum oder gar Fehler entdecken, zögern Sie bitte nicht, uns Feedback zu geben – nur so können wir Schritt für Schritt die Neuerungen zu Ihrer Zufriedenheit umsetzen.

Save the date: Weiterbildungen für SHG-Leiter:innen

- **4. Juni 2024:** „Ab nach draußen! Die Kraft der Natur für Gruppentreffen nutzen“ mit Mag.^a Kathrin Sowa-Mörtl
- **17. September 2024:** „Selbstpräsentation und Medien-erreichbarkeit“ mit Sabrina Hafner
- **15. Oktober 2024:** „Blödeln mit Tiefgang – mit Humor Stress und Krisen bewältigen“ mit Julia Stampfer

Wie immer erhalten Sie rechtzeitig Informationen zu Zeit, Ort und Anmeldung. Wir freuen uns auf Sie!

Gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich
Gesundheit Österreich
 GmbH



 **Bundesministerium**
 Soziales, Gesundheit, Pflege
 und Konsumentenschutz

15. Soziale Dialog Konferenz: Armut in Kärnten

Wo brennt es unter den Nägeln? Mit der breit durchgeführten Kärntner Armutsstudie 2024 präsentieren wir die aktuellsten Zahlen und Brennpunkthemen zur Armut in Kärnten. Wir sind davon überzeugt, dass die Bekämpfung von struktureller Armut nur in übergreifender Kooperation von Politik, Verwaltung, sozialen Organisationen und Armutserfahrenen gelingt. Daher laden wir Sie ein, die zentralen Ergebnisse mit uns zu diskutieren und gemeinsam nach Lösungen zur Bekämpfung von Armut zu suchen.

Mittwoch, 3. Juli 2024 von 09:00 bis 13:00 Uhr, im Konferenzsaal der **Arbeiterkammer Kärnten**, Eingang Bahnhofplatz 3, Klagenfurt. Teilnahme kostenfrei!

Kooperationspartner:innen: Land Kärnten, Arbeiterkammer Kärnten, Caritas Kärnten, Diakonie de La Tour, pro mente kärnten und Volkshilfe Kärnten

Anmeldung bis 30. Juni an: office@armutsnetzwerk.at

Termine/Gruppentreffen der Kärntner Selbsthilfegruppen (SHG)

Bitte beachten:

Auch bei sorgfältiger Terminplanung kann es zu Verschiebungen bzw. Absagen kommen.

Aktuelle Termine finden Sie unter
www.selbsthilfe-kaernten.at.

Der **DV Selbsthilfe Kärnten** ist zu den gewohnten Öffnungszeiten (Montag bis Donnerstag, 8:30–14:00 Uhr) unter ☎ 0463/50 48 71 und ✉ office@selbsthilfe-kaernten.at für Sie erreichbar.

Weitere Selbsthilfegruppen finden Sie unter
www.selbsthilfe-kaernten.at

ALKOHOL

Anonyme Alkoholiker

Klagenfurt: donnerstags, 18 Uhr, Altkatholische Kirche, Kaufmangasse 11, Klagenfurt
Villach: montags, 18:30 Uhr, Evang. Pfarramt Villach, Adalbert-Stifter-Str. 21, Villach

SHG AL-ANON (Angehörige und Freunde von Alkoholikern)

Villach: freitags, 18 Uhr, Evang. Pfarramt Villach, Wilhelm von Hohenheimstr. 3,
 ☎ Frau Mares ☎ 0650/641 49 28

Bleiburg & Klagenfurt:

Kontakt: ☎ 0650/349 40 95

ALPHA1 ANTITRYPSINMANGEL

SHG Alpha1 Österreich – Landesst. Kärnten

☎ Christine Rapp ☎ 0650/411 87 53
 ✉ christa.rapp@gmx.at

ALZHEIMER

SHG Alzheimerkranke und deren Angehörige Klagenfurt:

15.5./12.6./10.7., 18 Uhr, SeneCura Pflegezentrum Kreuzbergl, Henselstraße 1a, Klagenfurt
Demenz-Café Klagenfurt:

8.5./5.6./3.7., 9 Uhr, Altenwohn- und Pflegeheim St. Peter, Harbacher Straße 72, Klagenfurt
Gesprächsrunde via Internet mit Mag.^a

Christine Leyroutz: 22.5./19.6./17.7., 18 Uhr
 ☎ Hannelore Pacher ☎ 0699/125 934 84,
 Anmeldung ✉ hp15501@gmx.at,
 ☎ www.alzheimer-demenz.jimdo.com

Villach:

27.5./17.6./15.7., 16 Uhr, im Steirerhof (kleiner Saal), Warmbader Straße 4, Villach

Demenz-Café Villach:

7.5./4.6./2.7., 9 Uhr, Diakonie – Haus Maria Gail, Arnold-Clementsitsch-Straße 55, Villach
 ☎ Edith Kronschläger, Elisabeth Terbuch
 ☎ 0664/31 10 414, ✉ SH-AZVillach@gmx.at

Lavanttal:

21.5./18.6./16.7., 16 Uhr, LKH Wolfsberg, Paul-Hackhofer-Straße 9, Wolfsberg, Seminarraum 3

Oberkärnten: ☎ Mag.^a Brigitte Stocker,
 ☎ 0664/184 66 88 ✉ brigitte.stocker@tz-moe.at

APHASIE

SHG Aphasie Kärnten

15.5., 16 Uhr, GH Lerchenhof, Untermöschach 8, Hermagor

ATEMWEGERKRANKUNGEN

SHG Atemwegserkrankte

6.5./3.6., 18 Uhr, Gruppenraum DV Selbsthilfe Kärnten*

MORBUS BECHTEREW

Österr. Vereinigung Morbus Bechterew - Landesstelle Kärnten

26.6., 18 Uhr, Gasthof Krall, Klagenfurt

☎ Mag.^a Hermine Kohlweis ☎ 0664/65 71 125
 ✉ kaernten@bechterew.at
 ☎ www.bechterew.at

CONTERGAN

SHG der Contergan-Thalidomid-Geschädigten Österreichs – Landesstelle Kärnten

1.5., 12 Uhr, Restaurant Zu den 3 Linden, Wien
 Anmeldung: ☎ Helga Napetschnig ☎ 0650/370 50 21 ✉ helga.napetschnig@chello.at

DEPRESSION

SHG Depressive Verstimmungen, Gmünd

8.5./12.6., 13:30 Uhr, Evangelische Kirche Gmünd, Griefß an der Lieser 5, 9853 Gmünd
 ☎ DV Selbsthilfe Kärnten*

ERWORBENE HIRNSCHÄDIGUNG

SHG Erworbene Hirnschädigung – Gemeinsam statt einsam

3.5./7.6./5.7., Villach, Anmeldung:
 ☎ Mag.^a Martina Bergner ☎ 0664/972 59 36
 ✉ martinabergner57@gmail.com

SHG HIRNverletzt vernetzt

☎ Ricarda Motschilnig ☎ 0660/723 79 95
 ✉ office@hirnverletzt.at ☎ www.hirnverletzt.at

HIRNverletzt vernetzt-Cafés

Wolfsberg:

montags, 9 Uhr, Café Lebensgefühl, Johann-Offner-Straße 12, Wolfsberg, Anmeldung:
 ☎ Reinhold Ninaus ☎ 0664/5425034

Villach:

Kooperation mit der SHG „gemeinsam statt einsam“, die Treffen finden **einmal im Monat** statt.
 ☎ Martina Bergner ☎ 0664/972 59 36
 ✉ martinabergner57@gmail.com

ENDOMETRIOSE

SHG Endometriose

☎ Emilia Andonova ☎ 0660/244 30 44
 ✉ emiliaandonova@hotmail.com

EPILEPSIE

SHG Epilepsie Kärnten

25.5./29.6., 14 Uhr, Gruppenraum DV Selbsthilfe Kärnten*, ☎ Alexandra Hölbling
 ☎ 0650/602 02 30 ✉ xandi.3972@gmx.at

ESSTÖRUNG

SHG Overeaters Anonymous

dienstags, 18 Uhr, Gruppenraum DV Selbsthilfe Kärnten*, ☎ ausschließlich nach tel. Voranmeldung bei Sabine ☎ 0677/636 900 01
 ✉ klagenfurt@overeatersanonymous.at

FIBROMYALGIE

SHG Fibromyalgie Kärnten

23.5./27.6., 15 Uhr, Privatklinik Villach, Dr.-Walter-Hochsteiner-Straße 4, Villach
 ☎ DV Selbsthilfe Kärnten* oder
 DGKP Boris Sidorenko ☎ 04242/ 3044

HÖRBEINTRÄCHTIGUNG

SHG für Schwerhörige und deren Angehörige – Kärnten

11.5., 10 Uhr, Forum besser Hören, Gasometergasse 4a, Eingang Platzgasse, Klagenfurt
8.6., 10 Uhr, Gruppenraum DV Selbsthilfe Kärnten*

SHG Eltern hörbeeinträchtigter Kinder – Kärnten

23.5./27.6., 16:30 Uhr, Forum besser Hören, Gasometergasse 4a, Eingang Platzgasse, Klagenfurt

SHG Cochlea Implantat – Kärnten

13.6., 17 Uhr, Forum besser Hören, Gasometergasse 4a, Eingang Platzg., Klagenfurt
 Alle Termine nach Anmeldung:
 ☎ 0463/310 380 oder
 ✉ office@besserhoeren.org
 ☎ www.besserhoeren.at

KOPFSCHMERZEN

SHG Kopfweh

☎ Sandra Aberger ☎ 0680/130 1514
 ✉ sandra.aberger@drei.at

KREBS

SHG Frauenselbsthilfe nach Brustkrebs, Villach:

31.5./28.6., 14 Uhr, LKH Villach, Nikolaigasse 43, Villach ☎ Monika Feindt
 ☎ 04242/420 07 oder 0664/341 64 37

SHG Nordic Walking für Betroffene von Krebs mittwochs

16:45 Uhr, Fischerwirt/Kreuzbergl, Klagenfurt

SHV Darmkrebs – Verein für Darmkrebsinformationen

☎ Helga Thurnher ☎ 01/714 71 39, 0676/93 40 746
23.5./27.6., 17 Uhr, Darmgruppe: Privatklinik Villach, Dr. Walter-Hochsteiner-Straße 4, Villach
 ☎ DGKP Boris Sidorenko ☎ 04242/3044

LUPUS ERYTHEMATODES

SHG Lupus Erythematodes

☎ Evelin Radocha ☎ 0650/666 62 40

MISSBRAUCH**SHG Seelenstammtisch für Missbrauchs- und Misshandlungsoffer**

10.6. 18 Uhr, Gruppenraum DV Selbsthilfe Kärnten*  Jörg Rothenpieler  0664/37 65 850
 joerg.rothenpieler@chello.at

MULTIPLE SKLEROSE**SHG Multiple Sklerose****St. Veit/Glan:**

27.5./24.6., 15 Uhr, Gasthaus Autohof Schnitzer, Völkermarkter Straße 55, St. Veit/Glan
 Martina Pretis  0664/204 69 72
 martinapretis@gmx.at

Völkermarkt:

31.5./27.6./25.7., 13 Uhr, Café Lisi, Hart 23, Eberndorf  Valentin Wutte  0664/407 13 00
 valentin.wutte@hotmail.com

OSTEOPOROSE**SHG Osteoporose****Ferlach:**

 Sonja Woschnak  0664/830 43 50 oder 04227/2435

Spittal/Drau:

16.5., 18 Uhr, Gasthaus Brückenwirt Vereinslokal, Spittal/Drau  Franz Kohlweiss
 0699/17 22 88 46  franz.kohlweiss@aon.at

MORBUS PARKINSON**SHG Parkinson-PatientInnen/Angehörige Oberkärnten:**

14.5./14.6., 14 Uhr, Hotel Schloss Lerchenhof, Untermöschach/Hermagor
 Adolf Koffler, MBA  0664/73 75 75 73,
 office@parkinsonselbsthilfe.at

Klagenfurt:

21.5./8.6., 15 Uhr, Privatklinik Maria Hilf, Radetzkystraße 35, Klagenfurt
 Ingrid Bliem  0681/105 229 42
 ingrid.bliem@aon.at

St. Veit/Glan:

15.5./12.6., 14 Uhr, Vereinstreff der Stadt St. Veit/Glan, Bahnhofstraße 11  Harald Horn
 0664/40 15 100  horn-h@gmx.at

Villach:

16.5./20.6./18.7., 14 Uhr, Privatklinik Villach, Dr. Walter-Hochsteiner-Str. 4, Warmbad-Villach
 Adolf Koffler, MBA  0664/73 75 75 73
 office@parkinsonselbsthilfe.at

PFLEGENDE ANGEHÖRIGE**SHG Pflegende Angehörige**

5.6., 16:30 Uhr, Seerestaurant Pirkdorfer See, Pirkdorf 29, Feistritz ob Bleiburg, Teilnahme bitte nur mit voriger Anmeldung:  claudia.muri@gmx.at oder WhatsApp/SMS  0664/811 53 11

PLÖTZLICHER KINDSTOD**SHG Plötzlicher Kindstod**

 Elfi Köstenberger  0660/880 89 11
 k.elfi@hotmail.com

ANGEHÖRIGE PSYCHISCH ERKRANKTER**HPE Kärnten - Hilfe für Angehörige psychisch Erkrankter**

 office@hpe.at  www.hpe.at/kaernten

Klagenfurt:

17.5./21.6., 17 Uhr, Vortragssaal Caritas, Sandwirtgasse 2 (Eingang Kolpinggasse)
 Mag. Peter Kaufmann  0463/33 04 74

Villach:

16.5./20.6., 19 Uhr, Atelier Kunterbunt, Evang. Pfarrgemeinde Villach Stadtpark, UG, W.-Hohenheimstrasse 3, Villach
 Andrea Holler  0664/851 87 50

Völkermarkt:

31.5./28.6., 18 Uhr, Pfarrhaus Völkermarkt, Kirchgasse 8, Völkermarkt

PSYCHOSEN**SHG Psychose Villach**

ausschließlich nach tel. Voranmeldung
 0677/633 251 20

PSYCHOSOMATIK**SHG Psychosomatik Villach**

14.5./11.6./9.7., 18 Uhr, Seminarraum des LKH Villach, Nikolaigasse 43, Villach

RHEUMA**SHG Rheuma Klagenfurt**

29.5., 14 Uhr, Gasthof Krall, Ehrentaler Straße 57, Klagenfurt
26.6., 9:30 Uhr, „Frühstück am Schiff“
 Christa Pachel  0660/36 36 300

SCHLAGANFALL**SHG für Schlaganfallerkrankte, Klagenfurt:**

6.5./3.6., 14 Uhr, Hotel Roko Hof, Villacher Str. 135, Klagenfurt  DV Selbsthilfe Kärnten*

SENIOREN**SHG 60+ und 70++**

8.5./29.5./19.6./10.7./31.7., 10 Uhr, Krankenhaus Waiern, Raum 220, Anmeldung:
 Mag.^a Carol Griesser  0664/558 23 66

STOMA**SHG Stoma Villach:**

2.5./6.6./4.7., 14 Uhr, Restaurant Jedermann, Bleibergerstraße 107, Villach
 Wilhelm Ladenhauf  0664/183 12 83
 willi.ladi@aon.at

TOURETTE-SYNDROM**SHG „Kopfkino“ für Tourette-Erkrankte und Angehörige**

24.5./28.6., 17 Uhr, Privatklinik Villach, Dr. Walter-Hochsteiner-Str. 4, Warmbad-Villach
 Dunja Alexandra Mormone
 0660/84 12 222  kopfkinokaernten@gmail.com  www.fb.com/tourette.selbsthilfe-gruppe.kaernten/

TRANSGENDER**SHG für Kinder und Jugendliche mit Geschlechtsidentitätsstörung, Transgender und deren Angehörige**

4.5./1.6./6.7., 15 Uhr, Kardinalplatz 6, Klagenfurt
 Edith Walz  0660/664 73 83
 edith.walz@gmx.at

VERHALTENSUFFÄLLIGKEITEN**SHG Verhaltensauffälligkeiten bei (Klein-) Kindern**

Interessenten gesucht
 DV Selbsthilfe Kärnten*

VERWAISTE ELTERN**SHG für Verwaiste Eltern**

Interessenten gesucht
 Gabriele Kastinger Bed  0650/24 25 999
 schule.wg@gmail.com

ZWÄNGE**SHG Zwänge Kärnten**

 Berta Lackner  0650/48 98 333
 berta.lackner@gmx.at

Kärntner Selbsthilfe Fördertopf

Durch die finanzielle Selbsthilfe-Förderung aus dem Kärntner Selbsthilfe Fördertopf wird seit Juli 2002 zusätzlich zu den Unterstützungsleistungen durch den DV Selbsthilfe Kärnten die individuelle, bedarfsgerechte und transparente Unterstützung von Kärntner Selbsthilfegruppen optimiert.

Die erste Sitzung des Selbsthilfebeirats fand am 18. April 2024 statt. Die nächste Sitzung ist im **November 2024**.

Bitte merken Sie sich als spätesten Termin für eine Antragstellung den

31. Oktober 2024 vor.

Die Förderrichtlinien und -kriterien sowie Formulare stehen zum

Download auf unserer Homepage unter [www.selbsthilfekaernten.at/Service > Selbsthilfe-Fördertopf](http://www.selbsthilfekaernten.at/Service/Selbsthilfe-Foerdertopf) zur Verfügung oder können direkt in der Geschäftsstelle angefordert werden.



Bei Fragen zur Förderung aus dem Selbsthilfe-Fördertopf steht Ihnen **Frau Mag.^a Birgit Gesierich** sehr gerne zur Verfügung.

DV Selbsthilfe Kärnten
 0463/50 48 71

 office@selbsthilfe-kaernten.at

 www.selbsthilfe-kaernten.at

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

Veranstaltungen der Kärntner Selbsthilfegruppen (SHG) und Verbände

Österr. Ver. Morbus Bechterew - Kärnten

4.5., Gemeinsamer Ausflug anlässlich des internationalen Morbus-Bechterew-Tages. Thema: Waldbaden! Details: www.bechterew.at

Therapieangebote SH Bechterew – Turnen

Villach: dienstags, 15–15:30 Uhr, Kurzentrum, Warmbad-Villach, Kontakt: [Ecatarina Esterl](mailto:Ecatarina.Esterl@shb.at) [☎ 0664/320 90 95](tel:06643209095)

Wolfsberg: dienstags, 16–17:00 Uhr, LPI Lavantaler Physiotherapeut. Institut, Volksbadstraße 4, Wolfsberg [Franz Hauser](mailto:Franz.Hauser@shb.at) [☎ 0676/891 564 00](tel:067689156400)

Infvormittag Demenzerkrankungen

16.5., 9-11 Uhr, Unterstützungen bei Demenzerkrankungen - Fragen und Infos für Angehörige von an Demenz erkrankten Menschen, Seniorenbüro, Lidmanskysgasse 22, Klagenfurt

Österreichischer Herzverband – Kärnten

Koronarturnen Kärnten

Klagenfurt, Villach, Wolfsberg, Laas, Spittal/Drau, Althofen: Details zu den

Termine: www.herzverband-ktn.at

[Präsident Ing. Dietmar Kandolf](mailto:Präsident.Ing.Dietmar.Kandolf@herzverband-ktn.at)
[☎ 0463/501 755](tel:0463501755) oder [☎ 0660/767 1000](tel:06607671000)
[☒ office@herzverband-ktn.at](mailto:office@herzverband-ktn.at)

SHG HIRNverletzt vernetzt

24.5., 16:30 Uhr, HVV-Vereinsfest und Generalversammlung 2024, Freiraum Klagenfurt, Feschignigstraße 11, Anmeldung bis 20. Mai
[☒ office@hirnverletzt.at](mailto:office@hirnverletzt.at) oder [☎ 0660/7237995](tel:06607237995)

15.6., 13-17 Uhr, DJ-Kurs und HVV-Party, Das Wohnzimmer, Villacher Ring 21, Klagenfurt; ab 19 Uhr, HVV-Party im „Wohnzimmer“
Details: www.hirnverletzt.at

Niere Kärnten

5.5., Ausflug nach Lienz ins Eisenbahn-Museum Südbahn Heizhaus, Anmeldung: [Max Taferner](mailto:Max.Taferner@nierenkaernten.at)
[☎ 0650/3544 263](tel:06503544263) [☒ max.taferner1@gmx.at](mailto:max.taferner1@gmx.at)

29.6., Gemeinsamer Besuch Schloßkonzert Ottmanach, 19:30 Uhr, Schloss Ottmanach, Pischeldorf, Anmeldung: [Katja Klimbacher](mailto:Katja.Klimbacher@nierenkaernten.at)
[☎ 0664 4486 823](tel:06644486823) [☒ klimbacher.katja@gmx.at](mailto:klimbacher.katja@gmx.at)

21.7., Geselliges Sonntagsgrillen, 12 Uhr, Cafe Konditorei Eberhard, St. Johanner Straße 3, Wolfsberg, Anmeldung: [Brigitte Zarfl](mailto:Brigitte.Zarfl@nierenkaernten.at)
[☎ 0664 5534 491](tel:06645534491) [☒ b.zarfl_2511@gmx.at](mailto:b.zarfl_2511@gmx.at)
oder [Marianne Malle](mailto:Marianne.Malle@nierenkaernten.at) [☎ 0664/8621 154](tel:06648621154)

SHG Osteoporose Spittal/Drau

20.6., 18 Uhr, Vortrag „Immunsystem und Knochen“ von Prof. Dr. Michael Ausserwinkler, Villach [Franz Kohlweiss](mailto:Franz.Kohlweiss@shg.at) [☎ 0699/17 22 88 46](tel:069917228846)
[☒ franz.kohlweiss@aon.at](mailto:franz.kohlweiss@aon.at)

Osteoporose Ferlach

27.5., 9 Uhr, Fahrt ins Blaue, Treffpunkt Messeparkplatz Ferlach hinter der Sparkasse

17.6., 9 Uhr, Übungen speziell für Menschen mit Osteoporose mit Michaela Koschnig. Selbstkostenbeitrag: € 5,- (Mitglieder € 3,-)
[Sonja Woschnak](mailto:Sonja.Woschnak@shg.at) [☎ 0664/830 43 50](tel:06648304350) oder [04227/2435](tel:042272435)

15.5./19.6., 14 Uhr, Gedächtnistraining, Arbeiterheim Ferlach

Parkinson Yoga St. Veit

15.5./12.6., 16 Uhr, Vereinstreff der Stadt St. Veit/Glan, Bahnhofstraße 11, St. Veit/Glan
[Harald Horn](mailto:Harald.Horn@parkinson.at) [☎ 0664/40 15 100](tel:06644015100)
[☒ horn-h@gmx.at](mailto:horn-h@gmx.at)

Parkinson-Turnen Oberkärnten

dienstags (abhängig von Voranmeldungen), 14:30 Uhr, Gailtal Klinik
[Adolf Koffler, MBA](mailto:Adolf.Koffler@parkinson.at) [☎ 0664/73 75 75 73](tel:066473757573)
[☒ office@parkinsonselbsthilfe.at](mailto:office@parkinsonselbsthilfe.at)
www.parkinsonselbsthilfe.at

Parkinson Info-Tage

12.7./13.7., St. Peter in der Au, Weitere Informationen: www.parkinsonselbsthilfe.at

Österreichische Arge Zöliakie

4.5., Jahrestagung, Messecongress Graz, Messeplatz 1, OG, Nähere Informationen sowie Anmeldung: www.zoeliakie.or.at

8.6., 9-13 Uhr, Backkurs mit Oliver Welling, HBLA Pitzelstätten, Glantalstraße 59, 9061 Klagenfurt - Wölfnitz, Anmeldung bis 1.6.2024:
[DI Alexandra Koglmann](mailto:DI.Alexandra.Koglmann@zoeliakie.or.at) [☒ kaernten@zoeliakie.or.at](mailto:kaernten@zoeliakie.or.at) [☎ 0680/20 66 404](tel:06802066404)

Behindertenverband/ Beteiligtenvertretung

CMT AUSTRIA

Interessengemeinschaft für Patienten mit vererbter Polyneuropathie:

[Klaus Mannsberger](mailto:Klaus.Mannsberger@cmt-austria.at) [☎ 0664/433 70 64](tel:06644337064)
[☒ klaus.mannsberger@cmt-austria.at](mailto:klaus.mannsberger@cmt-austria.at)
www.cmt-austria.at

DIABETES

Österr. Diabetikervereinigung (ÖDV), Landessektion Kärnten

[Walter Isopp](mailto:Walter.Isopp@diabetes.at) [☎ 0680/245 65 24](tel:06802456524)
[☒ w.isopp@gmx.at](mailto:w.isopp@gmx.at)

SHG ÖDV Kinder, Jugendliche, junge Erwachsene:

[Walter Isopp](mailto:Walter.Isopp@diabetes.at) [☎ 0680/245 65 24](tel:06802456524)
[☒ w.isopp@gmx.at](mailto:w.isopp@gmx.at)

SHG ÖDV Klagenfurt

[Walter Gregori](mailto:Walter.Gregori@shg.at) [☎ 0676/332 05 66](tel:06763320566) oder [0676/301 15 91](tel:06763011591)

SHG ÖDV Villach

[Reinhilde Kaus](mailto:Reinhilde.Kaus@shg.at) [☎ 0676/610 37 62](tel:06766103762)

SHG ÖDV Völkermarkt und Lavanttal

[Walburga Jandl](mailto:Walburga.Jandl@shg.at) [☎ 0650/45 10 231](tel:06504510231)

HÖRBEINTRÄCHTIGUNG:

[Forum besser HÖREN](mailto:Forum.besser.HOEREN@besserhoeren.org) [☎ 0463/310 380](tel:0463310380)
Termine nach telefonischer oder schriftlicher Vereinbarung: [☎ 0463 - 310 380](tel:0463310380) oder [☒ office@besserhoeren.org](mailto:office@besserhoeren.org)

BH St. Veit/Glan, Platz am Graben 4;
Termin: **5.6.**, 10–12 Uhr

BH Feldkirchen, Milesistraße 10;
Termine: **13.5./10.6.**, 9–11 Uhr

ÖGK Kundenservicestelle Spittal/Drau, Feldstraße 1: Termine: **7.5./4.6.**, 10–12 Uhr

ÖGK Kundenservicestelle Wolfsberg, Roßmarkt 13: Termine: **21.5./18.6.**, 9–11 Uhr

BH Völkermarkt, Seenstraße 2, Besprechungszimmer: Termine: **21.5./18.6.**, 14–16 Uhr

ÖGK Kundenservicestelle Villach, Zeidler-von-Görz-Str. 3: Termine: **28.5./25.6.**, 9–11 Uhr

ÖGK Kundenservicestelle Hermagor, Egger Straße 7: Termine: **22.5./26.6.**, 10–12 Uhr

Selbsthilfe-Forum

Am 4. März 2024 fand das erste Selbsthilfe-Forum des heurigen Jahres statt. Wir konnten für das spannende Thema „Umgang mit Geld in der Selbsthilfegruppe“ Frau Mag.^a Claudia Onitsch-Woath, Geschäftsführerin/ Gesellschafterin der GOW Steuerberatung als Expertin gewinnen. Sie stellte ihre Zeit und ihr Wissen unentgeltlich den interessierten Teilnehmer:innen zur Verfügung, wofür wir uns herzlich bedanken. Ein großes Dankeschön geht auch an Frau Brigitte Nemeč BA, die uns als Selbsthilfekordinatorin des Klinikums Klagenfurt mit der Organisation des Raumes und der Verpflegung unterstützt hat. Die Räumlichkeiten wurden dem Dachverband kostenfrei zur Verfügung gestellt.



Weiterbildungen für Selbsthilfegruppen-Leiter:innen

Die erste Weiterbildungsveranstaltung für Selbsthilfegruppen-Leiter:innen war in diesem Jahr eine Vortrags-, Diskussions- und Workshopreihe zur Gesundheitsförderung von Selbsthilfegruppen-Leiter:innen in Kärnten. Die Weiterbildung ist als Reihe mit vier zweistündigen Terminen geplant – die Themen an den einzelnen Nachmittagen sind:

- Ehrenamt hält gesund
- Biografische Aufarbeitung und Akzeptanz
- Die Rollen meines Lebens
- Der mündige Patient



Teilnahme am 5. Kärntner Krebstag

Am 23. März 2024 fand in der Messe Klagenfurt / Halle 5 der 5. Kärntner Krebstag des Klinikums Klagenfurt statt. Neben zahlreichen Vorträgen und Beratungen gab es begehbare Organmodelle und eine Registrierungsmöglichkeit für Stammzellenspenden. Der Dachverband Selbsthilfe Kärnten war mit einem Stand vertreten, um die verschiedenen Selbsthilfegruppen mit dem Schwerpunkt Krebserkrankung zu vertreten und Informationen an die Besucher:innen weiter zu geben. Herzlichen Dank an die KABEG, das Klinikum Klagenfurt und das Onkologische Zentrum!



Impressum:**Medieninhaber, Herausgeber:**

Dachverband (DV) Selbsthilfe Kärnten
 (ZVR-Zahl: 949747510), Kempfstraße 23/3,
 Postfach 27, 9021 Klagenfurt/Wörthersee

Ab Juni 2024: Gutenbergstraße 7,
 9020 Klagenfurt/Wörthersee

Telefon: 0463/50 48 71

E-Mail: office@selbsthilfe-kaernten.at,

Web: www.selbsthilfe-kaernten.at

Redaktionsteam: Mag.ª Elke Waldner |

Bilder: DV Selbsthilfe Kärnten – Archiv,
 Rechte bleiben bei den Fotografen

Herstellung: www.designation.at

Offenlegung siehe

www.selbsthilfe-kaernten.at

Büroöffnungszeiten: Montag bis Don-
 nerstag von 8:30 bis 14:00 Uhr bzw. nach
 telefonischer Terminvereinbarung

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

LAND  KÄRNTEN

Abt. 4 – Soziales

Neue Selbsthilfegruppen in Kärnten

SHG Angehörige von Suchterkrankten

Ab Juli 2024: Unsere Selbsthilfegruppe soll einen sicheren Ort für all jene bieten, welche sich zusehends mit dem übermäßigen Konsum illegaler Substanzen eines geliebten Menschen überfordert sehen. Um den Betroffenen zu helfen, bringen Angehörige meist immense Kraft, Aufwand und Energie auf und vergessen dabei vollkommen auf sich selbst. Bei uns stehst aber endlich einmal du im Mittelpunkt. Hier kannst du über deine Sorgen und Probleme sprechen, und dir wird ein offenes Ohr geschenkt. Oder du trägst mit deinem Expertenwissen und deinen Erfahrungen dazu bei, anderen zu helfen?

Diskretion und Anonymität sind bei uns selbstverständlich und werden geschützt. Komm einfach mal zu einem Treffen und schnuppere unverbindlich hinein.

👤 Dachverband Selbsthilfe Kärnten ☎ 0463/504871 ✉ office@selbsthilfe-kaernten.at

SHG Angehörige von Demenzkranken Lavanttal

Erkrankte Personen wehren sich gegen die Krankheit, gegen Sie, die Ärzt:innen, die Pflege – einfach gegen alle und alles? Sie als Angehörige:r kennen den Verlauf der Krankheit nicht und wissen auch nicht, was noch auf Sie zukommen wird? Sie sind mit den Patienten:innen, der Krankheit und mit finanziellen Schwierigkeiten alleine? Wir unterstützen Sie bei Ihrer schwierigen Aufgabe, im Umgang und der Pflege Ihrer Angehörigen! Wir treffen uns laufend, tauschen unsere Erfahrungen aus und stärken uns dabei gegenseitig. Wir teilen gerne unsere Erfahrungen mit Ihnen.

👤 Ildiko Frajuk ☎ 0650/220 33 68

Treffen:

Jeden dritten Dienstag im Monat, von 16–18:30 Uhr, Landeskrankenhaus Wolfsberg, EG, Seminarraum 3

Fachliche Unterstützung: Neuropraxis Dr. Schönfelder & Dr. Komposch OG, Johann-Offner-Str. 1, 9400 Wolfsberg; ☎ 04352/94100; SHG Alzheimerkranke und deren Angehörige Klagenfurt

Selbsthilfegruppe Rheuma Villach

Die Erkrankung hat Folgen für Ihr Leben. Rheuma sollte von Anfang an ausreichend behandelt werden, neben der ärztlich-medizinischen Hilfe kann Sie der Kontakt zur Selbsthilfegruppe entlasten. Es geht um gegenseitige Stärkung. Teilnehmer:innen der Selbsthilfegruppe erhalten das Gefühl, nicht alleine zu sein, die neue Situation zu bewältigen. Die Gruppenteilnehmer:innen erhalten auch Informationen durch Vorträge von Fachleuten, Literaturhinweise u.a.

Treffen:

14.5./4.6., 15:00 Uhr, Villach Warmbaderhof, Konditorei

👤 Maria Liebhart ☎ 0664/43 10 382 ✉ maria.liebe7639@gmail.com