



BLICK PUNKT

DACHVERBAND DER
NÖ SELBSTHILFE

JAHRES
BERICHT
2016



Neuer Vorstand strebt nach engerer **Zusammenarbeit** mit den SHG

„Mehr Transparenz und Ausweitung der Services“ sind wichtige Ziele von DV-Obmann Ronald Söllner und seinem Team

In der ersten außerordentlichen Generalversammlung wählten mehr als 100 Selbsthilfe-VertreterInnen am 30. November 2016 in der HYPO NÖ in St. Pölten einen neuen Vorstand für den Dachverband der NÖ Selbsthilfe.

Als Vorstandsvorsitzender ging einstimmig Dipl. KH BW Ronald Söllner - bis dato DV-Kassier - aus der Wahl hervor. „Die Wertschätzung gegenüber all unseren Mitgliedsgruppen ist uns ein großes Anliegen“, betonte Söllner. Die verstärkte Zusammenarbeit mit den Selbsthilfegruppen, mehr Transparenz in der Arbeit des DV und die Ausweitung

des Services sind ihm und seinem Team von großer Wichtigkeit.

„Wir sind als Team angetreten und möchten auch künftig als Team auftreten“, meinten die neuen Vorstandsmitglieder unisono.

Als Sprecher des Vorstands wurde Ernst Surböck genannt - zugleich auch Pressesprecher des DV-NÖSH.



Josef Hoza und Ronald Söllner bedankten sich bei den anwesenden Mitgliedern des Vorstands und regionalen AnsprechpartnerInnen für ihre Unterstützung

Fotos: Xaver Lahmer



Der neue DV-Obmann Ronald Söllner (r.) dankte Josef Hoza für seine Bemühungen.

Neuwahl nach Rücktritt

Notwendig wurde diese a.o. Generalversammlung und die Neuwahl nach dem Rücktritt der langjährigen Obfrau Elfriede Schnabl am 31. Juli (siehe Seite 4). Zu diesem Zeitpunkt bis zur Generalversammlung führte Josef Hoza (SHG Schlafapnoe) die Agenden des DV-NÖSH.

Er hielt eingangs Rückschau auf die vergangenen Monate. „In den

Monaten meiner Amtszeit als amtierender Obmann habe ich gesehen,

INHALTSVERZEICHNIS

- 2** Neuer Vorstand strebt nach Zusammenarbeit
- 4** Rücktritt Elfriede Schnabl, DV-NÖSH-Fragebogen
- 5** 157 Gäste bei den NÖ Selbsthilfe-Stammtischen
- 6** Wir helfen Betroffenen - SH bei den Gesundheitstagen
- 7** DV-NÖSH-Vertretungen, Exkursion ins MedAustron
- 8** 88 TeilnehmerInnen bei Aus- und Weiterbildung
- 9** 70.000 Euro Förderung, Adventmarkt der Selbsthilfe
- 10** Partnerforen in den Kliniken und Besuch in den GuKPS
- 11** Rechtsform, sozial- und gesundheitspolitische Aktivitäten, SHG-Änderungen
- 12** Öffentlichkeitsarbeit, SH-Pressespiegel

IMPRESSUM

Medieninhaber u. Herausgeber: Dachverband der NÖ Selbsthilfe (DV-NÖSH) • Für den Inhalt verantwortlich: Vorstandsvorsitzender Dipl. KH BW Ronald Söllner - außer namentlich gekennzeichnete Beiträge • Beitragsannahme: Wiener Str. 54/Stiege A/2. Stock, 3100 St. Pölten, Tel.: 02742/22644, Fax: 22686; ZVR: 244690535; info@selbsthilfenoe.at, www.selbsthilfenoe.at • Redaktionsteam: Ronald Söllner, Ernst Surböck, Elisabeth Jäger, Sabine Kauscheder, Xaver Lahmer, Gertraud Preleuthner, Katharina Ruby • Für die Richtigkeit der Fakten und Daten gibt es keine Gewähr. Jede Haftung ist ausgeschlossen. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben grundsätzlich die persönliche Meinung des Verfassers wieder und müssen sich nicht mit der Meinung des Herausgebers decken • Fotos & Texte: zur Verfügung gestellt (zvg) - außer wenn namentlich erwähnt • Druck: Offset3000, 7035 Steinbrunn, Tel. 02624/54000

Mit freundlicher Unterstützung





wie viel Arbeit hinter dieser Funktion steckt“, so Hoza. Und weiter: „Ich wünsche dem neuen Vorstand alles Gute und viel Kraft für kommende Aufgaben.“

Josef Hoza legte im Rahmen dieser Generalversammlung seine Funktion zurück. Wie die ehemaligen Vorstandsmitglieder Karin Sethaler (Obmann-Stv.), Mag. Herbert Winter (Schriftführer) und Ernestine Bernhard (Schriftführer-Stv.) stand er nicht mehr für diese Aufgabe zur Verfügung.

Der Dachverband der NÖ Selbsthilfe dankt allen ehemaligen Vorstandsmitgliedern für die Zusammenarbeit und für ihr Engagement im Sinne der Selbsthilfe.

Mit einer besinnlich adventlichen Dankesfeier fand der offizielle Akt seinen Ausklang. Für die musikalische

Umrahmung bei dieser Dankesfeier sorgten zwei Schülerinnen der Musik- und Kunstschule der Landeshauptstadt St. Pölten: Verena Riedler und Melanie Hoffmann (Gesang und Gitarre) - Foto oben mit Musik- und Kunstschuldirektor Dr. Alfred Kellner.

Zwischen den Musikstücken lasen Gerda Pieringer (Rheuma St. Pölten), Erika Dobes (Osteoporose Österreich) und Gerhard Dauwa (Alpha1 Österreich) heiter-besinnliche Gedichte und Geschichten. „Vielen Dank für diese nette und berührende Einstimmung auf die Adventzeit“, meinten die Gäste.

Zum Abschluss lud der Dachverband der NÖ Selbsthilfegruppen zum gemeinsamen Mittagessen und gemütlichen Beisammensein. Um das Catering kümmerte sich die Firma Sodexo mit Betriebsleiter Robert Sild.



Neuer Vorstand des Dachverbandes der NÖ Selbsthilfe



Ronald Söllner
Servicestelle für Angehörige von Morbus Crohn-PatientInnen
Obmann



Franz Schippany
Depression, Angst, Burnout - Amstetten & Waidhofen/Y.
Obmann-Stv.



Ernst Surböck
Kopfschmerzen Niederösterreich
Kassier



Karen Dunkler
Osteoporose Berg bei Wolfsthal
Kassier-Stv.



Elisabeth Jäger
Adipositas Niederösterreich & Österreich
Schriftführerin



Rudolf Buchinger
Borreliose Niederösterreich
Schriftführer-Stv.

14 Jahre lang engagierte sich Elfriede Schnabl im Vorstand des DV-NÖSH für die Selbsthilfe

Als Gründerin und Vorsitzende des Vereins der Frauenselbsthilfe nach Krebs, Verein St. Pölten und Umgebung, leitete Elfriede Schnabl - am Foto mit Gatten Hubert - diese Gruppe 30 Jahre hindurch von 1984 bis 2014. Seit 1990 ist sie zudem Landesvorsitzende der Frauenselbsthilfe.

Ihr Lebensmotto ist stets: „Man sollte nicht nur die Krankheit annehmen lernen, sondern vielmehr das

Leben annehmen und sich selbst erlauben zu LEBEN!“. Wohl auch aus diesem Grund erweiterte sie 2002 ihr Aufgabengebiet und wurde zur Obmann-Stellvertreterin des DV-NÖSH gewählt - acht Jahre später, 2010, zur Obfrau. Mit 31. Juli 2016 legte sie ihre Funktion als Obfrau sowie alle damit verbundenen Aufgaben zurück und ging in den wohlverdienten Ruhestand.

Einerseits war ihr das harmonische Miteinander von Arzt und Patient, der gegenseitige Wissens- und Erfahrungsaustausch, ein großes Anliegen. Andererseits verbreitete sie den Selbsthilfe-Gedanken so oft wie möglich.

Wichtige Eckpunkte ihrer Ära

- 23. August 2011: Inbetriebnahme des neuen Seminarraumes im Tor zum Landhaus
- 1. Februar 2012: Pressekonferenz mit Mag. Wolfgang Sobotka, damals Landeshauptmann-Stv., und NÖGKK-Obmann Gerhard Hutter betreffend Förderung von Programmen der Sekundär- und Tertiärprävention.

Ehrungen

- 24. März 2009: Silbernes Ehrenzeichen in Würdigung ihrer Verdienste um das Bundesland NÖ
- 2. Juni 2016: Silbernes Ehrenzeichen für Verdienste um die Republik Österreich.

Der DV-NÖSH dankt Elfriede Schnabl für ihr jahrzehntelanges Engagement und wünscht ihr und Gatten Hubert noch viele Jahre in Gesundheit..



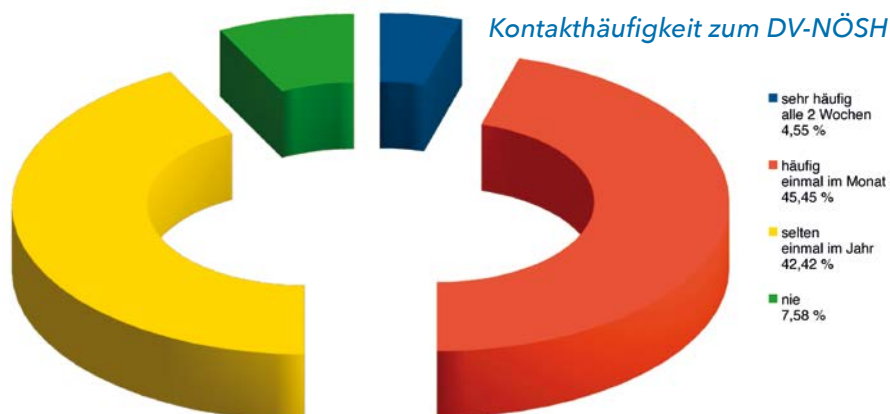
Hilfsbereitschaft und Höflichkeit sind laut Fragebogen top

Am 27. November 2015 wurde vom DV-NÖSH ein Fragebogen mit Ergänzungsoptionen an 355 SHG zwecks Evaluierung der Zusammenarbeit versendet. Ergebnis: laut retournierter Fragebögen haben 50% der Selbsthilfegruppen regelmäßigen Kontakt zum DV-NÖSH. Als Gründe wurden unter „sehr häufig“ oder „häufig“ vorrangig Förderungen und Landeskongresse genannt.

Besonders positiv erwähnten die Selbsthilfe-VertreterInnen die Höflichkeit und Freundlichkeit des DV-Teams, die Hilfsbereitschaft und offene Gesprächsführung. Auch die

rasche positive Erledigung von Anliegen, fachliche Kompetenz und angenehme Zusammenarbeit mit dem Team sowie Aktualität der Homepage und des Selbsthilfegruppen-Ver-

zeichnis finden Anklang. Als Verbesserung wurden verstärkte Medienarbeit, intensivere Vernetzung von SHG und die Möglichkeit zum Download von Druckvorlagen genannt.



„Leben mit Leichtigkeit - sorgenfrei und fröhlich“ 157 Interessierte bei Selbsthilfe-Stammtischen

Zum 11. Mal lud der Dachverband der NÖ Selbsthilfe zwischen 31. Mai und 30. Juni 2016 zu den NÖ Selbsthilfe-Stammtischen. Als Referentin erarbeitete Buchautorin Mag.^a Natalia Ölsböck (Arbeits- und Personalpsychologin, Wirtschafts- und Kommunikationstrainerin) das Thema „Mit Leichtigkeit fröhlich, sorgenfrei und unbeschwert leben“ mit den 157 TeilnehmerInnen.

„Das Leben ist nicht immer leicht, doch man kann es sich leichter machen. Erleben Sie mit dem Lei(ch)t-faden, wie Sie trotz Problemen, Schwierigkeiten, Stress und Druck wieder mehr Unbeschwertheit in Ihren Alltag bringen können“, meinte Ölsböck.

Eine Gruppenarbeit zum „freudigsten Moment in meinem Leben“ brachte interessante, oftmals heitere Erlebnisse in die Erinnerung zurück. Dazu gab es als „Anleitung für ein Leben in Leichtigkeit“ die **4-L-Formel: Lebensfreude, Lustig sein, Ein-Lassen und Sein-Lassen**. Laut Mag.^a Ölsböck sollte man das „ich MUSS“ durch „soll, will, kann, darf“ ersetzen. In diesem Zusammenhang erinnerte sie auch an die 3 Stufen des NEIN-Sagens: „Nein meinen - nein sagen - nein tun“.

Als Ehrengäste konnte der DV-NÖSH in Baden Günther Schütz (NÖGKK-Casemanagement), Mag.^a Irene Burian (NÖGUS) und die beiden Selbsthilfepartnerinnen DGKS Barbara Dolenz und DGKS Roswitha Stefancic-Karger begrüßen. In Zwettl/Moidrams nahmen Ilse Schindlegger (NÖGKK-Ombudsfrau) und Erna Grünstäudl (NÖGKK-Casemanagement) sowie DGKS Andrea Reinold als Selbsthilfebeauftragte teil. Harald Mixa (NÖGKK-Casemanagement) nahm sich in Plaika Zeit, Claudia Haumer, Sonja Mach und Christian Kysela (alle NÖGKK) kamen nach Wagram o.d. Traisen und Elke Nebel (Casemanagement) nach Hausleiten.

„Humor, die positive Atmosphäre, das Lachen und die Fröhlichkeit“ waren nur einige der Gedanken, welche die TeilnehmerInnen als Feedback abgaben. Auch das Kennenlernen von Mitgliedern anderer SHG, neue Kontakte zu knüpfen und das Wiedersehen mit Freunden hat für die Selbsthilfe-VertreterInnen stets große Bedeutung.

„Mehr lachen, mehr lassen“ (lassen, was mir nicht gut tut, mich anstrengt) nannte die Vortragende zum Abschluss als zwei wichtige Voraussetzungen für mehr Leichtigkeit.



Die NÖ Selbsthilfe-Stammtische in den fünf Gesundheitsregionen wurden mit Unterstützung durch die NÖGKK veranstaltet.



STAMMTISCH-TERMINE 2016

mit Anzahl der TeilnehmerInnen

31. Mai	Industrieviertel	38
07. Juni	Waldviertel	31
16. Juni	Mostviertel	24
23. Juni	Zentralraum	39
30. Juni	Weinviertel	25
Summe der TeilnehmerInnen 2016		157
Vergleich zum Jahr 2015		136
Differenz		+ 21



„Wir helfen Betroffenen“ - Selbsthilfe bei den **Gesundheitstagen** in NÖ

Mitglieder von Selbsthilfegruppen und des Dachverbandes der NÖ Selbsthilfe informierten über ihr ehrenamtliches Engagement

Von Seniorenmesse bis zu Frauen- und Männergesundheitsdagen reichten die Veranstaltungen, bei denen inmitten der zahlreichen Gesundheitsanbieter auch Selbsthilfe-VertreterInnen für Fragen und Beratung zur Verfügung standen.

Start war am 18. und 19. Februar bei der **Seniorenmesse „Bleib Aktiv“** im VAZ St. Pölten. Gemeinsam mit Selbsthilfegruppen stellte in der NÖGKK-Gesundheitsstraße auch der DV-NÖSH sich und seine Arbeit vor. „Das Interesse war erfreulich groß. Wir hatten sehr interessante Gespräche“, resümierten Helga Higer (Hör dich mal um), Eva-Maria Kemetner und Alfred Planer (ADA St. Pölten), Mag.^a Felicitas Maurer („Vergiss mein nicht!“ Krems) und Gerda Pieringer (Rheuma St. Pölten). Sie gaben gemeinsam mit Ronald Söllner und Susan Heine (DV-NÖSH) wichtige Informationen an Interessierte weiter. Weiters präsentierten der KOBV, die SHG Schlafapnoe, LOT Austria,

Club 81 und der ÖDV-Landesverband ihre Aktivitäten.

Frauengesundheitsmessen

Ein weiterer Fixpunkt sind seit Jahren die **Frauengesundheitsmessen**, veranstaltet von der NÖGKK. Bei diesen gibt es zahlreiche Informationsmöglichkeiten, die besonders auf die Bedürfnisse des weiblichen Geschlechts ausgerichtet sind. Denn Frauen sind hinsichtlich vieler Aspekte anders als Männer – auch in puncto Gesundheit. Männer unter 50 Jahren erleiden beispielsweise dreimal so oft einen Herzinfarkt wie gleichaltrige Frauen.

Die Wichtigkeit dieser Veranstaltungen zeigt eine Zahl vom 11. NÖ Frauengesundheitstag am 19. März 2016 in Hainburg: mehr als 700 Gesundheitsbewusste informierten sich, 318 von ihnen wurde ein Arztbesuch empfohlen.

Blutwertebestimmung sind bei diesen Gesundheitstagen ebenso möglich wie Messung der Stressbelastung des Herzens und Ultraschalluntersuchung der Halsschlagader sowie Lungen- und Venenfunktionsmessung. Auch Fitness und Lifestyle, gynäkologische, psychologische und Ernährungs-Beratung werden geboten.

Männergesundheitsstage

Der Herbst stand einmal mehr im Zeichen



Franz Schippány (Hilfe zur Selbsthilfe NÖ West) stand beim Männergesundheitstag in Amstetten mit Elisabeth Spiegl für Fragen zu Depression und Burnout zur Verfügung.

der NÖGKK-Männergesundheitsstage. Auf Herz und Nieren durchgecheckt wurde „Mann“ in der Gesundheitsstraße mit 16 verschiedenen Tests. Die Möglichkeit zur Messung der Stressbelastung des Herzens sowie psychologische und urologische Beratung wurde ebenso geboten wie Mundvideokamera.

„Oftmals findet die Selbsthilfe bei Männern wenig Akzeptanz. Diesmal war es anders: das Interesse war groß“ zeigte sich Wkfm. Gottfried Bitiste, Aktive Diabetiker Austria (ADA) Baden, zufrieden.

Gesundheit für Sie

Am 4. und 5. November 2016 stand zum Abschluss des Messe-Reigens im WIFI St. Pölten die Frauengesundheitsmesse **Gesundheit für Sie**



Susan Heine, Eva-Maria Kemetner und Ronald Söllner bei der Seniorenmesse „Bleib aktiv“ in St. Pölten

auf dem Programm. 2016 standen Fragen rund um das Thema Gehirn im Mittelpunkt.

Kluges Hirnmanagement und Brainfood, geistige Fitness sowie Demenzprävention kamen bei den Fachvorträgen zur Sprache. In einer Podiumsdiskussion beleuchteten Expertinnen das Denkkzentrum aus unterschiedlichen Blickwinkeln. Gesundheits-Checks, Fitness-Checks und Bewegungsangebote, Schnupper-Massagen, Shiatsu, Naturkosmetik sowie Farb-, Make up- und Frisurenberatungen rundeten das Programm ab.



Die Frauenselbsthilfe nach Krebs, Verein St. Pölten und Umgebung, mit Leiterin Doris Liedl (m.) gab bei der „Gesundheit für Sie“ Betroffenen und Interessierten fachkundig Auskunft.

Vertretung des DV-NÖSH bei Messen und Selbsthilfe-Aktivitäten 2016

18.02.	Seniorenmesse „Bleib aktiv“ im VAZ St. Pölten	17.09.	Gesundheitstag „Gesunde Gemeinde“ Horn
19.02.	Seniorenmesse „Bleib aktiv“ im VAZ St. Pölten	27.09.	Dialogforum ARGE SHÖ
19.02.	SH-Schlaganfall 20 Jahr-Feier in Wr. Neustadt	07.10.	Seminar „Organe schützen“
11.03.	NÖGKK Frauengesundheitsmesse Rabenstein	08.10.	Gesundheitstag NÖGKK Bruck/Leitha
12.03.	NÖGKK Frauengesundheitsmesse Rabenstein	11.10.	HPE - 15 Jahr-Feier in Baden
19.03.	Frauengesundheitstag NÖGKK Hainburg	15.10.	NÖGKK „mentaler Gesundheitstag“ Mistelbach
09.04.	Frauengesundheitstag NÖGKK Waidhofen/T.	29.10.	Männergesundheitstag NÖGKK Leobersdorf
09.04.	„Gesunde Gemeinde“ Seitenstetten	04.11.	Gesundheitsmesse für SIE im WIFI St. Pölten
23.04.	Gesundheitstag „Gesunde Gemeinde“ Mautern	05.11.	Gesundheitsmesse für SIE im WIFI St. Pölten
30.04.	Herzverband NÖ - 30 Jahr-Feier in St. Pölten	12.11.	Männergesundheitstag NÖGKK Amstetten
12.05.	Exkursion ins MedAustron, Wr. Neustadt	19.11.	Männergesundheitstag NÖGKK Strasshof
03.06.	Selbsthilfe-Konferenz in Wien	22.11.	Gemeinde „Wirte Tag“ FH Krems
15.09.	Tag der „pflegenden Angehörigen“ Tulln	01.12.	Adventmarkt der SHG in der NÖGKK St. Pölten

MedAustron: modernste Therapie- und Forschungstechnik

Der DV-NÖSH organisierte am 12. Mai 2016 eine Exkursion ins MedAustron nach Wr. Neustadt. Rund 40 VertreterInnen von SHG informierten sich dabei in einem der modernsten Zentren für Ionenstrahlentherapie und Forschung in ganz Europa.

Seit Herbst 2016 werden hier die ersten PatientInnen mit dieser besonderen Form der Strahlentherapie behandelt. Im Vollbetrieb rechnet man mit bis zu 1.200 Personen jährlich. Weltweit existieren erst fünf derartige Zentren, die wie das MedAustron die Strahlentherapie sowohl mit Protonen als auch mit Kohlenstoffionen an einem Ort gemeinsam anbieten.

Geschäftsführer DI Alfred Zens, MBA, gab einen Überblick über diese außergewöhnliche Technik. Geschäftsführer Prof. Dr. Eugen B. Hug erläuterte die medizinischen Hintergründe.

Die Radio-Onkologin Univ.-Doz. Dr. Ulrike Mock (Foto r.) führte anschließend durch das Gebäude. Besichtigt wurde auch der Teilchenbeschleuniger. „Die-

ser besteht aus über 1.000 Komponenten, die von mehr als 200 Herstellern aus 23 Ländern geliefert wurden“, so Mock.



88 TeilnehmerInnen nutzen die **Aus-** und **Weiterbildung** des DV-NÖSH

Von „Leiten ohne zu leiden“ über den Generationenwechsel bis zur Erstellung passender Fotos für die Presse reichten die Themen

Bei insgesamt neun Seminaren informierten sich 88 VertreterInnen von Selbsthilfegruppen über Möglichkeiten, wie sie ihre ehrenamtliche Tätigkeit einfacher und effizienter gestalten können. Start war am 25. Februar mit dem Thema „Ein Bild sagt mehr als 1000 Worte - Teil 2“. Xaver Lahmer erarbeitete mit den TeilnehmerInnen Grundlagen der Pressefotografie - z.B. worauf punkto Motivgestaltung zu achten ist.

Am 3. März startete zum 5. Mal der vierteilige Lehrgang für Selbsthilfegruppen-LeiterInnen. „Wie setze ich meine eigenen Stärken und Schwächen sinnvoll in der Gruppe ein?“, wollte Dr.ⁱⁿ Margit Burger wissen. Die weiteren Module behandelten u.a. die Leitung einer Selbsthilfegruppe, den Umgang in schwierigen Situationen, die Gestaltung eines Gesprächs und ähnliche Aufgaben.

Im erstmals angebotenen Seminar „Social Media“ brachte Rebecca Handla den TeilnehmerInnen die Möglichkeiten und Gefahren von „Social Media“ - Facebook etc. - näher. „Sehr interessant - ich habe viel Neues gelernt“, zeigte sich eine Selbsthilfevertreterin beeindruckt.

Mit dem 3. und 4. Modul des LeiterInnen-Lehrgangs und dem Seminar „Erfolgsprinzip für Optimisten“ wurden die Seminare 2016 erfolgreich abgeschlossen.

Die Seminare wurden in Kooperation mit der Gesundheit Österreich GmbH, Geschäftsbereich „Fonds Gesundes Österreich“ veranstaltet.



AUS- UND WEITERBILDUNG 2016 - ÜBERBLICK

5. LeiterInnen-Lehrgang

03. März - Modul 1

„Ich bewege was! Was bewegt mich?“ - Trainerin: Dr.ⁱⁿ Margit Burger

21. April - Modul 2

„Leiten ohne zu leiden“ - Trainerin: DSA Mag.^a Andrea Janovsky

29. September - Modul 3

„Das Gruppengespräch“ - Trainerin: DI Barbara Lintner-Mladoševits

03. November - Modul 4

„Tue Gutes und rede darüber“ - Trainerin: Dr.ⁱⁿ Monika Kobzina, MAS

Weitere Schulungen

25. Februar „Ein Bild sagt mehr als 1000 Worte“

Trainer: Franz Xaver Lahmer

10. März „Opfer - nein DANKE!“

Trainerin: Mag.^a Christine Hackl

07. April „Generationen-Wechsel in der Gruppe gestalten“

Trainerin: Theresa Keidel (dipl. Sozialpädagogin)

09. Juni „Social Media-Schulung“

Trainerin: Rebecca Handla

06. Oktober „Erfolgsprinzipien der Optimisten“

Trainerin: Dr.ⁱⁿ Barbara Frühwirt



Fonds Gesundes
Österreich

70.000 Euro Förderungen für SHG-Projekte sowie für Sekundär- und Tertiärprävention

Fortbildungsseminar, Jubiläumsfeier, Klopftherapie, Schwimmtraining ... Förderungen sind eine wichtige Möglichkeit zur Unterstützung der Arbeit in den Selbsthilfegruppen. In Summe wurden 70.300 Euro vom Förderbeirat in seinen vier Sitzungen bewilligt.

„Wir bedanken uns - besonders im Namen unserer in der Selbsthilfe ehrenamtlich tätigen Mitglieder - ganz herzlich beim Land Niederösterreich, dem NÖGUS (NÖ Gesundheits- und Sozialfonds) sowie der NÖ Gebietskrankenkasse (NÖGKK) für die angenehme und konstruktive Zusammenarbeit“, betont DV-NÖSH-Vorsitzender Ronald Söllner.

A) Die Projektförderung

Da die Aufgaben in den Selbsthilfegruppen immer vielfältiger werden, die Ausgaben dadurch steigen, ist für viele SHG die Förderung von spezifischen Projekten oft der einzige Weg



zu deren Umsetzung. Folder und Roll up zählen ebenso dazu wie die Finanzierung von Broschüren und das Gruppentreffen mit einer Atemphysiotherapeutin.

Aufgrund der guten Zusammenarbeit mit dem NÖ Gesundheits- und Sozialfonds, dem Land NÖ (Gruppe Gesundheit und Soziales, Abteilung GS5) konnten 2016 wieder Projekte mit einer Gesamt-Fördersumme in Höhe von 39.185 Euro bewilligt werden - 2015 waren es 34.137,64 Euro. Für die Vergabe ist der Förderbeirat zuständig, in dem Mitglieder des NÖGUS, des Amtes der NÖ Landesregierung und des DV-NÖSH sitzen. Der Förderbeirat tagte 2016 am 5. April, 14. Juni und 24. November.

B) Förderung für Projekte der Sekundär- und Tertiärprävention

Bei diesem Gemeinschaftsprojekt von NÖGUS und NÖ Gebietskrankenkasse werden seit dem Jahr 2013 Gesundheitsprogramme in Selbsthilfegruppen unterstützt. Diese dienen der Förderung, Verbesserung oder/und Erhaltung des Gesundheitszustandes der TeilnehmerInnen. Spezielles Schwimmtraining und Koronarturnen zählen ebenso dazu wie Heilgymnastik, das Training für Herz- und GefäßpatientInnen und Qi-Gong-Training.

Vom Förderbeirat wurden im Frühjahr 2016 in Summe 31.120 Euro an Förderungen zugesagt. Zum Vergleich: 2015 waren es 27.836 Euro.

Adventmarkt zugunsten der Selbsthilfegruppen

Im Servicecenter der NÖGKK in St. Pölten hatte am 1. Dezember 2016 wieder der traditionelle Adventmarkt der NÖ Selbsthilfegruppen seine Pforten geöffnet.

Von Weihnachtsgestecken und Kerzen über Schmuck und Handar-

beit bis hin zu köstlichen Likören war das Angebot breit gestreut. Vertretene Gruppen: Fibromyalgie St. Pölten, MS-Club Zwettl/Gmünd, MS Wienerwald West, Club 81 St. Pölten, Frauenselbsthilfe nach Krebs Baden, ÖZIV Bundesverband, „Anders“

Waldviertel, Frauengruppe für Depressionen Krems und Volkshilfe Regional-Verein St. Pölten Stadt.

Der Erlös des Adventmarkts kam ausschließlich den teilnehmenden Gruppen und ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit zu Gute.



Foto: H. Käfer

„Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ trägt Früchte: Partnerforen und Vorträge in Krankenpflegeschulen

Der Selbsthilfe-Gedanke lebt! Darüber berichten VertreterInnen von SHG und des DV-NÖSH bei verschiedenen Anlässen in den NÖ Universitäts- und Landeskliniken - sei es bei den alljährlichen Partnerforen oder auch bei den Vorträgen in den NÖ Gesundheits- und Krankenpflegeschulen (GuKPS). Auf diese Weise wird das Projekt „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ auf vielfältige Weise umgesetzt.

In diesem Rahmen besuchte Waltraud Haider, MS-Club Zwettl-Gmünd (Foto unten l.) gemeinsam mit Xaver Lahmer (DV-NÖSH-Büro) am 12. April die angehenden PflegehelferInnen im Landeskrankenhaus Zwettl. „Bei Selbsthilfe handelt es sich um Freiwilligkeit. Wir haben rund 50 Mitglieder - manchmal kommen 15 von ihnen zum Gruppentreffen, dann wieder 40. Wir freuen uns über jeden und wissen, dass es ihnen hilft, sich in geschütztem Rahmen auszusprechen zu können“, so Haider.

In der GuKPS Amstetten informierten Elfriede Schnabl (Frauenselbsthilfe nach Krebs), Brigitte Adewöhrer (Schwerhörige NÖ) und Xaver Lahmer am 14. Juni neben der Arbeit des Dachverbandes der NÖ



Selbsthilfe auch über die Zusammenarbeit mit der Klinik im Rahmen des Projektes „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ und die Bemühungen der Selbsthilfe-PartnerInnen.

Plattform „Partnerforum“

Die Treffen zwischen VertreterInnen der Klinik, SHG und DV-NÖSH bei den Partnerforen sind fixer Bestandteil im Jahresablauf. „Beim Partnerforum können sich - vor allem neue Gruppen - untereinander vorstellen, positive und negative Erfahrungen mitteilen sowie Verbesserungen anregen - auch in der Zusammenarbeit mit dem Klinikum“, resümierte DGKS Christine Krumpek in Tulln.

Und was meinen die Selbsthilfe-VertreterInnen? „Für uns sind diese Treffen immer wieder eine gute Gelegenheit, in ungezwungener Atmosphäre unsere Gedanken auszutauschen und zu hören, welche Aktivitäten es in anderen Gruppen gibt.“

Die Themen der Partnerforen reichen von Palliativpflege über Ernährungstipps bis hin zu Informationen betreffend Reha, Kur und aktuellen Gesundheitsangeboten.



PARTNERFOREN IN DEN NÖ LANDESKLINIKEN 2016

- 25.01. LK Mödling
- 02.02. LK Mistelbach
- 20.04. UK Krems
- 03.05. UK Tulln
- 15.06. LK Waidhofen / T. - Gmünd
- 22.06. LK Scheibbs
- 22.09. LK Lilienfeld
- 24.10. LK Horn - Allentsteig (Foto o.)
- 12.10. LK Waidhofen / Ybbs
- 12.10. Lebens.Med Zentrum Bad Erlach
- 13.10. LK Hohegg
- 18.10. LK Hainburg
- 21.10. UK St. Pölten
- 14.11. LK Korneuburg
- 17.11. LK Amstetten
- 07.12. LK Hollabrunn



RECHTSFORM DES DV-NÖSH

Der Verein führt den Namen „Dachverband der NÖ Selbsthilfegruppen“ mit Sitz in St. Pölten, ZVR 244690535. Sein Tätigkeitsbereich erstreckt sich auf das Land Niederösterreich. Der Dachverband, dessen Tätigkeit nicht auf Gewinn ausgerichtet ist, bezweckt die Zusammenarbeit aller Selbsthilfegruppen und -vereine in Niederösterreich. Er ist überparteilich und konfessionell nicht gebunden.

Sozial- und gesundheitspolitische Aktivitäten des DV-NÖSH 2016

NÖ Ethikkommission

Vertretung: Elfriede Schnabl und Eva-Maria Kemetner

Seit September 2001 ist der DV-NÖSH Mitglied der NÖ Ethikkommission. Diese befasst sich u.a. mit Themen wie medizinische Tests und neuen Behandlungsmethoden. Die Kommission tagte einmal pro Monat. Weiters nahmen die beiden DV-VertreterInnen an 2 Fortbildungsseminaren teil.

Patienten-Entschädigungsfonds

Vertretung: Elfriede Schnabl und Eva-Maria Kemetner

Der NÖ Patienten-Entschädigungsfonds dient zur Abgeltung von Schäden, die durch Untersuchung, Behandlung oder Nichtbehandlung in einem NÖ Landesklinikum ab dem 1. Jänner 2001 entstanden sind, und bei denen eine Haftung des Trägers nicht eindeutig gegeben ist.

Die Kommission (PEK) tagte 2016 elf Mal.

ARGE Selbsthilfe Österreich

Vertretung: Dipl. KH-BW Ronald Söllner, Josef Hoza

Arbeitskreis „Menschen mit Behinderung“ St. Pölten

Vertretung: Sabine Kauscheder

Änderungen bei SHG 2016

Neue SHG

- Diabetes Lilienfeld
- SHG für Menschen mit Depressionen – „Aufblühen!“ Baden
- SHG für Essstörungen – Hunger nach Liebe
- SHG Selbstwert-Stätte für Angehörige psychisch erkrankter Frauen
- Pankreaskarzinom Oberrohrbach
- SHG Arthrose Baden
- SHG für Frauen zum Thema Alkohol
- Es war eine schwierige Geburt
- SHG für Schwerhörige – Waldviertel Nord
- SHG Arbeitslos – was nun?
- SHG Lungenfibroseforum Austria
- Junge Menschen mit chronischen Schmerzen
- Servicestelle für Angehörige von Morbus Crohn-PatientInnen
- SHG Myasthenia Gravis
- SHG für Schwerhörige Krems
- Stammtisch für pflegende Angehörige Königstetten

Auflösungen der SHG

- Scheidung / Trennung in Krems
- SHG Fibromyalgie NÖ - Amstetten
- Schlaganfall, SH NÖ, Land um Laa
- Fibromyalgie – Bad Traunstein
- „Meiner Gesundheit zuliebe“ Pöchlarn
- Selbsthilfe „Alleinerziehend“ Wr. Neustadt
- AAS – „Arbeitssüchtige“ Krems
- SHG Down Syndrom für Angehörige NÖ & Wien
- Hainburger Verein - Diabetes
- Stammtisch für pflegende Angehörige - Melk
- Initiative „Wir gemeinsam“ – Blumau
- Schlaganfall - Bruck / Leitha – Hainburg
- Lungenliga Österreich
- LOT Austria / NÖ – St. Pölten und Umgebung
- SHG Frauen-Missbrauch „Rat und Hilfe“ St. Pölten
- „Wegbegleiter“ Pflegende Angehörige St. Pölten
- SHG Treffpunkt für Trauernde St. Pölten
- Kinder mit Entwicklungsverzögerungen

WIR DANKEN FÜR DIE UNTERSTÜTZUNG



Umfangreiche Öffentlichkeitsarbeit: SHG-Verzeichnis, Evaluierungsbericht und Selbsthilfe-Landkarte

Das Jahr 2016 stand im Zeichen umfangreicher Publikationen. Unter anderem wurde der 204 Seiten dicke Bericht „Dachverband der NÖ Selbsthilfegruppen - Evaluierung 2000 - 2015“ fertig gestellt. Anlass waren die beiden Jubiläen „15 Jahre Dachverband der NÖ Selbsthilfegruppen“ und „10 Jahre NÖ Selbsthilfe-Stammtische“.

„Was ist Selbsthilfe, was machen Selbsthilfegruppen und wie werden sie definiert?“ findet sich einleitend im Bericht. Des weiteren sind Daten aller Stammtische, Schulungen und Veranstaltungen detailliert aufgelistet. Informationen über Ehrungen, der Auszeichnung des Dachverbandes der NÖ Selbsthilfe mit dem „Löwenherz 2009“ und Zukunftsaussichten sind ebenso enthalten.

Eine Auflistung aller Publikationen, die der Dachverband der NÖ Selbsthilfe seit seiner Gründung im Jahr 2000 veröffentlichte, schließen den Evaluierungsbericht.

Gleichzeitig wurde - dankenswerterweise mit Unterstützung des NÖGUS - eine [Niederösterreich-](#)



Landkarte gestaltet und gedruckt, auf der die Selbsthilfegruppen nach Krankheitsbildern gruppiert eingetragen sind - von Alzheimer über Hörbehinderung, Krebs und psychischen Erkrankungen bis hin zur Zöliakie.

Großes Interesse besteht stets am Selbsthilfegruppen-Verzeichnis NÖ - die 2. Auflage ging im April 2016 in Druck. Da sich bei den Gruppen regelmäßig Daten ändern, neue SHG dazu kommen und andere ihre Tätigkeit beenden, gibt es die laufend aktualisierte Version als PDF zum Download auf www.selbsthilfenoe.at.



SELBSTHILFE IN DER PRESSE



DANKE AN SUSAN HEINE

Von September 2015 bis Oktober 2016 engagierte sich Susan Heine als Büroleiterin des DV-NÖSH für die Selbsthilfe in Niederösterreich und die Anliegen der Gruppen. Der Dachverband der NÖ Selbsthilfe dankt ihr für die geleistete Arbeit und wünscht ihr alles Gute für ihre Zukunft, interessante neue Aufgaben und Gesundheit.

