



DAS MAGAZIN DES
DACHVERBANDES DER
NÖ SELBSTHILFE

BLICK PUNKT

AUSGABE
04/2022

DACHVERBAND
NÖ SELBSTHILFE
www.selbsthilfe.noel.orf.at

DACHVERBAND
NÖ SELBSTHILFE
www.selbsthilfe.noel.orf.at

DA
NÖ



12. NÖ SELBSTHILFE- LANDESKONFERENZ

**Wir bestreiten unseren Lebensunterhalt
mit dem, was wir bekommen,
aber wir leben von dem, was wir geben.**
(Winston Churchill)



ihre Fähigkeiten, Kenntnisse und Erfahrungen freiwillig und unentgeltlich für andere einzusetzen, um diesen Leitgedanken fortzusetzen.

Weihnachten ist daher ein würdiger Anlass, Ihnen für Ihr unermüdliches ehrenamtliches Engagement zu danken. Sie begleiten Menschen in guten und mehr noch in schweren Tagen und bemühen sich laufend um mehr Menschlichkeit. In diesem Sinne: Herzlichen Dank!

Ich wünsche Ihnen und Ihren Familien ruhige und besinnliche Weihnachtstage. Nehmen Sie sich bewusst Zeit, um neue Kraft zu tanken. Damit Sie auch ins kommende Jahr 2023 voller Energie und Freude starten.

Ihr

Martin Eichinger,

NÖGUS-Vorsitzender und Landesrat

Seit Urzeiten strebt der Mensch danach, Schmerz, Depression, Krankheit und Tod aus dieser Welt zu verbannen. „Primum non nocere, secundum cavere, tertium sanare“ – nicht schaden, vorsichtig sein, heilen! – und dieser Grundsatz der hippokratischen Tradition gilt bis heute unverändert. Immer mehr Menschen wie Sie sind bereit,

IMPRESSUM

Medieninhaber u. Herausgeber: Dachverband NÖ Selbsthilfe (DV-NÖSH) • Für den Inhalt verantwortlich: Vorstandsvorsitzender Dipl. KH-BW Ronald Söllner - außer namentlich gekennzeichnete Beiträge • Beitragsannahme: Wiener Str. 54/Stiege A/2. Stock, 3100 St. Pölten, Tel.: 02742 22644, Fax: 22686; ZVR: 244690535; info@selbsthilfenoe.at, www.selbsthilfenoe.at • Redaktionsteam: 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 & Texte: zur Verfügung gestellt (zvg) - außer wenn namentlich erwähnt, www.foto-kraus.at • Produktion und Anzeigenverwaltung: Druckservice Muttenthaler GmbH, Ybbsler Straße 14, 3252 Petzenkirchen, Telefon: 07416 504-0, E-Mail: ds@muttenthaler.com • Anzeigenkontakt: Michaela Offenberger, Telefon: 07416 504-20

Mit freundlicher Unterstützung



INHALTSVERZEICHNIS

- 3** Rückblick 2022/
Vorschau 2023
- 4-12** 12. NÖ Selbsthilfe-
Landeskonzferenz
- 13** Neue „Tut gut!“-Medikation
gegen Bewegungsmangel
- 14** Förderung für Krisen-
intervention „AKUTteam“ NÖ
weiter gesichert
- 16** Neue „Tut gut!“-Broschüre
„Lernraum Wald“
- 17** NÖ Freiwilligenmesse
- 18-19** 4. Fachexkursion
im Schloss Thalheim
- 20-21** Neues Gesundheitszentrum
Melk
- 22** Notruf NÖ sichert kritische
Infrastruktur bei Blackout
- 23** Gewalt an Frauen hat keinen
Platz in unserer Gesellschaft
- 24** NÖ Monitoring-Ausschuss
legt Schwerpunkte fest
- 25** 25 Jahre im Zeichen des
Ehrenamts
- 26** „Schritte für die Lunge“/
Ehrenzeichen für Franz Zichtl
- 27** Tagesausflug der
Bezirksgruppe Krems
- 28-29** Aus- und Weiterbildung 2023
- 30** Vortrag „Pinke Löwinnen“/
Information zur SHG
Polyneuropathie St. Pölten
- 31** Tagesausflug der Gruppe
Morbus Bechterew St. Pölten
- 32** Parkinson-Infotage
St. Peter in der Au
- 33** Vorstellung NÖ Herzverband/
Änderung Gruppe Edelweiß
- 34** Vernetzungstreffen Demenz
Austria/Vereinstag Baden
- 35** Kooperation LK Melk/
Krankenhaus Znaim
- 36** Termine und Informationen

Kurzer Rückblick auf unsere Veranstaltungen/Treffen im Jahr 2022

2022 organisierte der Dachverband NÖ Selbsthilfe wieder einige Veranstaltungen, Aus- und Weiterbildungsseminare und Workshops. Dabei konnten wir uns über eine rege Teilnahme freuen. Es ist für mich alles andere als selbstverständlich, dass Sie/Ihr so zahlreich zu unseren Veranstaltungen, Seminaren und Workshops gekommen sind/seid, und dafür möchte ich mich bei dieser Gelegenheit sehr herzlich bei Ihnen/Euch bedanken.

Im Frühjahr starteten wir unseren Veranstaltungsreigen mit unseren fünf INFO-Stammtischen zum Thema „Erfolgreiches Konfliktmanagement“ mit Dr.ⁱⁿ Barbara Frühwirt, gefolgt von unserem Selbsthilfe-Workshop am 9. Juni 2022 im Stiftsrestaurant in Heiligenkreuz.

Am 5. Oktober luden wir zur Fachexkursion ins wunderschöne Schloss Thalheim. Den VertreterInnen unserer Selbsthilfegruppen und unseren Ehrengästen konnten wir auch in diesem Jahr ein sehr informatives Programm mit hochkarätigen Vortragenden bieten.

Last but not least: Der absolute Veranstaltungshöhepunkt des Jahres 2022 war zweifelsohne unsere diesjährige Landeskonferenz im NÖ Landtagssaal. Ich bin sehr stolz, dass Landeshauptfrau Johanna Mikl-Leitner, Generaldirektor Bernhard Wurzer und Vorstand

Konrad Kogler heuer die Ehrungen unserer langjährigen Selbsthilfegruppen vorgenommen haben.

Auf diesem Weg möchte ich mich auch ganz besonders bei Daniela Nitsch und Paul Sieberer für ihre unterhaltsamen und einfühlsamen Moderationen bei unseren Veranstaltungen bedanken.

Der Dachverband NÖ Selbsthilfe organisierte 2022 auch Treffen mit Entscheidungsträgern aus dem Gesundheits- und Sozialbereich. So trafen sich Ende Juni VertreterInnen unserer Selbsthilfegruppen mit Landesrat Martin Eichinger, um mit ihm über die Auswirkungen der Corona-Pandemie auf die Arbeit im Bereich der Selbsthilfe zu sprechen.

Mitte August konnten wir Staatssekretärin Claudia Plakolm, Bundesrat Florian Krumböck und Landesrätin Christiane Teschl-Hofmeister zu einem Hintergrundgespräch mit VertreterInnen aus dem Bereich der Selbsthilfe bei uns in St. Pölten begrüßen.

Ausblick 2023

Auch im kommenden Jahr werden wir unermüdlich unsere Arbeit zum Wohle der Selbsthilfe fortführen.

Es sind auch wieder einige Veranstaltungen, Seminare und Workshops geplant: die INFO-Stammtische und ein Selbsthilfe-Workshop im Frühjahr, die Aus- und Weiterbildungsseminare im Frühjahr und im Herbst, ein jeweils zweiteiliger Workshop zum Thema „Lebenslust-Potpourri“ im Frühjahr und im Herbst, sowie eine Fachexkursion und die Landeskonferenz im Herbst.



Im Namen unseres gesamten Teams wünsche ich Ihnen/Euch ein besinnliches Weihnachtsfest, Gesundheit und alles Gute für 2023.

Ihr/Euer
Ronald Söllner



12. NÖ Selbsthilfe-Landeskonferenz in St. Pölten

LH Mikl-Leitner: „Meine größte Wertschätzung für 27.000 Menschen, die einander täglich helfen.“

Am 23. November 2022 trafen Vertreterinnen und Vertreter des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe, der Selbsthilfegruppen und Partnerorganisationen zur 12. NÖ Selbsthilfe-Landeskonferenz im Landtagssaal St. Pölten zusammen. Mit den Worten „Meine größte Wertschätzung für 27.000 Menschen in den Niederösterreichischen Selbsthilfegruppen, die einander täglich helfen“, eröffnete Landeshauptfrau Johanna Mikl-Leitner die Veranstaltung.

Vor mehr als 20 Jahren habe man den Dachverband der NÖ Selbsthilfe ins Leben gerufen, um die Selbsthilfegruppen aus einer Hand zu organisieren. Er sei erste Anlaufstelle, um in rechtlichen Fragen zu unterstützen, um Weiterbildungsveranstaltungen zu organisieren, vor allem aber um Menschen zu verbinden, die die gleiche Lebenssituation zu bewerkstelligen haben. „Darüber hinaus war es eine wichtige Idee, verschiedene Institutionen wie die NÖ Landes- und Universitätskliniken oder auch Therapieeinrichtungen mit ins Boot zu holen“, erklärte Mikl-Leitner, um im Zusammenspiel mit



den Erfahrungen der Selbsthilfegruppen und der Expertise der Fachkräfte aus dem Gesundheitswesen eine noch breitere Unterstützung für betroffene Menschen zu generieren.

Gerade in den aktuell herausfordernden Zeiten sei gegenseitige Unterstützung in allen Lebensbereichen wichtig. Seitens der Politik unterstütze man finanziell dort, wo es notwendig sei und tätige zudem wichtige Investitionen in die Zukunft. Darüber hinaus brauche es aber noch etwas viel Wich-

tigeres, sagte die Landeshauptfrau, nämlich „Zuneigung, Herzenswärme und Aufmerksamkeit, und das alles schenken unsere Ehrenamtlichen in Niederösterreich in allen Bereichen.“ Sei es in einer Selbsthilfegruppe, bei der freiwilligen Feuerwehr, den Rettungsorganisationen, im Kultur- oder auch Sportverein – fast jeder und jede Zweite engagiere sich ehrenamtlich und „ist damit großes Vorbild für andere und die Lebensader, die Niederösterreich ausmacht.“





1



2



3



4



5



6

7



- 1) Landeshauptfrau Johanna Mikl-Leitner mit Moderator Paul Sieberer
- 2) Vorstand Konrad Kogler/ NÖ Landesgesundheitsagentur
- 3) Barbara Frühwirt
- 4) Generaldirektor Bernhard Wurzer/ÖGK
- 5) Heinz Haberfeld/Präsident der NÖ Apothekerkammer im Gespräch mit Ronald Söllner
- 6) Alexandra Benn-Ibler/„Tut gut!“ Gesundheitsvorsorge GmbH
- 7) Lorenz Spritzendorfer und Georg Gruber sorgten für den musikalischen Rahmen

Fotos: www.foto-kraus.at





Mikl-Leitner bedankte sich abschließend für die Kooperation beim Dachverband NÖ Selbsthilfe unter Obmann Ronald Söllner und war sicher: „Wenn wir weiterhin eine starke Partnerschaft pflegen, in der das Wir stärker ist als das Ich, das Miteinander über dem Gegenüber steht, dann werden wir auch die Zukunft gemeinsam meistern.“

Der Vorstand der NÖ Landesgesundheitsagentur (LGA) Konrad Kogler informierte im Zuge der Selbsthilfe-Landeskonferenz über die Aktion „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“, das gemeinsam mit dem NÖ Gesundheits- und Sozialfonds (NÖGUS) und dem Dachverband der Selbsthilfe NÖ 2007 ins Leben gerufen wurde. Speziell in der Corona-Zeit war eine Weiterentwicklung nur schwer möglich, „aber in diesem Jahr haben wir alles getan, es voranzutreiben“, so Kogler. Beispielsweise habe man 13 Kliniken rezertifiziert, was bedeute, dass „wir wieder regelmäßig in Dialog mit den Selbsthilfegruppen treten, um deren Erfahrungen mit dem Wissen unserer Gesundheitsexpertinnen und -experten zu verbinden und so die Versorgung für die Menschen stetig zu verbessern“, erklärte Kogler. Überdies können die Selbsthilfegruppen unentgeltlich in den NÖ Landes- und Universitätskliniken tätig sein, „denn das garantiert die beste Unterstützung und Begleitung für Menschen, die sich ohnedies schon in herausfordernden Situationen befinden.“

Unterstützt werden die NÖ Selbsthilfegruppen auch von der Österreichischen Gesundheitskasse (ÖGK), die mit 7,4 Millionen Versicherten der größte Krankenversicherungsträger Österreichs ist. ÖGK-Generaldirektor Bernhard Wurzer erklärte: „Die Selbsthilfegruppen nehmen sich um die Einzelschicksale hinter jedem dieser 7,4 Millionen Versicherten an, können darauf eingehen und damit uns als Versicherer dabei unterstützen, dass wir bei diesen Einzelschicksalen auch helfen können.“ Letztlich mache genau das ein Krankenversicherungssystem aus, so Wurzer: „Dass wir zwar eine große Gemeinschaft haben, die solidarisch füreinander einsteht, gleichzeitig aber das einzelne Schicksal, den einzelnen Menschen berücksichtigen.“

Im Rahmen der 12. NÖ Selbsthilfe-Landeskonferenz wurden zahlreiche NÖ Selbsthilfegruppen und Partnerorganisationen geehrt. Unter anderem wurden Urkunden an Selbsthilfegruppen für jahrzehntelanges Bestehen überreicht. Zudem wurden 13 NÖ Landes- und Universitätskliniken für weitere vier Jahre als „Selbsthilfefreundliche Krankenhäuser“ rezertifiziert, die Apotheke Gmünd-Neustadt als 1. Selbsthilfefreundliche Apotheke Österreichs und das Therapiezentrum Buchenberg/Waidhofen an der Ybbs als 1. Selbsthilfefreundliche Sonderkrankenanstalt ausgezeichnet.

Nach der schwungvollen musikalischen Einlage von Moderator Paul

Sieberer und den Grußworten von Vorstandsvorsitzenden Ronald Söllner referierte Barbara Frühwirt zum Thema „Erfolgreiches Konfliktmanagement“.

Nach dem Mittagsempfang – gegeben von Landeshauptfrau Johanna Mikl-Leitner – begeisterte Alexandra Benn-Ibler die TeilnehmerInnen mit ihrem Vortrag zum Thema „Gemma’s an – Bewegungsimpulse für jeden Tag“. Dabei betonte sie, dass die „Big 5“ der Bewegung (Ausdauerfähigkeit, Kraftfähigkeit, Dehnfähigkeit, Koordinationsfähigkeit, Entspannungsfähigkeit) Grundlage für die Anwendung des „Wundermittels Bewegung“ sind. Wohldosiert und regelmäßig angewendet wirken diese auf unsere Gesundheit. Sie sind praktische Impulse zur Stärkung unserer Gesundheit und können wesentlich zur Verbesserung der eigenen Lebensqualität beitragen und uns bei der Bewältigung von gesundheitlichen Belastungen (Beschwerden, Missbefinden, Alltagsbelastungen) im Alltag unterstützen. Abgerundet wurde der Vortrag von Alexandra Benn-Ibler mit kurzen Bewegungssequenzen in Form kleiner „Bewegungsportionen“.

Moderiert wurde die Landeskonferenz von Paul Sieberer. Für den musikalischen Rahmen sorgten Lorenz Spritzendorfer am Saxophon und Georg Gruber am Keyboard.

Die Landeskonferenz fand mit finanzieller Unterstützung des Amtes der NÖ Landesregierung und der ÖGK statt.

Folgende Ehrengäste konnten bei der 12. NÖ Selbsthilfe-Landeskonferenz begrüßt werden:

Johanna Mikl-Leitner – Landeshauptfrau von NÖ

Bernhard Wurzer – Generaldirektor der Österreichischen Gesundheitskasse

Konrad Kogler – Vorstand NÖ Landesgesundheitsagentur

Heinz Haberfeld – Präsident der NÖ Apothekerkammer

Filip Deimel – Amt der NÖ Landesregierung, Leiter der Abteilung Landeskliniken und Landesbetriebszentren

Alexandra Pernsteiner-Kappl – Geschäftsführerin „Tut gut!“ Gesundheitsvorsorge GmbH

Rudolf Hochsteger – Geschäftsführer Notruf NÖ

Florian Pressl – Geschäftsführer NÖ Gesundheits- und Sozialfonds

Michael Prunbauer – NÖ Patienten- und Pflegeanwaltschaft

Christine Rosenbach – NÖ Gleichbehandlungsbeauftragte

Christian Marihart – Manager External Affairs Janssen-Cilag Pharma GmbH

Fotos: www.foto-kraus.at



Folgende 13 Landes- und Universitätskliniken wurden für weitere 4 Jahre als „Selbsthilfefreundliche Krankenhäuser“ rezertifiziert:

Landeskrankenhaus Amstetten
 Landeskrankenhaus Hohegg
 Universitätsklinikum Krams
 Landeskrankenhaus Lilienfeld
 Landeskrankenhaus Mauer
 Landeskrankenhaus Melk
 Landeskrankenhaus Mistelbach-Gänserndorf
 Landeskrankenhaus Neunkirchen
 Universitätsklinikum St. Pölten
 Landeskrankenhaus Scheibbs
 Universitätsklinikum Tulln
 Landeskrankenhaus Waidhofen an der Ybbs
 Landeskrankenhaus Wr. Neustadt

Weiters wurden die Apotheke Gmünd-Neustadt als 1. Selbsthilfefreundliche Apotheke Österreichs und das BVAEB Therapiezentrum Buchenberg/Waidhofen an der Ybbs als 1. Selbsthilfefreundliche Sonderkrankenanstalt ausgezeichnet.



Folgende Selbsthilfegruppen wurden im Rahmen der 12. NÖ Selbsthilfe-Landeskonferenz für ihr langjähriges Engagement ausgezeichnet:

75 Jahre

Blinden- und Sehbehindertenverband – Burgi Bänder

45 Jahre

SHG „Das behinderte Kind“ – Anna Wegl

SHG „Ich bin ich“ – Horn – Christa Daniel

40 Jahre

Club 81 – Josef Schoisengeyer

Österreichische Arbeitsgemeinschaft Zöliakie – Christian Petz

35 Jahre

Frauenselbsthilfe nach Krebs Horn – Maria Raith

Frauenselbsthilfe nach Krebs Mistelbach – Anneliese Arthold

Frauenselbsthilfe nach Krebs Scheibbs – Gertraud Fellner

Frauenselbsthilfe nach Krebs Waidhofen/Thaya –

Franziska Zulus

Frauenselbsthilfe nach Krebs Zwettl – Ernestine Kugler

KIB children care – Heidi Eisingerich-Dillenz

Österreichischer Herzverband – Landesverband NÖ –

Franz Fink

NÖ Herzverband – Bezirksgruppe Mödling – Sylvia Rint

Österreichische Lungenunion – Thomas Stodulka

Österreichische Vereinigung Morbus Bechterew –

Therapiegruppe St. Pölten – Josefa Fuchs

30 Jahre

Aktion Kinderherz Österreich – Anna Beyerknecht

MS Gesellschaft NÖ – Tamara Regelsberger-Tannich

Österreichische Vereinigung Morbus Bechterew –

Therapiegruppe Zwettl – Ferdinand Astleitner

Selbsthilfegruppe Stoma Melk – Herbert Hudler

25 Jahre

Bundesverband Kleinwüchsige Menschen und ihre Familien

– Thomas Hoanzl

Frauenselbsthilfe nach Krebs Neunkirchen – Maria Lechner

NÖ Herzverband – Bezirksgruppe Groß Gerungs – Fritz

Weber

ÖZIV-Bundesverband – Margarethe Bachinger

Parkinson – Selbsthilfe NÖ – Arbeitsgruppe Horn –

Helga Pfriemer

Schlaganfall – Selbsthilfe NÖ – Wr. Neustadt – Christian Höne

Hilfe zur Selbsthilfe NÖ West – Maria Jungwirth

SHG seelische Gesundheit Himberg – Herbert Heintz

Verein Aktive Diabetiker Austria – Renate Wagner

20 Jahre

HSSG – Landesverband NÖ – Johann Bauer

Krebs – Selbsthilfegruppe Poysdorf – Christa Kruder-Adam

Krebs – Selbsthilfe Wolkersdorf – Maria Mauser

MS Club Zwettl – Gmünd – Waltraud Haider

MS – Selbsthilfegruppe Mistelbach – Petra Janker

NÖ Herzverband – Bezirksgruppe Tulln –

Elfriede Aspermayer

Schlaganfall Selbsthilfe NÖ – Bad Pirawarth –

Waltraud Raynoschek

SHG „Einfach l(i)ebenswert“ – Marianne Fiebiger

HPE NÖ – Ernestine Bernhard

SHG Interstitielle Zystitis – Barbara Blauensteiner

Verein HörensWERT – Schwerhörigenzentrum NÖ –

Brigitte Adelwöhrer

SHG seelische Gesundheit Amstetten – Wolfgang Gugler

SHG seelische Gesundheit Wachau –

Christine Stanzl-Akansu

15 Jahre

Anonyme Alkoholiker Horn

HPE NÖ – Angehörigengruppe Hollabrunn – Johanna Toifl

ÖSPID – Österreichische SHG für primäre Immundefekte

– Karin Modl

Blaues Kreuz St. Pölten – Herbert Olszewski

Erfahrung mit Strahlen- und Chemotherapie – Helmut

Spieslehner

Freizeit positiv und clean – Franz Holzer/Helmut Kapaun

SHG „Ich und DU“ – Franz Hesina

Verein Herzkinder Österreich – Jennifer Schwinghammer

Einfach Natur genießen



Naturkost, Naturwaren
und Restaurant

Kremser Landstraße 2
3100 St. Pölten







 **People.Health.Care.**

L&R – international tätig, in der Region verwurzelt.



Orientiert an den Werten eines Familienunternehmens, stellen wir das Wohl unserer MitarbeiterInnen, KundInnen und PatientInnen ins Zentrum unseres Handelns.

www.Lohmann-Rauscher.com

Neue „Tut gut!“-Medikation gegen Bewegungsmangel



LH Mikl-Leitner/LR Eichtinger: „Mit dem Bewegungsergänzungsmittel ‚Aktivität+‘ gezielt am eigenen Lebensstil und dem Wohlfühlfaktor arbeiten. Jetzt auf noetutgut.at/infomaterial bestellen und sofort einsetzen.“



Landeshauptfrau Johanna Mikl-Leitner, Landesrat Martin Eichtinger und Alexandra Pernsteiner-Kappl („Tut gut!“-Geschäftsführerin) bei der Präsentation des neuen „Tut gut!“-Bewegungsergänzungsmittels „Aktivität+“. Foto: Philipp Monihart

Im Zuge des aktuellen Bewegungsschwerpunkts bietet „Tut gut!“, die Gesundheitsvorsorge des Landes Niederösterreich, ein innovatives Angebot für den Alltag an. In Form einer Medikamentenschachtel enthält „Aktivität+“ insgesamt 41 Karten, die dabei unterstützen mittels kleinen Aktivitätsportionen Bewegung ins eigene Leben zu bringen. Und das kostenfrei, rezeptfrei und nebenwirkungsfrei – mit Ausnahme eines möglichen Muskelkaters.

„Mehr Bewegung ist neben der mentalen Gesundheit und einer ausgewogenen Ernährung eine der wichtigsten Säulen für einen gesunden Lebensstil“, betonen Landeshauptfrau Johanna Mikl-Leitner und Landesrat Martin Eichtinger. Alexandra Pernsteiner-

Kappl, Geschäftsführerin der „Tut gut!“-Gesundheitsvorsorge, ergänzt: „Der sogenannte innere Schweinehund ist oft stärker als die eigenen Vorsätze. Daher braucht es sichtbare Marker für

den Alltag, die uns die Bewegungsnotwendigkeit vor Augen führen und schmackhaft machen.“

Die wohldosierten und aktivierenden Karten von „Aktivität+“ sind in mehrere Kategorien unterteilt. Von Basisinformationen und Anregungen für den Alltag über Motivationskarten reicht das Angebot bis hin zu Übungen für den Ausgleich im Büro oder Ausdauer-, Kraft- und Gleichgewichtstraining.

Webinare, Online-Vorträge und mehr

Die Website noetutgut.at/bewegung ist das wichtigste Schaufenster des aktuellen „Tut gut!“-Schwerpunkts. Dort finden sich auch alle Termine der Webinare und des „Mittwoch.Mittag. Bewegungssnacks“, Video-Inputs von Expertinnen und Experten sowie zahlreiche Broschüren, die kostenfrei zu bestellen oder herunterzuladen sind.



Fotos: „Tut gut!“-Gesundheitsvorsorge

Förderung für Krisenintervention „AKUTteam“ NÖ weiter gesichert

LR Teschl-Hofmeister/LR Eichtinger: Land NÖ unterstützt mit dem AKUTteam NÖ ein einzigartiges Vorzeigeprojekt für kostenlose Beratung jährlich mit 400.000 Euro - 1.034 Einsätze im Vorjahr.

Das Land Niederösterreich hat kürzlich in einer Regierungssitzung die Auszahlung der Förderung für das „AKUTteam Niederösterreich“ einstimmig beschlossen. Die Förderung wird regelmäßig ausbezahlt, denn das „AKUTteam NÖ“ gilt als einzigartiges Vorzeigeprojekt österreichweit. „Menschen, die sich plötzlich in extremen Krisensituationen, wie etwa bei plötzlichen Todesfällen im engen Familien- oder Freundeskreis oder bei Gewalttaten wiederfinden, brauchen professionelle Hilfe, die sie betreuen und die ihnen zur Seite stehen“, so Landesrätin Christiane Teschl-Hofmeister und Landesrat Martin Eichtinger. Jährlich nimmt das Land Niederösterreich dafür 400.000 Euro in die Hand. „Unser Ziel ist es, unseren Landsleuten Halt zu geben und traumatische Krisen und psychische Folgestörungen bei Betroffenen zu vermeiden“, ergänzen die Landesrätin und der Landesrat.



V.l.n.r.: Geschäftsführer Christof Constantin Chwojka, Landesrat Martin Eichtinger, Landesrätin Christiane Teschl-Hofmeister, Leiterin des AKUTteams Veronika Böhmer und Geschäftsführer Rudolf Hochsteger

Fotos: NLK Pfeiffer

Seit 2001 gibt es das „AKUTteam Niederösterreich“. Seit 2017 agieren Fachkräfte der Psychologie, Psychotherapie und der Sozialarbeit in ganz Niederösterreich unter dem Dach von Notruf NÖ. „Diese Form der mobilen psychosozialen Betreuung ist in Österreich einzigartig“, erklärt Eichtinger, und weiter: „Mehr als 1.000 Einsätze konnten die Expertinnen und Experten des AKUTteams im Vorjahr verzeichnen, die Tendenz von heuer zeigt einen Anstieg der Alarmierungszahlen von 34 Prozent.“

Aufgrund der Interdisziplinarität im Team und der hervorragenden Vernetzung mit den fachspezifischen Einrichtungen in ganz Niederösterreich nimmt das AKUTteam NÖ eine Lotsenfunktion im psychosozialen Bereich ein. Ebenfalls an Bedeutung gewinnt in diesen Zeiten der Krisen die mobile Akutsozialarbeit (des AKUTteams), welche Menschen in Ausnahmesituationen beratend und unterstützend zeitnah zur Seite steht.

Das AKUTteam NÖ ist bei Notruf NÖ angesiedelt. Im Anlassfall erfolgt die Alarmierung über den Rettungsnotruf 144 oder die telefonische Gesundheitsberatung 1450. Die Betreuung erfolgt über ausgebildete klinische Psychologen, Psychotherapeuten und Sozialarbeiter, die bereits mehr als drei Jahre Berufserfahrung haben. Damit wird eine hochprofessionelle Unterstützung für Menschen, die einen Schicksalsschlag erleiden mussten, gewährleistet. „Dass all diese Hilfen unter einer Nummer erreichbar sind und unter einem Dach sitzen, ermöglicht in Niederösterreich eine rasche, spezialisierte und vor allem kompetente Hilfe bei Krisen. Dadurch können wir rund um die Uhr und auf einem ganz hohen Niveau Unterstützung bei tragischen Ereignissen leisten und für Menschen in extrem belastenden Situationen da sein“, so Teschl-Hofmeister.



V.l.n.r.: Landesrat Martin Eichtinger, Leiterin des AKUTteams Veronika Böhmer, Landesrätin Christiane Teschl-Hofmeister



Jobs mit Zukunft.

Pflegeberuf und Pflegeausbildung. Jetzt bewerben!

Mein Job mit Zukunft. Ein Leben lang. Gesundheit und Pflege zählen zu den absoluten Zukunftsbranchen. Wir, die NÖ Landesgesundheitsagentur, bieten unseren MitarbeiterInnen zahlreiche Weiterbildungs- und Karrieremöglichkeiten zur persönlichen Entfaltung. Wir bieten sichere Arbeitsplätze mit einem Höchstmaß an Flexibilität. Damit jede und jeder seine eigene Zukunft in der LGA mitgestalten kann.

MEHR ALS EIN JOB. MEIN LEBEN LANG.

**In unseren Kliniken und Pflegezentren –
in ganz Niederösterreich.**



„Den **Wald** nicht nur **sehen**, sondern auch **spüren** ...“



Landesrat Eichtinger: „Mit der neuen ‚Tut gut!‘-Broschüre ‚Lernraum Wald‘ gezielt Bewegung, Naturgenuss und Sinnesschärfung verbinden. Ab sofort kostenfrei auf noetutgut.at/infomaterial bestellen und mit Handlungsanleitung in den nächsten Wald eintauchen!“

Raus in die Natur mit den Kindern. Das steht bei vielen Familien am Wochenende auf dem Programm. Doch was genau tun? Wie kann man die Kleinsten für einen längeren Aufenthalt in der Sinnesumgebung Wald begeistern? Welche pädagogischen Tipps sind hilfreich? Was kommt gut an und ist nachhaltig? Fragen wie diese beantwortet der druckfrische Praxisratgeber von „Tut gut!“ auf insgesamt 60 Seiten. Der Inhalt reicht von Wahrnehmung, Motorik und Beobachtung über Kommunikation bis hin zu Waldküche und Genuss. Die Bro-



Landesrat Martin Eichtinger und Sabine Benczur-Juris (stellvertretende „Tut gut!“-Geschäftsführerin) bei der Präsentation der neuen „Tut gut!“-Broschüre „Lernraum Wald“

Foto: „Tut gut!“ | Klemm

„Ich will die Scheidung“
Was passiert nun mit der gemeinsamen Immobilie?





- Soll das gemeinsame Zuhause verkauft werden?
- Wie viel ist die Immobilie wert?
- Gibt es passende Mietobjekte in der Nähe?

Wir unterstützen Sie in dieser herausfordernden Lebenslage!

RE/MAX
Eco Gänserndorf

02282 - 60 5 60
www.remax-eco.at

schüre „Lernraum Wald“ kann – solange der Vorrat reicht – kostenfrei unter www.noetutgut.at/infomaterial bestellt bzw. heruntergeladen werden.

„Der Naturraum Wald ist der ideale Lern- und Reflexionsort für Jung und Alt. Denn vor allem Bewegung im Freien bringt unser seelisches und körperliches Wohlbefinden in Einklang“, erklärt Landesrat Martin Eichtinger das innovative Angebot für Lehrpersonal, Eltern und Großeltern. Zahlreiche Aufgaben und Übungen mit genauer Angabe von Zielen, Umsetzungsanleitung, Dauer, Materialbedarf oder Variationsmöglichkeiten sind genauso Inhalt wie Waldregeln, Knotenkunde oder Rezeptideen.

Breites Informationsangebot

Neben der neuen Waldbroschüre warten auf der Website der „Tut gut!“-Gesundheitsvorsorge aber auch zahlreiche weitere Produkte und Ratgeber für ausgewählte Zielgruppen. Der Bogen spannt sich quasi entlang des Lebensweges von Jausentipps für die gesunde Pause der Jüngsten bis zum „Tut gut!“-Magazin für Seniorinnen und Senioren.

Bestellung oder Download: www.noetutgut.at/infomaterial

Landeshauptfrau Johanna Mikl-Leitner zeigte Besucherinnen und Besuchern ihr Büro.

Foto: NLK Pfeiffer



Freiwilligenmesse und Tag der offenen Tür im Landhaus

LH Mikl-Leitner: Freiwilligenmesse ist Fest des Ehrenamts

Die Niederösterreichische Freiwilligenmesse fand am 13. November zum vierten Mal im Landhaus statt. 60 Aussteller aus Institutionen und Vereinen des Landes präsentierten sich dabei im Landtagsschiff und am Freigelände. Landeshauptfrau Johanna Mikl-Leitner lud zudem zum Tag der offenen Tür in ihr Büro. Darüber hinaus wurde bei einem breit gefächerten Rahmenprogramm für Information und Unterhaltung gesorgt.

Landeshauptfrau Johanna Mikl-Leitner sagte bei der Eröffnung der Freiwilligenmesse im Landtagssitzungssaal: „Es wird einem warm ums Herz, wenn man hier in die Reihen des Landtages hineinschaut. Dann ist man unglaublich berührt, dann ist man vor allem aber auch stolz, wenn sich in Niederösterreich fast jede oder jeder Zweite ehrenamtlich engagiert. Diese Freiwilligenmesse verstehe ich als Fest des Ehrenamts, wo die Ehrenamtlichen in den Mittelpunkt gestellt und vor den Vorhang gebeten werden.“ Die 60 Vereine und Institutionen bieten den Besucherinnen und Besuchern, so die Landeshauptfrau, die Möglichkeit, Informationen zu erhalten, was die Freiwillige Feuerwehr, was der Kulturverein, was das Rote Kreuz oder der Samariterbund machen. „Wenn man sich engagiert,

dann bekommt man einfach viel zurück“, unterstrich sie und ergänzte: „Darum möchte ich heute auch Danke sagen, dass Sie alle sich in den unterschiedlichsten Feldern engagieren.“

Derartige Veranstaltungen würden laut der Landeshauptfrau in diesen herausfordernden Zeiten auch ganz viel Kraft geben. Kraft brauche es, wenn man auf die letzten zwei Jahre der Pandemie zurückschaut und auch im Blick nach vorne. „Wir seitens der Politik können finanziell unterstützen und das tun wir auch. Aber darüber hinaus braucht es sehr viel Herzblut, sehr viel Liebe, braucht es das Handreichen. Für dieses Handreichen, für dieses Helfen, für dieses Herzblut sind Sie immer wieder gefragt und Sie machen das gerne. Dafür Ihnen ein ganz großes und herzliches Dankeschön.“

Weiters zu Wort kam Alexander Goebel, der den Identitäts-Podcast „NÖentity“ vorstellte. Unter den zahlreichen Gästen waren unter anderem nahezu die gesamte Landesregierung, Landtagspräsident Karl Wilfing, Landesamtsdirektor Werner Trock, ORF-Landesdirektor Robert Ziegler, Niederösterreichische Versicherungsvorstandsdirektor Bernhard Lackner und Diözesanbischof Alois Schwarz, der zuvor in der Landhauskapelle die hei-

lige Messe zelebrierte. Durch die Eröffnung führte Moderator Martin Lammerhuber, Geschäftsführer der Kultur.Region.Niederösterreich.

Beim Tag der offenen Tür zeigte Johanna Mikl-Leitner den Besuchern ihr Büro. Dabei sprach sie über ihre Tätigkeit als Landeshauptfrau, gab einen Rundblick über das Regierungsviertel und informierte unter anderem über den Kristallluster, der noch aus dem Büro von Leopold Figl stammt. Sie verwies auch auf zwei Kunstwerke, die in ihrem Büro zu sehen sind: Zum einen das Werk des Gugginger Art-Brut-Künstlers Heinrich Reisenbauer und zum anderen ein Werk von Hermann Nitsch. Die jungen Besucherinnen und Besucher konnten darüber hinaus am Bürosessel der Landeshauptfrau Platz nehmen und Erinnerungsfotos mit ihr machen.

Auf zwei Ebenen im Landtagsschiff und im Freigelände konnten sich die Besucher ein Bild der Freiwilligenarbeit von 60 Ausstellern machen. Darüber hinaus gab es unter anderem Vorträge, ein Kabarett sowie offenes Singen. Weitere Programmpunkte gab es beim ORF Radio NÖ-Frühshoppen im Ostarrichisaal, beim Museum NÖ, im Landesarchiv und der Landesbibliothek, im Festspielhaus, im Forum Landtag, im ORF-Landesstudio, bei Infoständen und beim Schmankerlmarkt am Landhausplatz.



Manuela Kraus (Büroteam Dachverband NÖ Selbsthilfe) und Mag. Monika Lindner (Selbsthilfegruppe „Vergiss-DICH-nicht!“)

Interessante Vorträge bei der 4. Fachexkursion des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe

Organisiert durch den Dachverband NÖ Selbsthilfe und mit finanzieller Unterstützung durch den Dachverband der Sozialversicherungsträger folgten am 5. Oktober 2022 wieder mehr als 100 VertreterInnen von Selbsthilfegruppen und Ehrengäste der Einladung ins wunderschöne Ambiente von Schloss Thalheim im Zentrum von Niederösterreich.

Sehr erfreut über das große Interesse auch in diesem Jahr zeigte sich Ronald Söllner, Vorstandsvorsitzender des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe, bei seinen Begrüßungsworten.

Als Ehrengäste konnten Landtagsabgeordnete Doris Schmidl in Vertretung von Landeshauptfrau Johanna Mikl-Leitner, die Landesstellenleiterin der ÖGK NÖ, Frau Mag.^a Petra Zuser und die Gleichbehandlungsbeauftragte des Landes NÖ, Frau Dr.ⁱⁿ Christine Rosenbach, begrüßt werden.

Landtagsabgeordnete Doris Schmidl bedankte sich bei den TeilnehmerInnen, dass sie sich für das ehrenamtliche Engagement im Bereich der Selbsthilfe zur Verfügung stellen, denn ohne dieses Engagement wäre Niederösterreich nicht das, was es heute ist. Mag.^a Petra Zuser betonte, dass die ÖGK die Selbsthilfe gerne sowohl mit finanziellen Mitteln wie z.B. für die INFO-Stammtische des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe, als auch durch das kostenlose Zurverfügungstellen von Räumlichkeiten unterstützt. Zum Abschluss ihrer Begrüßungsworte bedankte sich Mag.^a Zuser ebenfalls bei den TeilnehmerInnen für deren außerordentliche ehrenamtliche Tätigkeit.

Mag. Michael Prunbauer von der NÖ Patienten- und Pflegeanwaltschaft referierte über das Thema Gesundheitsvorsorge im ländlichen Raum. Er

informierte über innovative Versorgungsmodelle, wie zum Beispiel Primärversorgungszentren und Community Nursing sowie über die digitale Gesundheit (z.B. e-Medikation, Telemedizin, Gesundheitsportale, etc.) in der Zukunft.

Andreas Luger von der ÖGK, der dankenswerterweise für die erkrankte Sabine Schramel kurzfristig einsprang, brachte den TeilnehmerInnen in seinem Vortrag die Aufgaben des Case Managements in der ÖGK näher.

Mag. Daniel Gajdusek-Schuster, Psychosozialer Berater und Humorexperte, zeigte den TeilnehmerInnen wie man das Leben mit Humor leichter schafft.

Nach dem Mittagessen gab es noch einen sehr informativen Vortrag von MMag. Bernd Kerschner von der Donau-Universität Krems zum Thema vertrauenswürdige Gesundheitsinformationen im Internet. Er zeigte dabei auf, was typisch für seriöse, vertrauenswürdige Gesundheitsseiten/-informationen ist, wie z.B., dass diese frei von Werbung sind, eine neutrale, nicht-wertende Sprache verwenden und ausgewogen die Vor- und Nachteile eines Medikaments oder einer Therapie aufzeigen.

Moderiert wurde die Veranstaltung in altbewährter Weise von Paul Sieberer, der die TeilnehmerInnen der Fachexkursion heuer mit seinem Lied „Ich bin froh“ begrüßte.





Gesundheitszentrum Melk mit weiblichem Gründungsteam

Aus der Kassen-Gruppenpraxis für Allgemeinmedizin in der Bahnhofstraße in Melk wird ein Gesundheitszentrum. Die PVE Melk an der Donau mit dem ersten ausschließlich weiblichen PVE-Gründungsteam in Niederösterreich setzt auf Familienmedizin mit Schwerpunkten auf psychischer Gesundheit, Wundmanagement sowie Geriatrie- und Palliativmedizin. Der Betrieb wird voraussichtlich im Frühling 2023 starten.

„Heuer konnten wir in Niederösterreich bereits den Start von zwei neuen Gesundheitszentren feiern. Im kommenden Jahr werden mindestens zwei weitere hinzukommen. Eines davon ist das Gesundheitszentrum Melk. Das erste rein weibliche Gründerteam will hier – gemeinsam mit einem breit gefächerten Team – eine umfassende Gesundheitsversorgung anbieten“, so **Landesrat NÖGUS-Vorsitzender Martin Eichtinger** bei einem Pressegespräch in Melk.

Ing. Norbert Fidler, Vorsitzender des Landesstellenausschusses der Österreichischen Gesundheitskasse in Niederösterreich sagte: „Primärversorgungseinheiten sind gekennzeichnet durch Vernetzung und Zusammenarbeit und bringen Ärztinnen und Ärzten wie der Patientenschaft viele Vorteile. PVE übernehmen wegen ihrer breit gefächerten Strukturen, ihrer arbeitsteiligen Organisationsform und speziellen Lotsenfunktion viele Aufgaben im Gesundheitswesen und entlasten nicht zuletzt Spitalsambulanzen.“

Dr. Martina Hasenhündl, Vizepräsidentin und Kurienobfrau niedergelassene Ärzte der Ärztekammer für NÖ, steht der ersten Kurienführung einer Ärztekammer österreichweit vor, die sich aus drei Frauen zusammensetzt. Sie weist darauf hin, dass die Medizin



Dr. Astrid Niedermayer (Gemeinderätin und Mitglied im Ausschuss für Sport, Gesundheit & Vereine), Landesrat Martin Eichtinger, Dr. Martina Hasenhündl (Vizepräsidentin und Kurienobfrau niedergelassene Ärzte der Ärztekammer für NÖ), die drei PVE-Gründerinnen Dr. Elisabeth Grünberger, Dr. Birgit Kuran und DDr. Ida-Maria Kisler, Ing. Norbert Fidler (Vorsitzender des Landesstellenausschusses der Österreichischen Gesundheitskasse in Niederösterreich), Bürgermeister Patrick Strobl und Sabine Jansky (Stadträtin für Gesundheit & Sport)

zunehmend weiblicher wird: „Erstmals gibt es in Niederösterreich mehr aktive Ärztinnen als Ärzte. Weiters haben wir eine rein weibliche Kurienführung in der Ärztekammer und wir haben ein erstes PVE, das ausschließlich von Ärztinnen gegründet wurde. Aus zahlreichen Rückmeldungen wissen wir, dass gerade Ärztinnen die im PVE gelebte Art der Kooperation und das

für Familien oft vorteilhafte Arbeitsmodell schätzen. In zahlreichen Regionen stellen PVE daher eine gute Ergänzung zur klassischen Patientenversorgung durch Einzelordinationen dar. Der engagierte Einsatz dieser vielen Einzelordinationen muss selbstverständlich ebenso mit den bestmöglichen Maßnahmen unterstützt werden wie jener der Gruppenpraxen und PVE.“

Landesrat Martin Eichtinger, die drei PVE-Gründerinnen Dr. Elisabeth Grünberger, Dr. Birgit Kuran und DDr. Ida-Maria Kisler, Ing. Norbert Fidler (Vorsitzender des Landesstellenausschusses der Österreichischen Gesundheitskasse in Niederösterreich) und Bürgermeister Patrick Strobl

Fotos: NLK Filzwieser



Patrick Strobl, Bürgermeister der Stadt Melk: „Die Gesundheit der Melkerinnen und Melker liegt uns am Herzen. Mit der von DDr. Ida-Maria Kisler, Dr. Birgit Kuran und Dr. Elisabeth Grünberger initiierten Primärversorgungseinheit hat unsere Stadtgemeinde einen weiteren wichtigen Baustein in der Gesundheitsversorgung bekommen. Darauf bin ich als Bürgermeister von Melk sehr stolz.“

„Wir wollen über die reine Grundversorgung hinaus Schwerpunkte anbieten, die zunehmend an Bedeutung gewinnen. Daher ist Psychotherapie in großem Ausmaß geplant. Wir wollen Gesundheitsvor- und Gesundheitsnach-sorge, die Begleitung unter anderem

von chronischen Schmerzpatientinnen und -patienten sowie Menschen mit Fatigue-Syndrom, und Case und Care-Management anbieten. Und: Palliativmedizin wird weiterhin ein wesentlicher Bestandteil bleiben“, erläutern die drei **Gründerinnen DDr. Ida-Maria Kisler, Dr. Birgit Kuran** und **Dr. Elisabeth Grünberger**.

Zum PVE Melk:

In der Nähe des Melker Bahnhofs, in der Bahnhofsstraße 3, wird in den kommenden Monaten aus der Kassen-Gruppenpraxis für Allgemeinmedizin ein Gesundheitszentrum, gegründet von drei Ärztinnen: DDr. Ida-Maria Kisler, Dr. Birgit Kuran und Dr. Elisabeth Grünberger.

Ergänzt wird das Gründungsteam durch die angestellte Ärztin Dr. Nadia Macik.

Neben Ordinationsassistenten und Pflege sind Wundmanagement, Diätologie, Psychotherapie, Sozialarbeit, klinische Psychologie und Physiotherapie vorgesehen. Für das Gesundheitszentrum wird die bestehende Ordination renoviert, modernisiert und ausgebaut. Dazu wird im Rahmen des EU-Aufbau-fonds (Recovery and Resilience Facility, kurz RRF genannt) um Förderung angesucht. Aus dem EU-Aufbau-fonds stehen Österreich zur Attraktivierung und Förderung der Primärversorgung – für Neugründungen oder Projekte bestehender PVE – rund 100 Millionen Euro zur Verfügung.

<http://primaerversorgung.gv.at/foerderungen>

Der Betrieb der neuen PVE wird voraussichtlich im Frühling 2023 starten.

Ergotherapie hilft

ergotherapie.at

„... und heute tu ich, was ich will!“

„Die schönsten Momente in meinem Beruf sind, wenn ich sehe, wie Personen in der Ergotherapie aufblühen, weil sie wieder das tun können, was sie wirklich möchten!“

Eine Ergotherapeutin

Von 10. – 11. März 2023 findet die Fachtagung von Ergotherapie Austria zum Thema: „Psychische Gesundheit – Aufgabe und Herausforderung für mich und meine Patient*innen“ in Salzburg statt. Weitere Infos unter www.ergotherapie.at



Unsere Fortbildungen für 2023 sind bereits online. Sehen Sie sich das umfangreiche Programm an und finden Sie ihr Thema.





Notruf NÖ sichert kritische Infrastruktur bei Blackout

LR Eichtinger: Versorgung der Betriebsstandorte und Alarmierungsnetz müssen auch in schwierigen Zeiten sicher funktionieren.

Notruf NÖ als Betreiber der NÖ Rettungsleitstelle, des digitalen Alarmierungsnetzes der NÖ Blaulichtorganisationen sowie vieler weiterer Dienstleistungen im Bereich Gesundheitstelematik, gilt als kritische Infrastruktur. „Das bedeutet, der Betrieb muss auch bei einem länger dauernden Stromausfall durchgängig sichergestellt werden, um für die Hilfesuchenden in dieser Ausnahmesituation als Ansprechpartner bereitstehen zu können“, informiert NÖGUS-Vorsitzender Landesrat Martin Eichtinger. Das mehrstufige Stromausfallskonzept baut auf lokale batteriegepufferte Versorgung und weiterführend auf Notstromaggregate, die unterbrechungsfrei mit Treibstoff funktionieren. Ebenso sind die Kommunikationseinrichtungen im eigenen digitalen Alarmierungsnetz so abgesichert. Damit können Einsatz- und Schlüsselkräfte mit Personrufempfänger auch dann alarmiert



Christian Leitner, Geschäftsführer Christof Constantin Chwojka und Landesrat Martin Eichtinger

Foto: Notruf NÖ

Wir bauen für Sie
gefördert & provisionsfrei

MEIN HEIM
GEDESAG



Freie Wohnungen für „Betreutes Wohnen“

- 3491 Straß - Sauerbrunnngasse
1 freie 2 Zimmer Wohnung, ca. 57 m² Wohnfläche
- 3830 Waidhofen a. d. Thaya - Hauptplatz
1 freie 2 Zimmer Wohnung, ca. 48 m² Wohnfläche
- 3124 Oberwölbling - Oberer Markt
4 freie 2 Zimmer Wohnungen, 54 - 60 m² Wohnfläche
- 3184 Türnitz - Mariazeller Straße
3 freie 2 Zimmer Wohnungen, 62 - 66 m² Wohnfläche
- 3240 Mank - Anderlegasse
3 freie 1 bzw. 2 Zimmer Wohnungen, 40 - 47 m² Wohnfläche

Informieren Sie sich jetzt!

www.gedesag.at T +43 2732/833 93 info@gedesag.at

werden, wenn kommerzielle Kommunikationsnetze bereits nicht mehr funktionieren.

Damit die Mitarbeiter im Ausnahmefall damit umgehen können und die Ersatzsysteme bedienen und einsetzen können, muss dies regelmäßig geübt werden. So wurde die diesjährige Übung mit dem Schwerpunkt unabhängige Strom- und Internetversorgung der Betriebsstandorte sowie des Alarmierungsnetzes durchgeführt. In mehreren Gruppen aufgeteilt, wurden bereits im Vorfeld definierte Abläufe geübt und überprüft. „Innerhalb weniger Minuten konnten unsere Betriebsstätten mit Notstromaggregaten versorgt werden, weiterführend zur ohnehin vorhandenen unterbrechungsfreien Notversorgung. Ebenso konnte eine Internetversorgung über eine Satellitenverbindung ohne terrestrische Verbindung sichergestellt werden, wie auch die Satellitentelefone wieder einmal getestet wurden“, erklärt Notruf NÖ-Geschäftsführer Christof Constantin Chwojka.

Der Weiterbetrieb des Alarmierungsnetzes ohne externe Energieversorgung wurde im Zuge der Übung erfolgreich getestet. Die wichtigsten Standorte des Netzes werden mittlerweile über Brennstoffzellen notstromversorgt und sind daher mehr als 14 Tage ohne Benutzereingriff im Blackout funktionsfähig. Mit dieser zukunftsweisenden Technik in Verbindung mit einer Photovoltaikanlage sowie einem Satelliteninternet ist nun ein erster mobiler Sender in einem Anhänger ausgestattet. Damit kann die Alarmierung in Gebieten mit nicht mehr vorhandener Infrastruktur oder Intensivierung und Erweiterung des Alarmierungsgebietes zu jeder Zeit sichergestellt werden.

LR Teschl-Hofmeister/Bischof Schwarz: Gewalt an Frauen hat keinen Platz in unserer Gesellschaft

Die Diözese St. Pölten unterstützt die Aktion des Landes NÖ Maßnah- men gegen Gewalt an Frauen.

„Mir ist es wichtig, ein Bewusstsein in der Bevölkerung zu schaffen, dass häusliche Gewalt kein Tabuthema ist, sondern uns alle angeht. Wir haben in Niederösterreich zwar ein gut ausgebautes Netzwerk an Einrichtungen wie Frauenberatungsstellen, Frauenhäuser und Gewaltschutzzentren sowie auch das NÖ Frauentelefon, aber es benötigt noch mehr: Einen breiten Schulterschluss von Organisation und Institutionen, um gemeinsam gegen Gewalt an Frauen vorzugehen“, so Frauen-Landesrätin Christiane Teschl-Hofmeister: „Daher freut es mich, dass die Diözese St. Pölten Maßnahmen gegen Gewalt an Frauen unterstützt und unsere wertvollen Folder ‚Gewalt erkennen & reagieren‘, die aufzuzeigen, wie Menschen die Zeichen von häuslicher Gewalt gegen Frauen erkennen und darauf reagieren können, an die Pfarren verteilen wird.“

Die Diözese St. Pölten beteiligt sich künftig an allen Maßnahmen und Diskussionen gegen Gewalt an Frauen. „Wir möchten mit unserer Koordinierungsstelle und unseren Seelsorgern unseren Beitrag leisten, damit Gewalt an Frauen präventiv behandelt wird. Für dieses Ziel wird die Diözese St. Pölten künftig mit den Institutionen auf Landesebene intensiv zusammenarbeiten“, so Bischof Alois Schwarz.

Niederösterreich hat als erstes Bundesland einen Runden Tisch gegen Gewalt an Frauen und Kinder eingerichtet. Beteiligt waren Vertreterinnen und Vertreter der Landespolizeidirektion NÖ und des Kriminalamts NÖ, des Gewaltschutzzentrums NÖ sowie aus den Frauenberatungsstellen und Frauenhäusern, der Bildungsdirektion NÖ, der Kinder- & Jugendanwaltschaft NÖ, der Landesgesundheitsagentur NÖ und dem Dachverband Männerarbeit. „Das Ziel ist es, die bestehenden Kooperationen zum Thema Gewalt an Frauen in NÖ zu auszubauen und noch besser zu vernetzen“, so Teschl-Hofmeister.

Kontakte zu den Frauenberatungsstellen, Frauenhäusern und zum Gewaltschutzzentrum in Niederösterreich findet man auf der Website www.land-noe.at/stopp-gewalt sowie unter www.frauenberatung-noe.at. Das NÖ Frauentelefon bietet unter 0800 800 810 anonyme und kostenlose Erstberatung an.



Bischof Alois Schwarz und Frauen-Landesrätin
Christiane Teschl-Hofmeister

Foto: NLK Filzwieser



Gewinnen
Sie mehr
Freude und
Lebensqualität ...

Unzufrieden
mit Ihren
Hörgeräten?

Für einen einmaligen Beitrag von € 49,- können wir Ihre bestehenden Hörgeräte (alle Marken) mit der neuartigen Messmethode **Perzentilanalyse** besser auf Ihre Bedürfnisse einstellen.

Sie werden den Unterschied merken!
Rufen Sie uns an!

Mein Hörstudio
MH GmbH
Grenzgasse 12
3100 St. Pölten
T 02742 | 73062
office@meinhoerstudio.at

Mein **Hörstudio**

Mo-Do 8.00 bis 17.00 Uhr
Freitag 8.00 bis 13.00 Uhr

Wir helfen Ihnen hören.

www.meinhoerstudio.at

NÖ Monitoring-Ausschuss legt **Schwerpunkte** fest: **Inklusive Bildung**, Persönliche Assistenz und „Lohn statt Taschengeld“

Am 13. September 2022 setzte sich der NÖ Monitoring-Ausschuss (NÖ MTA) in einer Sitzung aktuelle Schwerpunkte für das kommende Arbeitsjahr. Die möglichen Themen wurden von TeilnehmerInnen der öffentlichen Sitzung im Mai 2022 vorgeschlagen: Inklusive Bildung, Persönliche Assistenz und die Forderung „Lohn statt Taschengeld“ in der Tagesbetreuung.

Der NÖ MTA hat sich mit der Thematik Inklusiver Bildung in NÖ schon mehrmals befasst, 2017 forderte er in einer Empfehlung einen NÖ Inklusions-Fahrplan zu Umsetzung aller Prinzipien der UN-Konvention für die Rechte von Menschen mit Behinderung im Bildungsbereich (siehe: https://www.noel.gv.at/noe/Gleichbehandlung-Antidiskriminierung/Empfehlungen_und_Stellungnahmen.html).

Dieses Jahr gab es 10 Beschwerden an die NÖ Antidiskriminierungsstelle, die das Thema Finanzierung von Stützkräften für Kinder mit Behinderung im Kindergarten, Schule, Hort oder für eine Ferienbetreuung betroffen haben. Die Gemeinden wollten die Stützkräfte nicht bezahlen und verlangten von den Eltern eine teilweise oder gänzliche Refundierung der Kosten. Der NÖ MTA wird sich weiter mit Inklusiver Bildung beschäftigen und auf eine Umsetzung der Empfehlung aus dem Jahr 2017 beharren.

8. Gleichbehandlungsbericht 2019-2021 erschienen

Alle drei Jahre legt die NÖ Gleichbehandlungsbeauftragte der NÖ Landes-

regierung einen Gleichbehandlungsbericht vor. Die Maßnahmen zur Eindämmung der Corona-Pandemie prägten die Jahre 2020 und 2021. Im Berichtszeitraum wurde die 2. Auswertung des Gleichstellungs- und Frauenförderprogramms NÖ Landesdienst erstellt (Stand 1/2020). Der Frauenanteil im Leitungsbereich ist generell leicht gestiegen. So stieg der Anteil der Dienststellen-Leiterinnen auf 26 %, der Leiterinnen von Pflege- und Betreuungszentren von 50 % auf knapp 57% und der kaufmännischen Leiterinnen von Landeskliniken von 19 % auf fast 25 %.

Das Land NÖ kommt als Dienstgeber unverändert seiner Beschäftigungspflicht nach dem Behinderten-Einstellungsgesetz nach; somit war auch im Berichtszeitraum keine Ausgleichstaxe zu bezahlen.

Die NÖ Gleichbehandlungskommission befasste sich im Berichtszeitraum mit acht Anträgen wegen möglicher Diskriminierung im Zusammenhang mit einem Dienstverhältnis zum Land NÖ oder einer nö. Gemeinde; am häufigsten wurden dabei die Diskriminierungsgründe Alter sowie Behinderung und Geschlecht angeführt.

Der aktuelle Bericht kann von der Homepage des Landes geladen werden: https://www.noel.gv.at/noe/Gleichbehandlung-Antidiskriminierung/Taetigkeitsbericht_der_Gleichbehandlungsbeauftragten_2019_.pdf

NÖ Monitoring-Ausschuss
 Tel. 02742 9005-16212;
 E-Mail: post.gbb@noel.gv.at
www.noel.gv.at/monitoringausschuss



Mitglieder und Ersatzmitglieder des NÖ Monitoring-Ausschusses

25 Jahre im Zeichen des Ehrenamts - NÖ Landesgesundheitsagentur bedankt sich bei Ehrenamtlichen für ihren Einsatz

ST. PÖLTEN. Vor über 25 Jahren wurden erstmals ehrenamtliche Teams in den NÖ Pflegezentren zur Unterstützung für die MitarbeiterInnen eingesetzt. Bis heute leisten die über tausend Freiwilligen in den Pflegezentren der NÖ LGA einen unverzichtbaren Beitrag in ihrer Freizeit. Genau dafür wurde ein großes Dankeschön im Rahmen der 25-Jahr-Feier an alle Ehrenamtlichen ausgesprochen.

Vor allem in den letzten beiden Jahren war durch die Corona-Pandemie und die damit verbundenen Schutzmaßnahmen der Besuch durch Ehrenamtliche oft nicht in der gewohnten Form möglich. Trotzdem standen die Freiwilligen der NÖ Landesgesundheitsagentur in engem Kontakt mit den Pflegezentren und den BewohnerInnen. „Das ist ein unverzichtbarer Beitrag, den Menschen in ihrer Freizeit leisten und wofür wir uns herzlich bedanken möchten“, betont Landesrätin Christiane Teschl-Hofmeister beim 25-Jahr-Ehrenamt-Fest. „Wir bedanken uns heute bei allen Freiwilligen, feiern das Ehrenamt und all jene, die sich engagieren. Heute dürfen wir ihnen unsere Wertschätzung und Anerkennung zeigen und uns für ihre unermüdliche Arbeit bedanken. Und nicht nur in der NÖ LGA engagieren sich Ehrenamtliche, sondern in ganz Niederösterreich sind es mehrere hunderttausend Freiwillige, die bei über 23.000 Vereinen aktiv sind und etwa 200 Millionen Arbeitsstunden pro Jahr leisten, von Kultur und Sport über Bildung bis hin zu Sozialem und Gesundheit. Dass wir in Niederösterreich ein derart starkes Rückgrat für unsere Gemeinschaft haben, ist etwas, auf das wir stolz sein können“, betont Teschl-Hofmeister.

In der NÖ LGA sind die Ehrenamtlichen zu Spitzenzeiten rund 240.000 Stunden im Einsatz und stehen nicht nur für BewohnerInnen bei Einzelgesprächen oder gemeinsamen Spazier-



V.l.n.r.: NÖ LGA-Vorstand Konrad Kogler, NÖ LGA Bereich Ehrenamt Andrea Bauer, Ehrenamtliche Andrea Arnhold im PBZ Bad Vöslau, Landesrätin Christiane Teschl-Hofmeister und Ehrenamtlicher Josef Binder im PBZ Baden

Foto: NÖ LGA / Robert Herbst

gängen zur Verfügung, sondern sind auch eine große Hilfe bei Gruppenaktivitäten, Outdoor-Aktivitäten oder bei der Organisation. „Durch die Zeit, die sie schenken, schenken sie vielen Menschen ein gesteigertes Maß an Lebensqualität. Sie schenken ihnen Normalität, Ablenkung und Freude in ihrem Alltag. Sie nehmen sich Zeit für die Geschichten, die Sorgen und die Anliegen anderer Menschen. Das ist eines der höchsten Güter unserer Gemeinschaft“, erklärt Teschl-Hofmeister.

„Unser und mein Anspruch ist es, die Gesundheits- und Pflegeversorgung in Niederösterreich jeden Tag noch ein Stück besser zu machen und damit

allen Regionen Sicherheit und Zukunft zu garantieren. Eine unersetzliche und wichtige Säule sind dabei unsere Ehrenamtlichen, denn dank ihres Engagements und Einsatzes leisten sie einen wichtigen Beitrag zur Erreichung dieses Ziels – und dafür möchte ich mich ganz herzlich bedanken“, so NÖ LGA-Vorstand Konrad Kogler.

Auf der Ehrenamt-Webseite (<https://ehrenamt.noelga.at>) finden Interessierte verschiedenste Angebote zur Mitarbeit. Jeder der sich engagieren möchte, kann sich bei den Pflege-Betreuungs- und Förderzentren melden. An jedem Standort gibt es Verantwortliche für das freiwillige Engagement.

Schritte für die Lunge

Woche für Woche treffen sich COPD-PatientInnen und Menschen mit Lust auf Bewegung, um etwas für ihre Gesundheit zu tun. Es gibt an mehreren Orten *aktiv*Gruppen der COPD-Austria, die es sich zum Ziel gesetzt haben Patienten, Angehörige und Freunde davon zu überzeugen, dass regelmäßige Aktivität und Bewegung im Freien einen ganz wesentlichen Beitrag dazu leisten kann, das Fortschreiten der Erkrankung zu verringern oder gar anzuhalten.

Die *aktiv*Gruppe Hollabrunn hat als Ansporn begonnen, die Schritte der TeilnehmerInnen zu zählen und das Ergebnis immer wieder bekannt zu machen. So wurden im abgelaufenen

Jahr an die 2,800.000 Schritte gegangen. Eine Zahl, die man sich gar nicht vorstellen kann. **Robert Wasner** und seiner Gruppe geht es dabei nicht darum, Rekorde zu brechen. Sie wollen damit lediglich aufzeigen, was möglich ist, selbst wenn man von seiner Krankheit immer wieder gebremst wird.

Das Hinausgehen, sich mit Gleichgesinnten/-betroffenen treffen, die Natur genießen, Gespräche führen, die damit verbundene verbesserte Teilhabe am gesellschaftlichen Leben helfen Episoden von Schwermut zu vermeiden oder rasch zu bessern. Emotionale Tiefs werden nachhaltiger überwunden und der Antrieb und die Lebensqualität steigen.



Diese positiven Effekte spüren auch die TeilnehmerInnen anderer Gruppen in St. Pölten, Tirol, Wien oder Graz. Mit ein wenig Geduld und Ausdauer gelingt es immer wieder Kranke, die dazu neigen „das schaff ich nie“ zu sagen, zu mehr Leistungsfähigkeit und Wohlbefinden zu bringen. Alle treffen sich mit den gleichen Zielen: mit der chronischen Erkrankung ein lebenswertes Leben zu führen.

Alle Informationen zu den *aktiv*Gruppen der COPD-Austria finden Sie auf der Homepage der Selbsthilfegruppe: www.copd-Austria.at

Case Management

... individuelle Beratung und Unterstützung bei schwerer Krankheit oder Unfall

Case Management ist eine individuelle, auf die jeweilige Kunden bzw. den jeweiligen Kunden zugeschnittene Einzelbetreuung durch unsere speziell geschulten Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

Nähere Infos: www.bvaeb.at/case-management

Dieser Service ist für alle Versicherten der BVAEB, die durch eine schwere Krankheit oder durch einen Unfall Hilfe benötigen, kostenlos.

Landesstelle für Wien, NÖ und Bgld.

1080 Wien, Josefstädter Straße 80

Telefon: 050405-23180

e-Mail: wien.cm@bvaeb.at

Außenstelle St. Pölten

3100 St. Pölten, Bahnhofplatz 10

Telefon: 050405-23874

e-Mail: stp.cm@bvaeb.at



Case Management



Franz Zichtl - Ehrenzeichen für Verdienste um das Bundesland Niederösterreich

Für seine nunmehr bereits 40-jährige verdienstvolle Tätigkeit als Kassier und Gründungsmitglied des Club 81 – Club für Menschen mit und ohne Behinderung – und für sein Engagement im Interesse und zum Wohle von Menschen mit Behinderung in der Landeshauptstadt St. Pölten wurde Vorstandsmitglied Franz Zichtl, am 8. November 2022, von Frau Landeshauptfrau Johanna Mikl-Leitner im Rahmen eines Festaktes im NÖ Landhaus mit der Silbernen Medaille für Verdienste um das Bundesland Niederösterreich ausgezeichnet. Franz Zichtl ist auch seit vielen Jahren engagierter Obmann des VersehrtenSPORTvereines St. Pölten. Der Vorstand, die Mitglieder des Club 81 und des VSV sowie der Dachverband NÖ Selbsthilfe gratulieren zu dieser besonderen Auszeichnung ganz herzlich und freuen sich mit ihm über diese Würdigung seiner Verdienste durch das Land Niederösterreich.





Vom Flugplatz über das Straußenland zum Heurigen - Tagesausflug der Bezirksgruppe Krems der „Hilfsgemeinschaft der Blinden und Sehschwachen Österreichs“

(Krems) Einen vielseitigen, informativen und unterhaltsamen Ausflug ins südliche Kamptal unternahm die Bezirksgruppe Krems der „Hilfsgemeinschaft der Blinden und Sehschwachen Österreichs“ Mitte September. An die 30 Mitglieder und Begleitpersonen erlebten einen hochinteressanten Tag – organisiert von den Bezirksgruppenleiterinnen Christa Groll und Sandra Rauscher. Auf dem Programm: Besuche des Rettungshubschraubers „Christophorus 2“ und der „Hagelflieger“ am Flugplatz Krems-Langenlois in Gneixendorf sowie die Besichtigung des „Straußenlands“ der Familie Gärtner in Schönberg am Kamp und eine Heurigen-Einkehr in der Weinstube Aichinger.

Immer einsatzbereit: Rettungshubschrauber „Christophorus 2“

Nach dem Eintreffen der TeilnehmerInnen am Flugplatz gegen 9 Uhr informierte Flugrettungsassistent Robert Huber direkt beim „Christophorus 2“ über das System der Rettungshubschrauber in Österreich, berichtete über Einsätze des Hubschraubers und der dazugehörigen dreiköpfigen Crew, die innerhalb von drei Minuten nach einem Notruf einsatzbereit ist.

Piloten im Einsatz gegen Hagelschlag

Über die Herausforderungen, die Hagelwolken und Gewitterzellen für die Hagelflieger bieten, hatten im Anschluss daran die Pilotin Andrea Zsifkovits sowie Pilot und Geschäftsführer Johannes Eckharter viel zu erzählen. Direkt an den Flugzeugen konnte sich die Gruppe der „Hilfsgemeinschaft“ über die Technik informieren, mit der – bisher zumeist erfolgreich – versucht wird, vor allem die Weinbau-



kulturen im Einsatzgebiet vor Hagelschlag zu schützen.

Besichtigung der Straußenfarm

Weiter ging es durch das Kamptal nach Schönberg – zum „Straußenland“. Hier stand zunächst ein Imbiss auf dem Programm. Die Gruppenleiterinnen Christa Groll und Sandra Rauscher hatten Aufstrichbrote vorbereitet, die im überdachten Gastgarten der Straußenfarm mit großem Appetit verzehrt wurden. Danach gab es noch Kaffee und Kuchen. Der Shop des Straußenlandes stieß auf reges Interesse.

Die Führung begann mit einem Vortrag von Senior-Chef Reiner Gärtner und einem Film über die Farm. Anschließend fuhr die Gruppe mit Wolfgang Gärtner im Konvoi zum Freigehege ins Reisart (Mollands), wo neben den Straußen auch Emus und Nandus gehalten werden. Höhepunkt der Führung: Zwei besonders zahme Exemplare der Laufvögel durften von den blinden Mitgliedern gestreichelt werden. Ein lustiges Erlebnis hielt der Rückweg bereit: einen schwarzen Strauß, der für die Gäste einen Freudentanz aufführte.

Gemütlicher Ausklang beim Heurigen

Gegen 16 Uhr stand dann der gemütliche Teil des Ausfluges auf der Tagesordnung: Einkehr in der Schönberger Weinstube Aichinger. Neben den ausgezeichneten Essensangeboten – vom Schweinsbraten über Blunzngröstel bis hin zu Backhendl und Grammelknödeln – mit den passenden Getränken gab es die Möglichkeit, miteinander ins Gespräch zu kommen, sich über die Erlebnisse des Tages auszutauschen und sich über die vielfältigen Aktivitäten der Bezirksgruppe Krems der Hilfsgemeinschaft zu freuen. Die Stimmung war bestens, alle waren sehr zufrieden und dankten Sandra Rauscher und Christa Groll für die glänzende Organisation dieses ereignisreichen Tages.





Programm **Aus- und Weiterbildung** für GruppenleiterInnen und engagierte MultiplikatorInnen **2023**

Um die Arbeit von LeiterInnen in Selbsthilfegruppen bestmöglich zu unterstützen, bietet der Dachverband NÖ Selbsthilfe auch 2023 wieder **kostenlose Seminare** an.

- Veranstaltungsort:
Regierungsviertel, Haus 17A,
Raum 1 oder 2, 3109 St. Pölten
- Seminarzeit:
10:00 bis 16:00 Uhr

12. LeiterInnen-Lehrgang

Am 30. März startet zum 12. Mal ein Lehrgang für GruppenleiterInnen. Ziel ist es, den GruppenleiterInnen Grundlagen für ihre Arbeit in der SHG zu vermitteln. Dieser Lehrgang ist nur gesamt (alle 4 Module) zu buchen.

MODUL 1

Ich bewege was! Was bewege ich?

Was bewegt mich?

Trainerin:

Dr.ⁱⁿ Margit Burger

Termin: 30. März 2023

Die eigene Persönlichkeit und die Motivation, eine Selbsthilfegruppe zu leiten, stehen im Vordergrund.

Wie kann man seine Stärken und Schwächen optimal in die Gruppe einbringen, wo liegen die Grenzen und woran messe ich den Erfolg meiner Tätigkeit? Die Selbstreflexion – was motiviert, was hindert mich – ist wesentlich in diesem Seminar.

MODUL 2

Leiten ohne zu leiden

Trainerin:

DSA Mag.^a Andrea Janovsky

Termin: 2. Mai 2023

Wie verhindert man, dass eine Beratung schief läuft? Was tun, wenn man von anderen „ausgequetscht“ und selbst psychisch wie physisch belastet wird?

Der gegenseitig wertschätzende Umgang, authentisches Feedback in der Gruppe und wie man sogar schwierige und heikle Situationen souverän neutralisieren kann, kommen ebenso zur Sprache.

MODUL 3

Das Gruppengespräch gestalten

Trainerin:

Natascha Sochorec

Termin: 26. September 2023

Die Vorbereitung und Strukturierung von Gruppengesprächen ist eine wichtige Voraussetzung für deren Gelingen. Dazu gibt es Tipps zur Vor- und Nachbereitung von Gruppenabenden.

MODUL 4

Tue Gutes und rede darüber!

Gelungene Öffentlichkeitsarbeit

Trainerin:

Mag.^a Dr.ⁱⁿ Monika Kobzina

Termin: 12. Oktober 2023

Unterschiedliche Methoden der Öffentlichkeitsarbeit für Gruppen sowie dessen Konzeption mit Beispielen für Strategie und Maßnahmen sind Hauptpunkte dieses Seminars. Tipps für professionelle Öffentlichkeitsarbeit inklusive Gestaltung der Medienkommunikation.

Zusätzliche Seminare

HUMOR ALS SÄULE

Trainer:

Mag. Daniel Gajdusek-Schuster

Termin: 28. Februar 2023

Humorseminar „Humor als Säule“: Ob und wann wir etwas mit Humor nehmen ist individuell und durch unsere Lebensgeschichte geprägt.

Sie erproben und entwickeln in diesem Seminar eine heitere gelassene (Lebens)Haltung, die Ihnen in Stresssituationen sehr hilfreich sein kann! Körperliche Souveränität zu behalten ist dabei eine fundamentale Technik in diesem Training. Mittels interaktiven Übungen in der Gruppe aktivieren Sie Humor als alternative Methode in Stress- und Krisensituationen. Lassen Sie sich mitreißen und tauchen Sie ein in Ihre Welt des Humors!

KÖRPERSPRACHE UND

NONVERBALE KOMMUNIKATION

Trainerin:

DSA Alexandra Steiner

Termin: 14. März 2023

Menschen reagieren viel weniger darauf WAS gesagt wird als darauf WIE es gesagt wird. 90 % unserer Kommunikation verläuft unbewusst. Sympathie und Antipathie werden unbewusst nach den Signalen der Körpersprache entschieden.

Lernen Sie wie Sie Ihre nonverbale Kommunikation für sich einsetzen können, um:

- mit schwierigen Personen besser umgehen zu können
- mehr Selbstsicherheit in Ihrer Kommunikation zu gewinnen



- Ihren Standpunkt und Ihre Argumente besser vertreten zu können

Wir beschäftigen uns mit den Themen:

- Wie wirke ich sympathisch auf andere?
- Wie kann ich mittels nonverbaler Kommunikation ein positives Gesprächsklima aufbauen?
- Wie kann ich meine Körperhaltung, meinen Gesichtsausdruck und meine Gestik einsetzen, um zu unterstreichen was ich sagen möchte?
- Wie kann ich mithilfe bewusster Körpersprache schwierige Gesprächssituationen souverän meistern?

PATIENTENRECHTE, PATIENTENVERFÜGUNG UND ANDERE VORSORGEMÖGLICHKEITEN

Trainer:

Mag. Michael Prunbauer

Termin: 28. September 2023

„Patientenrechte, Patientenverfügung und andere Vorsorgemöglichkeiten: In Selbsthilfegruppen zu chronischen Erkrankungen ergeben sich immer wieder rechtliche Fragen im Zusammenhang mit Patientenrechten und der medizinischen Behandlung am Lebensende. In diesem Seminar werden die Themen Patientenrechte, Patientenverfügung und andere Vorsorgemöglichkeiten, insbesondere die Patientenverfügung behandelt. Auch Fragen zum Thema Sterbeverfügung können besprochen werden.“

BEWEGUNG - DER TREIBSTOFF FÜR IHRE GESUNDHEIT!

Trainerin:

Mag.^a Alexandra Pibil

Termin: 24. Oktober 2023

Wer Gesundheitsvorsorge ernst nimmt, kommt am Thema der Bewegung nicht vorbei. Sie ist ein rezeptfreies Hilfsmittel, das sämtliche gesundheitsförderlichen Prozesse in unserem Körper anregt, ihn stärkt und oft sogar heilt. Lassen Sie uns gemeinsam herausfinden, welche Art von Bewegung sich in Ihren Selbsthilfe-Alltag integrieren lässt und wie Sie Ihr persönliches Bewegungskomfortprogramm ganz einfach umsetzen können, um fit zu werden.

ÖFFENTLICHKEITSARBEIT EINMAL ANDERS

Trainerin:

Mag.^a Anita Stadtherr, MSc MBA

Termin: 7. November 2023

Öffentlichkeitsarbeit ist ein wichtiger Bestandteil der Arbeit von Selbsthilfegruppen.

Nicht immer bringt die Teilnahme an Messen und das Verteilen von Informationsfoldern schon die gewünschten Ergebnisse.

Welche weiteren Möglichkeiten gibt es, um auf die Selbsthilfegruppe aufmerksam zu machen? In diesem Workshop wird erarbeitet, wie Selbsthilfegruppen unter Berücksichtigung knapper personeller und finanzieller Ressourcen ihre Gruppe auf unterschiedliche Art „bewerben“ können und somit mehr Interessierte erreichen.

ANMELDUNG

Das Anmeldeformular und weitere Infos finden Sie auf der Homepage www.selbsthilfenoe.at unter Service für Gruppen -> Aus- und Weiterbildung.

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an unser Büro-Team:
Tel.: 02742 226 44 | Mail: info@selbsthilfenoe.at

Alle Veranstaltungen finden unter Einhaltung der zu diesem Zeitpunkt allgemein gültigen Covid-19-Sicherheitsmaßnahmen statt und können, wenn notwendig, auch abgesagt werden.

Der Dachverband NÖ Selbsthilfe hat für die Aus- und Weiterbildungsseminare 2023 eine Förderung beim Fonds Gesundes Österreich (FGÖ) beantragt.

HEIMAT ÖSTERREICH

ÖKOLOGISCH, INNOVATIV, SOZIAL ENGAGIERT...

...schaffen wir als gemeinnütziger Bauträger ein zeitgemäßes Zuhause zu leistbaren Kosten.
Wir realisieren Bauprojekte, die Wirtschaftlichkeit mit sozialer Unternehmensphilosophie verbinden.

BAUEN **VERWALTEN** **SANIEREN**

...SEIT ÜBER 70 JAHREN

HEIMAT ÖSTERREICH
gemeinnützige Wohnungs- und Siedlungsgesellschaft m.b.H.
Davidgasse 48 | 1100 Wien | Tel. +43 1 9823601 | office@hoe.at
heimat-oesterreich.at

Vortrag anlässlich des Brustkrebs-Awareness-Monats

Zum Ausklang des Brustkrebs-Awareness-Monat Oktober luden die Pinken Löwinnen am 2. November zu einem Vortrag im Universitätsklinikum St. Pölten ein.

Unter dem Motto „STRONGER TOGETHER“ beleuchteten Brustkrebs-Bloggerin Claudia Altmann-Pospishek – Claudias Cancer Challenge (am Foto 5. Dame von links) und Breast Care Nurse Lisa Wiedermann (4. Dame von links) an diesem Abend das Thema Brustkrebs aus zwei Perspektiven.

Einerseits aus der Sicht des Pflegepersonals, andererseits aus der Sicht einer metastasierten Patientin. Dabei wurden viele wertvolle Informationen



vermittelt, humorvolle Anekdoten eingestreut und vor allem ganz viel Mut für betroffene Frauen gemacht. Der kurzweilige Vortrag vermittelte einmal mehr, dass es auch bei Metastasierung neue, sehr gute Therapieansätze gibt, die eine Lebensverlängerung bei guter Lebensqualität bieten. Dies gepaart mit persönlichen Tipps von Claudia Altmann-Pospishek wie mit der Erkrankung umgegangen werden kann, war ein guter Impuls um seinen eigenen Umgang mit der Diagnose neu zu beleuchten.

Der Verein Pinke Löwin hat sich zum Ziel gesetzt, betroffenen Frauen durch regelmäßige Vorträge und Treffen Wissen zu vermitteln und Ängste zu nehmen. Die Treffen finden immer am 1. Mittwoch im Monat, 18:30 Uhr im Universitätsklinikum St. Pölten statt. Nähere Details gerne bei Frau Doris Liedl unter 0664 26 14 128.

Online organisieren sich die Pinken Löwinnen auf www.facebook.com in der eigens eingerichteten Gruppe „Pinke Löwin St. Pölten“. Gerne können auch hier Anfragen gestellt werden.



August Cencic - Leiter der Selbsthilfegruppe Polyneuropathie St. Pölten

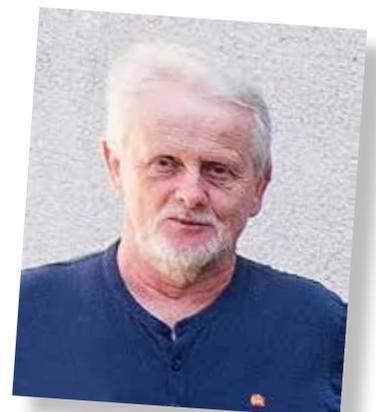
Polyneuropathie ist eine Erkrankung des peripheren Nervensystems. Die Selbsthilfegruppe Polyneuropathie St. Pölten tauscht sich bei ihren regelmäßigen Gruppentreffen aus und gibt Tipps für den Alltag und zu diversen Behandlungsmethoden.

Die Geselligkeit kommt bei den gemeinsamen Treffen auch nicht zu kurz. So stehen gemeinsame Kaffeehaus- und Heurigenbesuche ebenfalls auf dem

Programm der Gruppe. Des Weiteren stand heuer am 10. November ebenso eine gemeinsame Führung durch das Landhausviertel in St. Pölten am Programm der Gruppe.

Die Gruppentreffen finden regelmäßig jeden 3. Donnerstag in den Monaten von September bis Juni statt.

Sollten Sie Interesse haben, so erreichen Sie Herrn Cencic unter der Telefonnummer 0664 73428056 oder per Mail unter august.cencic1955@gmail.com.



Gemeinsamer Tagesausflug der Gruppe Morbus Bechterew St. Pölten

Das 35-jährige Bestehen der Gruppe Morbus Bechterew St. Pölten wurde am 10. September 2022 mit einem gemeinsamen Tagesausflug in NÖ gefeiert.

Besonders Freude machte den Organisatoren, dass 17 aktive Mitglieder dabei waren – und die Gruppe damit fast vollzählig antrat. Auch Begleitpersonen sind bei den gemeinsamen Tätigkeiten der Gruppe immer herzlich willkommen und gern dabei, somit nahmen zur Freude von Gruppenleiterin Josefa Fuchs 33 Personen an dem Ausflug teil.



Josefa Fuchs, Robert Waldvogel und Elisabeth Neumayer

Dank der Unterstützung durch die Landesstelle NÖ der Österreichischen Vereinigung Morbus Bechterew und der Raiffeisenbank Wienerwald war es möglich gleich mehrere Ziele anzusteuern: Die Römerstadt Carnuntum wurde im Rahmen einer kulinarischen Zeitreise besucht und im Anschluss daran standen in Schloss Hof die Besichtigung der Räumlichkeiten, Ausstellungen und des Gartens auf dem Programm.

Den feierlichen Abschluss des Tages bei beinahe Kaiserwetter und bester Stimmung bildete ein Abendessen im St. Pöltner Lokal „Klangspiel“. Zur großen Freude aller gesellten sich auch noch die Therapeutinnen der Gruppe, Bianca und Doris, dazu.

Besonders zu erwähnen ist auch noch die Teilnahme von Landesstellenleiterin Elisabeth Neumayer und des Gründers der Gruppe Robert Waldvogel. Bei seinen Erzählungen über die Startschwierigkeiten beim Organisieren von Therapeuten und Räumlichkeiten vor 35 Jahren wurde einem bewusst, wie sehr man die Möglichkeit zum regelmäßigen Training und Austausch mittlerweile zu schätzen weiß.



Ein besonderer Dank von Josefa Fuchs galt auch den Damen der Gruppe, die sich um die Verpflegung im Bus gekümmert hatten.

Caritas

Diözese St. Pölten

PsychoSoziale Angebote

Ein Netzwerk an Beratungs- und Hilfsangeboten für Menschen mit psychischen Erkrankungen und deren Angehörigen.

T 0676 838 447 575

Familienberatung u. Psychotherapie

Beratungsangebote für Familien, Paare und Einzelpersonen

T 02742 35 35 10

Sozialberatung.Nothilfe

Beratungsstellen für Menschen, die durch verschiedene Umstände in eine finanzielle Notlage geraten sind.

T 02742 841 390

Soma Sozialmarkt

Krems, Gars, Gföhl, Schrems, Zwettl, Waidhofen/Thaya somas sind Lebensmittelgeschäfte, in denen Menschen mit geringem Einkommen einkaufen können.

M 0676 83 844 387

www.caritas-stpoelten.at

6. NÖ Parkinson-Infotage in St. Peter in der Au

Vor mehr als 200 Jahren beschrieb James Parkinson als Erster die von ihm als „Schüttellähmung“ bezeichnete und heute besser unter „Morbus Parkinson“ bekannte Krankheit. Seit der ersten Veröffentlichung zur Parkinson-Erkrankung hat sich allerdings sehr viel getan und auch wenn es noch immer keine Heilung gibt, so hat man doch inzwischen ein breites Spektrum an Therapiemöglichkeiten entwickelt, um den betroffenen Patienten ein Höchstmaß an Lebensqualität zu bieten.

Mit Unterstützung der Marktgemeinde St. Peter in der Au informierte der Parkinson Selbsthilfe Landesverband NÖ gemeinsam mit der Selbsthilfegruppe Amstetten-Mauer und der Neurologin, Frau Dr. Brigitta Freundl, am 12. und 13. Juli im Schloss in St. Peter in der Au Betroffene und Interessierte über die Parkinson-Erkrankung.

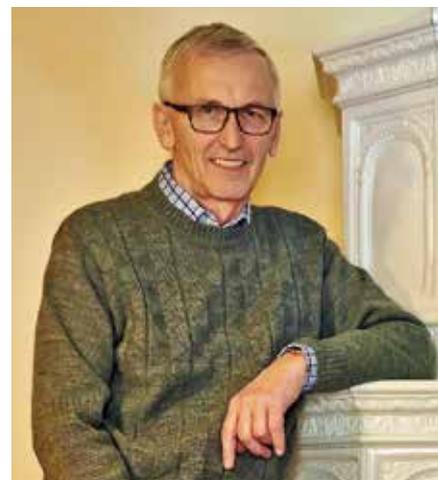
Bei den Parkinson-Infotagen sollten insbesondere Menschen angesprochen werden, die mit der Krankheit leben oder die in ihrem Umfeld mit der Krankheit konfrontiert sind. „Wir



konnten für unsere Veranstaltung zahlreiche Ärzte und Therapeuten als Referenten gewinnen“, freute sich Josef Dorfmaier, Obmann des Parkinson Selbsthilfe Landesverbandes NÖ und Organisator der Veranstaltung. „Die Besucher haben viele Vorträge über die verschiedensten Aspekte der Erkrankung erwartet. Auch Therapiemöglichkeiten, spezielle Reha-Einrichtungen, aber auch diverse Selbsthilfegruppen wurden an den beiden Tagen vorgestellt. Gespräche mit betroffenen Angehörigen und die Diskussionen mit Spezialisten fanden ebenso Raum, wie nach allen Vorträgen ausreichend Zeit für Fragen und Diskussionen blieb.“, resümierte Josef Dorfmaier weiter.

Die Räumlichkeiten des Schlosses St. Peter in der Au und insbesondere der Festsaal des Schlosses bildeten in diesem Jahr den würdigen Rahmen für diese Veranstaltung. Im kommenden

Jahr finden die Parkinson-Infotage im kärntnerischen Gailtal statt, ehe von 12. bis 13. Juli 2024 das Schloss in St. Peter in der Au wieder den Rahmen für diese interessante Veranstaltung bildet.



Josef Dorfmaier kann zurecht stolz sein auf die großartige Veranstaltung in seiner Heimatgemeinde St. Peter in der Au.





Vorstellung des NÖ Herzverbandes im Universitätsklinikum St. Pölten

Am 7. September 2022 konnten sich die Vorstandsmitglieder des NÖ Herzverbandes, Franz Fink, DI Walter Bogad, Mag. Sophie Dlapa und neu DGKP Anita Paiha, im Universitätsklinikum St. Pölten, bei Frau Prim. Prof. Dr. Julia Mascherbauer, Leiterin der Kardiologie, vorstellen! Es wurden ihr die Tätigkeiten und Arbeiten des NÖ Herzverbandes vorgestellt und man bat sie, den NÖ Herzverband auch bei den Ärzten im Universitätsklinikum und auch bei den Privatordinationen, bekannt zu machen.

Besuch der Fachtagung Kardiologie St. Pölten 2022

Auf Einladung von Frau Prim. Prof. Dr. Julia Mascherbauer, Primaria der Kardiologie am Universitätsklinikum in St. Pölten, präsentierte sich der NÖ Herzverband bei der Fachtagung „Kardiologie St. Pölten 2022“ am 8. Oktober 2022 in Grafenegg.

Gleich bei ihrer Begrüßungsrede stellte Frau Prof. Dr. Mascherbauer auch den NÖ Herzverband vor. So hatten alle TeilnehmerInnen der Tagung die Gelegenheit, die Vertreter des NÖ Herzverbandes kennenzulernen.

Bei verschiedensten Vorträgen wurden die Behandlungsmöglichkeiten von Herz-Kreislauf-Erkrankungen, die einem ständigen Wandel und Fortschritt unterliegen, vorgestellt. Neue Medikamente, Implantate und innovative Therapiemethoden wurden dargestellt und im Auditorium diskutiert.

Verschiedene Fachexperten der Kardiologie besprachen Themen wie z.B. Herzschrittmacher, Herzklappen, Möglichkeiten der Behandlung über das Herzkathederlabor, Herzinsuffizienz, Lungenhochdruck, die Möglichkeit der medikamentösen oder operativen Behandlung und viele andere mehr. So erfuhren die TeilnehmerInnen an diesem langen Tag viel Neues über die Herausforderungen der modernen Kardiologie.

Besuch bei der Pensionsversicherungsanstalt SKA-RZ Hohegg für Herz-Kreislauf und Atemwegserkrankungen

Auf Einladung von Herrn Prim. Dr. Roland Winkler stellte sich der NÖ Herzverband im SKA-RZ Hohegg bei ihm persönlich vor. Herr Prim. Dr. Winkler, der das Rehasentrum Hohegg seit 2020 leitet, informierte, dass in Folge von Corona 40 % Herz-Kreislauf-erkrankte und 60 % Atemwegserkrankte behandelt werden, im Gegensatz zu früher, wo das Verhältnis umgekehrt war.

Prim. Dr. Winkler betonte im Gespräch mit den VertreterInnen des NÖ Herzverbandes, wie wichtig es sei den Patienten aufzuzeigen, wie sie nach der Reha mit Unterstützung einer Selbsthilfegruppe den Alltag gesünder meistern können. Eine Änderung des Lebensstils sowie der Gedankenaustausch mit Gleichbetroffenen in der Gruppe spiele dabei eine sehr große Rolle.

Änderung Gruppenleitung Edelweiß-Gruppe - Morbus Parkinson Lilienfeld

Günter Siegl ist der neu gewählte Obmann der Selbsthilfegruppe Edelweiß Parkinson in Lilienfeld, da Herr Rudolf Roth seine Funktion mit Ende Juni 2022 aus Altersgründen niedergelegt hat. Kassier des Vereins bleibt Herr Herbert Koisser.

Auch bei den Therapeutinnen der Gruppe gibt es eine Änderung. Die langjährige Therapeutin Kerstin Zöchinger ging in den wohlverdienten Ruhestand, Nachfolgerin wurde Frau Mag. Florentina Gareiß, BSc.



Bei einem Besuch in St. Pölten bedankte sich Vorstandsvorsitzender Ronald Söllner bei Herrn Roth für sein langjähriges ehrenamtliches Engagement und wünschte Herrn Siegl für seine neue Aufgabe alles Gute.

Vernetzungstreffen **Demenz Selbsthilfe** Austria

Der bundesländerübergreifende Austausch von Selbsthilfegruppen der Demenz Selbsthilfe Austria fand am 25. Juni 2022 in Graz statt. Coronabedingt gab es eine reduzierte Teilnehmerzahl, zwei Teilnehmerinnen waren per Zoom zugeschaltet.

Nach den Berichten der einzelnen Gruppen stellten sich die neuen Gruppen vor:

So gibt es in Innsbruck die Gruppe „Leben mit Vergessen“ für Menschen mit demenziellen Veränderungen, geleitet von Christina Pletzer. In Wien bietet Angela Pototschnigg bei Alzheimer Austria eine „Peer-Beratung“ an. Es ist wichtig, den Betroffenen eine Stimme zu geben und auf ihre Wünsche und Bedürfnisse einzugehen – frei nach dem Motto „nichts über uns ohne uns.“ Ebenfalls in Wien wurde 2020 die Unterstützte Gruppe „Über den Berg kommen“ für Menschen, die am Beginn einer demenziellen Erkrankung stehen, ins Leben gerufen. Der Austausch Betroffener, unterstützt von Johanna Püringer, wird sehr gut angenommen. Monika Kripp bietet auf ihrer Homepage www.mentebene.com eine „Erste Hilfe-Box – Neurokognitive Störungen“ als E-Book an, in der es viele Informationen über Unterstützungsmöglichkeiten nach der Diagnose einer demenziellen Erkrankung gibt.



Vorne: Friedrich Gottardi, Hanna Fiedler, Antonia Croy. Hinten: Bernhard Possert, Christina Pletzer, Angela Pototschnigg, Felicitas Maurer, Claudia Knopper

Der Dachverband Demenz Selbsthilfe Austria (DDSA) wurde vorgestellt und im Herbst fand die Gründungsitzung statt. Er ist ein Zusammenschluss von Selbsthilfegruppen für Betroffene

und Angehörige im Bereich Demenz. Es ist ein überparteilicher und unabhängiger Verband von Selbsthilfeinitiativen im Demenzbereich nach dem Motto „gemeinsam sind wir stark“. Der Verein fördert österreichweite Vernetzung und einen offenen und interdisziplinären Austausch. Außerdem bietet er unter www.demenzselbsthilfeaustria.at einen Überblick über Selbsthilfeinitiativen und erleichtert Menschen mit demenziellen Erkrankungen und ihren Angehörigen die Suche nach Selbsthilfegruppen in ihrer Region. Der Dachverband hat sich als Serviceleister die nationale wie auch internationale Interessensvertretung der Mitgliederorganisationen zum Ziel gesetzt und engagiert sich als Wissens- und Informationsplattform für Sensibilisierung, Bewusstseinsbildung und Öffentlichkeitsarbeit im Bereich kognitiver Einschränkungen (= Demenz).

Die Selbsthilfegruppe „Vergiss mein nicht“ ist im Herbst 2022 dem Dachverband Demenz Selbsthilfe Austria als Mitglied beigetreten.

Vereinstag in Baden

Obwohl die Krebs-Selbsthilfegruppe Baden und Umgebung seit Sommer 2022 keine Vereinsstruktur mehr aufweist, konnte man trotzdem am 24. September am Vereinstag in Baden teilnehmen. In der Innenstadt und den Parkanlagen präsentierten sich mehr als 60 Vereine und informierten viele Besucher aus Baden und Umgebung über ihre Aktivitäten.

Das neue Rollup der Gruppe, das aufgrund der Namensänderung notwendig geworden war, vorbeikommende und interessierte Journalisten und die vorbereiteten neuen Folder und Infoblätter mit Tipps für Krebs protektive Ernährung leisteten sicher einen wesentlichen Beitrag zur Erhöhung des Bekanntheitsgrades der Gruppe in der Badener Öffentlichkeit.

Dank des zwar frischen, aber wunderschönen Wetters und der perfekten Organisation wurde diese Veranstaltung ein großer Erfolg und Gruppenleiterin Maria Eisenbauer hofft, dass diese im nächsten Jahr wiederholt wird.





Landesrat Martin Eichtinger mit Katharina Kern, einer Patientin, und ihrer Tochter Mia, bei einem Besuch in Melk.

Foto: NLK Pfeffer



Grenzüberschreitende Kooperation soll weiterentwickelt werden

Eichtinger: Bei einem Arbeitsgespräch in Znaim diskutierten Vertreterinnen und Vertreter aus Südmähren und Niederösterreich neue mögliche Themen der künftigen Zusammenarbeit.

„Grenzüberschreitende Projekte verbessern die Versorgung der Bevölkerung auf beiden Seiten der Grenze. Seit 14 Jahren arbeiten Niederösterreich und Südmähren bereits im Gesundheitsbereich zusammen. Eine Vorzeigekooperation ist etwa jene zwischen dem Landesklinikum Melk und dem Krankenhaus Znaim zum Thema Endometriose. Das Interesse unserer Partnerregionen an einer weiteren Zusammenarbeit bestätigt unseren EU-Kurs“, so Landesrat Martin Eichtinger. Bei einem Arbeitsgespräch im Krankenhaus Znaim betonte der Kreishauptmann der Region Südmähren, Jan Grolich, die Bedeutung der grenzüberschreitenden Zusammenarbeit und sagte seine Unterstützung für die Arbeit des Znaimer Krankenhauses zu.

„Im Zuge des Treffens diskutierten Vertreterinnen und Vertreter des Gesundheitswesens aus Südmähren und Niederösterreich konkrete Themen für eine mögliche Erweiterung der Zusammenarbeit“, so Judith Kramer, Projekt-

zuständige, Initiative Healthacross, NÖ Landesgesundheitsagentur.

In weiteren Schritten sollen Themen, wie grenzüberschreitende Palliativversorgung, invasive Kardiologie und Schlaganfall, genauer ausgearbeitet werden, um zu prüfen, ob sie für künftige grenzüberschreitende Projekte infrage kommen.

Ziel von grenzüberschreitenden Projekten der Initiative Healthacross, ist es, Vorarbeiten für grenzüberschreitende Zusammenarbeit zu leisten, Kontakte zu knüpfen, Erfahrungen und Wissen zwischen Expertinnen und Experten beider Regionen auszutauschen und Kooperationen aufzubauen, die nach Ende des Projektes in den Regelbetrieb übergehen können – wie es auch beim letzten gemeinsamen Projekt mit Südmähren „Gemeinsam grenzenlos gesund“ der Fall war. Hier ist die Zusammenarbeit im Bereich der Endometriose bereits zum Alltag geworden.

Endometriose ist eine chronische Erkrankung, bei der Gebärmutterwu-

cherungen außerhalb der Gebärmutter auftreten. Starke Schmerzen sind möglich. Die Fruchtbarkeit kann beeinträchtigt sein. Da Endometriose schwer zu erkennen ist, kann es Jahre dauern, bis die Diagnose gestellt wird.

www.healthacross.at



Prim. Dr. Leopold Wanderer (Ärztlicher Direktor und Leiter der Gynäkologie, LK Melk), Martin Pavlík (Direktor des Znojmo-Krankenhauses), Judith Kramer und Kerstin Kolm (Healthacross, NÖ Landesgesundheitsagentur), Jan Grolich (Landeshauptmann der Region Südmähren), Zdeněk Monhart (Stellvertreter des LPP-Krankenhauses Znojmo), Radek Chvátal (Leiter der Abteilung für Gynäkologie und Geburtshilfe) und Julia Sarikyan Healthacross (Healthacross, NÖ Landesgesundheitsagentur)

Foto: Healthacross

Kontakt zum Verein:

Mag.^a Anna Wegl
Tel.: 0650 37 32 425
E-Mail: anwe@aon.at



Herbstausflug des Vereins „Das behinderte Kind“

Einen herbstlichen Ausflug machte der Kremser Elternverein „Das behinderte Kind“ in den Naturpark und ins Stift Geras sowie zur Windmühle und auf den Hauptplatz von Retz. Unter der Leitung von Obfrau Mag.^a Anna Wegl, ihrer Stellvertreterin Monika Schwarz sowie Kassierin Hilde Steinhauer wurde auch heuer wieder ein integrativer Ausflug für die Mitgliedsfamilien organisiert.

Der Verein engagiert sich seit 1975 für Inklusion in Krems, war massiv am Entstehen von Wohnheimen und Werkstätten im Raum Krems beteiligt und finanziert und organisiert heute diverse Therapieangebote sowie Sport, Kunst und Bildung für seine Mitglieder.



HILFE FÜR ANGEHÖRIGE
PSYCHISCH ERKRANKTER

HPE Niederösterreich freut sich, dass die jährliche Tagung der HPE - Hilfe für Angehörige psychisch Erkrankter - erstmals in St. Pölten stattfindet!

Wege gemeinsam gehen.

Psychische Erkrankung und Genesung in verschiedenen Lebensphasen.

Psychische Erkrankungen können in jedem Lebensalter auftreten. Damit sind auch die Herausforderungen für Betroffene und deren Familien altersentsprechend unterschiedlich.

Wenn sehr junge Menschen erkranken ist es neben einer adäquaten Behandlung das Ziel, Ausbildung, Berufsförderung und soziale Fähigkeiten zu fördern. Dabei steht einer personenorientierten Betreuung oft eine kategorische Trennung zwischen der Kinder- und Jugendpsychiatrie sowie der Erwachsenen-Psychiatrie entgegen. Wir wollen aufzeigen, wie diese künstliche Trennung überwunden werden kann.

Im Erwachsenen-Alter ist für viele Erkrankte und auch Angehörige das Thema Partnerschaft von großer Bedeutung. Mit Erfahrungsberichten möchten wir zu neuen Blickwinkeln und Diskussionen einladen.

Im höheren Lebensalter wiederum kann es für Angehörige schwierig sein, für älter gewordene psychisch Erkrankte geeignete Unterstützungen oder auch Institutionen zu finden. Denn oft wird unter dem Begriff „Gerontopsychiatrie“ ausschließlich die Betreuung von Menschen mit Demenz verstanden.

Bei all den Herausforderungen gibt es jedoch viele Menschen, deren Krankheitsverlauf die berechtigte Hoffnung auf Besserung, Gesundheit und eine gute Lebensqualität aller Beteiligten deutlich macht. Mit Berichten und Gesprächen mit diesen Betroffenen wollen wir Beispiele und Wege aufzeigen.

Die Tagung findet am 28. und 29. April 2023 in St. Pölten im Bildungshaus St. Hippolyt statt.

Informationen finden Sie unter: www.hpe.at

Bei Unzustellbarkeit zurück an: DV-NÖSH
Wiener Straße 54/Stiege A, 3100 St. Pölten

DACHVERBANDSBÜRO GESCHLOSSEN

Das Büro des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe in St. Pölten ist von 23. Dezember 2022 bis einschließlich 8. Jänner 2023 geschlossen.

In dringenden Fällen senden Sie uns ein Mail an info@selbsthilfenoe.at. Wir melden uns so bald wie möglich.

Termine „Soziale Drehscheibe Waldviertel“

Auch im kommenden Jahr ist Ronald Söllner im Rahmen der „Sozialen Drehscheibe“ an folgenden Tagen in der Zeit von 09:00 bis 14:00 im Waldviertel unterwegs und steht Ihnen für persönliche Beratungen gerne zur Verfügung:

Freitag, 13. Jänner 2023
Freitag, 27. Jänner 2023
Freitag, 10. Februar 2023
Freitag, 24. Februar 2023
Freitag, 17. März 2023
Freitag, 31. März 2023
Freitag, 14. April 2023
Freitag, 28. April 2023
Freitag, 12. Mai 2023
Freitag, 16. Juni 2023
Freitag, 30. Juni 2023

Um die Termine koordinieren zu können, bitte wir um vorherige Anmeldung unter
Tel.: 02742 226 44-11
Mail: ruby@selbsthilfenoe.at

Alle Termine finden unter Einhaltung der zu diesem Zeitpunkt allgemein gültigen Covid-19-Sicherheitsmaßnahmen statt und können, wenn notwendig, auch abgesagt werden.

Mit herzlichen Weihnachtsgrüßen verbinden wir unseren Dank für die vertrauensvolle und angenehme Zusammenarbeit.
Wir wünschen Ihnen eine besinnliche Adventszeit, ein friedvolles Weihnachtsfest und für das neue Jahr Gesundheit, Glück und viel Erfolg.

Ronald Söllner

Vorstandsvorsitzender im Namen des Vorstands und
des Büroteams des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe



Foto: www.freepik.com