



# 20 Jahre DACHVERBAND NÖ SELBSTHILFE

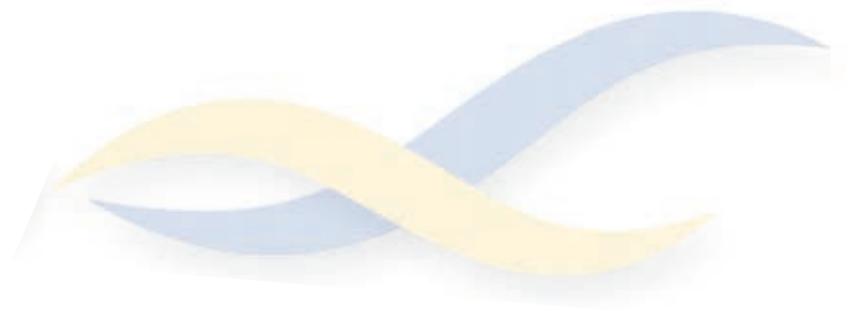


2000 bis 2020



# FESTSCHRIFT

20 JAHRE DACHVERBAND NÖ



## IMPRESSUM

### Medieninhaber und Herausgeber:

Dachverband NÖ Selbsthilfe

### 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:

Manuela Kraus, Birgit Ramusch,  
Katharina Ruby, Ronald Söllner

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 und Texte:

www.foto-kraus.at, Franz Xaver Lahmer,  
Archiv Dachverband NÖ Selbsthilfe,  
zur Verfügung gestellt (zvq)

### Layout und Produktion:

Druckservice Muttenthaler GmbH,  
Ybbser Straße 14, 3252 Petzenkirchen,  
Tel.: 07416 504-0, E-Mail: ds@muttenthaler.com

Aus Gründen der leichten Lesbarkeit wird auf eine  
geschlechterspezifische Differenzierung verzichtet.  
Entsprechende Begriffe und Formulierungen gelten  
im Sinne der Gleichbehandlung selbstverständlich  
für beide Geschlechter.

Mit freundlicher Unterstützung:





### Selbsthilfegruppen sind wichtige Partner des Gesundheitswesens

**D**er Dachverband NÖ Selbsthilfe ist ein ganz wichtiger und wesentlicher Partner des niederösterreichischen Gesundheitswesens. Nur wenn die Betroffenen und ihre Verwandten, aber auch die Ärzte- und Pflegschaft sowie die Behörden über bestehende Angebote Bescheid wissen, kommen Rat und Hilfe auch tatsächlich dort an, wo sie gebraucht werden. Die Selbsthilfegruppen sind dabei ein ganz zentraler und wichtiger Punkt unseres Gesundheitssystems.

Niederösterreich ist weltweit gesehen Spitzenreiter im Gesundheits- und Sozialbereich. Das ist der zum Jahresbeginn gegründeten Landesgesundheitsagentur, aber auch den Verbänden wie der NÖ Selbsthilfe geschuldet. Wir sind daher auch froh, jene Aufgaben der Selbsthilfegruppen in verantwortungsbewussten Händen zu wissen. Die gegenseitige Unterstützung sowie der Gedanken- und Erfahrungsaustausch zwischen den Betroffenen und den Angehörigen werden immer wichtiger und verlangen großes persönliches Engagement aller Beteiligten.

In diesem Sinne gratuliere ich nicht nur zum 20-jährigen Jubiläum sehr herzlich, sondern bedanke mich auch bei allen Verantwortlichen und Engagierten für ihren Einsatz. Mit ihnen ist unser Gesundheitssystem um vieles reicher. Ich wünsche dem Dachverband NÖ Selbsthilfe weiterhin alles Gute und viel Erfolg.

**JOHANNA MIKL-LEITNER**  
LANDESHAUPTFRAU



### Danke für das ausgezeichnete Miteinander

**V**or zwanzig Jahren fand im Leopoldsaal des NÖ Landhauses eine Tagung der NÖ Selbsthilfegruppen statt, zu der der NÖ Gesundheits- und Sozialfonds eingeladen hatte. Thema der damaligen Tagung war die Diskussion um die Neugründung und Funktion des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe. Es war somit von Beginn an ein Anliegen des Landes Niederösterreich, geeignete Strukturen und Rahmenbedingungen für die Selbsthilfe aufzubauen und zu unterstützen.

Gab es damals ca. 200 Gruppen, die Mitglied des Dachverbandes waren, sind es heute rund 380 und monatlich kommen neu gegründete Gruppen hinzu. Laufend wird das Angebot des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe für die Gruppen ausgebaut und verbessert, sodass er zu einer breit aufgestellten Serviceeinrichtung geworden ist.

In Kooperation mit der NÖ Landesgesundheitsagentur und dem NÖ Gesundheits- und Sozialfonds entstanden im Laufe der Jahre regionale Gesundheits-Netzwerke, in welche die Selbsthilfe eingebunden ist. Diese Kooperationen kommen vor allem den Patientinnen und Patienten der NÖ Universitäts- und Landeskliniken zugute.

Der Dachverband NÖ Selbsthilfe hat sich in den zwanzig Jahren seines Bestehens zu einem nicht mehr wegzudenkenden Partner für die NÖ Selbsthilfegruppen und für das Land Niederösterreich, den NÖ Gesundheits- und Sozialfonds, die NÖ Landesgesundheitsagentur und viele andere Entscheidungsträger im Gesundheits- und Sozialbereich entwickelt.

Ich wünsche dem Dachverband NÖ Selbsthilfe und der Selbsthilfe in Niederösterreich weiterhin viel Erfolg in ihrem Wirken für die Menschen in unserem Bundesland.



**MARTIN EICHTINGER**  
NÖGUS-VORSITZENDER UND LANDESRAT



**D**ie Diagnose einer schweren Erkrankung ist für Betroffene und ihre Angehörigen immer eine einschneidende Erfahrung. Patientinnen und Patienten benötigen nicht nur die bestmögliche Therapie, sondern müssen auch den Umgang mit der Krankheit erlernen, um den Alltag trotz schwerer oder chronischer Erkrankung sowie bei starker gesundheitlicher Beeinträchtigung besser bewältigen zu können.

Der Dachverband NÖ Selbsthilfe leistet dafür einen entscheidenden und wertvollen Beitrag. Er ist ein wichtiger und verlässlicher Partner – für Betroffene, ihre Angehörigen und auch für die Sozialversicherungen, und das seit 20 Jahren. Seine konsequente Arbeit verleiht den Interessen vieler Patientinnen und Patienten eine Stimme. Damit werden schwere und chronische Erkrankungen enttabuisiert und das ist letztlich auch für den gesellschaftlichen Zusammenhalt von großer Bedeutung.

Das Netzwerk des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe bietet Erkrankten und ihren Angehörigen die Möglichkeit, ihre Sorgen, Ängste und Belastungen zu teilen und Erfahrungen und praktische Informationen auszutauschen unter unterschiedlichen Rahmenbedingungen. Ein niederschwelliges Angebot mit großer Wirkung: Betroffene erleben eine deutliche Steigerung ihrer Lebensqualität. Außerdem können Patientinnen und Patienten dadurch eine aktive Rolle im Umgang und bei der Bewältigung ihrer Krankheit einnehmen. Auch das hat Auswirkungen auf ihren Alltag, es steigert ihren Lebensmut. Selbsthilfe ist für sie ein Weg ihren eigenen Bedürfnissen besser nachzukommen.

Für die Österreichische Gesundheitskasse ist das entschlossene Wirken des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe von großem Wert. Aus unserer Sicht ist die Organisation ein wertvoller Partner und handelt im Interesse unserer Versicherten. Auch künftig wollen wir die gute Zusammenarbeit fortsetzen und damit die Einbindung der Patientinnen und Patienten ermöglichen sowie ihren Anliegen Gehör verschaffen.

**MAG. BERNHARD WURZER**

**GENERALDIREKTOR ÖSTERREICHISCHE GESUNDHEITSKASSE**



**S**ozialer Zusammenhalt ist mehr denn je gefordert und Menschen, die sich in Selbsthilfegruppen engagieren und Gleichbetroffene unterstützen, beraten und begleiten, sind ein wesentlicher Teil davon. Auch um den Patientinnen und Patienten eine kräftige Stimme zu geben. Ein Umstand, zu dem die Selbsthilfe-Unterstützungseinrichtungen auf Landesebene wesentlich beitragen, denn: Freiwilligenarbeit braucht qualifizierte Unterstützung. Der Dachverband NÖ Selbsthilfe erbringt wichtige Aufgaben, in dem sie an Selbsthilfegruppen interessierten Personen das Thema vermitteln, themenbezogene Selbsthilfegruppen in ihrer Arbeit unterstützen und sich für Kooperationen mit Gesundheitsversorgung und -politik sowie ein selbsthilfefreundliches Klima einsetzen. Es gelingt in vorbildlicher Weise, die Anliegen der Patientinnen und Patienten unter einem Dach zu bündeln und an relevante Stakeholder zu kommunizieren.

Das enorme Erfahrungswissen der Selbsthilfe ist für das Gesundheitssystem überaus wertvoll und muss gerade jetzt dafür verwendet werden, die Qualität in der Gesundheitsversorgung zu sichern und zu erhöhen. Dafür sind gute, verlässliche und tragfähige Strukturen notwendig, die in Niederösterreich schon eine lange Tradition haben. Wenngleich Selbsthilfegruppen und -organisationen – wie der Name bereits sagt – selbstorganisiert sind, sind sie dennoch von förderlichen Rahmenbedingungen abhängig. Dies gilt umso mehr, je stärker das Gesundheitssystem auf „gemeinschaftliche Selbsthilfe“ zurückgreift und Selbsthilfegruppen und -organisationen als Patientenvertretungen einbezogen werden. Den Ausbau dieser Strukturen möchte der Fonds Gesundes Österreich (FGÖ) und die Österreichische Kompetenz- und Servicestelle für Selbsthilfe (ÖKUSS) auch in Zukunft gerne unterstützen, um diese wertvolle Arbeit zu ermöglichen.

Wir gratulieren dem Dachverband NÖ Selbsthilfe zum 20-jähriges Bestehen und danken für die gute Kooperation!

**MAG.<sup>a</sup> GUDRUN BRAUNEGGER-KALLINGER**  
LEITERIN DER ÖSTERREICHISCHEN  
KOMPETENZ- UND SERVICESTELLE  
FÜR SELBSTHILFE (ÖKUSS)

**DR. KLAUS ROPIN**  
GESCHÄFTSBEREICHSLEITER DES FONDS  
GESUNDES ÖSTERREICH (FGÖ)



## NÖ Selbsthilfe: Ein verlässlicher Partner der letzten 20 Jahre

**D**ie NÖ Selbsthilfe hat als zartes Pflänzchen begonnen und ist nunmehr ein junger starker Baum geworden. Patientenorientierung und Partizipation gehörten zwar schon seit langem zum Vokabular der gesundheitspolitischen Entwicklungen, aber erst mit einer Struktur und Organisation der Selbsthilfe ist es gelungen diesen wichtigen Stimmen Gewicht und Gehör zu verschaffen.

Die NÖ Selbsthilfe ist heutzutage ein verlässlicher Partner in vielen Gremien und Arbeitskreisen des niederösterreichischen Gesundheitswesens. Ob es die NÖ Ethikkommission oder die NÖ Patienten-Entscheidungskommission, die Gesundheitsplattform oder der Nutzerbeirat der NÖ Landesgesundheitsagentur ist, überall ist die NÖ Selbsthilfe gern gesehen und kann die Erfahrungen der Patienten einbringen. Nur die direkten Vertreter der betroffenen PatientInnen können wissen, was die Bedürfnisse sind und wie diese am besten zu erfüllen sind.

Besonders hervorzuheben ist, dass zwischen NÖ Selbsthilfe und NÖ Patientenadvokatur ein ausgezeichnetes Klima der Zusammenarbeit gegeben ist. Selbsthilfe und Patientenadvokatur sind zwei Seiten einer Medaille, die sich ergänzen aber nicht konkurrenzieren. Die Selbsthilfe kann die Erfahrungen und Bedürfnisse der PatientInnen in bester Art und Weise zur Verfügung stellen und die Patientenadvokatur eine professionelle Unterstützung anbieten.

Wer Patientenorientierung ernst nimmt und dies für die weitere positive Entwicklung des niederösterreichischen Gesundheitswesens nutzt, wird die NÖ Selbsthilfe auch weiterhin verstärkt einbeziehen und dies wird direkt auch positive Auswirkungen auf die Zufriedenheit der Gesamtbevölkerung haben.

Die aktuellen Herausforderungen in der Corona-Krise haben uns gezeigt wie wichtig ein Vermittler und Kommunikationsträger zwischen Bevölkerung/PatientInnen und Entscheidungsträgern des Gesundheitswesens ist. Die erste Corona-Welle von März bis Mai konnte nur durch die aktive Mithilfe und eigenverantwortliche Unterstützung der Bevölkerung und der PatientInnen bewältigt werden. Die Herausforderungen im kommenden Winter werden nicht kleiner werden und die Aufgaben und die aktive Mithilfe der NÖ Selbsthilfe bei der Bewältigung umso wichtiger!

**DR. GERALD BACHINGER**  
NÖ PATIENTENANWALT



***Es bleibt einem jeden so viel Kraft, das auszuführen,  
wovon er überzeugt ist.***

*Johann W. von Goethe*

**O**b sich die GründerInnen vom Goethewort leiten ließen, als sie sich entschlossen haben, den Dachverband NÖ Selbsthilfe zu gründen und sich sozial zu engagieren? Man könnte es fast vermuten. Und sie waren damit erfolgreich. Im Jubiläumsjahr 2020 zählt der Dachverband NÖ Selbsthilfe rund 380 Mitglieder. Den Menschen, die sich im Dachverband NÖ Selbsthilfe engagieren, ist es zu verdanken, dass dieser – wie Frau Landeshauptfrau Johanna Mikl-Leitner es formulierte – ein ganz wichtiger und wesentlicher Partner im niederösterreichischen Gesundheitswesen ist. Der Vorstand und das Büroteam sind stolz darauf die Arbeit des Dachverbandes mitgestalten zu dürfen.

Das 20-jährige Bestehen des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe ist für mich auch ein guter Anlass, um Rückschau zu halten und die Höhen und Tiefen der letzten Jahre Revue passieren zu lassen. Es ist aber ebenso ein Anlass, um auf all jene Erfolge und Entwicklungen zurückzublicken, die man in der Hektik des Alltags oft gar nicht so wahrgenommen hat und vor allem ist es ein Anlass, um Danke zu sagen.

Danke vor allem unseren Fördergebern, dem Amt der NÖ Landesregierung und dem NÖ Gesundheits- und Sozialfonds, die uns in den 20 Jahren immer unterstützt haben und uns stets Vertrauen und Respekt entgegengebracht haben.

Danke unseren Kooperationspartnern, wie dem FGÖ, der uns bei unseren Aus- und Weiterbildungsseminaren für unsere Mitglieder unterstützt, und der NÖ Landesgesundheitsagentur, die bei der Entwicklung und Umsetzung des Projekts „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ maßgeblichen Anteil hatte.

Last but not least möchte ich mich auch bei der ÖGK bedanken, die in all den vergangenen Jahren die Aktivitäten des Dachverbandes und der Selbsthilfegruppen unterstützt hat. Besonderer Dank gebührt aber vor allem den niederösterreichischen Selbsthilfegruppen und ihren Gruppenleiterinnen und Gruppenleitern, die durch ihr persönliches Engagement den Selbsthilfegedanken in ganz Niederösterreich leben. Diese Gruppen zu unterstützen und zu fördern ist unser vorrangiges Anliegen, dem wir uns auch in den nächsten Jahren mit all unseren Kräften widmen werden.

**DIPL. KH-BW RONALD SÖLLNER**  
VORSTANDSVORSITZENDER DACHVERBAND NÖ SELBSTHILFE



# Der Dachverband NÖ Selbsthilfe

VON DER GRÜNDUNG IM JAHR 2000 BIS ZUM 20-JÄHRIGEN JUBILÄUM

1999 wandte sich der damalige Obmann des Dachverbandes an die NÖ Landesregierung, weil eine Umstrukturierung notwendig erschien. Die NÖ Landesregierung anerkannte die Wichtigkeit der Selbsthilfe für das Gesundheits- und Sozialwesen und die Bedeutung eines themenübergreifenden Selbsthilfe-Dachverbandes. Die Selbsthilfe fiel damals in die Kompetenz von LR Dipl.-Kfm. Dr. Hannes Bauer.

Im ersten Schritt lud der NÖ Gesundheits- und Sozialfonds – Soziales die Selbsthilfegruppen zu einer Tagung ein. Bei dieser diskutierte man über die Form und die Sinnhaftigkeit einer themenübergreifenden Selbsthilfe-Landesorganisation. Die überwältigende Mehrheit der damals anwesenden Vertreter der Selbsthilfegruppen sprach sich für die Gründung eines Dachverbandes aus. Dieser sollte (und tut es bis heute) als Serviceeinrichtung für die Gruppen und als Vertretung gegenüber Bundes- und Landesgremien fungieren. Im Sinne des Selbsthilfedankens einigte man sich, dass sich der Dachverband NÖ Selbsthilfe als eigenständiger Verein positionieren soll und nicht in die Verwaltung des Amtes der NÖ Landesregierung zu integrieren ist. Da der Aufbau des Vereins aus eigener Kraft nicht effizient möglich war, wurde der NÖ Gesundheits- und Sozialfonds, Bereich Soziales, als „Starthelfer“ mit der Durchführung dieser Aufgabe beauftragt.

Nach erfolgreicher Vereinsgründung zog sich der NÖ Gesundheits- und Sozialfonds zurück und agiert seither – bis heute – als Vertreter des Fördergebers und Ansprechpartner.

Am 3. März 2000 fand im Leopoldsaal des NÖ Landhauses die Generalversammlung mit Neukonstituierung des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe statt. Mit neuem Statut und neu gewähltem Vorstand startete der themenübergreifende Landesverband in eine neue Ära.

## Der erste Vorstand des Dachverbandes lautete:

Obmann: Kurt Hiess  
 Obmann-Stellvertreterin: Maria Hornek  
 Kassier: Peter Maly  
 Kassier-Stellvertreter: Hermann Auer  
 Schriftführerin: Traude Izaak  
 Schriftführerin-Stellvertreterin: Renate Degenfeld

Als passende Räumlichkeit stand anfangs ein Büro im Landhaus Boulevard 4 zur Verfügung. Schon ab 1. September 2000 konnte der Dachverband NÖ Selbsthilfe seine offizielle Tätigkeit in den neuen Räumlichkeiten im Landhaus weiterführen.

Zwei Teilzeit-Mitarbeiterinnen – Traude Izaak und Ulrike Bachhofer – unterstützten ab diesem Zeitpunkt den Vorstand.

Seit Oktober 2000 nimmt der Dachverband an den Sitzungen der NÖ Ethikkommission teil.

Im Dezember 2000 fand in den Räumen des Dachverbandes auch der erste Adventmarkt statt. Bei diesem bieten Selbsthilfegruppen selbstgefertigte Geschenkartikel zum Verkauf an. Der Erlös kommt bis heute den beteiligten Gruppen zugute.

## 2001: Ein Büro für den Dachverband NÖ Selbsthilfe/ Erste Homepage/Kooperation mit der ÖGK

Am 30. März 2001 fand die offizielle Eröffnung des Büros des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe statt. Der damalige Bischof Prof. Dr. Kurt Krenn (+) und Superintendent Paul Weiland (+) nahmen die Segnung vor. Unter den Gästen waren Bundesministerin Liese Prokop (+), Bundesminister Mag. Karl Schlögl und der damalige St. Pöltner Bürgermeister Willi Gruber (+).

Sehr erfreulich war auch die rege Teilnahme der Selbsthilfegruppen bei der Eröffnung des neuen Büros.

In diesem Jahr wurde auch die erste Version der Homepage ins Netz gestellt.

Im November 2001 startete der Dachverband NÖ Selbsthilfe in Kooperation mit dem Sozialministeriumservice (früher: Bundessozialamt) mit seinem ersten Schulungsprogramm für die GruppenleiterInnen der niederösterreichischen Selbsthilfegruppen.

1+2) Eröffnung des neuen Büros, 2001





3



4

Am 10. Dezember dieses Jahres luden die Österreichische Gesundheitskasse (damals NÖ Gebietskrankenkasse) und der Dachverband NÖ Selbsthilfe zu einer Auftaktveranstaltung ins Kulturhaus Wagram, bei der Obmann Kurt Hiess dem damaligen Direktor, Konrad Köck, einen Schlüssel überreichte, der symbolisch die Kooperation zwischen der ÖGK und dem Dachverband NÖ Selbsthilfe besiegeln sollte.

### 2002: 1. Ausgabe der Informationszeitung „Blickpunkt“

Im Oktober 2002 erschien die erste Ausgabe unserer Zeitung „Blickpunkt“. Damals noch als Infoblatt mit dem Titel „Selbsthilfe im Blickpunkt“ entwickelte sich die Zeitung im Laufe der Jahre zu einer informativen Fachzeitschrift. Die Zeitung erscheint vierteljährlich und informiert über alle Themen aus den Bereichen Gesundheit und Soziales.

Ging das Infoblatt zu Beginn ausschließlich an die Mitgliedergruppen, so hat die Zeitung heute eine Auflage von rund 6.000 Stück. Sie geht an alle niederösterreichischen Selbsthilfegruppen, alle Selbsthilfe-Dachverbände und -Kontaktstellen in Österreich, an die niederösterreichischen Gesundheitseinrichtungen, die niederösterreichischen Bezirkshauptmannschaften und an alle 573 Gemeinden in Niederösterreich.

Darüber hinaus ersetzte man 2002 die erste Version der Homepage, da diese den Anforderungen nicht mehr gerecht wurde.

### 2003 bis 2005: Wachsende Aufgaben für den Dachverband NÖ Selbsthilfe

Am 6. März 2003 fand die zweite ordentliche Generalversammlung im NÖ Landhaus statt, bei der Obmann Kurt Hiess neuerlich mit überwältigender Mehrheit wiedergewählt wurde.

Neben zahlreichen VertreterInnen der niederösterreichischen Selbsthilfegruppen konnten bei der Generalversammlung Bundesministerin Liese Prokop (+), Patientenanwalt Dr. Gerald Bachinger und Vertreter des NÖ Gesundheits- und Sozialfonds als Ehrengäste begrüßt werden.

Bundesministerin Liese Prokop (+) ließ es sich nicht nehmen die Ehrung verdienster Mitglieder von Selbsthilfegruppen selbst vorzunehmen.

In den Jahren 2003 bis 2005 verstärkte man die Zusammenarbeit mit den niederösterreichischen Landes- und Uni-

versitätskliniken. So wurden erstmals in allen Kliniken Folder des Dachverbandes aufgelegt und in verschiedenen Kliniken wurden Infotafeln angebracht, die auf die Selbsthilfegruppen und den Dachverband NÖ Selbsthilfe hingewiesen haben.

Ab 2005 war der NÖ Gesundheits- und Sozialfonds nicht mehr für den Dachverband NÖ Selbsthilfe verantwortlich, sondern der Dachverband fiel ab sofort in die Zuständigkeit des Amtes der NÖ Landesregierung und damit von der damaligen Landesrätin Dr.<sup>in</sup> Petra Bohuslav.

### 2006 bis 2009: Neue Projekte und einige Veränderungen

Im Mai 2006 wurde bei der 3. Generalversammlung im Leopoldsaal des NÖ Landhauses Kurt Hiess als Obmann des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe bestätigt.



Foto: Filzwieser

8



Im selben Jahr riefen die Österreichische Gesundheitskasse und der Dachverband NÖ Selbsthilfe die „INFO-Stammtische“ (früher unter dem Titel „Selbsthilfe-Stammtische“) ins Leben. Diese finden in fünf Regionen in Niederösterreich statt und wurden als Informations- und Vernetzungstreffen konzipiert.

Die ersten Treffen hielt man von September bis Oktober 2006 in St. Pölten, Amstetten, Wiener Neustadt, Mistelbach und Horn ab.

Als Abschlussveranstaltung der INFO-Stammtische führte man ebenfalls in Kooperation mit der Österreichischen Gesundheitskasse im Jahr 2008 erstmals eine NÖ Landeskonferenz durch. Mit 90 TeilnehmerInnen war die erste Konferenz ein großer Erfolg, sodass man sich entschied im darauffolgenden Jahr ebenfalls eine Selbsthilfe-Landeskonferenz durchzuführen.



- 3) NÖ Selbsthilfe-Landeskonferenz 2010
- 4) Tag der NÖ Selbsthilfe 2010
- 5) Tag der NÖ Selbsthilfe 2010: Mag.<sup>a</sup> Monika Maier
- 6) Broschüre „Kompetent als Patient“, 2012
- 7) Broschüre „Leitfaden für Gruppentreffen“, 2014
- 8) NÖ Selbsthilfe-Landeskonferenz 2014
- 9) NÖ Selbsthilfe-Landeskonferenz 2015: Gertraud Preleuthner
- 10) NÖ Selbsthilfe-Landeskonferenz 2015

Ab 2006 intensivierten der NÖ Gesundheits- und Sozialfonds und der Dachverband NÖ Selbsthilfe erneut ihre Kooperation. Im NÖ Gesundheits- und Sozialfonds hatte sich durch die Übernahme der niederösterreichischen Kliniken in die Trägerschaft des Landes eine neue Situation ergeben.

Um die Situation zu analysieren, aber auch um Informationen über die Umstrukturierungen im niederösterreichischen Gesundheitswesen weiterzugeben, wurden in fünf Kliniken Regionalkonferenzen durchgeführt.

Aus den Erkenntnissen dieser Regionalkonferenzen entstand im Jahre 2007 das Projekt „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“.

### 2010 bis 2015 ... und kein bisschen leise Publikationen und Homepage zur Unterstützung der Selbsthilfegruppen

2010 bis 2015 lag das Hauptaugenmerk auf noch mehr Professionalisierung. Die Diskussionen und Gespräche bei den Informationsveranstaltungen wurden seitens des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe in diversen interessanten Broschüren publiziert:

„Kompetent als Patient – Das Arzt-Patienten-Gespräch“ entstand 2012 und 2014 folgte „Hilfe zur Selbsthilfe – Leitfaden für Gruppentreffen“. Darin fanden SelbsthilfegruppenleiterInnen hilfreiche Tipps zur Gruppenführung. Neben diesen Broschüren und der vierteljährlich erscheinenden Selbsthilfe-Zeitschrift erschien 2010 die Jubiläumsbroschüre „10 Jahre Dachverband der NÖ Selbsthilfegruppen“, 2011 ein Jahreskalender mit Gedanken zur Selbsthilfe „Mit Selbsthilfe durch das Jahr“ und 2012 die 100-seitige Fachbroschüre „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus Niederösterreich“.

Schon lange angedacht, wurde es im Jubiläumsjahr 2015 erst mit eigenen Give-away-Produkten des Dachverbandes: Post-it-Haftnotizblöcke, Kugelschreiber und eine Infomappe wurden erstmalig bei der 8. NÖ Selbsthilfe-Landeskonferenz an die TeilnehmerInnen verteilt.



## 2016 bis 2020: Mehr Transparenz und Ausweitung der Services

Durch den Rücktritt der langjährigen Obfrau Elfriede Schnabl, am 31. Juli 2016, wurde es notwendig, eine außerordentliche Generalversammlung abzuhalten. Mehr als 100 Selbsthilfe-VertreterInnen wählten am 30. November 2016, in der HYPO NÖ in St. Pölten, einen neuen Vorstand für den Dachverband NÖ Selbsthilfe. Als Vorstandsvorsitzender ging einstimmig Dipl. KH-BW Ronald Söllner aus der Wahl hervor.

Im Februar 2017 hat der Dachverband NÖ Selbsthilfe gemeinsam mit den themenübergreifenden Selbsthilfe-Dachverbänden der Bundesländer Kärnten, Salzburg und Vorarlberg, die Initiative „nationales netzwerk selbsthilfe – NANES“ gegründet. Ziel der Initiative ist es, Kompetenzen und Ressourcen zu vernetzen, zu bündeln und Synergien zu nutzen.

Anfang März 2017 wurde das Logo des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe neu kreiert – das Vorgänger-Logo stammte aus dem Jahr 1999.

Dieses moderne Logo, die nach oben geöffneten Hände in den Landesfarben von Niederösterreich, sollen die Offenheit für die vielfältigen Anliegen in der Selbsthilfe ausdrücken.

Nächster großer Schritt war 2017 die Neugestaltung des Dachverband-Magazins und die Umbenennung auf „Blickpunkt“.

In punkto Rechtsschutz schloss man 2017 für alle ehrenamtlich tätige Grup-

penleiterInnen eine neue Straf-Rechtsschutzversicherung ab.

Eine Premiere war in diesem Jahr auch das erste Dankesfest, das der Dachverband als Dankeschön für das große ehrenamtliche Engagement seiner Mitglieder mit Unterstützung der Österreichischen Gesundheitskasse durchführte.

Ein weiterer großer Schritt war in diesem Jahr, dass das deutsche Netzwerk Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung im Gesundheitswesen, die österreichische Initiative NANES und die Selbsthilfe Schweiz sich im November 2017 zum Europäischen Aktionsbündnis Selbsthilfefreundlichkeit zusammengeschlossen haben, um Selbsthilfefreundlichkeit als gemeinsamen, einheitlichen Qualitätsstandard für die Zusammenarbeit von Selbsthilfe und Einrichtungen des Gesundheits- und Sozialwesens europaweit zu vertreten.

Dank der Förderung durch den Dachverband der Sozialversicherungsträger fand am 27. November 2018 die erste Selbsthilfe-Fachexkursion in der Aula des MedUni Campus Wien statt.

Moderator Paul Sieberer begrüßte als Referenten Mag.<sup>a</sup> Monika Maier, Präsidentin des Dachverbandes Selbsthilfe Kärnten, Dipl. KH-BW Rudolf Hochsteiger, Geschäftsführer Notruf NÖ, und Mag. Michael Prunbauer, NÖ Patienten- und Pflegeanwaltschaft.

Der Dachverband NÖ Selbsthilfe konnte 2018 mit dem Projekt „Soziale Drehscheibe Waldviertel“ im Landes-klinikum Gmünd sein Angebot für



11

Hilfesuchende und Selbsthilfegruppen erweitern.

Schwerpunkte des Projekts sind:

- Beratung von PatientInnen
- Bindeglied zwischen PatientInnen sowie Gesundheits- und Sozialsystem, Behörden, Ämtern etc.
- Unterstützung bei der Suche nach einer Selbsthilfegruppe und deren Gründung

Als Premiere präsentierte der Dachverband NÖ Selbsthilfe im darauf folgenden Jahr bei der 11. NÖ Selbsthilfe-Landeskonferenz den neuen Selbsthilfe-Imagefilm „Mein Weg mit der Krankheit“, den Edith Bachkönig gemeinsam mit einem Team der FH St. Pölten erstellt hatte. Vier Selbsthilfe-VertreterInnen berichteten darin über ihren eigenen, ganz persönlichen Leidensweg.

Ein weiterer Meilenstein war im Jahr 2019 die Auszeichnung des Therapie-



14



15



12



13

zentrums Buchenberg als 1. zertifizierte selbsthilfefreundliche Sonderkrankenanstalt in Österreich.

Basierend auf das Gütesiegel „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ wurden speziell auf die Bedürfnisse von Rehabilitationskliniken und deren PatientInnen abgestimmte Richtlinien für eine Zertifizierung als „Selbsthilfefreundliche Sonderkrankenanstalt“ erarbeitet.

Diese sollen die wichtigsten Aspekte der Selbsthilfefreundlichkeit abbilden und eine gute Orientierung bieten, wie die Zusammenarbeit zwischen Rehabilitationsklinik und der Selbsthilfe konkret gestaltet werden kann.

Seit März 2020 hat sich der Alltag aufgrund der Corona-Pandemie gravierend verändert und der Dachverband konnte erstmalig in seiner Geschichte keine Veranstaltungen durchführen.

So wurde auch anstelle der Generalversammlung 2020 im Sommer, gemäß der COVID-19-Verordnung der Justizministerin, in einer schriftlichen Ab-

stimmung ein neuer Vorstand gewählt. Der aktuelle Vorstand setzt sich zusammen aus:

Vorstandsvorsitzender:

Dipl. KH-BW Ronald Söllner

Finanzvorstand: Wolfgang Stadler

Administrationsvorstand:

Mag.<sup>a</sup> Susanne Deimel-Engler

Finanzvorstand-Stellvertreter:

Herbert Oth

Administrationsvorstand-

Stellvertreterin: Silvia Scholz

Vorstandsmitglied: Waltraud Haider

Vorstandsmitglied: Eva-Maria Kemetner

Der Rückblick auf 20 Jahre Arbeit zeigt, wie die Selbsthilfebewegung in Niederösterreich stetig gewachsen ist.

Dies war in erster Linie durch die guten Kooperationen mit dem Amt der NÖ Landesregierung, dem NÖGUS, dem Fonds Gesundes Österreich, der Österreichischen Gesundheitskasse und dem Dachverband der Sozialversicherungsträger möglich.

Vieles von dem, das der Dachverband NÖ Selbsthilfe in den 20 Jahren geschaffen hat, ist heute selbstverständlich.

Wir sind stolz darauf, dass wir mit unserer Arbeit und unserem unermüdlichen Einsatz, einen Beitrag dazu geleistet haben, dass die Selbsthilfe in Niederösterreich heute so gefördert und anerkannt wird.

- 11) Außerordentliche Generalversammlung 2016: Josef Hoza und Ronald Söllner
- 12) Selbsthilfefreundliches Krankenhaus: Ehrung Universitätsklinikum St. Pölten, 2017
- 13) 2. Dankesfest 2018
- 14) Selbsthilfefreundliches Krankenhaus: Ehrung Universitätsklinikum Tulln, 2018
- 15) Eröffnung der Sozialen Drehscheibe im Waldviertel im Landesklinikum Gmünd, 2018
- 16) Team Imagefilm, 2019
- 17) Vorstand des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe, 2020



16



17

# Veranstaltungen des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe 2011 bis 2014

## Dachverband NÖ Selbsthilfe: Fest der Freiwilligen 2011

Um all den ehrenamtlichen Selbsthilfegruppen-LeiterInnen für ihren unermüdbaren Einsatz im Sinne der Selbsthilfe zu danken, organisierte der Dachverband NÖ Selbsthilfe, am 25. August 2011, eine Donau-Schiffahrt von Krems nach Melk und wieder retour mit der MS Prinz Eugen.

Unter dem Motto: „Wer viel arbeitet, soll auch einmal Entspannung finden“ stand bei der Schiffsreise die Gemütlichkeit und die Gemeinschaft im Vordergrund. Bei vielen Gesprächen tauschten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer Erfahrungen aus oder sie genossen ganz einfach das herrliche Kaiserwetter und den schönen Tag.

## Sternfahrt des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe nach Maria Taferl

Mehr als 50 SelbsthilferevertreterInnen nutzten das herrliche Sommerwetter um einen gemeinsamen Tag in Maria Taferl zu verbringen. Dank guter Fernsicht hatten die Teilnehmer einen großartigen Ausblick ins Donautal und das nahe Alpenvorland.

Die Sternfahrt stand ganz im Zeichen der Entspannung und des Genusses. Vor allem aber bot sich ausreichend die Gelegenheit zum Kennenlernen, Gedankenaustausch und zur Vernetzung. Neben einem Rundgang an der bekannten Promenade von Maria Taferl standen der Besuch der Schatzkammer und die Besichtigung der Wallfahrts-Basilika auf dem Programm.

Nach dem Mittagessen und einer Mittagspause klang der Tag mit einer feierlichen Andacht in der Kirche aus.

## Sommerfest des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe in St. Pölten Mit viel Schwung durch den Tag – von Stadtbesichtigung bis Sommerfest

Das Sommerfest 2013 des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe war für die 80 TeilnehmerInnen ein sehr schönes Er-



lebnis. Auf Anregung von Gerda Pieringer, Leiterin der Selbsthilfegruppe Rheuma St. Pölten, fand dieses Fest heuer in der niederösterreichischen Landeshauptstadt statt.

Bürgermeister Mag. Matthias Stadler und der damalige Landesrat Ing. Maurice Androsch begrüßten die VertreterInnen der Selbsthilfegruppen im historischen Bürgermeisterzimmer im Rathaus.

Bei der anschließenden Stadtführung präsentierte sich St. Pölten bei Kaiserwetter von seiner schönsten Seite. Vom ältesten Geschäft der Stadt, der Löwenapotheke (besteht seit dem Jahre 1545), bis hin zur Domkirche reichte die Besichtigung.

Im Steingöttersaal eröffnete das Turniertanzpaar Schwarz das Nachmittagsprogramm. Entertainer Joannis Raymond sorgte für gute Stimmung bei den TeilnehmerInnen.

## Sternfahrt der NÖ Selbsthilfe Besichtigung des Stiftes Heiligen- kreuz mit Teilnahme am Chorgebet

Als Dankeschön für die unermüdbare, ehrenamtliche Tätigkeit lud der Dachverband NÖ Selbsthilfe, am 28. August 2014, die VertreterInnen der niederösterreichischen Selbsthilfegruppen zu einem Besuch in das Stift Heiligenkreuz ein. Rund 50 TeilnehmerInnen folgten dabei der Einladung des Dachverbandes.



Der Dachverband bot dieses Mal auch ein ganz besonderes Service an: Bei der Führung durch das Stift assistierten geschulte Kräfte des ASBÖ Gaaden gehbehinderten TeilnehmerInnen.

Ein beeindruckendes Erlebnis war für die SelbsthilfegruppenvertreterInnen das mittägliche Chorgebet der Heiligenkreuzer Mönche, das zum persönlichen, besinnlichen Innehalten einlud.

Im Anschluss daran sorgte das Stiftsrestaurant für das leibliche Wohl der TeilnehmerInnen. Mit einem Nachmittagsspaziergang entlang des barocken Kreuzweges am Kalvarienberg klang die Sternfahrt aus.



Bei all den Sehenswürdigkeiten standen aber auch persönliche Gespräche und das Knüpfen von Kontakten im Vordergrund. Die angenehmen, spätsommerlichen Temperaturen und das herrliche Kaiserwetter bildeten den passenden Rahmen für dieses nette Treffen.

- 1) Sternfahrt Stift Heiligenkreuz 2014
- 2+3) Sternfahrt Wachau 2011
- 4) Sternfahrt Stift Heiligenkreuz: Ernestine Bernhard
- 5) Führung im Stift Heiligenkreuz, 2014
- 6) Sternfahrt Stift Heiligenkreuz 2014
- 7) Sternfahrt Maria Taferl 2012
- 8) Sommerfest des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe, 2013 in St. Pölten



## Premiere 2018 für die 1. Fachexkursion des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe

Der Dachverband NÖ Selbsthilfe organisierte am 27. November 2018 mit Unterstützung der österreichischen Sozialversicherungsträger die erste Fachexkursion.

Rund 100 Selbsthilfegruppenvertreterinnen und -vertreter folgten der Einladung in die Aula des Med Uni Campus Wien und erfuhren interessante Informationen und Fakten aus dem Gesundheits- und Sozialbereich.

Die Moderation der Veranstaltung übernahm der St. Pöltner Schauspieler und Autor Paul Sieberer.

Als erste Vortragende konnte Paul Sieberer Mag.<sup>a</sup> Monika Maier, Präsidentin des Dachverbandes Selbsthilfe Kärnten begrüßen, die zum Thema „Professionalisierung der Selbsthilfe – Königsweg oder Irrweg“ referierte.

In ihren Ausführungen gab Monika Maier einen Überblick darüber, wie sich der Professionalisierungsprozess im Bereich der Selbsthilfe auf die Arbeit der einzelnen themenspezifischen Selbsthilfegruppen auswirkt und welche Maßnahmen getroffen wurden, um auf die veränderten Bedingungen zu reagieren, z.B. durch Weiterbildung, professionalem Management und verbesserte Rahmenbedingungen.

Die Professionalisierung der Selbsthilfe als Königsweg braucht laut Monika Maier:

- auf der Gruppenebene bedarfsorientierte und kontinuierliche Weiterbildungsmaßnahmen
- auf der sozial- und gesundheitspolitischen Ebene die Bereitschaft der Entscheider, die Expertenmacht zu überdenken und der Betroffenenkompetenz mehr Wertschätzung entgegenzubringen

Dipl. KH-BW Rudolf Hochsteger, Geschäftsführer Notruf NÖ GmbH, brachte in seinem Vortrag den Teilnehmern die Arbeitsweise in der Notrufzentrale und der telefonischen Gesundheitsberatung „1450“ näher.

Rudolf Hochsteger skizzierte dabei kurz die Grundaufgaben des Notrufs Niederösterreichs:

- Aufnahme, Beurteilung, Organisation und Disposition von
  - Krankentransporten
  - Notfallrettung
  - Sondereinsätzen (Alpin, Höhle, ...)
  - Sekundärtransporten
- Kommunikationsdrehscheibe sowie Servicecenter für den
  - präklinischen Bereich
  - klinischen Bereich



Ronald Söllner mit den beiden Vortragenden Mag.<sup>a</sup> Monika Maier und Dipl. KH-BW Rudolf Hochsteger

Rudolf Hochsteger erklärte in seinen Ausführungen weiters, dass die telefonische Gesundheitsberatung „1450“ ein telefonischer, medizinischer Service der Kooperationspartner ist, der einen niederschweligen Zugang zu allen (akut) auftretenden Gesundheitsfragen ermöglichen soll.





Mag. Michael Prunbauer von der Patienten- und Pflegethemenkommission NÖ beleuchtete am Nachmittag Details zur Patientenverfügung und des damals neuen Erwachsenenschutzgesetzes.

Alle drei Vortragenden nahmen sich im Anschluss an ihren Vortrag die Zeit, die vielen Fragen der Teilnehmer zu beantworten.

Zum gemütlichen Ausklang der Veranstaltung stand für die Teilnehmer noch ein Besuch des Weihnachtsdorfes am Campus der Universität Wien im Alten AKH am Programm.

Zur bequemen An- und Abreise nach/von Wien wurden seitens des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe drei Busse aus dem Waldviertel, Mostviertel und Industrieviertel organisiert. In diesem Zusammenhang auch ein großes Dankeschön den damaligen drei „Buskordinatorinnen und Buskoordinatoren“ Susanne Kamper, Waltraud Haider und Josef Dorfmayr.

Ein besonderer Dank gebührte ferner Heinrich Christian Wicke (Richie), der für den Dachverband NÖ Selbsthilfe die Fotos bei der Veranstaltung gemacht hatte.



- 1) Moderator Paul Sieberer
- 2) Erika Zach – Wir Diabetiker Schrems
- 3) Mag. Michael Prunbauer – NÖ Patienten- und Pflegethemenkommission
- 4) Ronald Söllner und Fotograf „Richie“ (Heinrich Christian Wicke)



3

4

## 2. Fachexkursion des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe im Schloss Thalheim

Aufgrund des positiven Feedbacks nach der 1. Fachexkursion, im Jahre 2018, organisierte der Dachverband NÖ Selbsthilfe wiederum mit Unterstützung der österreichischen Sozialversicherungsträger eine 2. Fachexkursion. Rund 120 VertreterInnen von Selbsthilfegruppen und Ehrengäste folgten dieses Mal am 9. September 2019 der Einladung in die historischen Mauern von Schloss Thalheim.

Für die bequeme An- und Abreise nach/von Thalheim (Bezirk St. Pölten-Land) wurden seitens des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe erneut drei Busse aus dem Waldviertel, Mostviertel und Industrieviertel zur Verfügung gestellt.

Moderiert wurde die Veranstaltung wieder in bewährter Weise von Paul Sieberer.

Unter den Ehrengästen waren allen voran der Vorsitzende des NÖ Gesundheits- und Sozialfonds, Landesrat Martin Eichtinger, Mag.<sup>a</sup> Petra Zuser (Leiterin ÖGK – Landesstelle NÖ), Dr. Andreas Schneider (NÖ Gesundheits- und Sozialfonds, Leiter NÖ Psychiatrie-Koordinationsstelle), Andreas Mühlbauer (Amt der NÖ Landesregierung, Zentralbehindertenvertrauensperson), Ing. Alois Vogl (Bürgermeister der Marktgemeinde Kapelln) und Herbert Oth (Vizepräsident KOBV – der Behindertenverband) anwesend.

Foto: Schloss Thalheim



Schloss Thalheim

Landesrat Martin Eichtinger zeigte sich voll des Lobes: „Selbsthilfe ist mir persönlich ein großes Anliegen und die Selbsthilfegruppen sind wichtige Partner in unserem Gesundheitssystem.“

„Die Gesundheit bestimmt jeder für sich selbst. Laut Weltgesundheitsorganisation (WHO) ist die Gesundheit ein Zustand des vollkommen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht allein das Fehlen von Krankheit“, betonte Mag.<sup>a</sup> Alexandra Pernsteiner-Kappl in ihrem Vortrag „Gesundheit für mich – die Initiative ‚Tut gut!‘ als Dach für meine Gesundheit.“

Mag. Andreas Lustik informierte über die diversen Veranstaltungen seitens der NÖ Gebietskrankenkasse über Gesundheitsförderung und Prävention. Seine Kollegin, Mag.<sup>a</sup> Alexandra Beroggio, sprach über die Folgen von Tabakabhängigkeit und betonte, dass Rauchen der wichtigste, vermeidbare Risikofaktor für die häufigsten Erkrankungen mit Todesfolge ist.

Besonders interessant und informativ waren auch die Ausführungen von wHR Mag. Filip Deimel über die neue NÖ Landesgesundheitsagentur. Die NÖ Landes- und Universitätskliniken sowie Landespflegeheime kommen in 77 Standorten mit rund 13.600 Betten, 26.850 hauptamtlichen und 1.700 ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern unter ein Dach.

Filip Deimel informierte, dass der Start für den gemeinsamen Betrieb – nach einer Übergangsfrist – für Anfang des Jahres 2020 geplant ist.

In diesem Zusammenhang erwähnte er auch, dass es in der NÖ Landesgesundheitsagentur einen Beirat gibt, in dem auch der Dachverband NÖ Selbsthilfe einen Sitz hat.

Mag.<sup>a</sup> Sabine Schuster bot am Nachmittag zum Abschluss einen unterhaltsamen und kurzweiligen Blick auf



Ehrengäste Fachexkursion 2019



1



2



3



4

- 1) Moderator, Schauspieler und Autor Paul Sieberer
- 2) Mag.<sup>a</sup> Sabine Schuster
- 3) Mag.<sup>a</sup> Alexandra Pernsteiner-Kappl
- 4) wHR Mag. Filip Deimel und Ronald Söllner

das Thema „EnergieReich – Zeit zum Durchatmen und Energie aufladen“. „Dopamin gilt als Glückshormon und lässt uns unsere Ziele erreichen. Dabei genügen oft schon kleine Entspannungsübungen, um den Körper wieder zu aktivieren“, so Sabine Schuster in ihrem Vortrag.

Abgerundet wurde das vielfältige Programm der Fachexkursion mit einer Führung durch den historischen Schlosspark und die Schlosskapelle von Schloss Thalheim.



Empfang der Gäste: Manuela Kraus und Birgit Ramusch vom Büroteam des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe





INFO-Stammtisch, Zwettl 2012



INFO-Stammtisch, Baden 2013

## INFO-Stammtische

### ELGA, EU-DATENSCHUTZGRUNDVERORDNUNG, GENERIKA UND VIELES MEHR

Als Geburtsstunde der INFO-Stammtische gilt der 17. März 2006. Konrad Köck, damals Generaldirektor der NÖGKK, und der Dachverband NÖ Selbsthilfe, unter Leitung von Obmann Kurt Hiess, vereinbarten die gemeinsame Veranstaltung der INFO-Stammtische (damals unter dem Namen „NÖ Selbsthilfe-Stammtische“).

Konzipiert sind die INFO-Stammtische als Informations- und Vernetzungstreffen der Selbsthilfegruppen in den fünf Regionen Niederösterreichs. Die Kontakte zwischen den Selbsthilfegruppen, dem Dachverband NÖ Selbsthilfe und der Österreichischen Gesundheitskasse sind wesentliche Bestandteile dieser Treffen.

Die Mitglieder der Selbsthilfegruppen erhalten Informationen und Anregungen zu aktuellen Themen. Gerne nutzen sie die INFO-Stammtische auch, um ihre Wünsche und Anliegen zu deponieren, Fragen zu stellen und Verbesserungen der Arbeit in den Selbsthilfegruppen zu diskutieren. Weiters werden die Stärkung der Selbsthilfegemeinschaft und der zwanglose Gedankenaustausch zwischen Betroffenen unterschiedlicher Krankheiten sehr geschätzt.

Von 2006 bis 2019 nahmen ca. 2.100 SelbsthilfegruppenvertreterInnen an den INFO-Stammtischen teil.

Die Premiere der INFO-Stammtische fand am 14. September 2006 in St. Pölten statt. Die weiteren Stationen waren Amstetten, Horn, Mistelbach und Wiener Neustadt.

Als Referent sprach Dipl.-Ing. Walter Kirchler vom „Verein Service Freiwillige“ über die Bedeutung der Freiwilligenarbeit in Niederösterreich.

Im darauffolgenden Jahr fanden sechs Stammtische in Amstetten, Krems, Mistelbach, St. Pölten, Wiener Neustadt und Zwettl statt. Die Themen Generika und Bundesbehindertengesetz bzw. Behindertengleichstellungsgesetz wurden diskutiert.



INFO-Stammtisch, Plaika 2016



INFO-Stammtisch, Wagram 2017



INFO-Stammtisch, Hausleiten 2015



INFO-Stammtisch, Wagram 2015

2008 präsentierte die ÖGK (damals noch NÖGKK) die Aufgaben des neu etablierten Case Managers als Ansprechpartner für Versicherte und Nichtversicherte.

Bei den fünf INFO-Stammtischen 2009 wurden die Mitglieder der Selbsthilfegruppen über „Unfallverhütung im Haushalt“ informiert. Günther Turetschek stellte bei drei INFO-Stammtischen 2010 das Gesundheitsförder-Programm der ÖGK vor. In Arbeitskreisen wurde das Thema „Gesunde Netzwerke als Pfeiler der Gesundheitsförderung vor Ort“ erörtert.

Im Jahr 2011 wurde das Thema „Arztgespräch erfolgreich führen – Kompetent als Patient“ vorgetragen. Anhand der umfangreichen Ergebnisse entstand in der Folge die Dachverbands-Broschüre „Kompetent als Patient – Das Arzt-Patienten-Gespräch“.

In Zusammenarbeit mit der NÖ Apothekerkammer konnten die VertreterInnen der Selbsthilfegruppen 2012 sich über „Medikamentensicherheit – von A wie Ablaufdatum bis W wie Wechselwirkung“ informieren.

„Das Feuer in dir und der Selbsthilfegruppe (neu) entfachen“, lautete das Thema der INFO-Stammtische 2013. Aus dem Ergebnis dieser Arbeit wurden die „Goldenen Gruppenregeln“ als Basis für Selbsthilfegruppen erarbeitet und veröffentlicht.

2014 diskutierten die TeilnehmerInnen wie man „Gruppentreffen lebendig(er) gestalten“ kann. Aus den gemeinsam erarbeiteten Ideen wurde schließlich die Broschüre „Hilfe zur Selbsthilfe – Leitfaden für Gruppentreffen“ erarbeitet.

Bei den INFO-Stammtischen 2015 erhielten die TeilnehmerInnen Informa-

tionen rund um das Thema „Pflege“. Im darauffolgenden Jahr bekamen die Mitglieder der Selbsthilfegruppen Tipps, wie man „Mit Leichtigkeit sorgenfrei und unbeschwert leben“ kann.

Mit 10. Jänner 2017 startete die „Elektronische Gesundheitsakte“ (ELGA) auch in Niederösterreich. Alles Wissenswerte rund um ELGA präsentierte Mag. Michael Prunbauer von der NÖ Patienten- und Pflegeanwaltschaft bei den fünf Veranstaltungen 2017.

Über Neuerungen durch die EU-Datenschutzgrundverordnung, die mit 25. Mai 2018 in Kraft trat, informierte der Dachverband NÖ Selbsthilfe die Mitglieder bei den INFO-Stammtischen 2018.

Im Jahr 2019 referierte Franz Eßletzbichler über Steuerrecht und Begriffsdefinitionen im Steuerrecht.



INFO-Stammtisch, Zwettl 2017



INFO-Stammtisch, Baden 2018

# Niederösterreichische Selbsthilfe – Landeskonferenz

Am 23. Oktober 2008 lud der Dachverband NÖ Selbsthilfe mit Unterstützung der Österreichischen Gesundheitskasse zur „1. Niederösterreichischen Landeskonferenz“ ein.

An dieser Abschlussveranstaltung der INFO-Stammtische 2006 bis 2008 nahmen damals ca. 110 Mitglieder der niederösterreichischen Selbsthilfegruppen teil.

Die damalige Obmann-Stellvertreterin Elfriede Schnabl präsentierte die Ergebnisse der Befragungen der TeilnehmerInnen der INFO-Stammtische, ebenso wie die Ziele der zukünftigen Zusammenarbeit mit der Österreichischen Gesundheitskasse.

Als Fachreferent konnte Richard Medlitsch/PVA gewonnen werden, der über das Thema „Kuraufenthalte“ sprach.

NÖ Selbsthilfe im Rahmen der Generalversammlung neu gewählt. Konferenz-Thema war „Selbsthilfe als Teil des Gesundheitswesens der Region“.

In den Saal der NÖ Landesgesundheitsagentur lud der Dachverband NÖ Selbsthilfe am 20. Oktober 2011 zur 4. Landeskonferenz. Den TeilnehmerInnen wurde unter anderem die neue Broschüre „Kompetent als Patient“ präsentiert.

- 1) NÖ Selbsthilfe-Landeskonferenz 2009
- 2) NÖ Selbsthilfe-Landeskonferenz 2011
- 3) NÖ Selbsthilfe-Landeskonferenz 2013: Ernestine Bernhard und Jani Khaliq
- 4) NÖ Selbsthilfe-Landeskonferenz 2015
- 5) Nationalratspräsident Mag. Wolfgang Sobotka, Dipl. KH-BW Rudolf Hochsteger und Ronald Söllner
- 6) NÖ Selbsthilfe Landeskonferenz 2017: KR Michael Pap, LR DI Ludwig Schleritzko, Maria Lechner und Ronald Söllner
- 7) NÖ Selbsthilfe-Landeskonferenz 2018: Christian Marihart (Janssen-Cilag Pharma) und Ronald Söllner
- 8) NÖ Selbsthilfe-Landeskonferenz: Moderator Paul Sieberer
- 9) NÖ Selbsthilfe-Konferenz: Edith Bachkönig und Rudolf Roth
- 10) NÖ Selbsthilfe-Landeskonferenz 2019

72 VertreterInnen von Selbsthilfegruppen konnten sich bei der 2. Landeskonferenz am 13. Oktober 2009 bei Bezirksinspektor Peter Reiter, kriminalpolizeiliche Beratung des Stadtkommandos St. Pölten, über „Eigentumssicherung“ informieren.

Damals wurden zum ersten Mal auch all jene Selbsthilfegruppen, die ein 5-, 10-, 15-, 20-, 25- und 30-jähriges Gruppenjubiläum feierten, geehrt.

Am 21. Oktober 2010 kamen 102 Gäste in den Saal der Arbeiterkammer St. Pölten zur 3. NÖ Selbsthilfe-Landeskonferenz. Im Vorfeld der Veranstaltung wurde der Vorstand des Dachverbandes

Die Sicht der PatientInnen auf die Gesundheitsreform stand im Mittelpunkt der 5. NÖ Selbsthilfe-Landeskonferenz, die am 25. Oktober 2012 stattfand. Das Thema war zu diesem Zeitpunkt mehr als aktuell, wurde doch erst einen Tag davor das ELGA-Gesetz im Gesundheitsausschuss des Parlaments beschlossen. Das neue Gesetz sowie die Ziele der Gesundheitsreform stellte wHR Mag.<sup>a</sup> Elfriede Riesinger in ihrem Eingangsreferat vor.

Die 6. NÖ Selbsthilfe-Landeskonferenz am 21. Oktober 2013 stand unter dem Motto „Selbsthilfe-Interessensvertretung, Informationsdrehscheibe, Gesundheits-



1



2



6



7



8

förderer – Möglichkeiten und Grenzen von Selbsthilfe im Gesundheitssystem.“

Die 7. NÖ Selbsthilfe-Landeskonferenz am 7. Oktober 2014 in der NÖ Landesgesundheitsagentur stand im Zeichen eines Festes für die Selbsthilfe Niederösterreich.

Die Präsentation der neuen 24-seitigen Publikation „Hilfe zur Selbsthilfe – Leitfaden für Gruppentreffen“, die Verleihung des Gütesiegels „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ an das Landesklinikum Klosterneuburg und die Ehrung von langjährig bestehenden Selbsthilfegruppen waren Grund zum Feiern.

Bereits im Vorfeld der 7. Selbsthilfe-Landeskonferenz wählten die Mitglieder des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe bei der Generalversammlung einen neuen Vorstand.

In den Panoramasaal der damals neuen HYPO-Landesbank in St. Pölten lud der Dachverband NÖ Selbsthilfe am 7. Oktober 2015 zur 8. NÖ Selbsthilfe-Landeskonferenz. Am Vormittag standen die Jubiläen „15 Jahre Dachverband NÖ Selbsthilfe“ und „10 Jahre INFO-Stammtische“ im Mittelpunkt.

Allen voran gratulierte der damalige NÖGUS-Vorsitzende und Landeshaupt-

mann-Stellvertreter und heutige Nationalratspräsident Mag. Wolfgang Sobotka. In seiner Festansprache betonte er, wie wichtig die Unterstützung der Selbsthilfe in Niederösterreich ist, um Hilfe von Betroffenen für Betroffene wohnortnah zu ermöglichen.

Am Nachmittag strapazierte Sascha Rier mit seinem Kollegen Christian in einer parodistischen Travestie-Show die Lachmuskeln der Gäste.

Am 28. November 2017 begrüßte der Dachverband NÖ Selbsthilfe im Bildungshaus St. Hippolyt in St. Pölten die mehr als 200 TeilnehmerInnen der 9. NÖ Selbsthilfe-Landeskonferenz.

In Rahmen dieser Konferenz wurden in Summe 106 Selbsthilfegruppen vor den Vorhang geholt, die in diesem Jahr ein rundes Gruppenjubiläum feierten. Jene, die bereits 15 Jahre und länger aktiv sind, erhielten als Dankeschön zur Urkunde ein besonderes Geschenk“, die neue, als Gemeinschaftsprojekt von der Emmausgemeinschaft St. Pölten und der GW St. Pölten, künstlerisch gestaltete Holzfigur in Form des Logos des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe.

Ein kleines Jubiläum feierte die NÖ Selbsthilfe-Landeskonferenz am 2. Oktober 2018 im Panoramasaal der HYPO

Niederösterreich in St. Pölten. Zum 10. Mal lud der Dachverband NÖ Selbsthilfe mit Unterstützung der Österreichischen Gesundheitskasse zu diesem Vernetzungstreffen ein.

Am Vormittag referierte Rechtsanwältin Mag.<sup>a</sup> Nina Engelmayer über wesentliche Bestimmungen betreffend der neuen EU-Datenschutzgrundverordnung. Nach der Ehrung der langjährig bestehenden Selbsthilfegruppen und einer kurzen Mittagspause bot Dr.<sup>in</sup> Alexandra Meixner, Gynäkologin und Sexualtherapeutin, zum heiteren Abschluss mit ihrem Kabarettprogramm „Sex-Mythen“ einen humoristischen Streifzug durch die männliche und weibliche Sexualität.

Am 11. November 2019 fand die 11. NÖ Selbsthilfe-Landeskonferenz mit Festansprachen, Ehrungen der langjährigen Selbsthilfegruppen und einem Kabarettprogramm von Ingo Vogl statt. Als Premiere präsentierte der Dachverband NÖ Selbsthilfe bei der Konferenz den neuen Selbsthilfe-Imagefilm, den Edith Bachkönig gemeinsam mit einem Team der FH St. Pölten erstellt hatte. Selbsthilfe-VertreterInnen berichteten darin über ihren eigenen Leidensweg und sorgten damit für sehr emotionale Momente.



3



4



5



9



10

# Dankesfeste



## 1. Dankesfest für Ehrenamtliche

Um sich bei den Selbsthilfegruppen-LeiterInnen für ihr großes, teils jahrzehntelanges Engagement zum Wohl von kranken Menschen zu bedanken, organisierte der Dachverband NÖ Selbsthilfe am 29. Juni 2017, mit freundlicher Unterstützung durch die Österreichische Gesundheitskasse, das 1. Dankesfest für ehrenamtlich Tätige.

Treffpunkt für die mehr als 100 TeilnehmerInnen war STYX Naturcosmetic in Ober-Grafendorf. Bei den Führungen kam unter anderem die Herkunft der Rohstoffe und die Firmenphilosophie zur Sprache. Auch die Produktionsbereiche für Naturkosmetik und Bio-Schokolade der „World of STYX“ konnten besichtigt werden.

Den Abschluss bildete die Verkostung der hauseigenen Schokolade und ein Rundgang durch den liebevoll angelegten Kräutergarten.

Ein gemeinsames Mittagessen im Gasthaus „Zum Goldenen Schuß“ der Familie Planer mit musikalischer Begleitung rundete den Tag ab.

## 2. Dankesfest mit Führungen durch die NÖ Landesbibliothek und durch das Haus der Geschichte

Am 11. Juli 2018 lud der Dachverband NÖ Selbsthilfe, wiederum mit Unterstützung durch die Österreichische Gesundheitskasse, zum 2. Dankesfest nach St. Pölten.

Einerseits stand an diesem Tag eine umfangreiche Führung durch die NÖ Landesbibliothek inklusive Lesesaal, Restaurationswerkstätte und Topographischer Sammlung auf dem Programm. Andererseits zeigten sich die TeilnehmerInnen von der Führung durch das Haus der Geschichte im Museum Niederösterreich beeindruckt. Zum Teil konnte man noch nie gezeigte Raritäten aus den Sammlungen des Landes NÖ betrachten.

Auch politische Konflikte und Exzesse totalitärer Gewalt in der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts wurden thematisiert sowie bedeutende technische, soziale und politische Entwicklungen. Im Anschluss traf man sich zum Gedanken- und Erfahrungsaustausch wieder im Gasthaus „Zum Goldenen Schuß“ in Rammersdorf.

## 1. Selbsthilfe-Workshop im Stift Heiligenkreuz

Zum 1. Selbsthilfe-Workshop mit dem Thema „Nachfolge in der Selbsthilfegruppe – wie gewinne ich neue Mitglieder?“ lud der Dachverband NÖ Selbsthilfe mit Unterstützung der Österreichischen Gesundheitskasse am Montag, dem 10. Juni 2019, in den Kloster-gasthof des Stiftes Heiligenkreuz.

„Die Frage, WIE neue Teilnehmerinnen und Teilnehmer gewonnen werden können, beschäftigt viele Selbsthilfegruppen. Voraussetzung ist eine klare Ausrichtung der Gruppe – ob beispielsweise nur um Erfahrungsaustausch und Vorträge geht, oder ob es darüber hinaus auch gemeinsame Aktivitäten gibt“, meinte Mag.<sup>a</sup> Monika Maier, Präsidentin des Dachverbandes Selbsthilfe Kärnten.

Dazu wird es nötig sein, dass langjährige und neue Mitglieder immer wieder mal die Zielsetzungen überprüfen und soweit gewünscht und nötig das Aufgabenprofil anpassen. Die Bereitschaft, sich mit den Vorstellungen der jüngeren Generation auseinanderzusetzen, ist dabei unumgänglich.



- 1) Dankesfest 2017
- 2) Dankesfest 2017: Mag.<sup>a</sup> Maria Rameder-Paradeiser und Maria Kautz
- 3) Dankesfest 2018: NÖ Landesbibliothek
- 4) Museum Niederösterreich
- 5) Dankesfest 2018 in St. Pölten
- 6) Dankesfest 2019: Stiftsrestaurant Heiligenkreuz
- 7) Dankesfest 2019
- 8) Dankesfest 2019: Mag.<sup>a</sup> Monika Maier



Eine wichtige Rolle spielen dabei auch die Selbsthilfe-Dachverbände. Bei der Vermittlung von Medienkontakten können sie ebenso unterstützen wie bei der Erstellung von Infomaterial und der Bewerbung der Selbsthilfegruppe über die eigene Dachverband-Homepage. Wenn GruppenleiterInnen aus Alters- oder Gesundheitsgründen die Tätigkeit nicht mehr fortführen können oder wollen, ist die Suche nach einer geeigneten Person für ihren Aufgabenbereich oft eine Herausforderung. Die Auseinandersetzung mit der Nachfolge ist zudem vielfach eine belastende Situation, da es ja auch um Abschied nehmen geht. In dieser Umbruchsituation treffen altbewährte Systeme auf neue Ansätze und Erwartungshaltungen. Als scheidende Leiterin, scheidender Leiter loszulassen, die Agenden wertfrei und vertrauensvoll in jüngere Hände zu legen, ist oftmals eine nicht ganz einfache Angelegenheit. Im Anschluss an das Mittagessen teilten sich die TeilnehmerInnen in Kleingruppen. Im Zuge dieses Workshops wurden die am Vormittag gehörten Themen im Detail besprochen und mit den eigenen Erfahrungen aus der Selbsthilfe-Arbeit angereichert.



# „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ –

## EINE AUSSERGEWÖHNLICHE ERFOLGSSTORY

Selbsthilfefreundliche Krankenhäuser bringen Vorteile für alle Beteiligten: Der Kontakt zwischen Patienten und Selbsthilfegruppen wird gefördert, Ärzte und Pflegekräfte des Krankenhauses profitieren vom Erfahrungsschatz der Selbsthilfegruppen und die Selbsthilfegruppen werden aktiv unterstützt. Krankenhäuser, die sich darum besonders bemühen und den geforderten Qualitätsstandards entsprechen, werden mit dem Gütesiegel „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ ausgezeichnet.

Ein „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ zeichnet sich dadurch aus, dass es sein ärztliches und pflegerisches Handeln durch den Erfahrungsschatz der Selbsthilfegruppe erweitert, den Kontakt zwischen Patienten und Selbsthilfegruppen fördert und aktiv unterstützt. Die Selbsthilfegruppen bieten

ihren Mitgliedern Hilfestellung bei der Bewältigung des täglichen Lebens. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Landes- und Universitätskliniken profitieren vom umfangreichen Erfahrungswissen der Gruppenmitglieder. Durch die intensive Zusammenarbeit mit dem „starken Partner“ Krankenhaus gewinnen die Selbsthilfegruppen Aufwertung, Anerkennung und Stärkung.

Mit dem Qualitätssiegel wurde ein wichtiger Schritt für eine erfolgreiche Kommunikation und Kooperation zwischen Landes-/Universitätskliniken und Selbsthilfegruppen gesetzt.

In Niederösterreich erhoben der Dachverband NÖ Selbsthilfe zusammen mit dem NÖ Gesundheits- und Sozialfonds und der NÖ Landesgesundheitsagentur (seinerzeit NÖ Landeskliniken-Holding)

im Vorfeld in fünf ‚Regionalkonferenzen‘ den Ist-Zustand.

Der damalige zuständige Landesrat und heutige Nationalratspräsident Mag. Wolfgang Sobotka präsentierte am 14. März 2007 bei einer Pressekonferenz im Café Landmann in Wien gemeinsam mit Kurt Hiess und Peter Maly das Ergebnis der niederösterreichischen Regionalkonferenzen zum Thema „Kommunikation zwischen Selbsthilfegruppen und professionellen Gesundheitsinstitutionen“.

Auf dieser Basis startete das Projekt „Gütesiegel Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ in Niederösterreich.

Mit den Kliniken Amstetten-Mauer, Hainburg, Lilienfeld, Mistelbach, Neunkirchen, Scheibbs und Tulln wurden bereits 2008 sieben der insgesamt 27 NÖ Landes- und Universitätskliniken





5



6

mit dem Gütesiegel „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ ausgezeichnet. Diese Kliniken hatten bereits umfangreiche Erfahrungen mit Selbsthilfegruppen in ihren Kliniken gesammelt. In den einzelnen Kliniken wurde das Projekt bei sogenannten „Partnerforen“ den Selbsthilfegruppen präsentiert. Bei diesen Treffen stellten sich auch die neu ernannten SelbsthilfepartnerInnen als Ansprechpersonen für alle Selbsthilfebelange vor.

Aufgrund der vielen positiven Erfahrungen im Projektverlauf ermöglichte der NÖ Gesundheits- und Sozialfonds eine Weiterführung des Projekts.

In der zweiten Staffel bewarben sich acht weitere Landeskliniken mit zehn Standorten um diese Auszeichnung: Baden, Gmünd, Hollabrunn, Horn/Allentsteig, Korneuburg/Stockerau, Mödling, Waidhofen an der Thaya und Zwettl.

Die Verleihung des Gütesiegels für die zweite Staffel fand im April 2010 im Rahmen des Tages der NÖ Selbsthilfe statt.



7

In der dritten Staffel wurden die Kliniken Amstetten, Hohegg, Melk, Krems, St. Pölten, Ybbs, Waidhofen an der Ybbs und Wiener Neustadt im Jahre 2012 mit dem Gütesiegel ausgezeichnet und seit

2014 sind mit dem Landesklinikum in Klosterneuburg alle 27 niederösterreichischen Landes- und Universitätskliniken als „Selbsthilfefreundliche Krankenhäuser“ ausgezeichnet.



8

- 1) Partnerforum Universitätsklinikum St. Pölten, 2014
- 2) Partnerforum Landesklinikum Amstetten, 2017
- 3) Partnerforum Universitätsklinikum Tulln, 2018
- 4) Partnerforum Landesklinikum Zwettl, 2018
- 5+6) Partnerforum Landesklinikum Neunkirchen, 2013
- 7) Partnerforum Landesklinikum Waidhofen an der Thaya, 2019
- 8) Partnerforum Universitätsklinikum Krems, 2019

# „Aus- und Weiterbildungspool“

## FÜR DIE MITGLIEDER DER NÖ SELBSTHILFEGRUPPEN 2001–2007

In Zusammenarbeit mit dem Sozialministeriumsservice (damals Bundessozialamt) startete der Dachverband NÖ Selbsthilfe im November des Jahres 2001 mit seinem ersten großen Schulungsprojekt, dem „Aus- und Weiterbildungspool für GruppenleiterInnen und MultiplikatorInnen von Selbsthilfegruppen.“

Der „Aus- und Weiterbildungspool“ wurde bis zum Jahr 2007 weitergeführt und war ein echtes Pilot- und Vorzeigeprojekt. Viele VertreterInnen der niederösterreichischen Selbsthilfegruppen haben das Angebot des Dachverbandes genutzt und konnten dadurch von dem Gelernten profitieren und somit auch ihre Gruppen professioneller leiten.

2001 fanden die ersten Gespräche mit dem Sozialministeriumsservice statt. Projektleiterin Traude Izaak und Dr.<sup>in</sup> Vera Ribar (†) erarbeiteten ein Schulungskonzept. Eine im Sommer zuvor durchgeführte Befragung der Selbsthilfegruppen dokumentierte den ausdrücklichen Wunsch der Gruppen nach einer Aus- und Weiterbildung. Das Schulungsprogramm, welches das Sozialministeriumsservice für Wien, Niederösterreich und Burgenland aus Mitteln der „Behindertenmilliarde“ för-



derte, wurde für die VertreterInnen der Selbsthilfegruppen flächendeckend in ganz Niederösterreich angeboten. Durch die Schulungen fanden die TeilnehmerInnen Unterstützung bei der Qualitätssteigerung in jeder für die Arbeit in der Selbsthilfe auftretenden Situation.

Die Rückmeldungen der SchulungsteilnehmerInnen zeigten, dass nur wenn es ihnen selbst gut geht sie auch in der Lage sind, ihre wertvolle, ehrenamtliche Tätigkeit auch auszuführen.

Im Jahr 2002 startete das Projekt mit:

- fünf Jahreslehrgängen zur persönlichen Stabilisierung und Steigerung der Beratungskompetenz zu je zwölf Ganztagsworkshops
- vier Büroschulungen zur kompetenten Bewältigung der Office-Situationen zu je zehn Halbtagsworkshops
- fünf EDV-Schulungen zur Erleichterung der administrativen Tätigkeiten in der Gruppenleitung zu je sechs Ganztagsworkshops
- 96 Abendvorträge zu den Themenkreisen „Gesundheit“ und „Psychosoziales“ zu je zwei Stunden

Die Schulungen wurden in St. Pölten, Zwettl, Wiener Neustadt und Wien abgehalten.

Der „Aus- und Weiterbildungspool“ für die Mitglieder der Selbsthilfegruppen war so ein großer Erfolg, dass 2003 ein Folgeprojekt gestartet wurde. Seitens des Sozialministeriumsservices wurden die Kosten für die Abendvorträge allerdings ab 2003 nicht mehr übernommen. Um diese aber weiterführen zu können, konnte der Fonds Gesundes Österreich als Fördergeber gewonnen werden.

Das Folgeprojekt für 2003 sah eine komplette Neuauflage des Schulungsprogrammes des Vorjahres als Basis-Schulung für all jene Mitglieder der





Selbsthilfegruppen vor, die im abgelaufenen Jahr nicht teilnehmen konnten. Zusätzlich plante man eine Aufbau-Schulung als Intensiv-Lehrgang für die Teilnehmer der Basis-Schulung 2002.

Im Jahr 2004 führte der Dachverband NÖ Selbsthilfe das Kursangebot in einem ähnlichen Umfang wie im Jahr zuvor durch.

Im September 2004 erfolgte in Zwettl die feierliche Zertifikat- und Diplomverleihung durch das Sozialministeriumsservice. Alle Absolventen der Schulungen 2001 bis 2003 erhielten Zertifikate für die von ihnen besuchten Schulungen.

Jene TeilnehmerInnen, die als Leistungsnachweis des Intensiv-Lehrganges eine Diplomarbeit abgegeben hatten, erhielten ein Diplom und ein gebundenes Exemplar aller abgegebenen Diplomarbeiten.

Dieser Band mit dem Titel „Zwischen Krisen und Chancen – Menschen in niederösterreichischen Selbsthilfegruppen“ wurde mit einem Vorwort von Bundesministerin Liese Prokop (†) gewürdigt.

In den Jahren 2005 bis 2007 finanzierte das Sozialministeriumsservice weiterhin das Projekt „Aus- und Weiterbildungspool“. 2006 wurde das Kursangebot um persönlichkeitsbildende Lehrgänge erweitert.

Im Jahr 2007 beschloss die österreichische Bundesregierung die Förderungen aus der Behindertenmilliarde zu streichen. Dies bedeutete somit das Ende des „Aus- und Weiterbildungspools“.

Insgesamt war das Projekt eines der größten und organisatorisch umfangreichsten Projekte, die der Dachverband in seiner 20-jährigen Geschichte durchgeführt hat. Dies zeigen auch die Teilnehmerzahlen:

2002: 1.032 TeilnehmerInnen  
 2003: 1.488 TeilnehmerInnen  
 2004: 1.259 TeilnehmerInnen  
 2005: 1.143 TeilnehmerInnen  
 2006: 1.060 TeilnehmerInnen  
 2007: 1.071 TeilnehmerInnen

Der „Aus- und Weiterbildungspool“ war aber auch ein Projekt mit einer enormen nachhaltigen Wirkung auf die Selbsthilfe in Niederösterreich.





## Aus- und Weiterbildungsseminare für die nÖ. Selbsthilfegruppen

**2008 STARTETE DIE ZUSAMMENARBEIT MIT DEM FONDS GESUNDES ÖSTERREICH**

Nach Auslaufen des „Aus- und Weiterbildungs-pools“ konnte der Dachverband NÖ Selbsthilfe die Aus- und Weiterbildung für Selbsthilfegruppen-LeiterInnen und -MultiplikatorInnen mit Unterstützung des Fonds Gesundes Österreich (FGÖ) fortführen.

Diese Zusammenarbeit mit dem FGÖ startete 2008. Mit den angebotenen Seminar-Themen versucht der Dachverband bis heute den Wünschen und Anforderungen von Selbsthilfegruppen-LeiterInnen gerecht zu werden. Persönlichkeitsbildung, EDV-Kenntnisse und Öffentlichkeitsarbeit spielen dabei ebenso eine wichtige Rolle wie die Gruppenführung.

Start für die Aus- und Weiterbildungsseminare war am 17. April 2008 mit dem Seminar „Stress und deren Bewäl-

tigung in Selbsthilfegruppen“. Damals fanden die Fortbildungskurse in Bad Vöslau, St. Pölten und Zwettl statt. Insgesamt nahmen im ersten Jahr 70 Selbsthilfegruppen-VertreterInnen an den sechs Seminaren teil.

2009 erhöhte sich die Zahl bereits auf 111 Teilnehmer. Die zehn Seminare beschäftigten sich unter anderem mit Führungsverhalten und Burnout-Syndrom. Als Seminarort wählte man verstärkt St. Pölten.

Im darauffolgenden Jahr waren es zehn Seminare mit 110 Teilnehmern und 2011 ebenfalls zehn Seminare mit 101 Teilnehmern.

Am 19. August 2011 informierte Obfrau Elfriede Schnabl im Beisein von Nationalratspräsidenten Mag. Wolfgang

Sobotka und Landesrätin Mag.<sup>a</sup> Barbara Schwarz bei einer Pressekonferenz, dass die Aus- und Weiterbildungsseminare zukünftig im Seminarraum des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe im Tor zum Landhaus stattfinden.

2012 hielt der Dachverband zehn Seminare mit 99 TeilnehmerInnen ab – darin inkludiert waren zwei Module des neuen vierteiligen LeiterInnen-Lehrgangs. 2013 folgten Modul 3+4. Bei den insgesamt zehn Seminaren interessierten sich 105 Mitglieder der Selbsthilfegruppen für die Aus- und Weiterbildung.

2014 kamen 126 Personen zu elf Seminaren. 2015 meldeten 102 Personen ihr Interesse an elf Seminaren an. Erstmals wurde ein dreiteiliges Abendseminar zum Thema „Voneinander lernen“ angeboten.





Von „Leiten ohne zu leiden“ über den Generationenwechsel bis zur Erstellung passender Fotos für die Presse reichten die Themen der neun Seminare im Jahr 2016.

Im Jahr 2017 nutzten 82 VertreterInnen von Selbsthilfegruppen die Möglichkeit zur Teilnahme an den acht Seminaren. Die Themenfelder erstreckten sich dieses Mal von „Resilienz – Krisenbewältigung“ über Vereinsrecht, Pressearbeit bis hin zu Fundraising für Selbsthilfegruppen.

2018 organisierte der Dachverband NÖ Selbsthilfe wieder acht Seminare. Start war am 1. März mit dem 7. LeiterInnen-Lehrgang in vier Modulen. Erfolgreiche Kommunikation, Presstexte, Umgang mit Stress und der korrekte Umgang in der Selbsthilfegruppe waren die weiteren Themenbereiche. In Summe nutzten 88 VertreterInnen von Selbsthilfegruppen

die Möglichkeit zur Teilnahme an diesen kostenlosen Seminaren.

Neben dem 8. LeiterInnen-Lehrgang in vier Modulen fanden 2019 vier weitere Fortbildungskurse zu den Themen „Emotionale Stärke“, „Nähe und Distanz in Balance“, „Nein sagen mit gutem Gewissen“ und „Mein innerer Schweinehund und ich – eine lebenslange Partnerschaft“ statt. 102 Mitglieder von Selbsthilfegruppen folgten der Einladung des Dachverbandes.

Im Jahr 2020 entschloss sich der Dachverband NÖ Selbsthilfe den 9. LeiterInnen-Lehrgang nicht wie in den Jahren zuvor in St. Pölten, sondern im Louis Braille Haus des Blinden- und Sehbehindertenverbandes Wien, NÖ und Burgenland in Wien abzuhalten.

Zum einen um den Mitgliedern des Dachverbandes, die aus dem Raum Wien kommen, die Anreise zu erleichtern und zum anderen um den Mitglie-

dern des Blinden- und Sehbehindertenverbandes ebenfalls eine Teilnahme zu ermöglichen.

Erfreulich war die enorme Nachfrage für die acht Seminare. 128 Selbsthilfegruppen-VertreterInnen meldeten sich 2020 zu den Fortbildungskursen des Dachverbandes an.

Bedauerlich war allerdings, dass aufgrund der Corona-Pandemie nur vier der geplanten Kurse stattfinden konnten. Diese werden aber, sofern es möglich ist, alle 2021 nachgeholt.

- 1) EDV-Schulung 2015
- 2) LeiterInnen-Lehrgang 2015: Gerda Pieringer und Maria Kautz
- 3) Seminar „Erfolgsprinzipien für Optimisten“ 2016
- 4) Seminar „Optimierung für Selbsthilfegruppen“ 2018
- 5) Seminar „Gruppengespräch gestalten“ 2013
- 6) LeiterInnen-Lehrgang 2014
- 7) Seminar „Nein Sagen mit gutem Gewissen“ 2019
- 8) LeiterInnen-Lehrgang 2019

 Bundesministerium  
Soziales, Gesundheit, Pflege  
und Konsumentenschutz

Gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich  
**Gesundheit Österreich**  
GmbH

Geschäftsbereich  
 **Fonds Gesundes Österreich**



# Messen und Veranstaltungen

Von der Seniorenmesse „Bleib Aktiv“ im Februar im VAZ in St. Pölten, der Messe „Gesund und Wellness“ im Messezentrum in Tulln, der Messe „Frühling Vital & Genuss“ in der Arena Nova in Wiener Neustadt, der NÖ Freiwilligenmesse im Landhaus in St. Pölten bis zur Frauen-Gesundheitsenquete „Gesundheit für SIE“, ebenfalls in St. Pölten reichen jährlich die Messen, bei denen inmitten der zahlreichen Gesundheitsanbieter auch VertreterInnen der Selbsthilfegruppen und Mitarbeiter des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe für Informationen, Fragen und Beratungen zur Verfügung stehen.



Seniorenmesse „Bleib Aktiv“, 2015



Seniorenmesse „Bleib Aktiv“, 2020



Gerda Pieringer

Ein weiterer Fixpunkt sind seit Jahren die Frauengesundheitsmessen und die Männergesundheitstage, veranstaltet von der Österreichischen Gesundheitskasse.

## Vorträge in den NÖ Gesundheits- und Krankenpflegeschulen

Wichtig sind für den Dachverband NÖ Selbsthilfe seit Jahren auch die Besuche in den niederösterreichischen Gesundheits- und Krankenpflegeschulen. Vertreter des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe und von Selbsthilfegruppen bringen den SchülerInnen der Diplomelehrgänge gemeinsam die Arbeit der Selbsthilfe näher.

## PRAEVENIRE-Gesundheitstage – Stift Seitenstetten

Die PRAEVENIRE-Gesundheitstage Seitenstetten finden jährlich im niederösterreichischen Stift Seitenstetten statt. Ziel der PRAEVENIRE-Gesundheitstage ist es, die Veränderungen des heimischen Gesundheitswesens im Sinne einer Evaluation des Systems



Gesundheits- und Krankenpflegeschule Amstetten, 2016

durch ein Miteinander aller Stakeholder zu erreichen.

Mit renommierten Expertinnen und Experten wie Dr. Gerald Bachinger, Mag. Martin Schaffenrath, Univ.-Prof. Dr. Jürgen Pelikan, Dr. Alexander Biach, Mag. Alexander Herzog und weiteren hochkarätigen Referentinnen und Referenten werden unterschiedliche Aspekte der Gesundheitspolitik wie Standortpolitik, die Ausbildung in Gesundheitsberufen, Gesundheitskompetenz, Prävention, Patientenorientierung und Systemstruktur intensiv diskutiert.



Foto: Peter Proveznik

**PRAEVENIRE-Gesundheitstage 2019 – von links nach rechts:**

*Dr. Fabian Wächter/Senior Consultant PERI Group;*

*Dr. Erwin Rebhandl/Allgemeinmediziner, Vorstandsmitglied PRAEVENIRE;*

*Dr.<sup>in</sup> Eva Maria Allen, MAS/Obfrau der Fachgruppe Psychiatrie, Ärztekammer für Wien;*

*o. Univ.-Prof. Dr. h.c.mult. Dr. med. Siegfried Kasper/Univ.-Klinik Wien;*

*Priv.-Doz. Dr. Alexandra Whitworth/Fachärztin für Psychiatrie, Salzburg;*

*Mag. Martin Schaffenrath, MBA, MBA, MPA/Österreichische Gesundheitskasse (ÖGK);*

*Dipl. KH-BW Ronald Söllner/Vorstandsvorsitzender Dachverband NÖ Selbsthilfe*

## Advent-, Muttertags- und Ostermärkte

Seit seinem Bestehen organisiert der Dachverband NÖ Selbsthilfe verschiedene Märkte. Diese dienen der Öffentlichkeitsarbeit, da damit Menschen angesprochen werden, die sonst kaum einen Zugang zur Selbsthilfe haben.

Vor allem aber sollen die Selbsthilfegruppen die Möglichkeit bekommen, durch den Verkauf von Bastelarbeiten, handwerklichen Erzeugnissen, selbstgemachten Likören, Ölen, Fruchtaufstrichen und Likören, ihre finanzielle Situation zu verbessern.

Der Reinerlös bei den Märkten kam und kommt bis heute ausschließlich den teilnehmenden Selbsthilfegruppen zugute.

Zusätzlich zu den Adventmärkten wurden in den Jahren 2001 bis 2005 im Büro des Dachverbandes im Landhaus Boulevard vier Ostermärkte durchgeführt.

Des Weiteren veranstaltete der Dachverband NÖ Selbsthilfe 2007 und 2008 eine Muttertags-Verkaufsausstellung im Universitätsklinikum St. Pölten.

Von 2001 bis 2006 wurde aufgrund der großen Nachfrage der Verkauf der Waren vom Dachverband NÖ Selbsthilfe im Rahmen einer „Geschenkboutique“ ganzjährig durchgeführt. Mangels Laufkundschaft wurde die Geschenkboutique nach der Übersiedlung in die Wiener Straße 54 nicht mehr fortgeführt.



1

- 1) LAbg. Dr. Martin Michalitsch und Franz Josef Bernhart
- 2) Adventmarkt 2018: Waltraud Haider und Ronald Söllner
- 3) Adventmarkt 2018
- 4) Adventmarkt 2014



2



3

Bereits im Dezember 2000 fand in den ersten Büroräumlichkeiten der erste Adventmarkt statt, bei dem neun Selbsthilfegruppen und Behindertenwerkstätten selbstangefertigte Geschenkartikel anboten.

Der Adventmarkt ist im Laufe der Zeit zu einer lieb gewordenen Tradition geworden. Mittlerweile findet er aus Platzgründen allerdings nicht mehr in den Büroräumen des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe statt, sondern im Servicecenter der Österreichischen Gesundheitskasse in St. Pölten.

Erfreulich ist auch, dass alljährlich hochrangige Vertreter der NÖ Landesregierung und der Österreichischen Gesundheitskasse der Einladung zum Adventmarkt Folge leisten.



4

## Zeitung „Blickpunkt“

Im Oktober 2002 veröffentlichte der Dachverband NÖ Selbsthilfe erstmals das Infoblatt „Selbsthilfe im Blickpunkt“.

Im Laufe der Jahre wurde das Layout immer professioneller und der Verteilerkreis des Infoblatts wuchs und wuchs. Aus dem einstigen Infoblatt an die Mitgliedergruppen wurde eine Zeit-

schrift mit einer Auflage von mittlerweile 6.000 Stück, die nicht mehr nur an die niederösterreichischen Selbsthilfegruppen versendet wird, sondern auch an die niederösterreichischen Gesundheitseinrichtungen, die Selbsthilfe-Dachverbände und -Kontaktstellen der Bundesländer und an alle niederösterreichischen Gemeinden und Bezirkshauptmannschaften.

Neben Informationen und Berichten über Aktivitäten der Selbsthilfegruppen und des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe stehen Beiträge zu verschiedenen Gesundheitsbereichen im Mittelpunkt.

Die Zeitung wurde mit der Zeit zu einem wichtigen „Werbeträger“ für die Selbsthilfe, insbesondere auch bei Personenkreisen, die nicht laufend mit diesem Bereich beschäftigt sind.



## Homepage [www.selbsthilfenoe.at](http://www.selbsthilfenoe.at)

Die erste Version der Homepage wurde im Jahre 2001 ins Netz gestellt und verzeichnete bereits im ersten Jahr mehr als 1.000 Zugriffe.

Da sie aber den Anforderungen nicht ganz gerecht wurde, folgte im darauffolgenden Jahr eine modernisierte, neue Version.

Ab diesem Zeitpunkt entwickelte sich die Homepage [www.selbsthilfenoe.at](http://www.selbsthilfenoe.at) zu einem wichtigen Informationsmedium für alle Interessierten, wo man neben Kontaktinformationen zu Selbsthilfegruppen mit mittlerweile mehr als

90 Krankheitsbildern auch Infos zu Förderungen, Terminen und vieles mehr findet.

Die Homepage in dieser Form war sieben Jahre lang online, bis sie von einer vollkommen überarbeiteten Homepage, basierend auf einem Content-Management-System, 2009 abgelöst wurde.

Diese neue Version war wesentlich benutzerfreundlicher und konnte von den MitarbeiterInnen des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe selbst laufend aktualisiert und neu gestaltet werden.

Mit einem Relaunch wurde die Homepage des Dachverbandes im Herbst 2013 an neue technische Voraussetzungen angepasst.

Im Jahr 2019 wurde die Homepage [www.selbsthilfenoe.at](http://www.selbsthilfenoe.at) um weitere Punkte ausgebaut – speziell im Servicebereich und betreffend Verlinkung von anderen Organisationen. In die neue Homepage wurde zusätzlich ein interner Bereich integriert, der Mitgliedern des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe nach dem Login exklusiv zur Verfügung steht.



# Sozial- und gesundheitspolitische Aktivitäten des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe

## NÖ Ethikkommission

Zur Wahrung der Rechte, der Sicherheit, der Möglichkeit zur Selbstbestimmung und des Wohlergehens von Patienten, die an medizinischen Forschungsprojekten (klinischen Studien) teilnehmen, ist am Amt der NÖ Landesregierung eine Ethikkommission eingerichtet. Die Aufgabe der Kommission liegt insbesondere in der Überprüfung von geplanten klinischen Studien zu neuen Arzneimitteln, Medizinprodukten und neuen medizinischen Methoden. Auch pflegewissenschaftliche Vorhaben oder Projekte im Zuge der Ausbildung zu Gesundheitsberufen werden begutachtet. Seit September 2001 ist der Dachverband NÖ Selbsthilfe Mitglied der NÖ Ethikkommission.

Rund 120 Neuanträge und 1.500 sonstige Prüfverfahren wurden in zwölf Sitzungsterminen 2019 behandelt.

Der Dachverband NÖ Selbsthilfe ist seit dem Jahr seiner Gründung Mitglied in der NÖ Ethikkommission.

## NÖ Patienten-Entschädigungs-kommission

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.

## NÖ Gesundheitsplattform

Die Gesundheitsplattform ist das oberste Organ des NÖ Gesundheits- und Sozialfonds. Sie ist für die Planung, die Steuerung, die Qualitätssicherung und die Finanzierung des niederösterreichischen Gesundheitswesens zuständig. Den Vorsitz führt derzeit Landesrat Dr. Martin Eichtinger.



## NÖ Monitoring-Ausschuss

Der NÖ Monitoring-Ausschuss ist eine unabhängige und weisungsfreie Einrichtung, die im Jahre 2013 erstmals für eine Funktionsdauer von sechs Jahren zusammentrat. Seit 2019 ist Dipl. KH-BW Ronald Söllner Mitglied des NÖ Monitoring-Ausschusses.

Der Ausschuss überwacht die Einhaltung der Menschenrechte von Menschen mit Behinderungen durch die öffentliche Verwaltung für den Bereich der NÖ Landeskompetenz.

## Grundsätze der UN-Behindertenrechtskonvention:

- Jeder Mensch soll die gleichen Chancen haben.



NÖ Ethikkommission, April 2019

- Jeder Mensch darf an der Gesellschaft teilhaben.
- Jeder Mensch darf für sich selbst entscheiden.
- Niemand darf wegen einer Behinderung benachteiligt werden.

Der NÖ Monitoring-Ausschuss achtet darauf, dass diese Konvention in Niederösterreich umgesetzt und auch eingehalten wird.

#### Der NÖ Monitoring-Ausschuss hat hauptsächlich folgende Aufgaben:

- Gesetze und Verordnungen dürfen Menschen mit Behinderungen nicht benachteiligen. Darauf weist der NÖ Monitoring-Ausschuss das Amt der NÖ Landesregierung hin.
- Bei neuen Gesetzen achtet der NÖ Monitoring-Ausschuss darauf, dass sie keine Nachteile für Menschen mit Behinderungen bringen.
- Jährlich liefert der NÖ Monitoring-Ausschuss einen Bericht über seine Arbeit an das Amt der NÖ Landesregierung.

Der NÖ Monitoring-Ausschuss hat 14 Mitglieder. Vorsitzende ist die niederösterreichische Gleichbehandlungsbeauftragte Dr.<sup>in</sup> Christine Rosenbach.



#### ARGE Selbsthilfe Österreich

Bereits im Jänner 2000 schlossen sich themenübergreifende Selbsthilfe-Dachverbände und -Kontaktstellen Österreichs (kurz: Selbsthilfe-Unterstützungseinrichtungen) zu einer Arbeitsgemeinschaft – der ARGE Selbsthilfe Österreich – zusammen, um unter anderem die Selbsthilfeunterstützung auf Landes- und Bundesebene qualitativ weiterzuentwickeln und Synergien zu nutzen.

In den Jahren 2004 bis 2009 wurde gemeinsam mit allen Selbsthilfe-Unterstützungseinrichtungen der Bundesländer intensiv an der Qualität und dem Profil der Selbsthilfeunterstützung in Österreich gearbeitet. In dieser Zeit wurden von den themenübergreifenden Selbsthilfe-Dachverbänden und -Kontaktstellen der Bundesländer basierend auf den Erfahrungen aus Deutschland auch die Fachstandards zur Unterstützung der Selbsthilfegruppen (Herausgeber: ARGE Selbsthilfe Österreich – aufgelöst Herbst 2017) erarbeitet. Diese sind einerseits ein Beitrag zur Verständigung über institutionelle und fachliche Standards von themen-

übergreifenden Selbsthilfe-Dachverbänden und -Kontaktstellen und stellen andererseits einen Orientierungsrahmen für die praktische Unterstützung von themenbezogenen Selbsthilfegruppen und -organisationen auf Landesebene dar. Damit stellen sie eine wesentliche Grundlage zur Profilentwicklung als Service- und Kompetenzzentrum auf Länderebene dar und tragen zur internen Profilentwicklung und zur Entwicklung gemeinsamer österreichweiter Ziele und Perspektiven bei.

Mit der Strukturänderung der ARGE Selbsthilfe Österreich von einer Arbeitsgemeinschaft zum Verein in den Jahren 2009/2010 wurden neben den themenübergreifenden Selbsthilfe-Dachverbänden und -Kontaktstellen auch die themenbezogenen, bundesweit tätigen Selbsthilfeorganisationen, die bislang Kooperationspartner der ARGE Selbsthilfe Österreich waren, als ordentliche Mitglieder aufgenommen. Durch die unterschiedlichen Interessenslagen der themenübergreifenden Selbsthilfe-Dachverbände und -Kontaktstellen und themenbezogene, bundesweit tätige Selbsthilfeorganisationen waren die Abstimmungsprozesse schwierig und eine Weiterentwicklung nicht möglich. Im Herbst 2017 wurde dann die freiwillige Auflösung der ARGE Selbsthilfe Österreich beschlossen.



Vorstand der ARGE Selbsthilfe Österreich, 2013



#### NANES – Nationales Netzwerk Selbsthilfe

Nachdem es seit Juli 2015 keine erkennbaren Aktivitäten für themenübergreifende Selbsthilfe-Dachverbände und -Kontaktstellen durch die ARGE Selbsthilfe Österreich mehr gegeben hat, haben sich die themenübergreifenden Selbsthilfe-Dachverbände der Bundesländer Niederösterreich, Kärnten, Salzburg und Vorarlberg, die sich in mehr als zwei Jahrzehnten umfangreiche fachliche und praxisbezogene Kompetenzen im Selbsthilfebereich erarbeitet haben, dazu entschlossen im



Sitzung NANES-Steuerungsgremium in Salzburg, August 2018

Februar 2017 die Initiative „Nationales Netzwerk Selbsthilfe – NANES“ zu gründen – um Kompetenzen und Ressourcen zu vernetzen, zu bündeln und Synergien zu nutzen und um im Bereich „Selbsthilfeunterstützung“ im europäischen Vergleich den Anschluss nicht zu verlieren.

Die Motivation zur Gründung von NANES beschreiben die Initiatoren wie folgt:

#### **Dachverband Selbsthilfe Kärnten**

... weil wir überzeugt sind, dass nur durch eine strukturierte Vernetzung und Bündelung der Ressourcen eine qualitative Weiterentwicklung der themenübergreifenden Selbsthilfe-Dachverbände möglich ist und dadurch die Position als unabhängige und eigenständige Einrichtung im Selbsthilfebereich gestärkt werden kann.

*Mag.<sup>a</sup> Monika Maier, Präsidentin des Dachverbandes Selbsthilfe Kärnten*

#### **Dachverband NÖ Selbsthilfe**

... weil wir überzeugt sind, dass wir nur gemeinsam mehr für die uns anvertrauten Menschen erreichen können.

*Dipl. KH-BW Ronald Söllner, Vorstandsvorsitzender Dachverband NÖ Selbsthilfe*

#### **Dachverband Selbsthilfe Salzburg**

... weil wir überzeugt sind, dass wir als Mitglied im „Nationalen Netzwerk Selbsthilfe“ auf nationaler und internationaler Ebene die Selbsthilfe-Standards weiterentwickeln können und wir durch unsere jahrelange Erfahrung und Expertise die Selbsthilfefreundlichkeit in Österreich gemeinsam verbessern.

*Sabine Geistlinger, Geschäftsführerin des Dachverbandes Selbsthilfe Salzburg*

#### **Selbsthilfe Vorarlberg**

... weil es wichtig ist Kräfte zu bündeln, um für die Betroffenen die beste Unterstützung bieten zu können.

*Nikolas Burtscher, Geschäftsführer der Selbsthilfe Vorarlberg*

*„Zweifle nie daran, dass eine kleine Gruppe engagierter Menschen die Welt verändern kann – tatsächlich ist dies die einzige Art und Weise, in der die Welt jemals verändert wurde.“*

*(Margaret Mead)*

#### **AUFGABENSCHWERPUNKTE und ZIELE von NANES sind:**

- einen qualifizierten Erfahrungs- und Informationsaustausch der regionalen Selbsthilfe-Unterstützungseinrichtungen vor allem in den Bereichen Qualitätsentwicklung, Beteiligungs- und Kooperationsmöglichkeiten, Gesundheitskompetenz ermöglichen
- die Selbsthilfeunterstützung in Österreich weiterentwickeln und die Qualität der Selbsthilfeunterstützung auf Basis der nationalen und internationalen Standards sichern
- Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung von Einrichtungen im Sozial- und Gesundheitsbereich fördern und die Akzeptanz der unterschiedlichen Formen der Selbsthilfe im Sozial- und Gesundheitsbereich erhöhen und festigen
- Positionierung der Selbsthilfe-Unterstützungseinrichtungen auf Landes- und Bundesebene stärken
- die Erstellung von Arbeitshilfen zum Thema „Selbsthilfe-Unterstützung“

durch Leitfäden, Erarbeitung von verbindlichen Standards, praxisbezogener Handbücher

- ein bedarfsorientiertes Weiterbildungsangebot für Vertreter von themenübergreifenden Selbsthilfe-Unterstützungseinrichtungen (hauptamtliche Mitarbeiter, ehrenamtliche Vorstandsmitglieder) und Multiplikatoren im Sozial- und Gesundheitsbereich entwickeln und umsetzen
- internationale Vernetzung vor allem mit Deutschland und der Schweiz im Rahmen der Auseinandersetzung mit „Selbsthilfefreundlichkeit“ im Sozial- und Gesundheitsbereich

NANES-Netzwerk-Partner sind themenübergreifende Selbsthilfe-Dachverbände und -Kontaktstellen der Bundesländer (juristische Personen), die sich mit den Zielen von NANES identifizieren. Die Selbsthilfe Oberösterreich ist seit Herbst 2017 NANES-Netzwerk-Partner. Im Jahr 2019 wurden die Selbsthilfe Steiermark, die Selbsthilfe Burgenland und die Selbsthilfe Tirol NANES-Netzwerk-Partner.

Seit 2018 finden regelmäßig NANES-Netzwerktreffen statt, an denen VertreterInnen der themenübergreifenden Selbsthilfe-Dachverbände und -Kontaktstellen aus allen neun Bundesländern teilnehmen.

Seit Jänner 2020 ist der Dachverband NÖ Selbsthilfe NANES-Koordinationsstelle und im Frühjahr 2020 hat Vorstandsvorsitzender Dipl. KH-BW Ronald Söllner turnusmäßig die Sprecherfunktion von NANES übernommen.



Selbsthilfefreundlichkeit<sup>®</sup>  
und Patientenorientierung  
im Gesundheitswesen



**SELBSTHILFESCHWEIZ**  
**INFOENTRAIDESUISSE**  
**AUTOAIUTOSVIZZERA**

### Europäisches Aktionsbündnis Selbsthilfefreundlichkeit

Das deutsche Netzwerk Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung im Gesundheitswesen, die österreichische Initiative NANES – Nationales Netzwerk Selbsthilfe und die Selbsthilfe Schweiz haben sich im November 2017 zum Europäischen Aktionsbündnis Selbsthilfefreundlichkeit zusammengeschlossen, um Selbsthilfefreundlichkeit als gemeinsamen, einheitlichen Qualitätsstandard für die Zusammenarbeit von Selbsthilfe und Einrichtungen des Gesundheits- und Sozialwesens europaweit zu vertreten.

Ausgehend vom Gesundheitsbereich zum Beispiel durch die Auszeichnung „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ setzt sich das Europäische Aktionsbündnis Selbsthilfefreundlichkeit dafür ein, Menschen für die gemeinschaftliche Selbsthilfe zu begeistern, durch eine konsequente Zusammenarbeit von Leistungserbringern mit der Selbsthilfe die in ihre vorhandenen Kompetenzen als patienten- bzw. nutzerorientierte Perspektive in Versorgungsstrukturen einzubinden und Selbsthilfefreundlichkeit als Qualitätsmerkmal einer bedarfsorientierten Versorgung zu befördern.

### Die im Europäischen Aktionsbündnis Selbsthilfefreundlichkeit zusammen- geschlossenen Partner stehen ein für:

- ein gemeinsames Verständnis von Selbsthilfefreundlichkeit als Qualitätsstandard
- eine länderübergreifende Kompetenzentwicklung zum Konzept Selbsthilfefreundlichkeit
- die Beförderungen des Konzepts in weitere Bereiche des Gesundheits- und Sozialwesens
- die theoretische/wissenschaftliche Auseinandersetzung mit dem Thema „Selbsthilfefreundlichkeit“



*Treffen Aktionsbündnis Europäische Selbsthilfefreundlichkeit, im Juni 2018 in Berlin*

*Foto unten: Europäisches Aktionsbündnis Selbsthilfefreundlichkeit: Videokonferenz im September 2020*





# Grußworte Mag. Mag.(FH) Konrad Kogler und Dipl. KH-BW Helmut Krenn

VORSTÄNDE DER NÖ LANDESGESUNDHEITSAGENTUR



Mit der NÖ Landesgesundheitsagentur wurde eine moderne Struktur geschaffen, die in Österreich und Europa Vorbildfunktion hat. Mit der medizinischen und pflegerischen Betreuung aus einer Hand wollen wir auch in Zukunft die beste Versorgung für alle Niederösterreicherinnen und Niederösterreicher sicherstellen – von der Geburt bis zur Betreuung im hohen Alter. Wir wollen die Gesundheits- und Pflegeversorgung nachhaltig stärken. Unter dem gemeinsamen Dach der NÖ Landesgesund-

heitsagentur können wir dafür Sorge tragen, dass jeder und jede genau die Versorgung bekommt, die er oder sie aktuell benötigt und genau dort wo sie gebraucht wird.

Um dieses Versprechen einzuhalten, sind auch ein laufender Austausch und die Zusammenarbeit mit verschiedensten Partnern im Gesundheitswesen wesentliche Bestandteile unserer Bemühungen. Dazu gehört für uns auch, die seit vielen Jahren bestehende enge Kooperation mit dem Dachverband und den einzelnen Selbsthilfegruppen. Unsere NÖ Kliniken, die alle als „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ ausgezeichnet sind, erweitern dabei ihr ärztliches, pflegerisches und therapeutisches Handeln durch das Erfahrungswissen der Selbsthilfegruppen und fördern den Kontakt zu den Patientinnen und Patienten. Damit ergeben sich Synergieeffekte von denen alle Beteiligten profitieren.

Wir freuen uns, auch in Zukunft einen Beitrag zu leisten, um Patientinnen und Patienten sowie ihren Angehörigen, den Selbsthilfegruppen und allen fachlich Interessierten einen Austausch zu ermöglichen. Wir bedanken uns für die konstruktive Zusammenarbeit und wünschen allen Partnerinnen und Partnern weiterhin alles Gute und viel Erfolg in ihrer Arbeit.

*Herzlichst*

*Mag. Mag.(FH) Konrad Kogler und  
Dipl. KH-BW Helmut Krenn*



## Grußwort Mag.<sup>a</sup> Alexandra Pernsteiner-Kappl

GESCHÄFTSFÜHRERIN DER »TUT GUT!« GESUNDHEITSVORSORGE GMBH

**Geschätzte Leserin!**

**Geschätzter Leser!**

Die »Tut gut!« Gesundheitsvorsorge und der Dachverband NÖ Selbsthilfe pflegen seit langem eine intensive und gute Kooperation. Das Ziel von »Tut gut!« ist es, das Bewusstsein für den Wert der Gesundheit zu stärken und die entsprechende Lebensweise der niederösterreichischen Bevölkerung nachhaltig zu fördern. Damit werden wir alle nicht nur älter, sondern vor allem gesund älter! Der Dachverband

NÖ Selbsthilfe unterstützt dieses Vorhaben und ist für uns eine wichtige Schnittstelle, um unsere Projekte, Programme und Maßnahmen in der Bevölkerung bekannt zu machen. Gemeinsam tragen wir zu einem Mehr an Gesundheitsbewusstsein bei und steigern damit die Lebensqualität der Niederösterreicherinnen und Niederösterreicher.



In diesem Sinne wünsche ich dem Dachverband NÖ Selbsthilfe weiterhin viel Erfolg und darf dem Verband, dem gesamten Team, allen Mitgliedern und Ehrenamtlichen zum 20-jährigen Bestehen sehr herzlich gratulieren.

*Ihre*

*Alexandra Pernsteiner-Kappl*

## Grußwort Dr.<sup>in</sup> Christine Rosenbach

NÖ GLEICHBEHANDLUNGSBEAUFTRAGTE/NÖ ANTIDISKRIMINIERUNGSSTELLE,  
NÖ MONITORINGAUSSCHUSS

Seit 20 Jahren sind der Dachverband NÖ Selbsthilfe und deren Mitglieder unverzichtbarer Bestandteil der ärztlichen und psychosozialen Versorgung in Niederösterreich. Die einzelnen Selbsthilfegruppen stellen eine wichtige Ergänzung für Patientinnen und Patienten und betroffene Personen dar.

Die ehrenamtliche Tätigkeit von rund 400 Selbsthilfegruppen und Selbsthilfevereinen ist ein wesentlicher Mosaikstein in der Freiwilligenarbeit in Niederösterreich. Ehrenamtliche organisieren nicht nur regelmäßige Gruppentreffen, sondern geben auch Informationen und konkrete Hilfestellungen an Betroffene weiter. Wichtig ist, dass sie auch durch die Weitergabe persönlicher Erfahrungen unermüdlich kommunizieren und



vorleben wie Menschen mit ihrer Erkrankung zu-recht kommen können.

Als NÖ Gleichbehandlungsbeauftragte darf ich in drei Bereichen die Rechte von Menschen mit Behinderungen und mit chronischer Krankheit unterstützen. Die Grund-

lagen dafür bieten mir das NÖ Gleichbehandlungsgesetz, das NÖ Antidiskriminierungsgesetz und der NÖ Monitoringausschuss zur Einhaltung der UN-Konvention über die Rechte von Menschen mit Behinderungen.

Mein besonderer Dank gilt dem Vorstandsvorsitzenden Ronald Söllner und seinem engagierten Team im Vorstand und im Büro. Unsere Zusammenarbeit wird sich noch weiter intensivieren, weil

Ronald Söllner nun auch als Mitglied des NÖ Monitoringausschusses seine Kompetenz einbringen kann.

Es ist mir eine besondere Freude und Ehre dem Dachverband NÖ Selbsthilfe zu seinem 20. Geburtstag gratulieren zu dürfen, da ich die kontinuierliche Entwicklung beinahe von Beginn an begleiten durfte. Für mich sind Selbsthilfegruppen ein nicht mehr wegzudenkender Faktor in der Arbeit für Menschen mit Behinderungen und chronischen Erkrankungen. Ich wünsche mir, dass die bereichernde Zusammenarbeit im selben Ausmaß fortgesetzt wird und wir auch weiterhin so viel Positives für Menschen bewirken können.

Ad multos annos!

*Ihre  
Christine Rosenbach*

## Grußwort Ulrike Holzer

OBFRAU VON PRO RARE AUSTRIA – ALLIANZ FÜR SELTENE ERKRANKUNGEN

20 Jahre Dachverband NÖ Selbsthilfe – das ist schon eine lange Zeit, in der von Ihnen wertvolle, ehrenamtliche Arbeit geleistet wurde für die Selbsthilfe. Wie wir alle wissen, ist das heute nicht selbstverständlich. Was die Ehrenamtlichen auszeichnet, ist echter Teamgeist

– eine Einstellung, die leider nicht mehr so verbreitet ist, ohne die aber ein Verein nicht bestehen kann. Sie sind belebende Elemente und Aktivposten innerhalb des Vereinswesens. Der Dachverband NÖ Selbsthilfe lebt dies seit 20 Jahren und trägt seither dazu bei, dass die

Stimme der Patienten mehr und mehr gehört wird. Unsere Zusammenarbeit im Rahmen von „3 + 1“ zum Thema kollektive Patientenbeteiligung ist ein weiterer Schritt, den wir gerne gemeinsam gehen, um die Situation der Betroffenen zu verbessern.

Auch wenn eine Feier unter den derzeit schwierigen Bedingungen leider nicht so möglich ist, wie das vielleicht vorgesehen war, so freuen wir uns dennoch mit Ihnen über das 20-jährige Vereinsjubiläum, gratulieren sehr herzlich dazu und wünschen Ihnen für die Zukunft weiterhin viel Erfolg für die Selbsthilfe in Niederösterreich.

*Herzlichst  
Ulrike Holzer*





## Grußwort Dipl. KH-BW Rudolf Hochsteger

GESCHÄFTSFÜHRER NOTRUF NÖ GMBH

Seit 20 Jahren setzt sich der Dachverband mit viel Engagement für die zahlreichen Selbsthilfegruppen in Niederösterreich ein, hilft bei Gruppen-Gründungen, vernetzt, unterstützt im Alltag und bietet Weiterbildung.



Selbsthilfe ist wertvoll für Menschen, die sich austauschen, ihre Erfahrungen und ihr Wissen über ihre Krankheiten, Sorgen und Probleme teilen, vom Wissen anderer Menschen in ähnlichen Situationen profitieren und sich gegenseitig stärken wollen.

Selbsthilfe ist aber genauso wertvoll für das Gesundheitssystem – als echtes und authentisches Sprachrohr der Patientinnen und Patienten. Selbsthilfe ist eine

Bewegung von lebenserfahrenen und krankheitsbewährten Menschen. Ihre Erfahrungen aus dem Leben und Leiden – auch denen, die der Weg durchs Gesundheitssystem beschert hat – können wichtige Grundlagen für die Weiterentwicklung des Gesundheitswesens sein.

Notruf NÖ möchte Partner sein, unterstützt und fördert die Selbsthilfe im Rahmen einer bereits langjährigen Kooperation. Insbesondere als Gatekeeper durch das Gesundheitssystem wird Notruf NÖ immer wieder zum Ansprechpartner für Angehörige und Vertreter der Selbsthilfe: von der Suche nach einem Arzt über den Ärztedienst 141 über die Suche nach dem passen-

den Gesundheitsdienstleister über die Gesundheitshotline 1450 bis hin zum Notfall, für den über 144 die Rettung alarmiert wird. Aber auch bei Themen, wie Transportdienste oder Definition-Netzwerk, begegnen Selbsthilfe und Notruf NÖ einander.

Meine erste persönliche Begegnung mit dem Dachverband bleibt mir noch besonders in Erinnerung: ein Treffen mit dem ehemaligen Obmann und Ehrenmitglied des Dachverbandes Kurt Hiess in der Landhausgarage in seinem rollenden Büro – einem Smart.

Ich gratuliere zum Jubiläum und freue mich auf weitere Zusammenarbeit und spannende Themen.

*Dipl. KH-BW Rudolf Hochsteger*

## Grußwort Mag. Michael Svoboda

PRÄSIDENT KOBV – DER BEHINDERTENVERBAND

**„Werte FunktionärInnen des Dachverbandes der Selbsthilfegruppen in Niederösterreich! Sehr geehrte FunktionärInnen und Mitglieder der Selbsthilfegruppen!“**

Als Präsident des KOBV – Der Behindertenverband für Wien, NÖ und Burgenland gratuliere ich herzlich zum 20-jährigen Bestandsjubiläum. Durch die Zusammenführung der verschiedenen Selbsthilfegruppen in NÖ zu einem Dachverband ist es gelungen, den Betroffenen unterschiedlicher Erkrankungen und Behinderungen durch Erfahrungsaustausch und gegenseitigem Unterstützen in oft sehr schwierigen Situationen enorm zu helfen. Nicht zu vergessen ist in diesem Zusammenhang der volkswirtschaftliche Wert der Selbsthilfegruppen für unser Gesundheitssystem im Hinblick auf Prävention, Festigung der Gesundheit aber auch der psychologische Wert („Ich bin nicht allein“).

Den KOBV – Der Behindertenverband und den Dachverband NÖ Selbsthilfe verbindet seit vielen Jahren eine enge Kooperation, für die ich mich herzlich bedanke. Die Expertise der Selbsthilfe-Organisationen zu bestimmten Erkrankungen/Behinderungen und das Leistungsangebot des KOBV – Der Behindertenverband wie umfassende rechtliche Beratung und kostenlose Vertretung vor Ämtern, Behörden und Sozialgerichten in Behindertenangelegenheiten (z.B. Einstufung des Grades der Behinderung, Parkausweis, Invaliditätspension, Pflegegeld, Urlaub für pflegende Angehörige gemeinsam mit den Pflegebedürftigen etc.) und seinen dezentralen Sprechtagen in allen Bezirkshauptstädten (2x monatlich) und durch unsere ehrenamtlichen FunktionärInnen in 163 Ortsgruppen in NÖ führen zu



enormen Synergien für die Betroffenen zur wesentlichen Erleichterung ihres Lebensalltages. Infos zum KOBV – Der Behindertenverband finden Sie unter [www.kobv.at](http://www.kobv.at).

Ich hoffe, dass diese positive Kooperation weiter Bestand hat und wir diese weiter vertiefen können. Nochmals alles Gute zum 20er, ad multos annos!

*Ihr  
Mag. Michael Svoboda*



# Grußwort Helga Thurnher

SELBSTHILFE DARMKREBS

## 20 Jahre Dachverband NÖ Selbsthilfe „Der Patient im Mittelpunkt“

Seit 20 Jahren ist der Dachverband NÖ Selbsthilfe bemüht in verschiedenster Art und Weise Selbsthilfegruppen und deren Mitglieder – das heißt Patienten und Angehörige – zu unterstützen. Der Gedanke der Selbsthilfe ist in Österreich noch relativ „jung“ im Gegensatz zu anderen Ländern wie z.B. Amerika oder England. Im Lauf der Jahre hat sich diese Situation auch in Österreich sehr verändert und die Selbsthilfe ist im Gesundheitswesen fest verankert – ja eine fixe Säule in diesem.

Dazu beigetragen haben viele Menschen, die gegen das Gesundheitssystem angekämpft haben bzw. Missstände – mit viel Mut – aufgezeigt haben.

Auch die Gründung der Selbsthilfe Darmkrebs (Verein für Darmkrebsinformation) ist so entstanden. Meinem Mann – Herrn Dr. Martin Thurnher – hat man viel Hoffnung gemacht, dass ihm die neue Antikörpertherapie (Avastin) das Leben verlängern wird bei guter Lebensqualität. Als das Medikament dann zugelassen war, erfuhren wir, dass das Krankenhaus die Bezahlung nicht übernimmt. Mit der Gründung einer Selbsthilfegruppe bekamen wir mediale Aufmerksamkeit und schlussendlich

wurde das Medikament österreichweit in den Spitälern bezahlt. Die Selbsthilfe konnte also etwas bewegen – zum Wohle vieler Menschen. Eine Selbsthilfegruppe zu gründen ist oft ein guter Gedanke – aus einer entsprechenden Situation heraus – aber nicht einfach, wenn man keine Unterstützung hat all die notwendigen Schritte in die Wege zu leiten.

Der Dachverband NÖ Selbsthilfe hat es sich in hervorragender Weise zur Aufgabe gemacht, die Gründung von Selbsthilfegruppen zu unterstützen. Aber nicht nur dies, sondern sie auch bei allen Veranstaltungen, Aktivitäten nach Möglichkeit zu begleiten und ihnen auch die Weiter- und Fortbildung zu organisieren.

Gute Vernetzung der Selbsthilfegruppen mit Ärzten, Krankenhäusern und Gedankenaustausch sind ein wesentlicher Weg, um die Selbsthilfe im Gesundheitswesen zu verankern und die Qualität der Selbsthilfe zu steigern – zum Wohle der Patienten.

Auch die Auszeichnung des „Selbsthilfefreundlichen Krankenhauses“ für viele Spitäler in NÖ ist auf die kontinu-



ierliche Arbeit des Dachverbandes zurückzuführen, um Patienten mit guten Kontakten zu unterstützen. Die Kriterien dazu werden immer wieder evaluiert.

Wir – die Selbsthilfe Darmkrebs – haben bei diversen Veranstaltungen die Erfahrung machen dürfen,

dass uns der Dachverband zur Seite steht und auch nicht vergisst, Selbsthilfegruppen zu langjährigem Bestehen zu gratulieren – mit Dekret und netten Worten.

So können wir dem Dachverband zu seinem 20-jährigen Bestehen nur alles, alles Gute wünschen und hoffen, dass diese erfolgreiche Arbeit anerkannt wird und auch in Zukunft weitergehen kann. Mit Menschen – wie Herrn Ronald Söllner und seinem Team im Vorstand wird es gelingen, den Patienten wirklich „in den Mittelpunkt“ zu stellen.

Herzlichst

Helga Thurnher

[www.selbsthilfe-darmkrebs.at](http://www.selbsthilfe-darmkrebs.at)



# Grußwort Sarah Wyss

GESCHÄFTSFÜHRERIN SELBSTHILFE SCHWEIZ

Bereits 20 Jahre im Dienst der Selbsthilfe! Was für ein schönes Jubiläum vom Dachverband NÖ Selbsthilfe! Im Namen von Selbsthilfe Schweiz, der nationalen Dachorganisation der Schweizer Selbsthilfezentren, gratuliere ich zu diesem Geburtstag herzlichst und bedanke mich



für dieses wichtige Engagement. Unter dem Motto «der Mensch im Vordergrund» leistet der Dachverband seit 20 Jahren einen wichtigen gesellschaftlichen Beitrag. Menschen, welche in einer

ähnlichen Lebenssituation sind, eine gleiche Krankheit erleiden, sollen sich austauschen und von den Erfahrungen der anderen profitieren sowie die eigenen Erfahrungen teilen können. Denn reden hilft! Damit die Menschen sich finden, damit neue Gruppen professionell in der

Gründung begleitet werden, die Qualität gewährleistet wird und die Vernetzung stattfinden kann, ist der Dachverband von essentieller Bedeutung. Mit der wichtigen Aufgabe der Selbst-

hilfeförderung übernimmt der Dachverband zudem nicht nur für die einzelnen Menschen und die Selbsthilfegruppen eine wichtige Funktion, sondern trägt auch maßgeblich zur Verbesserung der Gesundheitskompetenz in der Gesellschaft bei: Die Förderung der Selbsthilfe ist für das Gesundheits- und Sozialwesen von unschätzbarem Wert! Ohne euch wäre die Selbsthilfeförderung nicht möglich. Ich danke euch für euer 20-jähriges Wirken und wünsche für die Zukunft alles Gute!

Ihre

Sarah Wyss



SELBSTHILFESCHWEIZ  
INFOENTRAIDESUISSE  
AUTOAUTOSVIZZERA



## Grußwort Mag.<sup>a</sup> Monika Maier

PRÄSIDENTIN DACHVERBAND SELBSTHILFE KÄRNTEN

*Sehr geehrter Herr Vorstandsvorsitzender Dipl. KH-BW Ronald Söllner, liebes Team des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe,*

zwei Jahrzehnte Unterstützung der Selbsthilfegruppen in Niederösterreich ist nicht nur ein Grund zu gratulieren, sondern die Gelegenheit soll auch dazu genutzt werden, zurückzuschauen und eine Standortbestimmung vorzunehmen. Der Dachverband NÖ Selbsthilfe hat es in den letzten 20 Jahren geschafft, nicht nur für die bestehenden Selbsthilfegruppen, sondern auch für InteressentInnen, für Einrichtungen im Sozial- und Gesundheitsbereich und für die Sozial- und Gesundheitspolitik zu einem wichtig Ansprechpartner zum Thema „Selbsthilfe“ zu entwickeln.

Diese hohe Akzeptanz ist aber keine Selbstverständlichkeit, sondern zum einen der Verdienst von engagierten Personen und auch von einem engagierten Team, das immer wieder bereit ist zu unterstützen, zu organisieren, zu koordinieren. Damit wird ein stabiler

Rahmen für die Aktivitäten der Selbsthilfegruppen in Niederösterreich geschaffen und Selbsthilfegruppen haben die Möglichkeit, das zu vermitteln, was viele Menschen im Alltag vermissen: ein Gefühl der Gemeinschaft, der Nähe, von Verständnis und gegenseitige Unterstützung in einer schwierigen Lebenssituation. Der Dachverband NÖ Selbsthilfe hat bereits sehr früh erkannt, wie wichtig der Erfahrungs- und Informationsaustausch und die Vernetzung der Selbsthilfegruppen in Niederösterreich aber auch mit anderen Bundesländern ist und hat sich immer wieder sehr aktiv auf der nationalen und internationalen Ebene eingebracht. Nicht zuletzt war der Dachverband NÖ Selbsthilfe auch Gründungsmitglied der Initiative NANES – Nationales Netzwerk Selbsthilfe – und auf internationaler Ebene des Europäischen Aktionsbündnisses Selbsthilfefreundlichkeit im Sozial- und Gesundheitsbereich.



Stellvertretend für den Vorstand und das Team des Dachverbandes Selbsthilfe Kärnten gratuliere ich dem Dachverband NÖ Selbsthilfe recht herzlich zum Jubiläum und auch dafür was bisher erreicht wurde. Für die Zukunft wünsche ich viel Kraft, die Herausforderungen im

Selbsthilfebereich anzunehmen und lösungsorientierte Strategien zu entwickeln. Nach dem Motto „gemeinsam geht es leichter“ freuen wir uns auf die weitere konstruktive Zusammenarbeit.

*Ihre  
Mag.ª Monika Maier*



## Grußwort Antje Liesener

BUNDESKOORDINIERUNG IM NETZWERK SELBSTHILFEFREUNDLICHKEIT  
UND PATIENTENORIENTIERUNG IM GESUNDHEITSWESEN (DEUTSCHLAND)

Corona macht uns allen einen Strich durch die Rechnung: Feste können nicht gefeiert, Jubiläen nicht persönlich bejubelt, Mitstreiter\*innen und Wegbegleiter\*innen nicht herzlich umarmt werden. All das würden wir gerne mit euch, den Kolleginnen und Kollegen des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe machen. Stattdessen senden wir euch auf diesem Wege schriftlich die herzlichsten Glückwünsche zum 20-jährigen Bestehen!

Seit 2016 arbeiten wir in unserem gemeinsam gegründeten Europäischen Aktionsbündnis Selbsthilfefreundlich-



keit zusammen. Hier setzen wir uns dafür ein, das Gesundheitswesen in unseren jeweiligen Ländern selbsthilfefreundlicher zu gestalten. Mich persönlich hat dabei immer das besondere System in Österreich beeindruckt: Denn bei euch steht auf der Selbsthilfeunterstützung

nicht nur Selbsthilfe drauf, sondern ist auch Selbsthilfe drin! Durch die Trägerschaft der Dachverbände kennt die österreichische Selbsthilfeunterstützung nicht nur bestens die tatsächlichen Unterstützungsbedarfe, sondern ist zugleich Sprachrohr und Interessensvertretung der Selbsthilfe. Ein überzeu-

gendes Konzept, dass die Prinzipien von Autonomie und Selbstbestimmung der Selbsthilfe wunderbar lebt.

Bleibt dabei und bleibt dabei so, wie wir euch kennengelernt haben: herzlich zugewandt, mutig, anpackend und immer mit einem offenen Ohr. Wir wünschen euch gutes Gelingen für die kommenden 20 Jahre!

*Eure  
Antje Liesener*



## Ein kurzer persönlicher Rückblick von Ehrenmitglied Peter Maly auf 20 Jahre Dachverband NÖ Selbsthilfe



Im Jahre 2000 waren es 12 oder 13 Selbsthilfegruppen, die einen Dachverband installieren wollten. Aus diesem Kreis wurde dann der erste Vorstand gewählt und dies war gleichzeitig die Geburtsstunde des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe.

Zum ersten Obmann des Dachverbandes wurde Kurt Hiess gewählt. Obmann-Stellvertreterin wurde Elfriede Schnabl, Schriftführerin und Geschäftsführerin wurde Traude Izaak und ich selbst übernahm das Amt des Kassiers.

Frau Mag. Renate Gamsjäger hatte damals die Weichen im Büro des Bundes-

sozialamtes St. Pölten in der Daniel-Gran-Straße für uns gestellt. Wir begannen Fördergeber zu suchen und hatten Gespräche mit dem Land NÖ, dem Bundessozialamt und dem Fond Gesundes Österreich.

Wir erreichten nach Gesprächen mit der für uns damals zuständigen Landesrätin, Dr.<sup>in</sup> Petra Bohuslav, eine Kostenübernahme für ein Büro am Landhaus Ring und die Einstellung einer Geschäftsführerin durch das Amt der NÖ Landesregierung. Die Finanzierung der Einrichtung des Büros übernahm das Bundessozialamt und das Kopiergerät spendete uns die Firma Ricoh.

Somit konnten wir mit unserer Arbeit für die Selbsthilfegruppen in Niederösterreich starten. Wir hatten viele Ideen und mussten Fördergeber für die Umsetzung finden. Das Bundessozialamt finanzierte für ca. fünf Jahre in ganz Niederösterreich ein Schulungsprojekt, den „Aus- und Weiterbildungspool“, für Mitglieder von Selbsthilfegruppen.

Im Jahr 2002 wurde die Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfe Österreich gegründet, an deren Sitzungen Herr Hiess und ich abwechselnd teilnahmen. Die Selbsthilfe sollte österreichweit einen höheren Stellenwert bekommen.





- 1) Bundesministerin Liese Prokop (†) und Peter Maly
- 2) Verdienstzeichen-Überreichung: Bundesministerin Dr.<sup>in</sup> Sabine Oberhauser, MAS (†) und Peter Maly
- 3) Adventmarkt 2003: Kurt Hiess, Landtagspräsident Mag. Edmund Freibauer, Elfriede Schnabl, Peter Maly
- 4) Selbsthilfe-Landeskonferenz 2009: Kurt Hiess und Peter Maly



In diesem Jahr konnten wir auch Frau Ulrike Bachhofer für das Büro des Dachverbandes einstellen, welche ab 2004 die Büroleitung übernahm.

2006 sind wir in das aktuelle Büro in der Wiener Straße übersiedelt. Dort bekamen wir ein Büro im 2. Stock und einen Seminarraum im Erdgeschoß dazu. Meine Aufgabe war es weiterhin auch für genügend finanzielle Mittel zu sorgen, so verhandelte ich mit dem NÖ Gesundheits- und Sozialfonds und mit Landesrätin Dr.<sup>in</sup> Petra Bohuslav. Im Jahr 2009 schaffte ich es dann in einem Gespräch mit dem jetzigen Nationalrats-

präsidenten und damaligen Landesrat Mag. Wolfgang Sobotka eine jährliche Subvention für den Dachverband auszuhandeln, welche inflationsgesichert sein sollte. Das ich dies erreichen konnte, hat mich persönlich besonders gefreut.

2006 haben wir die ersten INFO-Stammtische in Kooperation mit der Österreichischen Gesundheitskasse (damals NÖGKK) veranstaltet, welche zu Beginn noch Vierteltreffen hießen. In jedem der vier niederösterreichischen Viertel wurden die Gruppenleiter zu Gesprächen und zu einem Informationsaustausch eingeladen.

Im Jahr 2010 habe ich dann meine Tätigkeit für den Vorstand des Dachverbandes nach zehn Jahren beendet.

Es freut mich, dass ich heute noch Ehrenmitglied im Dachverband NÖ Selbsthilfe sein darf und, dass die Arbeit der Selbsthilfe in Niederösterreich so gut weitergeführt wird. Ich wünsche den Mitgliedern des jetzigen Vorstandes alles Gute für die weitere Arbeit.

*Ihr  
Peter Maly  
Ehrenmitglied  
Dachverband NÖ Selbsthilfe*



Peter Maly ist seit 1990 Mitarbeiter beim Verein der Kehlkopflösen und Halsatmer Österreichs und seit dem Gründungsjahr engagiertes Mitglied im Dachverband NÖ Selbsthilfe.

- 5) Tag der NÖ Selbsthilfe, 2010
- 6) 2. Fachexkursion Schloss Thalheim, 2019: Edeltraud und Peter Maly
- 7) Selbsthilfe-Landeskonferenz 2019: Peter Maly und Dipl. KH-BW Ronald Söllner

# Grußwort Franz Fink

PRÄSIDENT DES NÖ HERZVERBANDES

**Wir gratulieren dem Dachverband NÖ Selbsthilfe sehr herzlich für 20 Jahre Arbeit in der nö. Selbsthilfegemeinschaft!**

Der NÖ Herzverband konnte schon Anfang des neuen Jahrtausends einige Vorstandsmitglieder zu den kostenlosen EDV-Schulungen und auch später zu weiteren Schulungen und Kursen zu den verschiedensten Themen der Selbsthilfe entsenden.

Diese Kurse wurden von allen Teilnehmern immer sehr positiv aufgenommen. Auch bei der Errichtung von sechs neuen Bezirksgruppen wurden wir mit einer Projektförderung unterstützt. Dadurch konnte sich die Selbsthilfegruppe NÖ Herzverband bis heute auf elf Bezirksgruppen in ganz NÖ vergrößern.

Durch die Ermöglichung von Förderungen durch die sekundär- oder ter-

tiärpräventiven Maßnahmen, durch den seinerzeitigen NÖGUS und der ÖGK, konnten wir unsere Physio-TherapeutInnen bei den wöchentlichen Koronar-Turnstunden in den Bezirksgruppen größtenteils bezahlen.

Auch für die freundliche Unterstützung bei diversen Anliegen unserer Selbsthilfegruppe möchten wir uns beim ganzen Team des Dachverbandes sehr herzlich bedanken.

Bei den Info-Stammtischen des Dachverbandes, in jedem Viertel von NÖ, konnten unsere Funktionärinnen und Funktionäre, sehr viel Wissenswertes bei den verschiedensten Vorträgen für unsere Mitglieder mit nach Hause nehmen und weitergeben.



Das Magazin des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe der „BLICKPUNKT“ berichtet immer von sehr interessanten Beiträgen und auch von Berichten der verschiedensten Selbsthilfegruppen informativ, wofür wir uns auch recht herzlich bedanken.

Im Namen des NÖ Herzverbandes gratuliere ich dem Dachverband NÖ Selbsthilfe zum 20-Jahr-Jubiläum sehr herzlich und wünsche dem ganzen Team alles Gute, viel Kraft und Gesundheit und hoffe weiterhin auf gute Zusammenarbeit mit dem NÖ Herzverband.

Ihr  
Franz Fink



# Grußworte Mag.<sup>a</sup> Isabella Kitzler und Ingrid Buchinger

## STAMMTISCH DER SELBSTHILFEGRUPPE BEI „DEMENZERKRANKUNGEN“ FÜR ANGEHÖRIGE, BETROFFENE UND INTERESSIERTE GMÜND

Der Dachverband NÖ Selbsthilfe feiert sein 20-jähriges Bestehen in einem bemerkenswerten Jahr. In dem Jahr, in dem das Leben von vielen durch die Corona-Pandemie verändert wurde. Nichts ist plötzlich mehr selbstverständlich, alles ist plötzlich anders.

Alles ist plötzlich anders – auch für Betroffene und Angehörige, wenn das bisherige Leben durch eine schwere Erkrankung mit einem Schlag auf den Kopf gestellt wird: Fragen über Fragen und keine Antworten; niemand, der zuhört; alle nicken zustimmend, aber keiner versteht dich; die Überforderung wird grenzenlos. Und dann endlich der Hinweis auf eine Selbsthilfegruppe, wo Gleichgesinnte und gleich Betroffene sich treffen, um sich auszutauschen, wo man plötzlich verstanden wird und sich aufgehoben fühlt.

Die Selbsthilfegruppe bei Demenz in Gmünd wurde 2015 gegründet und als Mitglied in den Dachverband NÖ Selbsthilfe aufgenommen. Hier haben wir mit unseren Anliegen und Fragen zur Gründung, zu Finanzierung, DSGVO oder Förderansuchen wertvolle Beratung und Unterstützung erfahren. Diese Hilfestellungen machten es möglich, uns auf die Entwicklung der Selbsthilfegruppe zu konzentrieren und die Arbeit für die Betroffenen in den Mittelpunkt zu stellen. Informations- und Vernetzungstreffen sowie kostenlose Teilnahmemöglichkeiten an Fort- und Weiterbildungen sowie die regelmäßige Information über Termine, Aktivitäten und Neuigkeiten durch die Zeitschrift „Selbsthilfe im Blickpunkt“ stellten eine Bereicherung für unsere Arbeit dar. Der Dachverband NÖ Selbsthilfe ist für unsere Selbsthilfegruppe zu einem geschätzten Ansprechpartner mit Erfahrung und Weitblick geworden.

Das besondere Jahr 2020 hat uns auch gezeigt, wie wichtig die nach außen wenig bemerkte Mittlerrolle, die der Dachverband zwischen dem professionellen Sozial- und Gesundheitsbereich

sowie den Bedürfnissen und Anliegen der Selbsthilfegruppen einnimmt, ist. Selbsthilfe ist von dem Prinzip getragen, dass Menschen mit einer chronischen Erkrankung sowie deren Angehörige im Umgang mit der Erkrankung unterstützt werden und, dass ihre Interessen auch nach außen hin gegenüber Politik und Gesellschaft vertreten werden, ganz besonders in schwierigen Zeiten. Die Öffentlichkeitsarbeit des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe auf verschiedenen Ebenen ist dafür ein immens wichtiger Beitrag.

Alle Erfolge des Dachverbandes wären ohne die engagierte Arbeit der Geschäftsführung – zurzeit mit Dipl. KHBW Ronald Söllner an der Spitze – nicht möglich. Die gute Vernetzung des Dachverbandes mit sozial- und gesund-

heitspolitischen Stellen auf Landes- und Bundesebene ist Garant für die Qualität und die Weiterentwicklung der Selbsthilfe-Unterstützungsarbeit in NÖ. Beim neuen Vorstand sehen wir den Dachverband NÖ Selbsthilfe in guten Händen und gerüstet für die Herausforderungen, die Gegenwart und Zukunft bereithalten, weil eine Gruppe Menschen mehr vermag als der Einzelne, weil Anregungen, Ideen und Mut nötig sind und weil eine Kooperation allen nützt.

Herzlichen Glückwunsch – auf die nächsten erfolgreichen Jahre im Einsatz für die Selbsthilfe.

*Herzlichst  
Mag.<sup>a</sup> Isabella Kitzler und  
Ingrid Buchinger*



*Ingrid Buchinger und Mag.<sup>a</sup> Isabella Kitzler*

# Grußwort Josef Schoisengeyer

OBMANN DES CLUB 81 – ST. PÖLTEN

Zuerst möchte ich dem Dachverband NÖ Selbsthilfe zu seinem jugendlichen 20er im Namen des Club 81 – Club für Menschen mit und ohne Behinderung – und natürlich auch ganz besonders im eigenen Namen herzlich gratulieren.

Der Dachverband NÖ Selbsthilfe hat sich in all den Jahren als Service- und Vernetzungseinrichtung einen hervorragenden Namen gemacht und ist zu einer enorm wichtigen Einrichtung in Niederösterreich geworden, der den einzelnen Mitgliedsvereinen und Selbsthilfegruppen, ohne deren Eigenständigkeit einzuschränken, mit Rat und Tat zur Verfügung steht und so deren Arbeit nicht nur unterstützt, sondern auch erleichtert. Durch die Arbeit des Dachverbandes und deren Mitglieder konnten viele Erfolge im Interesse der Menschen erzielt werden. Als eines der zahlreichen Beispiele sei hier das „Selbsthilfefreundliche Krankenhaus“ erwähnt.

Auch wir vom Club 81 – Club für Menschen mit und ohne Behinderung – haben durch den Dachverband Zugang zu verschiedenen Fördermöglichkeiten und Einrichtungen erhalten,

die für einzelne Vereine kaum, oder nur sehr schwer erreichbar sind. Für unsere Arbeit sind aber auch die verschiedenen Seminare und Stammtische eine wichtige und wertvolle Unterstützung bei unserem Tun und Handeln. Es ist für uns natürlich auch

eine Selbstverständlichkeit uns zur Verfügung stehende Informationen dem Dachverband nach Wunsch zur Verfügung zu stellen. Nur durch gegenseitigen Informationsaustausch können

wir alle erfolgreich sein. Ganz nach unserem Vereinsmotto „Gemeinsam sind wir stärker“.

In diesem Sinne wünsche ich dem Dachverband, seinem Präsidium und allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern für die Zukunft alles Gute, viel Freude und Kraft für die herausfordernde und oft nicht gerade leichte Arbeit. Arbeiten und halten wir zusammen, wir tun dann für unsere Gruppen und Vereine und letztlich für uns selber Gutes.

Ihr  
Josef Schoisengeyer

## Wo Gemeinschaft herrscht, da herrscht auch Erfolg.

(Publilius Syrus, römischer Autor  
im 1. Jahrhundert v. Chr.)



- 1) Josef Schoisengeyer, LAbg. Dr. Martin Michalitsch, Dipl. KH-BW Ronald Söllner
- 2) Weihnachtsfeier Club 81 2019
- 3) Landeskonzferenz Dachverband NÖ Selbsthilfe, 2018

# Grußwort Gerda Wallner, MA

SOZIALBERATERIN BLINDEN- UND SEHBEHINDERTENVERBAND WIEN, NÖ UND BURGENLAND

## Eine ganz natürliche Annäherung

Als Mitarbeiterin einer der größten Selbsthilfeorganisationen, des Blinden- und Sehbehindertenverbandes, kenne ich den Dachverband NÖ Selbsthilfe gefühlt schon immer. Sehr wahrscheinlich habe ich „den Dachverband“ im Rahmen eines „Tag der offenen Tür im Krankenhaus“ kennengelernt. Bei weiteren Veranstaltungen, und im Rahmen der Treffen für die Zertifizierungen der selbsthilfefreundlichen Krankenhäuser, traf ich und meine damalige Kollegin immer wieder auf FunktionärInnen und SelbsthilfegruppenleiterInnen des Dachverbandes.

Dieser informelle Informationsaustausch war stets sehr interessant, denn der Wunsch „unserer“ Mitglieder, gerade in nicht so urbanen Gegenden, in Austausch mit anderen Betroffenen zu treten, stand immer im Raum.

Es war kein forciert bewusstes Kennenlernen, eher eine ganz natürliche Annäherung, man könnte sagen ... es ging gar nicht anders.

So unterstützte ich „unsere“ Mitglieder bei der Organisation von regionalen Gruppen und stellte gleichzeitig eine Verknüpfung mit dem Dachverband her. Sehr schnell waren wir ins Verzeichnis aufgenommen worden. Die laufenden Veranstaltungen und Vorträge werden von den GruppenleiterInnen gerne besucht und als sehr bereichernd und interessant beschrieben. So gab es bereits 2015 zwei Absolven-



tinnen des Selbsthilfe-LeiterInnenlehrgangs. Und im Herbst 2018 durfte ich gemeinsam mit sechs „unserer“ Selbsthilfe-LeiterInnen an der 1. Fachexkursion, in der Aula des Med Uni Campus, teilnehmen. Aus meiner Perspektive sehe ich die Durchführung des Selbsthilfe-LeiterInnenlehrgangs in diesem Jahr bei uns im Louis Braille Haus als Beweis einer mehr als gelungenen Zusammenarbeit. Auch wenn die gesundheitliche Gesamtsituation, in der diese erstmalige Kooperation stattfindet, wirklich herausfordernd ist. So wünsche ich mir und dem Dachverband noch weitere gemeinsame Veranstaltungen und bedanke mich für die Zusammenarbeit!

Herzlichst  
Gerda Wallner, MA

- 1) Teamfoto regionale Selbsthilfegruppen
- 2) 1. Fachexkursion in der Aula des Med Uni Campus Wien 2018
- 3) 9. LeiterInnen-Lehrgang im Louis Braille Haus



# Grußwort Susanne Kamper

SELBSTHILFEGRUPPE BURNOUT WIENER NEUSTADT

Hinter jeder Selbsthilfegruppe steckt viel mehr als die meisten Menschen annehmen. Ich habe die Erfahrung gemacht, dass hinter jeder Selbsthilfegruppe vor allem viel Liebe und Engagement jedes Einzelnen steht: Bringen sich doch diese Menschen ehrenamtlich ohne Entgelt ein, um anderen Menschen zu helfen.

Vom Dachverband NÖ Selbsthilfe werden Vorträge, Exkursionen, Ehrungen und Weiterbildungen organisiert und angeboten, aber auch: Wenn es Änderungen und Neuerungen gibt, werden wir darüber informiert. Bei diesen Treffen gibt es immer ein gutes Mittagessen und/oder eine gute Jause. Aber auch mit lustigen Kabarett- und Musikeinlagen sorgt man dafür, dass wir immer wieder neue Energie tanken, um weiterhin unsere Gruppe unterstützen zu können.

Von den Krankenhäusern Wiener Neustadt, Neunkirchen und Hohegg gibt es immer sehr lehrreiche Vorträge oder kleine Ausflüge, an denen wir teilneh-

men dürfen und danach findet immer ein gemütliches Zusammensein statt, um gegenseitige Erfahrungen auszutauschen und sich zu verbinden.

Bei diesen Zusammenkünften wurden schon viele Freundschaften geschlossen. Ich habe mich schon oft mit anderen Selbsthilfegruppenleitern zusammengesprochen und wir sind dann gemeinsam zu den Veranstaltungen gefahren. Bei jeder Autofahrt wurde gekudert und gelacht, obwohl viele Teilnehmer oft unüberwindbare Krankheiten haben. Lachen und der gedankliche Austausch mit Gleichgesinnten sind doch die beste Medizin und vor allem: einmal für ein paar Stunden seine Sorgen vergessen. Das kann etwas!

Wie läuft es in meiner Selbsthilfegruppe „Burnout“ ab?

Jeder gestaltet seine Gruppe anders und es hängt auch immer von den Be-



dürfnissen der Teilnehmer jeder einzelnen Gruppe ab. Daher erzähle ich in kurzen Worten von meiner Gruppe.

Burnout oder ein psychisches Problem zu haben ist im 21. Jahrhundert noch immer ein „TABU“-Thema! Daher wollen die Teilneh-

mer in meiner Selbsthilfegruppe anonym bleiben. Derzeit, man sollte es nicht glauben, ist unsere Gruppe klein, obwohl sie kostenlos ist.

Jeder darf sich an diesem Tag/bei dieser Zusammenkunft so zeigen und geben, wie sein Befinden ist. Er muss sich nicht verstellen, es darf gelacht und/oder geweint werden. Sich verstanden fühlen und so angenommen zu werden, wie man ist, ist für diese Menschen eine wichtige und positive Erfahrung, um am Ende gestärkt und/oder auch wieder neue Hoffnung schöpfend in den Alltag zurückzukehren und diesen versuchen zu meistern.



Landeskonferenz 2019: Ehrung 5 Jahre Selbsthilfegruppe Burnout Wiener Neustadt

Das Gefühl zu haben: „Du bist nicht allein“ ist eine Erkenntnis, die die Teilnehmer in meiner Selbsthilfegruppe oft erstaunt feststellen. Daher habe ich den Titel „DU BIST NICHT ALLEIN“ bewusst für mein Buch, das ich zum Thema „Burnout“ geschrieben habe, gewählt. Du bist nicht allein! Wenn nichts mehr geht, gibt es immer noch ein Licht am Horizont. In diesem Buch habe ich auch viele meiner Erfahrungen aus der Selbsthilfegruppe eingebracht. Sich nicht alleine mit Problemen, vor allem seelischen, zu fühlen, ist in unserer heutigen, so schnelllebigen Zeit noch wichtiger als man annimmt.

Aber zurück zu meiner Selbsthilfegruppe: Meine Selbsthilfegruppe findet jeden letzten Samstag im Monat statt, unter [www.susannekamper.at](http://www.susannekamper.at) finden Sie alle Informationen dazu.

Ich schreibe auch einmal monatlich einen Blog, um hier Aufklärungsarbeit zu leisten, in der Hoffnung gehört resp. gelesen zu werden; in der Hoffnung, dass jeder, der Hilfe benötigt, über seinen Schatten springt und rechtzeitig Hilfe in Anspruch nimmt. Ich denke, wenn ich nur einen einzigen Menschen damit erreiche, habe ich schon etwas bewegt.

Ich möchte mich abschließend noch herzlichst beim Dachverband, seinem ganzen Team und den vielen ehrenamtlichen Menschen, die dahinterstecken und im Hintergrund mitarbeiten und uns unterstützen, bedanken. Denn ohne jeden Einzelnen, ohne UNS würde es das alles nicht geben.

„DANKE“ auch für das Miteinander und, dass man immer das Gefühl hat, „Willkommen“ zu sein und gehört zu werden.

Ich habe diese Veranstaltungen immer sehr genossen und bald werden wieder solche Zusammenkünfte möglich sein und stattfinden.

Vorfreude ist doch auch eine Freude – man sagt sogar, sie sei die „Schönste“. Bis dahin alles Liebe, Gesundheit und Kraft für uns ALLE,

Eure  
Susanne Kamper



Landeskonzferenz 2019



Landeskonzferenz 2019: Petra Pawel, Susanne Kamper, Waltraud Haider, Ronald Söllner

# Grußwort Karin Novi

OBFRAU SAG7

## SAG7 gratuliert ganz herzlich zum 20-jährigen Bestehen!

Nach der Vereinsgründung von SAG7 am 15. September 2014 machten wir uns laufend daran Anschluss im Selbsthilfenetzwerk zu bekommen. So sind wir auf unserer Suche auf den niederösterreichischen Dachverband der Selbsthilfe gestoßen.

Am 22. Jänner 2015 konnte SAG7 mit dem Dachverband NÖ Selbsthilfe das Aufnahmegespräch führen. Wir wurden ausführlich informiert, welche Vorteile so eine Mitgliedschaft hat. Es waren viele erfreuliche Angebote darunter, die wir bis heute begeistert nutzen. Besonders angenehm empfanden wir damals als Neulinge in dieser Landschaft der Vereine die Kooperation der „Selbsthilfefreundlichen Krankenhäuser“. Schon zehn Tage später hielten wir das Schreiben von der erfolgreichen Aufnahme in den Händen, in welchen es hieß: „Willkommen in der SHDV-Familie“. SAG7 sagt herzlichen Dank! So machten wir uns zeitnah im Universitätsklinikum Tulln vorstellig, in welchem wir ebenfalls herzlich aufgenommen wurden und sofort am Tag der

offenen Tür im Februar teilnehmen durften. Es wurde uns für die Gruppentreffen ein kostenloser Raum in der Klinik zur Verfügung gestellt, den wir seit April 2015 regelmäßig bis zu den leidvollen Corona-Maßnahmen genutzt haben.

Das jährliche, abwechslungsreiche Weiterbildungsangebot vom Dachverband wird von den SAG7-Mitgliedern immer wieder gerne in Anspruch genommen. Die Vortragenden waren bis jetzt immer äußerst kompetent und gehen stets auf die Teilnehmer ein. Das Angebot begannen wir zu nutzen mit dem Fotoseminar im März 2015 von Xaver Lahmer: „Ein Bild sagt mehr als tausend Worte“.

Inzwischen gab es viele Teilnahmen an den Weiterbildungen wie z.B. „Presstexte formulieren“ über den äußerst wichtigen LeiterInnen-Lehrgang bis hin zum „Mein innerer Schweinehund und ich“ und viele dergleichen mehr. Die Räumlichkeiten im Hause des Dachverbandes sind zufriedenstellend und die Verpflegung immer ausreichend und



wohlbekömmlich. Zudem besucht SAG7 auch sehr gerne die jährlichen INFO-Stammtische mit spannenden Themen wie Elga und die EU-Datenschutzgrundverordnung und dergleichen in den Gasthäusern der Region. Die Landeskonferenzen im schönen Panoramasaal der Hypo

NÖ sind immer ein Highlight an Programm und Verpflegung. SAG7 kennt das gesamte Team vom Dachverband seit jeher persönlich und wir wurden stets sehr freundlich und unterstützend begleitet.

Wir genossen in unseren Anfangszeiten besonders den Kontakt mit Xaver Lahmer und Gertraud Preleuthner und haben nun den meisten Kontakt mit Ronald Söllner und Katharina Ruby. Von ihnen wurden wir auch beim Vorstandswechsel zu einem sehr wertschätzenden Kennenlernen eingeladen. Jetzt ist Katharina Ruby die häufigste Kontaktperson von SAG7. Egal ob es um Fragen zur Förderung geht oder ob wir einen Artikel im Magazin „Blickpunkt“ des Dachverbandes den veröffentlichen



7. LeiterInnen-Lehrgang 2018



Landeskonferenz 2015

wollen. Sie hat stets ein offenes Ohr und bringt bereitwillig die Berichte über die Vereinstätigkeit von SAG7. Wir sind sehr froh, dass der Dachverband soweit immer für uns da ist und wir immer anrufen dürfen, wenn wir etwas wissen wollen oder der Schuh drückt. Um das großartige Angebot, welches SAG7 gerne vom Dachverband nützt noch zu erweitern, nahmen wir auch an der Fachexkursion im Schloss Thalheim teil. Diese Veranstaltung hatte ein ganz besonderes Flair. Der Festsaal wurde gefüllt mit vielen Gästen, reichlichem Essen und bereichernden Vorträgen. Abgerundet wurde das Ganze dann noch mit einer herrlichen Führung durch das Areal.

Neben all diesen vielen Aktivitäten gibt es da auch noch die jährliche Messe in Tulln, wo SAG7 auch gerne den Messestand betreut.

Im Großen und Ganzen ist das gesamte Team des Dachverbandes stets um uns bemüht. Die Einladungen zu den Veranstaltungen erhalten wir immer rechtzeitig und mit dem Newsletter und der Zeitschrift sind wir stets gut informiert und auf dem Laufenden.

Wir von SAG7 freuen uns, dass wir unter diesem „Dach“ eine Unterkunft haben und wünschen uns für die Zukunft weiterhin eine erfolgreiche Zusammenarbeit.

*Ihre  
Karin Novi*



7. LeiterInnen-Lehrgang 2018



Landeskonferenz 2019: Ehrung zum 5-jährigen Bestehen



INFO-Stammtisch 2016, in Hausleiten



NÖ Landesbibliothek: 2. Dankesfest, 2018

# Grußwort Mag.<sup>a</sup> Susanne Deimel-Engler

SCHRIFTFÜHRERIN ÖSTERREICHISCHE ILCO STOMA-DACHVERBAND

## *Meine langjährigen positiven Erfahrungen mit dem Dachverband NÖ Selbsthilfe*

Mein Name ist Susanne Deimel-Engler. Ich lebe seit 41 Jahren mit einem Ileostoma und bin genauso lange aktiv in der Stoma-Selbsthilfe ehrenamtlich tätig. Ich habe die Österreichische ILCO mit aufgebaut, und meine Aufgaben als Schriftführerin in der Österreichischen ILCO Stoma-Dachverband sind u.a. die Erstellung des periodisch erscheinenden ILCO-Magazins und die Pflege internationaler Kontakte. Beruflich war ich in verschiedenen pädagogischen Bereichen und Einrichtungen tätig, inzwischen befinde ich mich im Ruhestand. Nachdem ich die regionalen Stoma-Selbsthilfegruppen Steiermark, Oberösterreich und eine junge ILCO-Gruppe in Wien gegründet und zeitweise geleitet habe, bin ich 1991 von Wien nach Niederösterreich übersiedelt.

In der Folge habe ich die Stoma-SHG in Tulln übernommen und eine neue

Stoma-Selbsthilfegruppe NÖ aufgebaut. Beide Gruppen gehören, ebenso wie die Stoma-Selbsthilfegruppen Wiener Neustadt, Melk und St. Pölten, dem Dachverband NÖ Selbsthilfe als Mitglieder an. Bei Fragen und Anliegen wende ich mich gerne an das freundliche Büro-Team des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe, das mich stets bereitwillig unterstützt. Aktuelle Informationen beziehe ich aus der übersichtlichen Dachverbands-Website und dem ansprechend gestalteten Dachverbandsmagazin „Blickpunkt“. Seit 2015 schätze ich die Zusammenarbeit meiner Selbsthilfegruppen mit den Kliniken Tulln und Klosterneuburg in den jährlich stattfindenden Vernetzungstreffen und den Erfahrungs- und Informationsaustausch mit anderen Selbsthilfe-Verantwortlichen in den Partnerforen. Diese Initiativen des Dachverbandes unterstützen uns, die wir in der Selbsthilfe tätig sind, indem



wir einander kennen und voneinander lernen können.

2011 nahm ich an dem vom Dachverband NÖ Selbsthilfe angebotenen LeiterInnen-Lehrgang teil, bei dem ich interessante Einblicke in die Leitung eines Teams, die Moderation von Gruppen und die

erfolgreiche Öffentlichkeitsarbeit bekommen habe. Weitere hilfreiche und gut gestaltete Fortbildungsveranstaltungen zu den Themen Foldergestaltung und Layout sowie zu erfolgreicher Beratung in und von Selbsthilfegruppen folgten dann 2012.

Gerne erinnere ich mich an das wohlthuende und unterhaltsame 1. Dankesfest des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe im Juni 2017 mit über 100 TeilnehmerInnen, in dem der Dachverband unser ehrenamtliches Engagement besonders anerkennend würdigte. Zum 20-jährigen Bestehen meiner Stoma-Selbsthilfe-



Partnerforum Universitätsklinikum Tulln, 2018



Dankesfest 2017

gruppe NÖ, im Jahr 2018, sprach uns Ronald Söllner für den Dachverband NÖ Selbsthilfe mit einer Urkunde Dank und Anerkennung, für besondere Verdienste und die ehrenamtliche Tätigkeit im Bereich der Selbsthilfe in NÖ, aus. Diese Würdigung hat uns sehr gefreut.

Auch in den Selbsthilfe-Workshops und Fachtagungen für SelbsthilfegruppenleiterInnen und engagierte MultiplikatorInnen erhielt ich neue Impulse. Ich denke dabei an die Veranstaltung im Juni 2019, in der praxisorientierte Möglichkeiten aufgezeigt wurden, wie man neue GruppenteilnehmerInnen zur aktiven Mitarbeit motivieren kann. Der Workshop hat gezeigt, dass der Dachverband brisante Themen der Arbeit in den Selbsthilfegruppen aufgreift und thematisiert. Wir konnten uns durch den Einführungsvortrag umfassend informieren, in der anschließenden Diskussionsrunde über unsere Erfahrungen und Probleme im Bezug auf die Nachfolge in den Selbsthilfegruppen austauschen und später in moderierten Kleingruppen Facetten des Themas näher betrachten und diskutieren. Alles in allem war es eine sehr gelungene Veranstaltung.

Seit Herbst 2020 unterstütze ich in der Funktion des Administrationsvorstands den Dachverband NÖ Selbsthilfe mit meinen Erfahrungen. Ich freue mich gemeinsam mit meinen VorstandskollegInnen die Selbsthilfe in NÖ weiter entwickeln und mitgestalten zu dürfen.

2020 ist auch ein Jubiläumsjahr für den Dachverband NÖ Selbsthilfe, der seit 20 Jahren besteht. Aus diesem

Anlass wünsche ich dem Dachverband mit seinem sehr engagierten Vorstandsvorsitzenden Ronald Söllner und seinem Team alles Gute und freue mich auf eine Festveranstaltung, die hoffentlich im nächsten Jahr unter gesunden Voraussetzungen stattfinden kann.

*Ihre  
Mag.<sup>a</sup> Susanne Deimel-Engler*



Selbsthilfe-Workshop Stift Heiligenkreuz, 2019

# Ein ganz besonderer Dank

VOM VORSTAND AN DIE  
MITARBEITERINNEN DES BÜROTEAMS  
MANUELA KRAUS, BIRGIT RAMUSCH  
UND KATHARINA RUBY





