



BLICK PUNKT

Österreichische Post AG
SM 232043712 S
Dachverband NÖ Selbsthilfe, Wiener Straße 54, 3100 St. Pölten

**DAS MAGAZIN DES
DACHVERBANDES
DER NÖ SELBSTHILFE**

AUSGABE 01/2023



Neuer Online- und Werbeauftritt des Dach- verbandes NÖ Selbsthilfe

Herzlichen Dank für Ihre Arbeit



Wir leben in einer Zeit großer Herausforderungen. Gerade in schwierigen Zeiten braucht es Halt und Sicherheit und dabei spielen Selbsthilfegruppen eine wichtige Rolle. Es geht hier zum einen um Menschen, die Hilfe brauchen und zum anderen auch um jene, die Menschen helfen, die vom Schicksal schwer geprüft werden.

Die Selbsthilfegruppen in Niederösterreich leisten dabei eine wichtige Arbeit mit viel Engagement, Einsatz

und Herzblut. Seitens des Landes sind wir sehr dankbar dafür.

Denn jeder kann in die Lage kommen, in der er Hilfe braucht, um sich selber helfen zu können.

In unserem täglichen Tun sind wir stets gefordert, der Hektik des Alltags standzuhalten und die herausfordernden Zeiten zu meistern. Dabei vergessen wir oft auf uns selbst. Wir vergessen, in uns hineinzuhören, auf die Signale unseres Körpers zu achten und zu erkennen, dass wir Hilfe brauchen. In so einer Situation braucht es Hilfe und Beistand von Menschen, die da sind, die helfen wollen und auch können.

Darum ist es so wichtig, dass es den Dachverband der NÖ Selbsthilfe seit über 20 Jahren als ersten Ansprechpartner gibt.

Als Landeshauptfrau freut es mich zu wissen, dass die Selbsthilfe in unserem Land von so vielen Menschen mitgetragen wird. Und das ist ein tolles Zeichen für das Miteinander. Danke!

Johanna Mikl-Leitner
Landeshauptfrau

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, Telefon: 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, Ybbser 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** Vorschau 2023
- 4** Erfolgreiche Bilanz der „Tut gut!“-Schwerpunktsetzung
- 5** Vorsorgetag Traisenpark
- 6** LGA: Weltfrauentag
- 8-9** Dachverband NÖ Selbsthilfe: Öffentlichkeitsarbeit 2022
- 10** NÖMTA: Dauerthema Bildung
- 11** LGA: Über 38 Personen über 100 Jahre in NÖ Pflege- und Betreuungszentren
- 12** Umbau Universitätsklinikum Krems
- 14-15** Neues Autismuszentrum in der Thermenregion
- 16** Bewegung fördern im Pflegezentrum
- 17** Neue Methode der Tumorbehandlung
- 18** Assistierte Dialyse zuhause
- 19** Ehrenzeichen an Peter Maly/Generationswechsel MS-Selbsthilfegruppe Mistelbach
- 21** Vorsorgetag Amstetten
- 22** Adventfahrt der „Pinken Löwinnen“
- 23** 1 Jahr Selbsthilfegruppe „Vergiss-DICH-nicht!“
- 24** Aktivitäten SHG Polyneuropathie/Neue Landingpage BSVÖ
- 25** „Du bist ein Geschenk“
- 26** Zwei neue Primärversorgungszentren in NÖ
- 27** Themenabend SHG Herz- und Lungentransplantierten
- 28** ÖCIG: Tag der offenen Türe
- 29** Aktion Kinderherz Österreich/ Tanztherapie Parkinson-SHG Amstetten-Mauer
- 30** COPD-Austria – Unterwegs mit Sauerstoff
- 31** Einladung Angehörigentagung der HPE Österreich
- 32** INFO-Stammtische 2023/ ÖCIG: Einladung Workshop „Reha light“

Voller Schwung und Elan ins neue Jahr

Liebe Leserinnen und Leser!

Das Gespräch miteinander und der Erfahrungsaustausch sind meiner Meinung nach wesentliche Aspekte in der Selbsthilfe. Aus diesem Grund möchte ich Sie/Euch auf diesem Wege zu unseren diesjährigen Veranstaltungen recht herzlich einladen.

INFO-Stammtische 2023

Das Thema der heurigen INFO-Stammtische ist „Erfolgsfaktor Persönlichkeit – Erfolgreich im Team bzw. in der Selbsthilfegruppe“. Schlüsselfaktoren für eine erfolgreiche Zusammenarbeit sind die Stärken, Bedürfnisse und Verhaltensstile ihrer Gruppenmitglieder zu kennen und ihre Potentiale in der Gruppe zu fördern.

Mit Hilfe unserer Referentin, Frau Dr.ⁱⁿ Barbara Frühwirt, lernen Sie sich und andere besser verstehen und können dadurch die Effektivität in der Gruppe erhöhen.

Weitere Veranstaltungen 2023

Erneut erwarten Sie/Euch im restlichen Jahresverlauf weitere abwechslungsreiche und hochwertige Veranstaltungen, wie im Frühsommer unser

Selbsthilfe-Workshop im Stiftsrestaurant Heiligenkreuz. Sowohl im Mai als auch im Oktober laden wir sehr herzlich zum jeweils 2-teiligen Workshop „Lebenslust Potpourri“ mit Frau Mag.^a Andrea Hochsteger ein.

Für den Herbst planen wir wieder unsere Fachexkursion in die einzigartige Ambiente von Schloss Thalheim. Weiters findet voraussichtlich im November unsere NÖ Selbsthilfe-Landeskonferenz statt, wo wir all jene Selbsthilfegruppen ehren möchten, die im Jahr 2023 ein rundes Jubiläum gefeiert haben bzw. feiern.

Im Rahmen dieser Veranstaltung möchten wir neun NÖ Landeskliniken für weitere vier Jahre als „Selbsthilfefreundliche Krankenhäuser“ auszeichnen.

Des Weiteren möchte ich Sie/Euch darüber informieren, dass wir im heurigen Jahr ein neues, überarbeitetes Selbsthilfeverzeichnis auflegen werden und auch die Soziale Drehscheibe im Waldviertel wird in bewährter Weise 2023 weitergeführt.



Im Namen des Vorstandes und des Büroteams des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe wünsche ich Ihnen/Euch und Ihren/Euren Familien ein schönes, erholsames Frühjahr 2023.

Ihr/Euer
Ronald Söllner





Erfolgreiche Bilanz der „Tut gut!“-Schwerpunktsetzung

Landesrat a.D. Eichtinger: „Mehr als 30.000 Haushalte direkt erreicht, deutliche Steigerung bei der Teilnahme an den Lebensstilprogrammen und eine gelungene Webinar-Premiere.“

Insgesamt 18 Monate wurde Niederösterreich seit Juli 2021 mit den „Tut gut!“-Schwerpunkten Bewegung, Ernährung und mentale Gesundheit bespielt. Neben einer noch stärkeren Berücksichtigung der Inhalte in bestehenden Programmen von „Tut gut!“ wurden Kampagnen in Print, Radio, Online und Social Media umgesetzt. Webinar- und Videoformate sowie neue Broschüren und Gewinnspiele ergänzten das Angebot für die Bevölkerung. Fazit: „Tut gut!“ tut Niederösterreich gut und liefert bewusstseinsbildende Informationen und zeitgemäße Motivationstreiber in Sachen Gesundheitsförderung frei Haus.

„Wir wollen unsere niederösterreichischen Landsleute mit dem Angebot von ‚Tut gut!‘ nicht nur in Bewegung bringen und mental fit halten, sondern auch zu einer saisonalen und regionalen Ernährungsweise ermuntern. Denn ein gesunder Lebensstil führt zu mehr Wohlbefinden“, betont **Landesrat a.D. Martin Eichtinger**.



Landesrat a.D. Martin Eichtinger und „Tut gut!“-Geschäftsführerin Alexandra Pernsteiner-Kappl zogen eine erfolgreiche Bilanz der drei Halbjahresschwerpunkte Bewegung, Ernährung und mentale Gesundheit.

Fotos: NLK | Burchhart

Gewinnspiele und Webinare als Türöffner

Rund 13.000 Entspannungs-, Ernährungs- und Bewegungspackages haben im Rahmen von Online-Gewinnspielen die Aufmerksamkeit auf die breite Themenpalette gelenkt. Dazu kamen noch 18.000 Exemplare der „Tut gut!“-Wanderboxen, dem absoluten „Renner“ im Sortiment der Gesundheitsvorsorge des Landes Niederösterreich. 25.000 Downloads auf den Schwerpunktseiten von noetutgut.at sowie

über 3.000 Teilnehmende an den Webinaren der Expertinnen und Experten zeigen das enorme Interesse der Bevölkerung.

Großer Beliebtheit erfreuten sich aber auch die Präsenzangebote, wie aktuelle Zahlen zeigen: rund 20 Prozent mehr Kontaktaufnahmen bei den Lebensstilprogrammen „Vorsorge Aktiv“ und „Vorsorge Aktiv Junior“ sowie eine mit 8.000 Besucherinnen und Besuchern sehr erfolgreiche Premiere des neuen Eventformats „Tut gut!“-Vorsorgetag in der Rosenarcade Tulln.

Die Vorsorgetage werden auch 2023 in NÖ Einkaufszentren fortgesetzt.

Landesrat a.D. Martin Eichtinger und „Tut gut!“-Geschäftsführerin Alexandra Pernsteiner-Kappl bei der Durchsicht der brandneuen Karten des „Tut gut!“-Bewegungsergänzungsmittels AKTIVITÄT+.

Großer Erfolg des „Tut gut!“-Vorsorgetages in St. Pölten

Rund 15.000 Personen besuchten am Samstag, dem 25. Februar 2023, im Zuge des zweiten „Tut gut!“-Vorsorgetages den Traisenpark in St. Pölten. Mit diesem Veranstaltungsformat zielt die „Tut gut!“-Gesundheitsvorsorge bewusst auf das Präsenzpublikum in einem Einkaufszentrum ab und erreicht damit zahlreiche Menschen mit dem Thema „Gesundheit“ im Alltag.

Den interessierten Besucherinnen und Besuchern wurden von mehr als 20 Ausstellern Beratung, Mitmach-Angebote und zahlreiche Info-Broschüren direkt zwischen den Shops geboten. „Vielen Dank an die Centerleitung des Einkaufszentrums Traisenpark, alle teilnehmenden Organisationen und Aussteller! Unser Vorsorgetag in der Region NÖ-Mitte war ein voller Erfolg und hat unsere Erwartungen übertroffen“, freut sich „Tut gut!“-Geschäftsführerin Alexandra Pernsteiner-Kappl, die gemeinsam mit Landtagsabgeordneten Florian Krumböck und St. Pöltens Vizebürgermeister Harald Ludwig unter den BesucherInnen war.

Im Fokus des „Tut gut!“-Vorsorgetages standen Bewegung, Ernährung und mentale Gesundheit sowie Selbsthilfe- und Vorsorgeangebote. Das Spektrum reichte dabei bei freiem Eintritt von Demenz- und Ernährungsberatung über Blutdruck-, Blutzucker- und Lungenfunktionsmessungen sowie einem Seh- und Hörtest bis hin zur Bioelektrischen Impedanzanalyse zur Messung der Körperzusammensetzung und einer Kinderstation mit Ausmalvorlagen und einer Buttonmaschine.



Folgende Mitglieder des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe haben am Vorsorgetag im Traisenpark teilgenommen:

Club 81 St. Pölten – Club für Behinderte und Nichtbehinderte
 Brustkrebs – Pinke Löwin – Verein St. Pölten und Umgebung
 Österr. Vereinigung Morbus Bechterew – Landesstelle NÖ
 Selbsthilfegruppe Pankreaskarzinom
 Selbsthilfegruppe Polyneuropathie St. Pölten
 Selbsthilfegruppe Rheuma St. Pölten



Zum **Weltfrauentag** am 8. März: Rund **75 Prozent** der NÖ **LGA-Mit-** **arbeiterInnen** sind **weiblich**

Aktuell gibt es unter dem Dach der NÖ Landesgesundheitsagentur in den NÖ Kliniken und NÖ Pflegezentren von den insgesamt rund 28.000 MitarbeiterInnen über 20.600 weibliche MitarbeiterInnen. Damit ist deutlich, dass Medizin und Pflege immer mehr in weiblichen Händen liegen.

In den 27 NÖ Klinikstandorten arbeiten knapp 22.500 MitarbeiterInnen davon sind über 16.200 weiblich. In den insgesamt 50 NÖ Pflege-, Betreuungs- und Förderzentren liegt der Anteil der Frauen noch höher und zwar bei 84 Prozent, das entspricht 4.400 Frauen, die hier arbeiten.

„Die Zahlen zeigen, dass Frauen die Stützen unseres Gesundheitssystems sind, auch auf Führungsebene. In den NÖ Kliniken sind 59 Prozent und in den NÖ Pflegezentren 72 Prozent der Führungskräfte weiblich. Daher bedanke ich mich anlässlich des Weltfrauentages ganz besonders bei allen Mitarbeiterinnen, die tagtäglich im Gesundheits- und Pflegewesen in Niederösterreich im Einsatz sind.“, erklärt

Frauenlandesrätin Christiane Teschl-Hofmeister.

Seit Jänner 2018 ist Dr.ⁱⁿ Susanne Davies im LK Hollabrunn ärztliche Direktorin und im Jänner 2023 folgte im LK Baden-Mödling mit Dr.ⁱⁿ Claudia Herbst die zweite Frau an der Spitze eines Klinikums. „Die NÖ Landesgesundheitsagentur als Arbeitgeber fördert Frauen in Führungspositionen. Als Frau in dieser Position fühle ich mich sehr wohl. Das beruht darauf, dass ich als gleichwertige Partnerin im Führungsteam in meinem Klinikum und in Kooperation mit anderen Kliniken angenommen werde. Der Umgang mit der Belegschaft ist bilateral respektvoll, wertschätzend und unterstützend. Auch mir persönlich ist es wichtig, Frauenför-

derung umzusetzen“, erklärt die neue ärztliche Direktorin aus dem Klinikum Baden-Mödling, Dr.ⁱⁿ Claudia Herbst.

„Als Arbeitgeber unterstützen wir unsere MitarbeiterInnen, ihr Potential zu erkennen und zu nutzen. Mit wohnortnahen und sicheren Jobs, bezahlter Mittagspause, Angeboten zur Kinderbetreuung sowie flexiblen Arbeitszeiten versuchen wir unseren MitarbeiterInnen viele Möglichkeiten zur Vereinbarung von Familie und Beruf zu bieten. Erst kürzlich haben wir eine Betreuungseinrichtung für die Kinder der MitarbeiterInnen des Landesklini- kums Mistelbach-Gänserndorf eröffnet. Bis zu 55 Kinder von ein bis sechs Jahren können dort betreut werden“, so Konrad Kogler, Vorstand der NÖ LGA.



Im Gespräch: Landesrätin Christiane Teschl-Hofmeister mit dem Team aus dem PBZ Bad Vöslau



Landesrätin Christiane Teschl-Hofmeister mit Claudia Ohr (Pflegeassistentin im PBZ Bad Vöslau)

Fotos: NÖ LGA | Philipp Monihart

Heute an morgen denken.

**LANDES
GESUNDHEITS
AGENTUR**

Gesund und gepflegt. Ein Leben lang.

Wir haben was zu bieten.

Ausbildung zum Pflegeberuf in ganz Niederösterreich.

- ✓ **Finanzielle Unterstützung** bei Weiterbildungen
- ✓ **Krisensicherer Arbeitsplatz** vor der Haustüre
- ✓ **Karrieremöglichkeiten** innerhalb größtem Gesundheitsunternehmen in NÖ
- ✓ Abwechslungsreiche Tätigkeiten in einem **modernen Unternehmen**
- ✓ **Sonderurlaub** zur Kindererziehung
- ✓ Betriebskindergärten und Ferienbetreuung (standortabhängig)

JOBS IN DER REGION. EIN BERUFSLEBEN LANG.



Dachverband NÖ Selbsthilfe: Öffentlichkeitsarbeit und Werbung 2022

Die Nachfrage nach dem Selbsthilfeverzeichnis 2021 war erfreulicherweise so groß, dass bis auf einige wenige Restexemplare alle Verzeichnisse ausgegeben wurden. Daher erstellte der Dachverband NÖ Selbsthilfe 2022 ein neues Verzeichnis.

Seit der letzten Auflage wurden wiederum einige Gruppen aufgelöst und es kamen wiederum neue Gruppen dazu. Ebenso haben GruppenleiterInnen ihre Arbeit im Bereich der Selbsthilfe beendet und neue Mitglieder haben die Leitung übernommen. Des Weiteren ändern sich auch immer wieder Telefonnummern und Mailadressen bei bestehenden GruppenleiterInnen.

Das Layout wurde überarbeitet und Vorwörter von Landeshauptfrau Johanna Mikl-Leitner, Landesrat a.D. Martin Eichinger und Generaldirektor Mag. Bernhard Wurzer eingeholt.

Das Selbsthilfeverzeichnis wurde an alle Selbsthilfegruppen, an die Service-Center der ÖGK, an alle Gemeinden und Bezirkshauptmannschaften in NÖ, an alle Universitäts- und Landesklini-



ken in NÖ und einige Kooperationspartner (z.B. PSD der Caritas, ÖZIV, Therapiezentrum Buchenberg) versendet.

Erfreulicherweise ist die Nachfrage auch am Verzeichnis 2022 derart groß, dass bereits ein Großteil der 3.000 Verzeichnisse an die oben genannten Stellen verteilt wurde.

Neue Homepage des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe

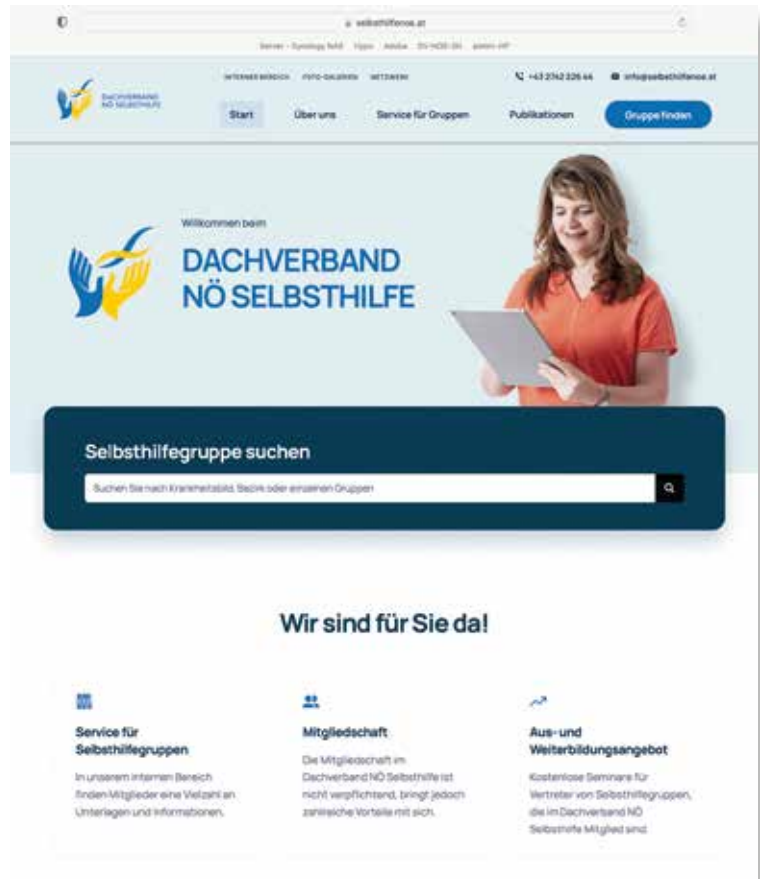
Die alte Homepage des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe basierte auf einer „Joomla-Version“, für die es im heurigen Jahr ein Update geben wird und dieses Update hätte die Homepage des Dachverbandes zerstören oder Teile verschwinden lassen können.

Wenn weiterhin mit der alten Version der Homepage gearbeitet worden wäre, wären auch enorme Sicherheitslücken entstanden. Daher empfahl eine IT-Firma dem Dachverband NÖ Selbsthilfe eine neue Homepage zu erstellen.

Dies geschah in Kooperation mit der Firma RAUREIF, die ein modernes Konzept erstellte und das Content-Management entsprechend der aktuellen Anforderungen anpasste, u.a. neue, verbesserte Funktionen bei der Suche nach Selbsthilfegruppen (z.B. Suche nach Ort, Bezirk, Krankheitsbild, Verknüpfung mit Google Maps).

Werbematerialien neu

Diverse Werbematerialien wurden im vergangenen Jahr ebenfalls erneuert (Roll ups, Informationsfolder, Blöcke), da auf den bestehenden Materialien veraltete Logos aufgedruckt waren.





Christine Rosenbach

NÖ Monitoring-Ausschuss: Dauerthema Bildung

Ende Februar 2023 fand die erste Sitzung des NÖ Monitoring-Ausschusses statt und das Dauerthema „Bildung“ bestimmte wieder die Diskussionen. Anlass ist diesmal der Entwurf eines Sonderberichtes der Monitoring-Ausschüsse des Bundes und der Länder anlässlich der 2. Staatenprüfung der Republik Österreich durch den UN-Fachausschuss zum Artikel 24 – Bildung.

Sonderbericht der österreichischen Monitoring-Organen zum Thema Bildung

Im Artikel 24 der UN-Behindertenrechtskonvention wird das Recht von Menschen mit Behinderung auf Bildung festgeschrieben. Alle Menschen sollen Zugang zu inklusiver und hochwertiger Bildung haben, und zwar auf allen Ebenen, von der Elementarbildung über höhere Schulen und Universitäten bis hin zu lebenslangem Lernen im Erwachsenenalter.

Sonderschulen entsprechen nicht der UN-Konvention. Das hat auch der NÖ Monitoring-Ausschuss in seiner Empfehlung „Inklusive Bildung“ 2017 festgestellt. Der damals geforderte Inklusions-Fahrplan für den Bildungsbereich wurde bis dato nicht vorgelegt –

allerdings befindet sich ein „Stufenplan zur inklusiven Bildung – Fokus Behinderung“ in NÖ in Ausarbeitung. Auch verringerte sich die Zahl von Sonderschulen in NÖ von 77 auf 74 und es wurden auch keine neuen Sonderschulen errichtet.

Bereits bei der 1. Staatenprüfung 2013 und im Schattenbericht der österreichischen Monitoring-Organen 2020 wurde ein Ausbau des inklusiven Schulsystems gefordert. Tatsächlich ist aber die Integrationsquote österreichweit von 61 % auf 60 % zurückgegangen; in NÖ liegt die Integrationsquote mit 53,10 % leider noch unter dem österreichweiten Durchschnitt.

Im Sonderbericht Bildung werden als konkrete Kritikpunkte unter anderem die Einstellung der inklusiven Modellregionen (Kärnten, Steiermark und Tirol) und die Barrieren für Schülerinnen und Schüler mit sonderpädagogischem Förderbedarf (= SPF) ein 11./12. Schuljahr zu besuchen angeführt. Für diese Schuljahre benötigen Kinder mit SPF eine Genehmigung des Schulleiters und der Schulbehörde; es ist gesetzlich nicht näher geregelt, unter welchen Voraussetzungen eine Geneh-

migung erteilt werden muss oder abgelehnt werden darf. Damit werden Kinder mit SPF gegenüber Kindern ohne Förderbedarf ungleich behandelt. Im Vergleich zu anderen Bundesländern wird in NÖ ein sehr hoher Prozentanteil der Anträge auf ein 11. oder 12. Schuljahr bewilligt (Schuljahr 2022/23: gesamt 218 Anträge – 209 Bewilligungen, 9 Ablehnungen).

Die Staatenprüfung Österreichs durch den UN-Fachausschuss erfolgt auf der Grundlage des Staatenberichtes Österreichs 2019 und der Schattenberichte aus der Zivilgesellschaft und der österreichischen Monitoring-Ausschüsse aus 2020 und des Sonderberichtes Bildung aus 2023. Mit diesen Grundlagen wird die Staatenprüfung im August/September 2023 in Genf fortgesetzt. Über das Ergebnis, inwieweit Österreich seinen Verpflichtungen aus der UN-Behindertenrechtskonvention nachgekommen ist, wird berichtet.

NÖ MONITORING-AUSSCHUSS

Tel. 02742 9005-16212;

E-Mail: post.gbb@noel.gv.at

www.noel.gv.at/monitoringausschuss



**SHOPPING
GENUSS
ERLEBNIS**

find us on
f i
www.traisenpark.at

Traisenpark
HERBERGPAZIERT

80 STORES

**1.100 ÜBERDACHTE
GRATIS PARKPLÄTZE**

**GRÖSSTES RESTAURANT-
VIERTEL ST. PÖLTENS**

38 Personen über 100 Jahre leben in NÖ Pflege- und Betreuungszentren

ST. PÖLTEN /SCHREMS. Durch den demographischen Wandel ist davon auszugehen, dass im Jahr 2035 rund 106.000 über 80-Jährige und damit Hochaltrige in ganz Niederösterreich leben. Mit der steigenden Lebenserwartung soll auch das Angebot in den NÖ Pflege- und Betreuungszentren steigen. Aktuell gibt es 38 Personen über 100 Jahre, die in den 50 Pflegezentren in NÖ leben.

Aktuell leben in den NÖ Pflege- und Betreuungszentren 21 Personen, die über 100 Jahre alt sind und 17 Personen haben ihren 100. Geburtstag gefeiert. „Der 100. Geburtstag ist wirklich etwas ganz Besonderes – vor allem, wenn man noch aktiv die Erfahrungen aus einem Jahrhundert teilen kann“, so die zuständige Landesrätin Christiane Teschl-Hofmeister. Auch Frau Rosina Steindl wurde am 17. Februar 100 Jahre alt und lebt seit 2020 im PBZ Schrems. Gemeinsam mit ihrer Familie, MitarbeiterInnen und Ehrengästen, wie unter anderem Landesrätin Christiane Teschl-Hofmeister, feierte sie ihren runden Geburtstag.

Aufgrund der demographischen Entwicklung ist zu erkennen, dass die Anzahl der hochaltrigen Menschen bis zum Jahr 2035 ansteigen wird. „Die Zahlen zeigen uns aber auch, dass die Menschen in Niederösterreich in Zukunft länger und bei besserer Gesundheit leben und erst später ins Pflegezentrum kommen bzw. Pflegeangebote annehmen. Dennoch planen wir in Niederösterreich vorausschauend die Versorgung der älteren Menschen. Bis 2030 investiert das Land NÖ rund 300 Millionen Euro in den Neu-, Zu- und Umbau der Pflege- und Betreuungseinrichtungen“, so Teschl-Hofmeister.

Mit dem Altersalmanach prüft das Land Niederösterreich die aktuellen Entwicklungen und plant entsprechende Maßnahmen. Bis 2030 werden an bestehenden Standorten zusätzliche Plätze geschaffen und der Komfort und die Qualität in den Häusern verbessert. Letztes Jahr im Sommer wurde die Gleichfeier für den Neubau des Pflege- und Betreuungszentrums Kornneuburg gefeiert und der Neubau für das Pflege- und Betreuungszentrum in Bad Vöslau beschlossen. „Auch in der Ausbildung haben wir mit dem Bildungscampus Mauer oder auch mit dem neuen Standort der FH Mistelbach mehr Plätze geschaffen. Zusätz-



V.l.n.r.: DGKP Magda Schwarzova, Landesrätin Christiane Teschl-Hofmeister und Jubilarin Rosina Steindl

Fotos: NÖ LGA | PBZ Schrems



Landesrätin Christiane Teschl-Hofmeister besuchte Rosina Steindl, die am 17. Februar ihren 100. Geburtstag im PBZ Schrems feierte und gratulierte ihr herzlich. Gleichzeitig bedankte sie sich bei den MitarbeiterInnen für ihren unglaublichen Einsatz bei ihrer täglichen Arbeit im PBZ.

lich gibt es für Auszubildende im Pflegebereich eine Prämie“, erklärt Teschl-Hofmeister.

Großer Umbau im Universitätsklinikum Krems

Krems - Bis Ende 2024 finden im Universitätsklinikum Krems umfangreiche Umbauarbeiten statt. Die Umbauarbeiten sind ein wichtiger Schritt in Richtung Modernisierung, sowohl im Bereich der PatientInnenversorgung als auch für die MitarbeiterInnen des Klinikums.

Das Universitätsklinikum Krems ist seit dem Jahr 1981 ein umfassender Gesundheitsdienstleister für die Region. Mit den Schwerpunkten in den Bereichen der Kardiologie, der Onkologie und dem Bewegungsapparat, sowie als einziges Thoraxzentrum in ganz Niederösterreich ist das Klinikum über die Jahre zudem eine zentrale Anlaufstelle für PatientInnen aus ganz Niederösterreich geworden.

Um den Anforderungen des umfangreichen Versorgungsauftrags gerecht zu werden, wurde nun mit den für die PatientInnenversorgung notwendigen Umbauarbeiten begonnen.

So werden die Operationssäle sowie der Aufwachraum im Zuge eines klar definierten Stufenplans saniert und somit auf den neuesten Stand der Technik gebracht. Zeitgleich werden die 6-Bett-Zimmer im 4. Stock und anschließend im 6. Stock zu kleineren Räumen (höchstens drei Betten) mit eigenen Badezimmern umgebaut. Anschließend folgen alle weiteren Stockwerke, um so alle 6-Bett-Zimmer umbauen zu können. Diese Maßnahme sichert einen zeitgemäßen Standard von PatientInnenzimmern und fördert vor allem die Genesung von PatientInnen, welche nach Operationen und Therapien besonders viel Ruhe benötigen.

Ebenfalls zeitgleich finden notwendige technische Sanierungen im Haupthaus des Klinikums statt. Es werden die Wasser- und Hydrantenleitungen



V.l.n.r.: Dipl.-Ing. Josef Streimelweger, Ing. Roman Semler, MBA und Ing. Thomas Fischer bei einer Baubesprechung

Foto: UK Krems

erneuert, die Brandmeldeanlage erweitert und die Stromversorgung für das gesamte Haus angepasst.

„Alle pflegerischen und medizinischen Bereiche unseres Hauses, insbesondere aber auch der Technikbereich, sind in der derzeitigen Planungsphase und in den darauffolgenden Umbauphasen maximal gefordert. Die Maßnahmen beeinflussen das Klinikum maßgeblich, werden aber zukünftig eine große Verbesserung für die PatientInnenversorgung, aber auch für die täg-

liche Arbeit unserer MitarbeiterInnen mit sich bringen. Bis dahin bitten wir PatientInnen und MitarbeiterInnen um Verständnis“, erklärt Ing. Roman Semler, MBA, kaufmännischer Direktor des Universitätsklinikums Krems. Die Arbeiten finden im laufenden Betrieb statt und dies verursacht in der Koordination der externen Dienstleister und der Aufrechterhaltung der PatientInnenversorgung eine enorme Belastung. Ziel ist der Abschluss aller notwendigen Maßnahmen bis Ende 2024.

SPARKASSE
Niederösterreich Mitte West

Was zählt, ist ein
verlässlicher
Partner und eine
Bank, die an Sie
glaubt.

spknoe.at



SCHLOSS THALHEIM

Harmonie in höchster Vollendung

Erholung und Genuss für alle Sinne – **Schloss THALHEIM** ist der ideale Ort für einzigartige Feiern, Seminare oder einen kulinarischen Ausflug in das mehrfach ausgezeichnete Restaurant „Am Schlossgarten“.

Innerhalb der historischen Mauern werden auf sehr behutsame Weise Kulinarik und Entspannung auf höchstem Niveau kombiniert. Das außergewöhnliche Ambiente, die haubenprämierte Küche, erstklassiges Service und bezaubernde Gärten machen Ihren Aufenthalt zu einem einzigartigen Erlebnis.

Der Charme der historischen Gemäuer lässt auch Sie eintauchen in eine ganz besondere Welt – genießen Sie eine Auszeit vom Alltag.

SCHLOSS THALHEIM



Thalheim 22 | 3141 Kapelln

Tel: +43 2784 200 79

reservierung@schlossthalheim.at



www.schlossthalheim.at

Neues **Autismuszentrum** in der **Thermenregion** entsteht

Eichtinger/Fidler/Gobara: Kinder und Jugendliche mit Autismuspektrum-Störung erhalten im Autismuszentrum Sonnenschein eine individuell angepasste Therapie durch ein interdisziplinäres Team. Bisher gab es dieses Angebot in Niederösterreich nur in St. Pölten. 2024 soll ein weiterer Standort in Wiener Neustadt eröffnen.



Landesrat a.D. Martin Eichtinger, Prim.ⁱⁿ Dr. in Sonja Gobara, MSc, Leiterin des Autismuszentrums Sonnenschein und KommR Ing. Norbert Fidler, Landesstellenausschussvorsitzender der ÖGK in Niederösterreich mit der Visualisierung des Gebäudes der „WNSE Wiener Neustadt. Standort. Entwicklung GmbH“, in das das Autismuszentrum kommendes Jahr einziehen wird.

Foto: NLK Pfeffer

Ein Prozent der Weltbevölkerung hat Autismus, in Niederösterreich sind das 1.000 Kinder im Vorschulalter. „Mit dem Start des Autismuszentrums Sonnenschein in St. Pölten erhielten Kinder 2015 erstmals ein eigenes Zentrum. Seitdem zeigt sich, welche positiven Effekte eine passende Therapie haben kann. Um noch mehr Kinder behandeln und betreuen zu können, wird es 2024 einen weiteren Standort in der Thermenregion geben. Mit dem zweiten Standort des Autismuszentrums

Sonnenschein in Wiener Neustadt ist Niederösterreich das Bundesland mit der besten Versorgung in Österreich, wenn es um Kinder mit einer Autismuspektrum-Störung geht. Kein anderes Bundesland hat ein ähnliches Netzwerk in dieser Form“, betont **Landesrat a.D. Martin Eichtinger**. Sechs Expertinnen und Experten werden den Dienst im Autismuszentrum aufnehmen.

Der laufende Betrieb von jährlich rund 850.000 Euro soll je zur Hälfte

durch den NÖ Gesundheits- und Sozialfonds und den NÖ Krankenversicherungsträgern in Niederösterreich finanziert werden.

„Als Österreichische Gesundheitskasse sind wir froh und stolz darauf, gemeinsam mit dem Land NÖ einen wesentlichen Finanzierungsbeitrag zu leisten, dass das Erfolgsmodell „Autismuszentrum Sonnenschein“ nun auf einen weiteren Standort in Niederösterreich übertragen wird“, sagt der **Landesstellenausschussvorsitzende der ÖGK in Niederösterreich, KommR Ing. Norbert Fidler**: „Damit setzen wir einen weiteren Meilenstein bei der bedarfsgerechten Versorgung von Kindern und Jugendlichen, die mit einer besonderen Herausforderung ins Leben gehen. Unabhängig von der finanziellen Situation ihrer Familie erhalten sie von hochkarätigem Fachpersonal die Hilfe, die sie brauchen. Wir sind dankbar für die langjährige Expertise unseres Partners bei diesem Projekt, dem Verein Sonnenschein. So sind wir sicher, dass in Wiener Neustadt ein weiteres Leuchtturmprojekt entsteht, wo diese jungen Menschen sozialen Rückhalt und die notwendige Unterstützung erfahren, damit sie ein eigenständiges, selbstbestimmtes Leben führen können.“

„Studien belegen, dass durch eine frühe Diagnostik, einen frühen Thera-

piebeginn und eine hohe Therapieintensität nicht nur die Entwicklung des einzelnen Kindes positiv beeinflusst werden kann, sondern auch sekundäre Störungen vermieden werden können, wie beispielsweise selbst- und fremdaggressives Verhalten und die vermehrte Betreuung in institutionellen Einrichtungen“, so **Prim.in Dr. in Sonja Gobara, MSc. Die Leiterin des Autismuszentrums Sonnenschein**: „Umso mehr freut es uns, dass wir in Zukunft auch in der Thermenregion unsere Leistungen anbieten können. Was das Team betrifft, starten wir mit einer Ärztin, zwei speziell geschulten Psychologinnen, einer Logopädin, einer Ergotherapeutin sowie einer administrativen Kraft. Besonders freut uns, dass wir Räumlichkeiten für das Autismuszentrum gefunden haben: Wir werden in das von der Stadt Wiener Neustadt geplante Ärztezentrum in der Martinsgasse einziehen. Damit stehen Finanzierung, Räumlichkeiten und das Team“, so die Autismus-Expertin.

Zurzeit laufen die Detailplanungen für das Ärztezentrum, für das neben dem Autismuszentrum auch verschiedene Ordinationen vorgesehen sind. Noch im ersten Halbjahr 2023 soll mit den Bauarbeiten begonnen werden. Die ersten Ärztinnen und Ärzte werden voraussichtlich im Herbst 2024 einziehen können.

Rund 1.000 Kinder im Vorschulalter haben in NÖ Autismus

Zwar bedeutet das nicht, dass für alle Therapiebedarf besteht. Da die Thermenregion aber eine besonders bevölkerungsreiche Region ist, rechnet man in der Region mit einem hohen Bedarf an Angeboten für Kinder im Spektrum. Am Standort St. Pölten – als Beispiel – wurden allein 2022 insgesamt 75 Kinder mit einer Autismusspektrum-Störung betreut und behandelt. – 40 von ihnen erhielten eine

intensive Behandlung, 30 nutzten diagnostische Leistungen, fünf Diagnostik und Behandlung. Insgesamt wurden übrigens seit der Eröffnung 2015 300 Patientinnen und Patienten mit deren Familien betreut. Für Eltern gibt es in St. Pölten eigene Elterntrainings und Elterngruppe unter Supervision.

Seminare und Podcasts bieten Informationen

Seit Frühling 2022 bietet das Autismuszentrum Sonnenschein auch Seminare und Podcasts an. Die Podcast-Reihe startete am Weltautismustag am 2. April 2022, bisher gibt es sieben Folgen. Die Podcasts richten sich an Eltern, Menschen im Spektrum, Fachpersonen und Interessierte und informieren über verschiedene Themen rund um Autismusspektrum-Störungen, wie etwa: Wie kann ich mit meinem Kind spielen? Welche Therapiemöglichkeiten gibt es?

Podcasts, Infos, Videos: www.autismuszentrum-sonnenschein.at/wissen-erfahrungen



ZUHAUSE ESSEN:
UM DEN GENUSS MEHR

Das Zustellservice vom Roten Kreuz

☎ 059 144 8200 + Ihre PLZ

NEU

Die Rufhilfe-Uhr vom Roten Kreuz



Im Notfall sofort griffbereit!

Auch beim Gassigehen.

☎ 0820 / 820 144

rufhilfe.at



Aus Liebe zum Menschen.

 ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ
NIEDERÖSTERREICH

WWW.ZUHAUSEESSEN.AT

WWW.RUFHILFE.AT

Wieder Walzer: Bewegung fördern im Pflegezentrum

Landesrätin Christiane Teschl-Hofmeister stellte im Pflege- und Betreuungszentrum Vösendorf ein Pilotprojekt zur Bewegungsförderung für SeniorInnen in Niederösterreich unter dem klingenden Namen „WiWa - Wieder Walzer“ erstmals vor. Die erste von insgesamt 12 Einheiten hat im PBZ Vösendorf gemeinsam mit Heidi Sykora (Leistungssport Austria) stattgefunden.

30 % aller SeniorInnen über 65 Jahren und 50 % aller über 80-jährigen stürzen mindestens einmal im Jahr. 20 bis 50 % aller Stürze ziehen medizinische Folgen nach sich. „Es ist eine erfreuliche Entwicklung, dass die Niederösterreicherinnen und Niederösterreich eine immer höher werdende Lebenserwartung haben. Wir wollen mit einer Verbesserung der allgemeinen Fitness und Koordination die Verletzungsgefahr, insbesondere bei Stürzen, reduzieren. Das Projekt „WiWa – Wieder Walzer“ bereitet den Seniorinnen und Senioren nicht nur Freude, es fördert zugleich das Bewegungsbewusstsein“, so Landesrätin Christiane Teschl-Hofmeister. Das neue Projekt „WiWa – Wieder Walzer“ startet im Pflege- und Betreuungszentrum Vösendorf als Pilot-

projekt gemeinsam mit dem Leistungssport Austria. Jeden Montag haben die BewohnerInnen die Möglichkeit, bei Gruppenübungen teilzunehmen.

Stürze resultieren meist aus zu wenig Bewegung – mit Folgen wie eingeschränkter Kraft (der Beine), reduzierter Gleichgewichtsfähigkeit, reduzierter Koordination, aber auch reduzierter Knochendichte, was infolge von Bewegungsmangel, während der Covid-19-Pandemie noch verstärkt wurde. Genau hier setzt das Pilotprojekt „WiWa – Wieder Walzer“ an. Wieder Walzer ist eine Bewegungsinitiative mit Schwerpunkt Sturzprävention für SeniorInnen in Niederösterreich ab dem 60. Lebensjahr, die in einer Senioren-/Pflegeeinrichtung leben. Das

Programm eignet sich sowohl für mobile Personen als auch für jene mit Gehhilfe oder Bewegungseinschränkung. Der Walzer als Symbol wurde bewusst gewählt, da er einerseits an eine schöne Tradition der Bewegung erinnern soll und andererseits die Bewegungseinheiten mit Elementen aus dem klassischen Tanz ergänzt werden.

„Die NÖ Landesgesundheitsagentur sieht klar die mittel- und langfristigen Vorteile eines solchen Bewegungsprogramms. Ziel des Pilotprojektes ist es, das Sturzrisiko und die Häufigkeit von Stürzen bei den SeniorInnen zu reduzieren, deren Bewegungsbewusstsein zu schärfen und die Angst vor Stürzen abzubauen.“, so Konrad Kogler, Vorstand der NÖ LGA.



V.l.n.r.: Heidi Sykora (Leistungssport Austria), Barbara Hagenhofer (Pflege- und Betreuungsleitung), Michaela Zanko (Direktorin-Stv. und Managerin Wirtschaft und Support), NÖ LGA Vorstand Konrad Kogler, Landesrätin Christiane Teschl-Hofmeister, Direktorin Elisabeth Grötzl mit den beiden Bewohnerinnen Emma Riehs und Elfriede Gold

Foto: NÖ LGA | Philipp Monihart

Ziele der Bewegungsförderung mit Schwerpunkt Sturzprävention an den Pflege- und Betreuungszentren in Niederösterreich:

1. das Sturzrisiko und die Häufigkeit von Stürzen bei den SeniorInnen zu reduzieren,
2. deren Bewegungsbewusstsein zu schärfen,
3. die Angst vor Stürzen abzubauen,
4. positive Entwicklung von Koordination und Training der geistigen Fähigkeiten, Stichwort Demenz,
5. Verbesserung der allgemeinen Fitness und Koordination und somit positive Auswirkung auf die Gesundheit und Lebenserwartung,
6. das Training nachhaltig an den Standorten zu etablieren (u. a. durch Schulung des Personals und Freiwilliger).



Prim. Univ. Prof. Dr. Wolfgang Krampla, MBA, Leiter des Instituts für Radiologie (rechts) mit den MitarbeiterInnen des LK Korneuburg-Stockerau Maximilian Grabmayer, Oberärztin Dr.ⁱⁿ Alice Bodinger, Florian Uhl, Christoph Prohaska und dem Applikationsspezialisten Martin Sommer nach der ersten Tumorentfernung in der Lunge mittels Kryo-Ablation am Landes-klinikum Korneuburg-Stockerau.

Foto: NLK Pfeffer

Am Landesklinikum Korneuburg-Stockerau wurde vor Kurzem bei einem Patienten mit einem Tumor in der Lunge eine Kryo-Ablation, das heißt eine Vereisung des krankhaften Gewebes, angewendet. Dieser Eingriff wurde erstmals in Österreich an der Lunge durchgeführt. Im Zuge einer Biopsie – eine Gewebentnahme mittels einer Nadel zur Abklärung der Art des Tumors – wurde über denselben Stichkanal eine derartige lokale Tumorbehandlung angeschlossen.

Neue Methode der Tumorbehandlung

Der für die Patienten sehr schonende Eingriff der Kryo-Ablation (Vereisung) an der Lunge wurde erstmals in Österreich durchgeführt.

Für Landeshauptfrau-Stellvertreter Stephan Pernkopf ist diese neue Technik ein Beweis dafür, dass „Niederösterreich für Spitzenmedizin steht und auf sein Personal, das hochkomplex und hochspezialisiert arbeitet, stolz sein kann. Unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter erbringen täglich Höchstleistungen für die Gesundheit unserer Patientinnen und Patienten.“

Primarius Univ.-Prof. Dr. Wolfgang Krampla, MBA, Leiter des Instituts für Radiologie erklärt: „Hierbei wird punktgenau das krankhafte Gewebe bei minus 40 Grad abgefroren und dadurch zerstört. Das umliegende gesunde Gewebe wird geschont und

bleibt erhalten. Der Eingriff erfolgt in einer kurzen Narkose über einen oder mehrere zwei Millimeter große Einstichstellen.“ Die Kryotherapie stellt ein minimal-invasives Verfahren dar, dessen Vorteile in der geringen Belastung der PatientInnen, der schnellen und guten Schmerzreduktion sowie in der Möglichkeit wiederholter Anwendungen liegen. Nach dem erfolgreichen Eingriff konnte der Patient nach wenigen Tagen bereits wieder entlassen werden.

Schon im Vorjahr hat das Landesklinikum Korneuburg-Stockerau die erste Kryo-Ablation eines bösartigen Nierentumors bei einem Patienten in Niederösterreich erfolgreich durchgeführt.

Warum sich immer mehr Onkologen über den Patientenwunsch nach einer Misteltherapie freuen

In den letzten Jahren hat die Behandlung von Krebskrankheiten durch „Präzisionsmedizin“ einen großen Aufschwung genommen. Dies führt, trotz aller Erfolge, zu einer Therapieaufsplitterung, die den Nöten vieler Krebspatient(inn)en nur teilweise gerecht wird. Gegenüber diesen auf die Zellzerstörung zielenden Therapieprinzipien ist der Ansatzpunkt der Misteltherapie die synergistische Unterstützung der Abwehrkräfte - also ein Miteinander, kein „Anstatt“!

So, wie sich zuvor der Tumor in der Interaktion mit dem zunehmend ausgeschalteten Immunsystem entwickelt hat, unterstützt die Mistel eine Rückentwicklung durch einen aktiven Sterbeprozess der Tumorzellen (Apoptose), der nun seinerseits anregend auf das Immunsystem wirkt.

Der wichtige Prozess der Apoptose wird maßgeblich durch eine begleitende Misteltherapie unterstützt, die damit auch die Maßnahmen der gezielten Tumorerstörung oft entscheidend ergänzt. Dadurch und – ganz nebenbei – durch die deutliche Reduktion therapiebedingter Nebenwirkungen spendet sie den Patientinnen und Patienten häufig auch jene Energie, die Therapien gut

durchzuhalten, was dann oft sogar höhere Dosierungen der onkologischen Standardtherapie erlaubt.

Das macht sich, klinisch sehr positiv, unter anderem in der Reduktion der häufig quälenden Fatigue (Erschöpfung), verbessertem Schlaf und Appetit bemerkbar und erhält viele Patienten auch unter belastenden Therapien arbeitsfähig, ja trägt entscheidend dazu bei, dass diese auch Bewegung und sogar Sport machen können.

Die Mistelpflanze ist somit ein wertvoller und preiswerter Helfer der Onkologen, die Therapie kann von jedem Hausarzt durchgeführt werden. Verzichteten Sie nicht auf diese wertvolle Unterstützung aus der Natur! ■



Foto: Stock

i Nähere Informationen zur Misteltherapie und in deren Anwendung besonders erfahrene Ärzte finden Sie unter:



Assistierte Dialyse zuhause: International prämiertes Vorzeige-Projekt soll in Niederösterreich ausgeweitet werden

Seit mehr als 15 Jahren betreut ein Team rund um Prim. Assoc. Prof Dr. Martin Wiesholzer Patientinnen und Patienten, die für die Dialyse zuhause Unterstützung benötigen. Bisher war das Projekt auf den Raum St. Pölten beschränkt. Das soll sich in Zukunft ändern, die sogenannte assistierte Peritonealdialyse nach und nach auf ganz Niederösterreich ausgedehnt werden.

„Unser Ziel ist die bestmögliche Versorgung der Bevölkerung. Das Projekt von Prim. Assoc. Prof. Dr. Wiesholzer zeigt, dass begleitete Bauchdialyse zuhause funktioniert. Um mehr Patientinnen und Patienten in Niederösterreich diese Behandlung zu ermöglichen, wurde in der NÖ Landes-Zielsteuerungskommission der Ausbau der assistierten Peritonealdialyse in Niederösterreich beschlossen“, sagt Landesrat a.D. Martin Eichtinger.

„Die Österreichische Gesundheitskasse arbeitet österreichweit am Ausbau und der Weiterentwicklung der Gesundheitsversorgung. Die assistierte Peritonealdialyse in Niederösterreich ist eine Möglichkeit Patientinnen und Patienten die lebensnotwendige Therapie so einfach wie möglich anzubieten, ihnen damit körperliche Belastungen zu nehmen und Lebensqualität zurückzugeben“, sagt der Vorsitzende des Landesstellenausschusses der Österreichischen Gesundheitskasse in Niederösterreich,

Ing. Norbert Fidler. „Ich bin froh, dass wir ab sofort dieses erfolgreiche Pilotprogramm ausweiten und einer größeren Patientengruppe anbieten können. Dafür danke ich unserem Partner, dem Land Niederösterreich.“

In Niederösterreich werden derzeit zwei Formen der Nierenersatztherapie angeboten. „Beide Therapieformen sind als medizinisch gleichwertig anzusehen“, erläutert Prim. Assoc. Prof. Dr. Martin Wiesholzer, Leiter der Klinischen Abteilung für Innere Medizin 1, Universitätsklinikum St. Pölten.

Gerade für viele ältere Menschen mit mehreren Erkrankungen kann der Weg ins sowie der häufige und lange Aufenthalt im Krankenhaus belastend sein. Für sie würde sich die Dialyse zuhause anbieten. Lassen Fingerfertigkeit und Organisationsfähigkeit jedoch nach, brauchen sie für die Durchführung der Bauchdialyse Unterstützung. Und genau diese ermöglicht das Team rund um Prim. Assoc. Prof. Dr. Wiesholzer aus dem Universitätsklinikum St. Pölten seit über 15 Jahren.

Vor einem Dialysegerät: Prim. Assoc. Prof. Dr. Martin Wiesholzer, Leiter der Klinischen Abteilung für Innere Medizin 1, Universitätsklinikum St. Pölten, Michaela Mittelstrasser, Dipl. Gesundheits- und Krankenpflegerin, Ing. Norbert Fidler, der Vorsitzende des Landesstellenausschusses der Österreichischen Gesundheitskasse in Niederösterreich, Karl Brandstetter, Patient aus Pottenbrunn, und Landesrat a.D. Martin Eichtinger



Durch die Dialyse zuhause haben Patientinnen und Patienten mehr Zeit, um soziale Kontakte zu pflegen. Prim. Assoc. Prof. Dr. Martin Wiesholzer, Leiter der Klinischen Abteilung für Innere Medizin 1, Universitätsklinikum St. Pölten, Karl Brandstetter, Patient aus Pottenbrunn, Landesrat a.D. Martin Eichtinger und Ing. Norbert Fidler, der Vorsitzende des Landesstellenausschusses der Österreichischen Gesundheitskasse in Niederösterreich

Fotos: NÖGUS

Ausrollung auf ganz Niederösterreich

Das Peritonealdialyse-Team UK St. Pölten kann derzeit nicht mehr als fünf Patientinnen bzw. Patienten betreuen. Daher soll das Programm ausgeweitet werden: zunächst auf mehrere Personen in der Region und dann in einem weiteren Schritt auf ganz Niederösterreich.

Die Expertinnen und Experten aus St. Pölten wollen dabei künftig vor allem Personen der mobilen Hauskrankenpflege schulen, die künftig Patientinnen und Patienten bei der Dialyse begleiten.



Ehrenzeichen-Überreichung im NÖ Landhaus

LH Johanna Mikl-Leitner sagt Ehrenmitglied Peter Maly DANKE für besondere Leistungen.

Landeshauptfrau Johanna Mikl-Leitner überreichte am 7. März 2023 im Sitzungssaal des NÖ Landtages in St. Pölten 29 Ehrenzeichen für Verdienste um das Bundesland Niederösterreich, eine Ehrenplakette des Landes Niederösterreich, drei Gedenkmedaillen des Landes Niederösterreich, fünf Berufstitel sowie zwei Ehrenzeichen für Verdienste um die Republik Österreich. Unter den Geehrten befand sich auch einer der Gründer des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe und heutiges Ehrenmitglied, Herr Peter Maly.

Vorstandsvorsitzender Ronald Söllner gratuliert im Namen des gesamten Vorstands und Büroteams des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe Herrn Peter Maly zur verdienten Auszeichnung.

Foto: NLK Filzwieser



Generationswechsel in der MS-Selbsthilfegruppe Mistelbach

Josef Exiller, der die Diagnose MS im Jahr 1975 erhielt, hat die MS-Selbsthilfegruppe in Mistelbach vor mittlerweile 23 Jahren gegründet, mit dem Ziel die Mitglieder zu informieren und sich bei monatlich stattfindenden Treffen auszutauschen.

Gerne denkt er an die Zeit zurück als die Pharmafirmen großzügig Vorträge

von Ärzten, Therapeuten und dergleichen finanzierten und auch gerne ein Buffet für die Mitglieder und deren Angehörige spendierten. Unter den Highlights waren auch mehrmalige Auftritte der Travestiegruppe rund um Sascha Rier.

Für das 20-jährige Bestehen wurde die Gruppe am 23. November 2022 vom Dachverband NÖ Selbsthilfe, von

Johanna Mikl-Leitner, dem Vorstand der NÖ Gesundheitsagentur Konrad Kogler und dem Generaldirektor der ÖGK Bernhard Wurzer geehrt.

Nun war es für Herrn Exiller an der Zeit das Zepter weiterzugeben, mit Petra Janker geht die Gruppe in die nächste Generation.

Die MS-Selbsthilfegruppe Mistelbach trifft sich jeden letzten Donnerstag im Monat im Dorfwirtshaus Eibesthal. Dort tauscht man sich mit verschiedenen Experten aus, macht Spiele-, Bastel- sowie Übungsabende. Im Sommer freuen sich die Mitglieder der Selbsthilfegruppe auf ihren Heurigenbesuch.

Petra Janker geht davon aus, dass es sehr viele Betroffene und auch Angehörige im Raum Mistelbach gibt und sie würde sich sehr freuen, wenn sie den einen oder anderen in ihrer geselligen Runde begrüßen dürfte.



Foto: www.foto-kraus.at



ÖAMTC. Ihre Mobilität zählt.

- ▶ **ÖAMTC Behinderung & Mobilität - Infos und Beratung**
 - ▶ www.oeamtc.at/behinderung-mobilitaet
 - ▶ ☎ +43 1 711 99 21283
- ▶ **ÖAMTC Mitgliedschaft für Menschen mit Behinderungen ermäßigt**
 - ▶ www.oeamtc.at/mitgliedschaft/mitgliedschaft-behinderung
- ▶ **Gehörlosenservice – Beratung in Gebärdensprache**



Ein gutes Gefühl, beim Club zu sein.

00084_20 | ÖAMTC 2017/2018/2019

WANNE RAUS, DUSCHE REIN!

Viterma zaubert aus Ihrer alten Badewanne eine sichere, ebenerdige Dusche. Unser individuell anpassbares Duschsystem integriert sich perfekt in Ihr bestehendes Bad.

Jetzt unverbindlichen Beratungstermin vereinbaren: 0800 20 22 19



- ✦ Umbau innerhalb weniger Tage zum Fixpreis
- ✦ Innovatives Wandsystem ohne Fugen verhindert Schimmel, ist unempfindlich und pflegeleicht
- ✦ Individuelle Farbauswahl für Wände und Duschtasse
- ✦ Mögliche Farben für dieses Bad: alt und neu harmonieren perfekt



Fachbetrieb in Niederösterreich
Infos & Beratungstermin:
Tel. 0800 20 22 19
www.viterma.com



Elektro- und Installationsarbeiten werden gemeinsam mit befugten Partnerfirmen für Sie umgesetzt.

Großer **Erfolg** des „Tut gut!“- **Vorsorgetages** in Amstetten

Trotz frühlingshafter Temperaturen durfte man sich am vergangenen Samstag, 18. März 2023, seitens „Tut gut!“ und der Centerleitung des City Center Amstetten über zahlreichen Besuch im Zuge des dritten „Tut gut!“-Vorsorgetages freuen. Mit diesem Veranstaltungsformat zielt die „Tut gut!“-Gesundheitsvorsorge bewusst auf das Präsenzpublikum in einem Einkaufszentrum ab und erreicht damit zahlreiche Menschen mit dem Thema „Gesundheit“ im Alltag.

Den interessierten Besucherinnen und Besuchern wurden von mehr als 20 Ausstellern Beratung, Mitmach-Angebote und zahlreiche Info-Broschüren direkt zwischen den Shops geboten.

„Vielen Dank an die Centerleitung des City Centers Amstetten und allen teilnehmenden Organisationen sowie Ausstellern! Unser Vorsorgetag in der Region Mostviertel war ein voller Erfolg und hat unsere Erwartungen übertroffen“, freut sich „Tut gut!“-Geschäftsführerin Alexandra Pernsteiner-Kappl.



Im Fokus des „Tut gut!“-Vorsorgetages standen Bewegung, Ernährung und mentale Gesundheit sowie Selbsthilfe- und Vorsorgeangebote. Das Spektrum reichte dabei bei freiem Eintritt von Demenz- und Ernährungsberatung über Blutdruck-, Blutzucker- und Lungenfunktionsmessungen sowie einem Seh- und Hörtest bis hin zur Bioelektrischen Impedanzanalyse zur Messung der Körperzusammensetzung und einer Kinderstation mit Ausmalvorlagen und einer Buttonmaschine.

Adventfahrt der „Pinken Löwinnen“

Das Wetter hätte nicht besser sein können, als die Mitglieder des Vereins „Pinke Löwin“ am 19. November ihren Adventausflug, bei herrlich winterlicher Landschaft, nach Linz starteten.

Erster Stopp war die Firma Backaldrin in Asten. Der Guide führte die TeilnehmerInnen durch das faszinierende Paneum, auch „Wunderkammer des Brotes“ genannt. Peter Augendopler legte 2015 den Grundstein für das einzigartige Projekt rund ums Brot. Zu besichtigen waren jahrtausendalte Kunst- und Kulturobjekte rund um das Thema Brot, ägyptische Kornmumien, peruanische Totempfähle, Meißener Porzellan, chinesische Getreidespeicher, Zunftgeräte, Gemälde, tausende Bücher und noch sehr viel Interessantes.

Nach einem guten Mittagessen im Gasthaus zum goldenen Löwen machten sich die TeilnehmerInnen auf zu einem Rundgang



durch die Stiftsbasilika St. Florian und zündeten dort eine Kerze an.

Beim Christkindlmarkt am Hauptplatz von Linz und am Adventmarkt im Volksgarten fand man Handwerksstände, eine Holzschmiede mit einer Schmiedevorführung, eine Weihnachtspyramide, ein Krippenspiel und noch vieles mehr.

Ein paar Damen machten mit dem Bummelzug eine Fahrt durch die Linzer Innenstadt, einige wärmten sich bei einem heißen Glühwein und andere wiederum konnte man im Café Glockenspiel bei Kaffee und leckerer Mehlspeise antreffen, bevor es dann mit dem Bus wieder gemeinsam nach Hause ging.

Erfreulicher Start ins Jahr 2023

Nach den schwierigen letzten Jahren ist das Jahr 2023 für die Mitglieder der Frauenselbsthilfe nach Krebs – Verein Mödling und Umgebung erfreulicherweise recht gut angelaufen.

Am 15. Februar hielt Frau Prof.ⁱⁿ Dany Sigel eine lustige Faschingslesung für die Mitglieder des Vereins.

Am 1. März durften sich die TeilnehmerInnen auf den Fachvortrag von Frau Dr.ⁱⁿ Egger freuen, der coronabedingt leider schon mehrmals verschoben werden musste und jetzt endlich gehalten werden konnte.



HURRA!!!! Die Selbsthilfegruppe „Vergiss-DICH-nicht!“ feierte 1. Geburtstag!

Die Diagnose „Demenz“ löst bei An- und Zugehörigen Ängste und Verunsicherungen aus. Der beste Weg sich dagegen zu wehren, ist es sich mit der Krankheit auseinanderzusetzen, sich zu informieren, auszutauschen und einander zu stärken.



Um An- und Zugehörigen von Menschen mit Demenz im Raum Zwettl einen Ort zum gegenseitigen Austausch zu geben, wurde im Februar 2022 die SHG „Vergiss-DICH-nicht!“ gegründet.

In den monatlichen Treffen setzen sich die Anwesenden mit der Krankheit auseinander, sie tauschen ihre persönlichen Erfahrungen aus und geben einander emotionale Unterstützung.

Nun konnte am 10. Februar 2023 bei einem verlängerten Meeting Geburtstag gefeiert werden. Bei einem köstlichen Buffet und in ungezwun-



„Die Gruppe ist für mich ein zweites Zuhause – ich fühle mich geborgen!“

„Ich war in einer emotionalen Sackgasse und völlig überfordert. Ich habe in der Gruppe lernen dürfen, dass ich auch an mich denken darf und nicht bis zum Umfallen pflegen muss!“

„Mit meiner durch den Erfahrungsaustausch in der Gruppe veränderten Sichtweise, konnte ich an den Herausforderungen wachsen und erkennen, dass ein Leben in Würde und vielen Glücksmomenten für mich und meinen Partner mit Demenz möglich ist!“

gener Atmosphäre fielen im Rückblick auf das erfolgreiche erste Jahr Aussagen wie:

„Ich habe in der Gemeinschaft gelernt, mit der Krankheit besser umzugehen.“

„Ich fühle mich nicht mehr so allein! Ich war viel zu lange Einzelkämpferin!“

„Für mich ist es wichtig, einen Ort zu haben, an dem ich frei und offen alles aussprechen kann, was ich auf dem Herzen habe.“



Diverse **Aktivitäten** der **Selbsthilfegruppe Polyneuropathie St. Pölten**

Für Anfang November 2022 organisierte der Leiter der Selbsthilfegruppe Polyneuropathie St. Pölten, Herr August Cencic, für seine Mitglieder eine äußerst informative Führung durch das Regierungsviertel in St. Pölten. Frau Elisabeth Grimm vom Amt der NÖ Landesregierung zeigte dabei den TeilnehmerInnen das neu gestaltete und umgebaute NÖ Landhaus.

Zum Gruppentreffen am 16. Dezember 2022 lud August Cencic die Mitglieder seiner Gruppe zu einer Lesung aus dem zweiten Buch der Glasperlen-



reihe von Frau Gina Hofmann ein. Im Anschluss daran fand in den Räumlichkeiten des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe eine kleine Weihnachtsfeier mit gemütlichem Beisammensein als Jahresabschluss statt.

Im neuen Jahr gibt es wieder jeden 3. Donnerstag im Monat die Gruppentreffen der Selbsthilfegruppe Polyneuropathie St. Pölten im Seminarraum des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe

(Wiener Straße 54, 3100 St. Pölten) und natürlich sind auch wieder verschiedene Aktivitäten geplant.

Haben Sie Interesse an der Teilnahme an den Gruppentreffen oder haben Sie Fragen zum Thema Polyneuropathie?

Sie erreichen Herrn Cencic unter der Tel.Nr.: 0664 734 280 56 oder per Mail unter august.cencic1955@gmail.com.



Blinden- und Sehbehindertenverband Österreich (BSVÖ): Alles unter einem Dach!

Neue Landingpage geht online



BLINDEN- UND SEHBEHINDERTENVERBAND
WIEN, NIEDERÖSTERREICH UND BURGENLAND

Mit 1. März 2023 ist die neue Landingpage des Blinden- und Sehbehindertenverbandes und seiner sieben spendenbasierten Landesorganisationen online. Jetzt finden Sie Ihre lokale Anlaufstelle auf einen Klick!

Gemeinsam mit der österreichischen Webagentur LimeSoda wurde die neue Landingpage nach modernen Standards errichtet und vereint, was den BSVÖ und seine Landesorganisationen BSV

Kärnten, BSV Oberösterreich, BSV Salzburg, BSV Steiermark, BSV Tirol, BSV Vorarlberg, BSV Wien, Niederösterreich und Burgenland) ausmacht: landesweite Erreichbarkeit und nationale Kompetenz. Auch die Hörbücherei des BSVÖ (mit eigener Produktion und mehr als 15.000 barrierefreien Titeln die größte des Landes) ist hier vertreten.

Blinden und sehbehinderten Menschen, Interessierten und Interessenver-

treterInnen bietet die Webseite einen klaren Überblick und ermöglicht eine schnelle und unkomplizierte Navigation. Die Suche nach regionaler Vertretung, nach geeigneten AnsprechpartnerInnen oder nach ExpertInnen zu nationalen Themen, führt nun in nur wenigen Klicks zum Ziel.

Besuchen Sie uns unter:
<https://www.bsv-austria.at>



Du bist ein Geschenk

Am 7. Dezember feierte die Selbsthilfegruppe der Herz- und Lungentransplantierten NÖ nach zwei Jahren wieder die Weihnachtsfeier im Gasthaus Winkler. Unter dem Motto „Du bist ein Geschenk“ begrüßten die Gruppenleiterinnen Karin Sethaler und Silvia Scholz die Teilnehmenden.

Das Weihnachtsfest löst bei vielen von uns alljährlich wiederkehrende Gedanken, Gefühle und Fragen aus: Was war dieses Jahr gut, und was nicht so gut? Von welchen lieben Menschen mussten wir vielleicht Abschied nehmen, und wer ist neu in unser Leben getreten? So hielt man eine Schweigeminute für alle verstorbenen Freundinnen und Freunde aus der Selbsthilfegruppe.

Wer selbstlos schenkt, wird selbst glücklich

Nicht Schenken voller Hintergedanken, sondern Schenken einfach so, aus vollem Herzen, mit dem einzigen Zweck, einem oder mehreren oder sogar vielen Menschen Freude zu machen. Auf unserem Weg durch das Jahr treffen Stunde für Stunde Geschenke bei uns ein, aber wir widmen ihnen kaum eine Aufmerksamkeit. Der tiefe Atemzug in frischer Luft, die Blüte am Wegesrand, der Regenbogen der sich nach einem Regen zeigt, das Lächeln eines anderen Menschen, ... dies alles trägt immer die Schleife des Geschenks. Man mag es nun Glück oder gütiges Schicksal, Gnade oder Segen nennen – es kommt jedenfalls auf eines hinaus: Es liegt auf dem Gabentisch des Lebens und steht nicht in den Regalen des Supermarktes oder liegt auf dem Bankkonto.

Nach den Geschichten, Texten und Weihnachtsliedern konnten die TeilnehmerInnen das Weihnachtsmenü genießen und anschließend eine gemütliche Zeit im Lichterschein des wunderschönen Christbaums verbringen.



Die TeilnehmerInnen der Selbsthilfegruppe der Herz- und Lungentransplantierten NÖ bei der gemeinsamen Weihnachtsfeier im Gasthaus Winkler

st.pölten

ENERGIESPARMEISTER:IN



Energie sparen.
Umwelt retten.
500 Euro gewinnen.

Zeig uns, wie du dich
für den Planeten stark machst.
Schon kleine Änderungen im
Alltag können viel bewirken.

st-poelten.at/energiesparmeister




Zwei weitere Standorte für Gesundheitszentren in Niederösterreich beschlossen

In der finalen Sitzung der NÖ Landes-Zielsteuerungskommission im Jahr 2022 wurden am 19. Dezember weitere Standorte für Primärversorgungseinheiten in Niederösterreich beschlossen. Mit dem PVZ Mostviertel-Mauer und der PVE St. Pölten-Nord wird es in Zukunft dann elf Standorte in Niederösterreich geben.

„Gesundheitszentren und Gesundheitsnetzwerke sind eine wertvolle Ergänzung zur gut funktionierenden hausärztlichen Versorgung. Nach den Pionieren im PVE Böheimkirchen, PVZ St. Pölten und PVZ Schwechat sowie dem ersten Gesundheitsnetzwerk Melker Alpenvorland starteten heuer das PVZ Schwarzatal und das PVZ Purgstall ihren Betrieb. Wienerwald, Tullnerfeld und Melk arbeiten aktuell an der Gründung ihrer Gesundheitszentren. Mit dem Beschluss der Stand-

orte Amstetten-Mauer und St. Pölten-Nord werden in Zukunft über zehn Gesundheitszentren Teil der niederösterreichischen Versorgungslandschaft sein“, betont Landesrat a.D. Martin Eichinger.

„Die Österreichische Gesundheitskasse kümmert sich um die Krankenversicherung von 7,4 Millionen Menschen in ganz Österreich und sucht stets nach Lösungen, die heimische Gesundheitsversorgung weiterzuentwickeln und abzusichern. Unterschiedliche Or-

dinationsformen von der Einzel- und mehreren Arten von Gruppenpraxen bis zur Primärversorgungseinheit bieten unseren Vertragsärztinnen und Vertragsärzten eine Wahlmöglichkeit, um ihren Job so ausüben zu können wie sie es möchten. Den Patientinnen und Patienten steht dadurch ein Gesundheitsnetzwerk zur Verfügung, um das uns viele Länder beneiden“, sagt Robert Leitner, Vorsitzender des Landesstellenausschusses der Österreichischen Gesundheitskasse in Niederösterreich.



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



AK NIEDER ÖSTERREICH

Richtig eingestuft?
Beratung und Terminvereinbarung unter:
☎ 05 7171-22000

AK extra

PFLEGEGELDBERATUNG

Unbürokratische Hilfe
rund ums Pflegegeld

PFLEGEGELDBERATUNG noe.arbeiterkammer.at

Sonnenschutz und Hautpflege – Themenabend in St. Pölten

Zu einem Themenabend mit Frau Ingrid Luef von der Firma Galderma hat am 1. Februar 2023 die Selbsthilfegruppe der Herz- und Lungentransplantierten NÖ nach St. Pölten eingeladen. In einer kurzen Präsentation klärte Frau Luef die Teilnehmenden über das hohe Risiko an weißem Hautkrebs zu erkranken auf. Je älter man wird, bzw. durch die Einnahme von Immunsuppressiva wird die Haut empfindsamer und dadurch anfälliger an Krebs zu erkranken. Sehr häufig entstehen auch actinische Keratosen, Hautveränderungen mit rauer Oberfläche. Vor allem Körperstellen, die viel Sonneneinstrahlung

ausgesetzt sind, sind davon betroffen. Sei es der Handrücken, das Gesicht, die Kopfhaut (vor allem bei schütterem Haar) bzw. allgemein Menschen die sehr viel mit dem Auto unterwegs sind. Auch wenn der Himmel bewölkt ist (auch im Winter) dringen 90 % der UV-Strahlen durch.

Sonnenbräune ist nie etwas Gutes

UVB-Strahlen sind jene, die den Sonnenbrand auslösen und UVA ist jene Strahlung die Hautalterung begünstigt und/oder Sonnenallergien auslösen kann. Je nach Hauttyp hat der Mensch

eine Eigenschutzzeit von 10 Minuten bis zu 1 Stunde.

Actinica Lotion

Es gibt verschiedene Arten von Sonnenschutz. Der chemische Schutz in Sonnenschutzprodukten lässt die Haut warm werden. Der mineralische Schutz reflektiert die Sonne und dadurch dringt dieser gar nicht erst in die Haut ein.

Actinica Lotion ist ein Medizinprodukt und verringert lt. Studien mit 53 % actinische Keratosen bei ganzjähriger Anwendung. Die Studie wurde über zwei Jahre lang geführt.



ÖAMTC Themenseite Behinderung und Mobilität

Tipps und Infos zu vielen Themen rund um die Mobilität mit Behinderungen und begleitende Begünstigungen stellt der ÖAMTC auf der Themenseite Behinderung & Mobilität zur Verfügung. Für individuelle Beratung ist die ÖAMTC Beratung für Mitglieder mit Behinderung gerne für Sie erreichbar. Kontakt und Infos unter: Telefon +43 1 711 99 21283 und www.oeamtc.at/behinderung-mobilitaet/



Ein gutes Gefühl, beim Club zu sein.

Tag der offenen Türe zum Internationalen Tag des Cochlea Implantats

Am Samstag, dem 25. Februar 2023, fand im Medizinischen Selbsthilfzentrum in der Oberen Augartenstraße 26-28 ein Tag der offenen Tür zum Internationalen Tag des Cochlea Implantats statt. Die Veranstaltung wurde von der Österreichischen Cochlea Implant Gesellschaft (ÖCIG) ausgerichtet und zog insgesamt 40 BesucherInnen an.

Die drei führenden Unternehmen, die Cochlea Implantate herstellen, stellten den BesucherInnen umfangreiches Informationsmaterial zur Verfügung. Darüber hinaus stand eine Mitarbeiterin der Firma Cochlear für persönliche Gespräche und Fragen zur Verfügung.

BesucherInnen hatten auch die Gelegenheit, mit Cochlea-Implantat-Trägern zu sprechen und Erfahrungen auszutauschen. Von 10 Uhr bis 16 Uhr konnten sich Interessierte ausführlich über Cochlea-Implantate informieren und sich über die neuesten Entwicklungen in der Branche auf dem Laufenden halten.

Das Medizinische Selbsthilfzentrum bot den perfekten Rahmen für die Veranstaltung. Es ist ein wichtiger Treffpunkt für Menschen mit unterschiedlichen gesundheitlichen Herausforderungen, die sich unterstützen und austauschen möchten. Das Zentrum bietet auch eine Vielzahl von Selbsthilfgruppen, Beratungs- und Informationsangeboten an.



Die BesucherInnen waren von der Veranstaltung begeistert und äußerten sich positiv über die Möglichkeit, mit Cochlea-Implantat-Trägern zu sprechen und umfassende Informationen zu erhalten. Die Veranstaltung hat gezeigt wie wichtig es ist, Menschen mit Hörverlust zu unterstützen und das Bewusstsein für Cochlea-Implantate zu stärken.

Insgesamt war der Tag der offenen Tür zum Internationalen Tag des Cochlea Implantats ein großer Erfolg. Die Österreichische Cochlea Implant

Gesellschaft (ÖCIG) bedankt sich bei den Organisatoren für die Veranstaltung und bei den Unterstützern des Medizinischen Selbsthilfzentrums für ihre Hilfe bei der Durchführung. Man hofft, dass solche Veranstaltungen in Zukunft öfter stattfinden werden, um den Austausch und die Informationsvermittlung zu fördern und den Betroffenen zu helfen.



volkshilfe.

BESTENS BETREUT

FÜR EIN UNBESCHWERTES LEBEN

- **Mobile Pflege & Betreuung**
- **Essen zuhause**
- **Notruftelefon**
- **Betreutes Wohnen**
- **24 Stunden Betreuung***

- **Beratung z.B. Pflegegeld, Kosten / Förderungen:**
www.preisrechner.at
- **Mobile Therapie**
(Physio, Ergo)
- **HausFußpflege****
- **Soziale Alltagsbegleitung**
inkl. Gedächtnistraining

Immer für Sie erreichbar
☎ 0676 / 8676
www.noe-volkshilfe.at




Die Angebote werden durch die mitgliedliche und gemeinnützige SERVICE MENSCH GmbH, FN216832a, Tochter der Volkshilfe NÖ oder in Kooperation mit *24-Stunden-Personenbetreuung SPB GmbH bzw. **persönliche und technische Dienstleistungen GmbH (nicht ISO-zertifiziert) erbracht. © Februar 2023



Aktion Kinderherz Österreich

Etwa jedes 100. Kind kommt herzkranke zur Welt, in Österreich sind das jährlich rund 700 Kinder.

Der Verein Aktion Kinderherz Österreich, mit dem Kinderherzchirurgen Univ.-Prof. Dr. Gregor Wollenek an der Spitze, unterstützt und begleitet seit über 25 Jahren Familien mit herzkranken Kindern und Jugendlichen, später die jungen Erwachsenen.

Als selbst betroffene Eltern kennen wir die Nöte, Sorgen und Bedürfnisse der Familien mit „Herzkindern“!

Als Verein bieten wir den Eltern wichtige Informationen und Möglichkeiten zum Austausch und werden von Ärzten und Krankenschwestern in diversen Kliniken unterstützt. Der Verein veranstaltet Eltern-Kind-Treffen, Sommercamps für herzkranken Kinder und deren Geschwister, Ferienwochen für Familien, Sport für Herzkinder, Krabbelgruppen, Aktivitäten der Ju-



Mit dem Murli-Express durch Murau bei der Familienwoche 2022 des Vereins Aktion Kinderherz

gendgruppe „Heartbeat“, medizinische Vorträge, Workshops uvm.

Der Verein finanziert sich ausschließlich aus Spendengeldern – alle MitarbeiterInnen arbeiten ehrenamtlich und unentgeltlich!

KONTAKTDATEN:

Verein Aktion Kinderherz Österreich
Obere Augartenstraße 26-28
1020 Wien
Mobil: +43 676 384 12 98
Mail: office@kinderherz.at
www.kinderherz.at

Turnen mit Musik

Turnen mit Musik wurde der Parkinson Arbeitsgruppe Amstetten-Mauer von einer Seniorentanzleiterin aus Oberösterreich angeboten. Sie kennt die Gruppe und wollte einen Beitrag gegen die Krankheit Morbus Parkinson beitragen. So begann man im Februar 2018 in der Arbeitsgruppe mit den Tanzeinheiten und man tanzte regelmäßig bis zum Beginn der Corona-Pandemie.

Zu Beginn konnten die Mitglieder manchen Tanz noch im Stehen machen, mittlerweile ist dies nur mehr im Sitzen möglich. Durch die Corona-Pandemie waren die Treffen leider nur unregelmäßig möglich.



Im April 2022 beendete die Therapeutin die Arbeit in der Gruppe. Schnell wurde den Mitgliedern klar, dass in der Gruppe nun etwas fehlt. So schaute sich der Obmann des Parkinson Landesverbandes NÖ und stellvertretende Leiter der Parkinson-Arbeitsgruppe Amstetten-Mauer, Herr Josef Dorfmaier, in der näheren Umgebung um und fand eine neue Seniorentanzleiterin. Sie stellte den Mitgliedern ihr Programm vor und man verpflichtete sie umgehend für die nächsten Monate.



Beim diesjährigen Landestreffen des Parkinson Landesverbandes NÖ, bei dem man das 30-jährige Bestehen des Landesverbandes NÖ feiert, werden von der Arbeitsgruppe Amstetten-Mauer einige Stücke aufgeführt.

„Die beiden Fotos von unseren Tanzeinheiten stammen noch aus der Anfangszeit. Wir sind immer mit so viel Begeisterung bei den Übungen dabei, dass ich gar nicht mehr zum Fotografieren komme,“ so ein ob des Erfolges der Tanztherapie erfreuter Josef Dorfmaier.



Unterwegs mit Sauerstoff

Der Frühling zieht ins Land und mit ihm die Sehnsucht vieler, wieder einmal zu verreisen, sich einen Urlaub zu gönnen, Verwandte oder Freunde zu besuchen, unterwegs zu sein und durch einen Ortswechsel Lebensfreude zu gewinnen.

Für Menschen, die auf eine dauernde Versorgung mit Sauerstoff angewiesen sind, scheint dies ein oftmals nur schwer erfüllbarer Wunsch zu sein. Besonders für jene PatientInnen, die zwingend auf Flüssigsauerstoff angewiesen sind, weil die Leistung eines Konzentrators nicht ausreicht.

Umso erfreulicher ist es, dass die in Österreich ansässigen Sauerstoff-Lieferanten mittlerweile gerne bereit sind, diese PatientInnen zu unterstützen und ein breites Angebot an Möglichkeiten der Versorgung anbieten. Dazu gehört, sich den Tank für die Dauer des Aufenthalts in das Urlaubsdomizil zustellen zu lassen.

Da es dafür allerdings keine einheitlichen Regelungen gibt, ist es unbedingt notwendig sich beim jeweiligen Versorger schon vor der Planung eines Ortswechsels oder eines Urlaubs über die genauen Konditionen zu informieren. Einige dieser Services sind kostenlos, andere sind mit einem Aufpreis verbunden oder als Sonderleistung zu bezahlen. Die Bereitstellung von Flüssigsauerstoff in Österreich stellt kein Problem dar. Allerdings stimmen nicht alle Hotels oder Unterkünfte der Aufstellung eines Sauerstoff-Tanks zu. Umfangreiche Informationen dazu findet man auch auf den Homepages der Sauerstofflieferanten.

Dennoch ist es ratsam, vor allem bei einer geplanten Reise ins Ausland, einem Urlaub am nahe gelegenen Meer, sich ein schriftliches Angebot des Lieferanten einzuholen.

Deutlich einfacher ist das Reisen, wenn die ausreichende Sauerstoffversorgung durch einen Konzentrator möglich ist. Hier stellen die Firmen Standkonzentratoren und tragbare Geräte leihweise zur Verfügung. Es empfiehlt sich auch in diesem Fall, über die Dauer und Kosten ausführliche Informationen einzuholen, um bösen Überraschungen vorzubeugen.

Die Standgeräte bieten eine sichere Sauerstoffversorgung in der Unterkunft. Mobile Konzentratoren können sowohl im Auto über den Zigarettenanzünder als auch an einer Steckdose (Spannung beachten) betrieben und aufgeladen werden. Die Reichweite der Akkus ist nach Gerät unterschiedlich und vom jeweiligen Bedarf abhängig. Um mehr Bewegungsfreiheit zu erlangen, ist ein zweiter Akku vorteilhaft. Wer das erste Mal mit einem Konzentrator unterwegs ist, sollte sich umfangreich einschulen lassen und das Gerät kennenlernen, um sich Stress im Urlaub zu ersparen.

Egal ob mit flüssigem Sauerstoff oder einem Konzentrator ist es somit möglich längere Aufenthalte im In- und Ausland zu genießen und Lebensqualität zu gewinnen. Ob es sich um einen kleinen Ausflug oder einen mehrwöchigen Urlaub handelt, ausgestattet mit modernen Versorgungsmöglichkeiten, sollte die Langzeit-Sauerstoff-Therapie niemand davon abhalten, sich einen Frühlingwunsch zu erfüllen oder einen Sommernachts Traum zu erleben.


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

Informationen zum Thema gibt es bei den Leiterinnen der COPD-Austria Niederösterreich

Claudia Schötzer, +43 664 40 62 819 und
Irene Krameiter, +43 676 430 40 55
E-Mail: noe@copd-austria.at

Auf den Serviceseiten der COPD-Austria werden Links zu Sauerstoff-Lieferanten und weitere Informationen zur Verfügung gestellt: www.copd-austria.at

Wege gemeinsam gehen.

Psychische Erkrankung und Genesung in verschiedenen Lebensphasen

Zu diesem Thema findet am 28. und 29. April 2023 die Angehörigentagung der HPE Österreich in St. Pölten statt.

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, Berufsfindung 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.

Manchmal liegen Steine am Lebensweg und es ist eine Unterbringung nach dem Unterbringungsgesetz (UbG) nötig. Wir informieren Sie über relevante Neuerungen des UbG.

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

Datum: Freitag, 28. und Samstag, 29. April 2023

Ort: Bildungshaus St. Hippolyt, St. Pölten
(Tagungshaus zu Fuß vom Bahnhof erreichbar)

Info und Anmeldung: www.hpe.at/tagung



Psychische Erkrankung und Genesung in verschiedenen Lebensphasen

Tagung der HPE Österreich

28. und 29. April 2023
Bildungshaus St. Hippolyt,
St. Pölten



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: 050405-23130

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

REHA LIGHT - Das ÖCIG-Projekt startet

Derzeit gibt es in Österreich keine REHA-Maßnahmen für schwerhörige und gehörlose Personen. Es gibt vereinzelt Logopäden, die sich auf Schwerhörigkeit spezialisiert haben. Die Wartezeit dauert extrem lange (Erfahrungswerte 6 bis 12 Monate). Bei Bewilligung einer REHA muss der Patient derzeit nach Deutschland reisen, diese dauert in der Regel drei Wochen und wird von der Österreichischen Gesundheitskasse meistens übernommen.

ÖCIG startet daher das Projekt REHA LIGHT mit Tagesworkshops. Bringen Sie Ihre Erfahrungen in die Workshops ein und unterstützen Sie ÖCIG bei diesem Projekt.

Im ersten Schritt werden Selbsthilfegruppenleiter aus Gesamt-Österreich sowie Betroffene und Spezialisten (Logopäden, Musiktherapeuten, fachlich geschultes Personal usw.) eingeladen. Für die erfolgreiche Durchfüh-

rung des Projektes ist Ihre Mitarbeit sehr wichtig. Für die Moderation stehen Ulrike Rüllicke sowie Ulrike Stelzhammer zur Verfügung. Die Verpflegung während der Workshops wird die ÖCIG sponsern.



Graz - Samstag, 13. Mai 2023
(9-16 Uhr)

Anmelden unter info@oecig.at bis
spätestens 29. April 2023 möglich.

Ort:
Selbsthilfe Steiermark,
Lauzilgasse 25, 8020 Graz
<https://selbsthilfe-stmk.at/>
Mit Induktionsanlage!

Unser Kind ist besonders anders - Was jetzt?

Die Betreuung eines pflegebedürftigen Kindes mit Beeinträchtigung stellt Familien oft vor große Herausforderungen. Umso wichtiger ist es, von Anfang an kompetente und bedürfnisorientierte Unterstützung zu erhalten – wie etwa durch das Team Filo beim Institut für Ehe und Familie (IEF).

Umso wichtiger ist es, von Anfang an kompetente und bedarfsgerechte Unterstützung zu bekommen. Das neue, erweiterte Beratungsangebot „Team Filo“ am Institut für Ehe und Familie bietet kostenlose, umfassende juristische Beratung im Zusammenhang mit der Beeinträchtigung minderjähriger Kinder. Dies bereits ab Schwangerschaft und Geburt.

Das „Team Filo“-Beratungsteam

steht Ihnen für Ihre Fragen und besonderen Anliegen jederzeit gerne zur Verfügung (www.ief.at/team-filo).

Vereinbaren Sie einfach einen persönlichen oder telefonischen Beratungstermin.

Kontaktdaten:
Institut für Ehe und Familie
Spiegelgasse 3/8, 1010 Wien
www.ief.at/team-filo

Kontaktpersonen:
Mag. Doris Pufitsch
E-Mail: doris.pufitsch@ief.at
Tel.: 0664 82 436 29
und
Dr. Peter Pitzinger
E-Mail: peter.pitzinger@ief.at
Tel.: 0676 756 32 61

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

Einladung zu den INFO-Stammtischen 2023

Der Dachverband NÖ Selbsthilfe lädt recht herzlich zu den INFO-Stammtischen 2023 zum Thema „Erfolgsfaktor Persönlichkeit: Erfolgreich im Team bzw. in der Selbsthilfegruppe“ ein.

Termine:

INDUSTRIEVIERTEL

Di, 11. April 2023 - Cafe-Restaurant
Doblhoffparkhotel, Baden

WEINVIERTEL

Do, 13. April 2023 - Restaurant
Donauhof, Zwentendorf

MOSTVIERTEL

Di, 18. April 2023 - Landgasthof
Bärenwirt, Petzenkirchen

ZENTRALRAUM

Do, 20. April 2023 - Landgasthaus
Huber, Wagram ob der Traisen

WALDVIERTEL

Do, 11. Mai 2023 - Mohnhotel
Bergwirt Schrammel, Zwettl

Beginn ist jeweils um 14:00 Uhr.
Um Anmeldung wird gebeten unter
Tel.: 02742 226 44 oder per Mail an
info@selbsthilfenoe.at.

