



BLICK PUNKT

Österreichische Post AG
SM 23Z043712 S
Dachverband NÖ Selbsthilfe, Wiener Straße 54, 3100 St. Pölten

**DAS MAGAZIN DES
DACHVERBANDES
DER NÖ SELBSTHILFE**

AUSGABE 04/2023



13. NÖ Selbsthilfe Landeskongferenz

Danke für helfende Hände



Das Jahr 2023 war kein einfaches für die Menschen. Der schreckliche Terror der Hamas in Israel, der Antisemitismus, der auch in Österreich um sich greift, der Krieg in der Ukraine, Teuerung und Inflation sind große Herausforderungen vor denen wir stehen. Seitens der Politik setzen wir Maßnahmen, um die Menschen zu unterstützen,

aber oft braucht es einfach mehr. Denn psychische und seelische Belastungen nehmen zu, neue Krankheitsbilder entstehen. Und hier kann Hilfe zur Selbsthilfe der Schlüssel sein.

Ich danke daher dem Dachverband NÖ Selbsthilfe und all unseren Selbsthilfegruppen im Land. Sie leisten eine unglaublich wertvolle Arbeit, indem sie den Menschen eine helfende Hand reichen. Und Hilfe kann so vieles sein. Oft ist es einfach eine Geste, ein tröstendes Wort oder zu sehen, dass man nicht alleine ist. Selbsthilfegruppen schaffen Raum, wo Menschen, die unter einem gemeinsamen Problem leiden, zusammenkommen können, einander zuhören, Kraft geben und helfen. Kraft geben soll uns auch die Weihnachtszeit mit all ihren Traditionen und Bräuchen. In diesem Sinne wünsche ich Ihnen allen frohe Weihnachten und alles Gute für das Jahr 2024.

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** Jahresrückblick 2023
- 4-12** NÖ Selbsthilfe-Landeskonferenz
- 13** „Tut gut!\": Mit allen Sinnen in Bewegung
- 14** 3. NÖ Demenztag
- 16-17** 5. Fachexkursion
- 18** Behindertenrechts-Konvention
- 19** Aus- und Weiterbildungsseminare 2023
- 20** „Orange the World\": gegen Gewalt an Frauen
- 21** Neue Art der Behandlung von Brustkrebs
- 22-23** 5. NÖ Freiwilligenmesse
- 24** Club 81: Clubcafé
- 25** Club 81: Besuch im Parlament
- 26** Land NÖ setzt auf Menschen mit Behinderung
- 27** Aktivitäten Verein „Pinke Löwin“
- 28** 20. Frauengesundheitsmesse
- 29** ÖTL: neue Selbsthilfegruppe in St. Pölten
- 30** Spendenübergabe an LK Hainburg/Club 81: Jahreshauptversammlung
- 31** ÖDV: Herbstwochenende/Nachtwächterwanderung der Turngruppe MB St. Pölten
- 32** COPD-Stufen-Challenge
- 33** NF-PatientInnen-Tagung
- 34** 10 Jahre Selbsthilfegruppe „Vergiss mein nicht“
- 35** 3. Praxistag Primärversorgung/Nachruf Elfriede Schnabl
- 36** Termine 2024

Kurzer Rückblick auf das vergangene Jahr 2023

2023 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, 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 „Erfolgsfaktor Persönlichkeit – Erfolgreich im Team bzw. in der Selbsthilfegruppe“ mit Dr.ⁱⁿ Barbara Frühwirt, gefolgt von unserem Selbsthilfe-Workshop am 21. Juni 2023 im Stiftsrestaurant in Heiligenkreuz.

Am 20. September luden wir bei absolutem Kaiserwetter zur Fachexkursion ins wunderschöne Schloss Thaleheim ein. Den VertreterInnen unserer Selbsthilfegruppen und unseren Ehren Gästen konnten wir auch in diesem Jahr ein sehr informatives Programm mit hochkarätigen Vortragenden bieten.

Den Schlusspunkt unserer großen Veranstaltungen 2023 setzte auch in diesem Jahr die NÖ Selbsthilfe Landeskongress am 8. November 2023 im NÖ Landtagssaal. Gemeinsam mit

Landtagsabgeordnetem Florian Krumböck, Vorstand Konrad Kogler von der NÖ Landesgesundheitsagentur und den beiden Landesstellenausschussvorsitzenden der ÖGK, Herrn Norbert Fidler und Herrn Robert Leitner nahm ich die Ehrungen unserer langjährigen Selbsthilfegruppen und die Rezertifizierung von zehn NÖ Landeskliniken vor.

Zum Abschluss meines Veranstaltungsjahresrückblicks 2023 möchte ich mich auf diesem Weg nochmals ganz besonders bei Daniela Nitsch und Paul Sieberer für ihre unterhaltsamen und einfühlsamen Moderationen bei unseren Veranstaltungen bedanken.

Eine leider traurige Nachricht erreichte uns Ende November. Die jahrelange Obfrau des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe, Frau Elfriede Schnabl, verstarb am 26. November im Alter von 80 Jahren. Möge sie in Frieden ruhen.

Ausblick 2024

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

Es sind wiederum 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



„Möglichkeiten zur Stärkung des Immunsystems – Sanfte Helfer für mehr Balance und gute Abwehrkräfte“ im Frühjahr und im Herbst sowie eine Fachexkursion und die NÖ Selbsthilfe Landeskongress im Herbst. Ich würde mich sehr freuen, wenn ich Sie/Euch auch im kommenden Jahr wieder zahlreich bei unseren Veranstaltungen/Seminaren begrüßen könnte.

Im Namen unseres gesamten Teams wünsche ich Ihnen/Euch ein besinnliches Weihnachtsfest, Gesundheit und alles Gute für 2024.

Ihr/Euer
Ronald Söllner



13. NÖ Selbsthilfe-Landeskonferenz im NÖ Landtagssaal in St. Pölten

Am Mittwoch, dem 8. November 2023, trafen Vertreterinnen und Vertreter des Dachverbandes der NÖ Selbsthilfe, der Selbsthilfegruppen, der NÖ Landeskliniken und von Partnerorganisationen zur 13. NÖ Selbsthilfe Landeskonferenz im Landtagssaal St. Pölten zusammen.



1) Staatssekretärin Claudia Plakolm sprach in einer Videobotschaft den TeilnehmerInnen der 13. NÖ Selbsthilfe Landeskonferenz ihren Dank und Anerkennung für deren ehrenamtliches Engagement aus.

2) Eveline Schloffer, Gerald Reiter und Christiane Kasses am Keyboard (2. v. links) sorgten für eine „musikalische Vorspeise“.

3) Moderator Paul Sieberer führte auch in diesem Jahr durch das Programm der Landeskonferenz.

4) Lorenz Spritzendorfer am Saxophon und Georg Gruber am Keyboard sorgten für den musikalischen Rahmen.



Zu Beginn der Veranstaltung bedankte sich Claudia Plakolm, Staatssekretärin im Bundeskanzleramt, in einer Videobotschaft bei den TeilnehmerInnen der Landeskonferenz für deren unermüdliches ehrenamtliches Engagement im Bereich der Selbsthilfe. In ihrer Botschaft betonte Claudia Plakolm auch, wie wichtig ehrenamtliche Tätigkeit ganz generell für den gesellschaftlichen Zusammenhalt in Österreich ist.

Moderator Paul Sieberer eröffnete danach die Veranstaltung mit dem Refrain des Liedes „Ein Freund, ein guter Freund“ aus dem Film „Die

drei von der Tankstelle“ aus dem Jahre 1930 und fand damit die Überleitung, dass die Landeskonferenz eine Stelle zum Danken ist und im

Fotos: www.foto-kraus.at





Anschluss drei Herren die Begrüßung der TeilnehmerInnen übernehmen werden.

Robert Leitner, Landesstellenausschuss-Vorsitzender der ÖGK NÖ, und Konrad Kogler, Vorstand der NÖ Landesgesundheitsagentur begrüßten die Gäste und zollten den LeiterInnen der Selbsthilfegruppen ihren Respekt für deren ehrenamtliche Arbeit im Bereich der Selbsthilfe. Konrad Kogler bedankte sich auch bei den VertreterInnen der zehn Landeskliniken, deren Engagement es zu verdanken sei, dass sie für weitere vier Jahre als „Selbsthilfefreundliche Krankenhäuser“ rezertifiziert werden.

Beide Herren bedankten sich am Ende ihrer Begrüßungsworte für die wichtige Unterstützung im Gesundheitswesen und wünschten eine erfolgreiche Landeskongress.

Florian Krumböck, Abgeordneter zum NÖ Landtag, drückte in Vertretung von Landeshauptfrau Johanna Mikl-Leitner in seinen Begrüßungsworten seine Wertschätzung für die Arbeit der Selbsthilfegruppen aus. So konnte er sich im vergangenen Sommer gemeinsam mit Staatssekretärin Claudia Plakolm und Landesrätin Christiane Teschl-Hofmeister in einem Gespräch mit Vertreterinnen und Vertretern von Selbsthilfegruppen persönlich ein Bild von deren Arbeit machen.

Im Anschluss an die Eröffnung wurden zehn NÖ Landeskliniken neuerlich mit dem Gütesiegel „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ rezertifiziert, bevor die VertreterInnen von 36 Selbsthilfegruppen, die im Jahre 2023 ein halbrundes oder rundes Jubiläum feierten, auf die Bühne gebeten wurden, um ihnen für ihr ehrenamtliches Engagement Dank und Anerkennung auszusprechen.

Das Vormittagsprogramm wurde neben den Grußworten von Vorstandsvorsitzenden Ronald Söllner mit einer „musikalischen Vorspeise“ von Eveline Schloffer und Gerald Reiter fortgesetzt, die begleitet von Christiane Kasses am Keyboard einige bekannte Wiener Lieder, wie zum Beispiel „Schön ist so ein Ringelspiel“ oder „Wenn der Herrgott net will“ zum Besten gaben.

Nach dem Mittagsempfang – gegeben von Landeshauptfrau Johanna Mikl-Leitner – gewährte der beliebte ORF NÖ-Gärtner Johannes Käfer, sehr persönliche Einblicke in seinen sowohl privaten als auch beruflichen Werdegang.

Anschließend gab Johannes Käfer wertvolle Tipps für die Gartenpflege. So räumte er unter anderem mit der Mär auf, dass man Rosen im Frühjahr erst zurückschneiden soll, wenn die Forsythien blühen. Die Stämme von jungen Steinobstbäumen, so Johannes Käfer weiter, sollte man im Spätherbst mit einem weißen Stamm-

anstrich behandeln. Die weiße Farbe verhindert während des Winters das Erwärmen des Stammes bei starker Sonneneinstrahlung. Starke Temperaturunterschiede können den Stamm schädigen und die Folge wäre, dass im Frühling die Rinde aufreißt. Beim Düngen im Herbst sollte man darauf achten möglichst einen Dünger mit geringem Stickstoffanteil, aber viel Kalium zu verwenden.

Nach seinen interessanten Erläuterungen beantwortete Johannes Käfer die zahlreichen Fragen der TeilnehmerInnen.

Den Abschluss des Tages bildete traditionell das Resümee des Vorstandsvorsitzenden des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe, Herr Ronald Söllner, der in seinen Abschiedsworten noch einmal die Programmpunkte des Tages zusammenfasste. Ronald Söllner bedankte sich nochmals bei allen Anwesenden für ihr Kommen und ihr unermüdliches Engagement in der Selbsthilfe.

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

Die Landeskongress fand mit finanzieller Unterstützung des Amtes der NÖ Landesregierung und der Österreichischen Gesundheitskasse (ÖGK) statt.

Folgende Ehrengäste konnten bei der 13. NÖ Selbsthilfe-Landeskonferenz begrüßt werden:

Florian Krumböck – Abgeordneter zum NÖ Landtag in Vertretung von Landeshauptfrau Johanna Mikl-Leitner

Konrad Kogler – Vorstand NÖ Landesgesundheitsagentur

Robert Leitner – Landesstellenausschussvorsitzender Österreichische Gesundheitskasse

Norbert Fidler – Landesstellenausschussvorsitzender Österreichische Gesundheitskasse

Filip Deimel – Amt der NÖ Landesregierung

Michael Prunbauer – NÖ Patienten- und Pflegeanwaltschaft

Claudia Grübler-Camerloher – NÖ Gleichbehandlungsbeauftragte

Christian Marihart – Manager External Affairs Janssen-Cilag Pharma GmbH



Folgende zehn NÖ Landeskliniken wurden bei der Landeskonferenz 2023 für die kommenden vier Jahre als „Selbsthilfefreundliche Krankenhäuser“ rezertifiziert:

- Landesklinikum Baden
- Landesklinikum Gmünd
- Universitätsklinikum Hainburg
- Landesklinikum Hollabrunn
- Landesklinikum Horn/Allentsteig
- Landesklinikum Korneuburg
- Landesklinikum Mödling
- Landesklinikum Stockerau
- Landesklinikum Waidhofen an der Thaya
- Landesklinikum Zwettl





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

Folgende Selbsthilfegruppen wurden im Rahmen der 13. NÖ Selbsthilfe-Landeskonferenz für ihr langjähriges Engagement ausgezeichnet:

65 Jahre

Gehörlosenverband NÖ – Lukas Huber

40 Jahre

Versehrtensportverein St. Pölten – Franz Zichtl

35 Jahre

Elterninitiative für anfallsranke Kinder und Jugendliche (EIAK) – Eva Ressel

30 Jahre

MS – Club Baden (Multiple Sklerose) – Gerlinde Pichler
MS Selbsthilfegruppe Ottenschlag – Sabina Köck
Parkinson Selbsthilfe NÖ, Arbeitsgruppe Amstetten-Mauer – Rosa Pöchacker
Parkinson Selbsthilfe NÖ, Arbeitsgruppe Gänserndorf – Maria Pokorny
Parkinson Selbsthilfe NÖ, Landesverband NÖ – Josef Dorfmaier
Parkinson Selbsthilfe NÖ, Arbeitsgruppe St. Pölten

25 Jahre

Aktive Diabetiker Austria – Selbsthilfegruppe St. Pölten – Eva-Maria Kemetner
Herzselbsthilfe Wiener Neustadt – Jani A. Khaliq
ILCO Stoma Selbsthilfegruppe NÖ – Susanne Deimel-Engler
Öst. Gesellschaft Prader-Willi Syndrom - Franz Prankl
Öst. Vereinigung Morbus Bechterew – Therapiegruppe Mistelbach – Robert Tonner
Selbsthilfegruppe „Die drei Ameisen“ Eggenburg – Savio Verra
STOMA Selbsthilfegruppe Tulln – Susanne Deimel-Engler
STOMA Selbsthilfegruppe Wiener Neustadt – Elfriede Beisteiner

20 Jahre

Multiples Myelom Selbsthilfe Österreich – Sonja Pearsall
Österreichische Tinnitus-Liga SHG Mödling – Marion Weiser

15 Jahre

Elterngruppe Down Syndrom Mostviertel – Gabriela Lehmden-Six
Hör dich mal um – Selbsthilfegruppe für schwerhörige Scheibbs – Klaus Steindl
Selbsthilfegruppe der Contergan- und Thalidomidgeschädigten Österreichs – Michaela Moik
Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige von Demenzerkrankten St. Valentin – Roswitha Mottl
Selbsthilfegruppe für Rheuma St. Pölten – Gerda Pieringer

10 Jahre

Blinden- und Sehbehindertenverband Hollabrunn – Johann Mantler
NÖ Herzverband Arbeitsgruppe Waidhofen/Ybbs – Renate Schoder
Selbsthilfegruppe „Anders“ für Menschen mit individueller Behinderung – Silke Kropacek
Selbsthilfegruppe Darmkrebs St. Pölten – Christian Stacherl
Selbsthilfegruppe „Vergiss mein nicht!“ – Felicitas Maurer
Verein NF Kinder – Claas Röhl

5 Jahre

„ASPIE“ Elterntreff
Diabetes Selbsthilfegruppe Angern-Zwerndorf – Elko Hiter
Österr. Diabetikervereinigung Gruppe Amstetten – Johann Steinkellner
Parkinson Selbsthilfe NÖ – Arbeitsgruppe Ober-Grafendorf – Christine Lechner
Parkinson Selbsthilfe NÖ – Arbeitsgruppe Scheibbs – Brigitte Pflügl
Selbsthilfegruppe Polyneuropathie St. Pölten – August Cencic
Selbsthilfegruppe „Wir ticken anders“ – Margit Preinfalk

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, kein Club zu sein.





JETZT BAD RENOVIEREN UND SICHER INVESTIEREN!



viterma
zaubert Wohlfühlbäder

- ✦ Zuverlässige Renovierung in 5 Tagen durch unser Profi-Handwerker-Team
- ✦ Individuelle Maßanfertigung für bodenebene Duschen
- ✦ Schimmelfreie, langlebige, pflegeleichte Materialien
- ✦ Ein neues Bad steigert den Wert Ihrer Immobilie

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

Jetzt Termin vereinbaren!



Elektrik- und Installationsarbeiten werden gemeinsam mit befugten Partnern für Sie umgesetzt





Kati Bellowitsch beim Spiegelgehen zum Sinn „Sehen“

Mit allen Sinnen und Kati Bellowitsch in Bewegung

LR Schleritzko: „Voller Erfolg für das neue ‚Tut gut!‘-Wanderformat mit 30 niederösterreichischen Familien.“

Im Zuge des Jubiläumsschwerpunkts „30 Jahre ‚Tut gut!‘“ setzte die Gesundheitsvorsorge des Landes Niederösterreich einmal mehr auf das Thema Bewegung. Insgesamt 30 Familien wurden bei einem Gewinnspiel aus mehr als 3.000 Teilnehmenden ausgewählt und wanderten gemeinsam mit Landesrat Ludwig Schleritzko, der „Tut gut!“-Markenbotschafterin Kati Bellowitsch, dem Felser Bürgermeister Christian Bauer und „Tut gut!“-Geschäftsführerin Alexandra Pernsteiner-Kappl auf dem „Tut gut!“-Wanderweg in Fels am Wagram. Dabei wurden aber nicht nur Aktivität und Wanderlust gesteigert, sondern auch die fünf Sinne in Form von Mitmach-Aufgaben angesprochen.



Bei der „Tut gut!“-Sinneswanderung mit 30 niederösterreichischen Familien dabei in der ersten Reihe von links nach rechts: Sabine Tremml (Regionale Gesundheitskoordinatorin aus Fels am Wagram), Landesrat Ludwig Schleritzko, „Tut gut!“-Geschäftsführerin Alexandra Pernsteiner-Kappl, „Tut gut!“-Markenbotschafterin Kati Bellowitsch, Bürgermeister Fels am Wagram Christian Bauer und Moderator und Zirkuskünstler Daniel „Morelli“ Gajdusek-Schuster (hockend rechts unten)

*„Bewegung ist Leben,
Bewegung macht Spaß!
Es war ein gelungener
Wander-Nachmittag mit 30
niederösterreichischen Familien
und viel Action für die Kinder“,*

zeigte sich „Tut gut!“-Markenbotschafterin Kati Bellowitsch begeistert.



Angeleitet vom Zirkuskünstler Daniel „Morelli“ mussten die Familien ein Schaubild aus Naturmaterialien legen, Duftschatze erkennen und nach dem „Spiegelgehen“ auch durch die abschlie-

ßende Körper-Waschstraße, um damit den Stempelpass zu füllen und sich ein Familienpackage von „Tut gut!“ und eine Picknick-Jause zu sichern.

Fotos: „Tut gut!“ | Zwinz



Oben - Wanderten fleißig mit: Landesrat Ludwig Schleritzko, „Tut gut!“-Markenbotschafterin Kati Bellowitsch, Bürgermeister Fels am Wagram Christian Bauer, „Tut gut!“-Geschäftsführerin Alexandra Pernsteiner-Kappl (Bildmitte - v.l.n.r.)

Links: Kati Bellowitsch in der Körper-Waschstraße zum Sinn des „Fühlens“



3. NÖ Demenztag ganz im Zeichen der Beschäftigung

Auf dem Messegelände Wieselburg drehte sich am Freitag, dem 13. Oktober 2023, bei Vorträgen, Workshops und Infoständen alles um Demenz. Schwerpunkt heuer war die Frage, wie Demenz-Betroffene beschäftigt werden können.

Einen Tag lang konnten sich Angehörige, Interessierte und Menschen, die mit Demenz-Betroffenen arbeiten, bei verschiedenen Institutionen über Angebote rund um Demenz in Niederösterreich informieren und beraten lassen.

„Mit über 22.000 Demenz-Betroffenen allein in Niederösterreich und einer Prognose von fast 50.000 bis zum Jahr 2050 wird deutlich, dass wir vor einer drängenden gesellschaftlichen Frage stehen“, betonte **NÖGUS-Vorsitzender Landesrat Mag. Dr. Christoph Luisser**. „Veranstaltungen wie der NÖ Demenztag bieten die Chance, dazu beizutragen das Bewusstsein zu schärfen, Verständnis zu fördern und letztendlich jene zu unterstützen, die von Demenz betroffen sind.“

Vorträge, Talks und Workshops beschäftigten sich mit verschiedenen Themen rund um Demenz: von Selbstfürsorge für pflegende Angehörige über den rechtlichen Rahmen für schutzbedürftige Personen und Selbstbestimmung



Beim Infostand des Demenz-Service NÖ: Daniela Schrefl, Martina Gazica, Landesrat und NÖGUS-Vorsitzender Mag. Dr. Christoph Luisser, Renate Gabler-Mostler und Veronika Antonino

Foto: NÖGUS

bis hin zu Validation. Dabei gab es insbesondere zum Schwerpunktthema „Demenz beschäftigt!“ jede Menge Anregungen und Informationen. Welche sinnvollen Aktivitäten gibt es? Wie können Betroffene aktiviert werden?

Verschiedene Aktivitäten ausprobieren konnte man unter anderem in Workshops und bei Infoständen. Beim Demenz-Service NÖ lud der Demenz-Parcours dazu ein herauszufinden, wie sich Demenz anfühlen kann.

Die beiden Selbsthilfegruppenleiterinnen Mag.^a Monika Lindner (Vergiss-DICH-nicht! Selbsthilfegruppe für

pflegende Angehörige/Zugehörige – Zwettl) und Mag.^a Felicitas Maurer („Vergiss mein nicht!“ Selbsthilfegruppe für An- und Zugehörige von Alzheimer- und Demenzerkrankten – Krems) waren beim 3. NÖ Demenztag in Wieselburg jeweils mit einem Infostand vertreten.



IMMUNSYSTEM GEZIELT
UND WIRKSAM STÄRKEN

#aufnummersicher

MIT DEN APOTHEKEN UMS ECK
GESUND DURCH DEN WINTER

www.auf-nummer-sicher.at

A

MEINE APOTHEKERIN.
MEIN APOTHEKER.




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](http://www.oeamtc.at/mitgliedschaft/mitgliedschaft-behinderung)
- ▶ **Gehörlosenservice – Beratung
in Gebärdensprache**



Ein gutes Gefühl, beim Club zu sein.

Blickpunkt 2023 | ÖAMTC 200 Jahre

Interessante **Vorträge** bei der **5. Fachexkursion** im **Schloss Thalheim**

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.

Die offizielle Begrüßung der Teilnehmerinnen und Teilnehmer übernahmen Landtagsabgeordnete Doris Schmidl in Vertretung von Landeshauptfrau Johanna Mikl-Leitner und Robert Leitner, Landesstellenausschuss-Vorsitzender der Österreichischen Gesundheitskasse (ÖGK) NÖ.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer konnten wie schon in der Vergangenheit im schönen Ambiente des Festsaales von Schloss Thalheim folgenden interessanten Vorträgen folgen:

- FH-Hon. Prof. Mag.(FH) PhDr. Christoph Holzhacker: Acute Community Nursing
- Mag.^a Iris Lackner: Momente für mich – Selbstwert und Seele stärken
- Mag.^a Heide-Marie Smolka: Weisheit kennt kein Alter

Der Vortrag über „Acute Community Nursing“ enthielt viele interessante Erklärungen, wie es zu diesem Berufsstand kam und welche Aufgaben die Community Nurses übernehmen.

Seit 2020 gibt es die Basisausbildung für ACN, welche aus 240 Stunden Theorie mit Prüfung und Praktika bei Hausärzten, in der Rettungsleitstelle und in Kliniken besteht. Diese Ausbildung können Personen beginnen, welche eine diplomierte Pflegeausbildung und eine rettungsdienstliche Ausbildung bereits abgeschlossen haben.

Mit diesem Pilotprojekt ist Niederösterreich Vorreiter auf europäischer Ebene. Es gibt bereits fünf Stützpunkte in Waidhofen an der Thaya, St. Pölten, Stockerau, Bruck an der Leitha und Oberwaltersdorf. Gesamt sollen es vorerst zehn Stützpunkte werden.

Im Vortrag „Momente für mich“ erfuhren die Teilnehmerinnen und Teilnehmer, dass dankbare Menschen nicht nur glücklicher, sondern auch gesünder leben. Den Selbstwert stärken kann man auch, indem man Herausforderungen annimmt, aktiv wird, wenn man die Freude nicht ver-



liert und Bewegung in den Alltag einbaut.

Nach der Mittagspause setzten sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer am Nachmittag mit dem Thema „Weisheit kennt kein Alter“ auseinander. Mag.^a Heide-Marie Smolka erläuterte in ihrem Vortrag, dass man Umbrüche als Chance sehen soll. Wichtig sei es seinen Humor zu aktivieren und diesen als guten Begleiter durch Höhen und Tiefen zu nutzen. Mag.^a Smolka zeigte in ihrem Vortrag auch Wege auf, wie man Weisheit erlangen kann.

Die Unterlagen dazu und auch zu den anderen Vorträgen können Interessierte auf der Homepage des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe im Internbereich für Mitglieder herunterladen.

Moderiert wurde die Veranstaltung auch heuer wieder in altbewährter Weise von Paul Sieberer.



Behindertenrechts-Konvention: UNO prüfte Österreich



Im Jahr 2008 ist Österreich der UN-Konvention über die Rechte von Menschen mit Behinderungen (UN-BRK) beigetreten. Österreich hat sich damit verpflichtet, die Bestimmungen in nationales Recht umzusetzen. Die UN-BRK muss in der Verwaltung und Rechtsprechung berücksichtigt werden. Zur Kontrolle wurden die Monitoringstellen eingerichtet; für den Bereich der NÖ Landeskompentenz überwacht der NÖ Monitoring-Ausschuss die Einhaltung der Menschenrechte von Menschen mit Behinderungen durch die öffentliche Verwaltung.

Der UN-Fachausschuss für die Rechte von Menschen mit Behinderungen am Sitz der Vereinten Nationen in Genf prüft in regelmäßigen Abständen im Rahmen einer Staatenprüfung, wie Österreich die Bestimmungen der UN-BRK umsetzt. Die österreichischen Monitoringstellen haben einen „Schattenbericht“ verfasst und die Fragen an die Regierung aus ihrer Sicht beantwortet. Die Ergebnisse der zweiten Staatenprüfung wurden am 11. September 2023 veröffentlicht.



Der Fachausschuss hat Handlungsempfehlungen zu folgenden Bereichen verfasst:

- **Bildung:** Kinder mit Behinderungen haben ein Recht auf inklusive Bildung. Das segregierte (getrennte) Schulsystem ist unverzüglich zu beenden, so der Bericht. Auf allen Ebenen, auch auf Ebene der Gemeinden, muss der Zugang von Kindern mit Behinderungen zu außerschulischen pädagogischen Betreuungsdiensten gewährleistet sein.
- **Barrierefreiheit:** Im Bereich der Barrierefreiheit sollen keinesfalls die festgelegten Anforderungen für Wohnungen (ÖNORM B1600) gesenkt werden, sondern „wesentlich verbessert“ werden. Der NÖ Monitoring-Ausschuss hat wiederholt Stellungnahmen zur NÖ Bauordnung und NÖ Bautechnikverordnung abgegeben, da Menschen mit Behinderungen durch die mangelnde Barrierefreiheit die volle Teilhabe in allen Lebensbereichen nicht gewährleistet ist.
- **Selbstbestimmtes Leben:** Bei den Zielen der UN-BRK für ein selbstbestimmtes Leben und Inklusion (Artikel 19) vermisst der Ausschuss ein Ende der Institutionalisierung. Menschen mit Behinderungen müssen gleichberechtigt mit anderen ihren Wohnort frei wählen können. Dazu müssen angemessene barrierefreie Wohnungen und Unterstützungsleistungen für ein selbstbestimmtes Leben zur Verfügung gestellt werden.
- **Arbeit und Beschäftigung:** Im Bereich Arbeit und Beschäftigung (Artikel 27) wird der Übergang von einer getrennten Beschäftigung von Menschen mit Behinderungen hin zum offenen Arbeitsmarkt gefordert. Dabei soll ein gleichwertiges Entgelt für gleichwertige Arbeit bezahlt werden. Die überproportionale Armutsquote von Menschen mit Behinderungen soll auch durch bessere Zahlungen aus der Sozialversicherung bekämpft werden.

Der NÖ Monitoring-Ausschuss wird sich weiterhin dafür einsetzen, dass die UN-BRK in Niederösterreich umgesetzt wird und eine inklusive Gesellschaft Wirklichkeit wird.

NÖ MONITORING-AUSSCHUSS

Tel. 02742 9005-16212;

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

www.noel.gv.at/monitoringausschuss

Claudia Grübler-Camerloher (NÖ GBB),
Vorsitzende des NÖ MTA



Weiterbildung als wichtige Basis der Selbsthilfe-Arbeit

Die Aus- und Weiterbildungsseminare das Jahres 2023, die in Kooperation mit dem Fonds Gesundes Österreich für die Selbsthilfegruppenleiterinnen und Selbsthilfegruppenleiter sowie für engagierte Multiplikatorinnen und Multiplikatoren durchgeführt werden, fanden wieder im Frühjahr und Herbst statt. Von „Humor als Säule“ über „Patientenrechte, Patientenverfügung und andere Vorsorgemöglichkeiten“ bis hin zu „Öffentlichkeitsarbeit einmal anders“ reichte die Palette in diesem Jahr.

Einen besonderen Dank möchten wir in diesem Zusammenhang den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Gebäudeverwaltung des Amtes der NÖ Landeregierung aussprechen, die dem Dachverband NÖ Selbsthilfe im heurigen Jahr wieder einen Seminarraum zur Verfügung gestellt haben.



Erfreulich war auch in diesem Jahr die Nachfrage für die neun Seminare. 167 Selbsthilfegruppen-Vertreterinnen und -Vertreter meldeten sich 2023 zu den Fortbildungskursen des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe an. Davon meldeten sich 16 Personen zu unserem 4-teiligen LeiterInnen-Lehrgang an.



AUS- UND WEITERBILDUNG 2023

LeiterInnen-Lehrgang

LeiterInnen-Lehrgang Modul 1

Referentin: Dr.ⁱⁿ Margit Burger

30. März 2023

LeiterInnen-Lehrgang Modul 2

Referentin: Alexandra Steiner

2. Mai 2023

LeiterInnen-Lehrgang Modul 3

Referentin: Natascha Sochorec

26. September 2023

LeiterInnen-Lehrgang Modul 4

Referentin: Mag.^a Dr.ⁱⁿ Monika Kobzina

12. Oktober 2023

Weitere Aus- und Weiterbildungsseminare:

Humor als Säule

Referent: Mag. Daniel Gajdusek-Schuster

28. Februar 2023

Körpersprache und nonverbale Kommunikation

Referentin: DSA Alexandra Steiner

14. März 2023

Patientenrechte, Patientenverfügung und andere Vorsorgemöglichkeiten

Referent: Mag. Michael Prunbauer

28. September 2023

Bewegung - Der Treibstoff für Ihre Gesundheit

Referentin: Mag.^a Alexandra Pibil

24. Oktober 2023

Öffentlichkeitsarbeit einmal anders

Referentin:

Mag.^a Anita Stadtherr, MSc MBA

7. November 2023

„Orange the World“ - Festspielhaus St. Pölten leuchtet orange

LR Teschl-Hofmeister: Land Niederösterreich setzt starkes Zeichen gegen Gewalt an Frauen

Im Rahmen der jährlich weltweit umgesetzten Kampagne „Orange the World“ leuchtete das Festspielhaus im Kulturbezirk in St. Pölten 16 Tage lang orange. Dieses Signal soll das Bewusstsein für Menschenrechtsverletzungen schärfen und ein klares Zeichen gegen Gewalt an Frauen setzen. „In Niederösterreich setzen wir zahlreiche Initiativen, die Hilfe und Information für Betroffene bieten. Jede Frau, die Schutz und Unterstützung benötigt, soll diese auch rasch und unbürokratisch bekommen. Unser Bundesland verfügt über ein gut ausgebautes Netz an Initiativen und Einrichtungen, die professionelle Hilfe anbieten. Wir sehen es als unsere Verantwortung an, weiter auf diese Möglichkeiten aufmerksam zu machen und betroffene Frauen zu ermutigen, die Hilfsangebote in Anspruch zu nehmen“, erklärte dabei Frauen-Landesrätin Christiane Teschl-Hofmeister.

Gemeinsam mit Vertreterinnen des Frauenclubs Soroptimist International Allegria in St. Pölten und des Festspielhauses St. Pölten, vertreten durch Geschäftsführer Thomas Gludovatz und die künstlerische Leiterin Bettina Masuch, wurde ein starkes gemeinsames Zeichen für ein gewaltfreies Leben gesetzt. „Gewalt gegen Mädchen und Frauen ist eines der drängendsten

Probleme unserer Gesellschaft, gegen das es durch Prävention und Aufklärung – beginnend in Schulen, Bildungseinrichtungen und Kulturinstitutionen wie dem Festspielhaus – aktiv vorzugehen und Bewusstsein zu schaffen gilt. ‚Orange the World‘ setzt ein sichtbares Zeichen für eine Zukunft ohne Gewalt an Frauen und eine gemeinsame Verantwortung von uns allen“, betonte Bettina Masuch.

Jährlich wird während der „16 Tage gegen Gewalt an Frauen“ zwischen dem 25. November, dem Internationalen Tag gegen Gewalt an Frauen, und dem 10. Dezember, dem Internationalen Tag der Menschenrechte, die Kampagne „Orange the World“ von den UN Women umgesetzt. Im Rahmen dieser Initiative erstrahlen weltweit Gebäude in oranger Farbe, um ein Zeichen gegen Gewalt an Frauen zu setzen. Ziel ist es, Opfer von Gewalt sichtbar zu machen und ihnen so eine starke Stimme zu geben. In Österreich tragen die Soroptimistinnen diese Aktion mit, Präsidentin Ingeborg Haslhofer-Jünemann vom SI Club Allegria St. Pölten betont: „Um möglichst früh anzusetzen, organisieren und finanzieren wir den Präventionsworkshop mit dem Titel ‚Gewaltlos?‘ Dieser Workshop findet in den Polytechnischen Schulen des

Bezirktes und der Stadt St. Pölten statt und soll Burschen und Mädchen gleichermaßen sensibilisieren, eigene und fremde Handlungen zu erkennen, Hilfe zu holen oder sich rechtzeitig in Sicherheit zu bringen. Darüber hinaus haben wir es uns zur Aufgabe gemacht, Frauen beim Start in ein neues, selbstbestimmtes Leben zu unterstützen. Mit dem ‚RESTART-Paket‘ stellen wir nach der Aufnahme im Frauenhaus den notwendigen Hausrat zur Verfügung. ‚Orange the World‘ ist für uns ein sichtbares gemeinsames Zeichen für eine gewaltfreie Zukunft von Frauen und Mädchen und ich freue mich, dass das Festspielhaus St. Pölten dabei ist“.

Das Land Niederösterreich legt im Rahmen der Maßnahmen den Fokus auf die Zusammenarbeit mit Organisationen wie Gesundheitszentren, Frauenhäusern, Polizei, Forensik und Justiz sowie den Ausbildungsstätten für Pflege und Medizin. „Durch verstärkte Information und Aufklärung, durch erhöhte mediale Aufmerksamkeit und durch ein starkes Zusammenspiel aller beteiligten Organisationen und Kräfte soll es gelingen, dem Thema mehr Beachtung in der Zivilgesellschaft einzuräumen. Ziel ist es, endlich aus der Tabuzone herauszukommen“, so Teschl-Hofmeister abschließend.



V.l.n.r.: Eva Hahn, Veronika Steiringer, Roswitha Reisinger, Brigitte Pranz, Brigitte Jordan, Petra Enzenhofer, Maria Rigler, Rosa Tiefenbacher, Landesrätin Christiane Teschl-Hofmeister, Regina Berger, künstlerische Leitung des Festspielhauses Bettina Masuch, Martina Astelbauer, Geschäftsführer des Festspielhauses Thomas Gludovatz und Präsidentin des Club Soroptimist St. Pölten Ingeborg Haslhofer-Jünemann

Neue Art der **Behandlung** mindert die Chance der **Rückkehr** von **Brustkrebs**

Bereits seit April 2023 setzt das Team der klinischen Abteilung für Strahlentherapie-Radioonkologie eine neue Behandlungsform für Brustkrebs-Patientinnen um. Dieses Vorgehen wurde nun durch die renommierte „Import-High-Studie“ aus Großbritannien untermauert und bestätigt: Durch diese Art der Behandlung kann nicht nur das Wiederauftreten von Krebszellen am selben Ort deutlich verhindert, sondern auch die Verträglichkeit der Therapie verbessert werden.

Jährlich erkranken bis zu 5.000 Frauen in Österreich an Brustkrebs, jede 13. Frau erkrankt im Laufe ihres Lebens einmal daran. Die Ursache der Erkrankung ist, mit Ausnahmefällen von familiären genetischen Vorbelastungen, unbekannt. Wichtig ist vor allem das schnelle Handeln bei Bekanntwerden der Krankheit.

Die klinische Abteilung für Strahlentherapie-Radioonkologie des Universitätsklinikums Krems betreut zahlreiche Patientinnen mit der Diagnose Brustkrebs. Um diese Zielgruppe nach den neuesten Erkenntnissen zu behandeln, wird an der Abteilung nachhaltig geforscht. So entschied sich die Abteilung bereits im Frühjahr dieses Jahres, aufgrund neuer Erkenntnisse, Brustkrebs-Patientinnen mit einem alterna-

tiven Bestrahlungsplan zu behandeln. Somit wurde die gesamte Behandlung mit gleichzeitiger Applikation von zwei unterschiedlichen Dosislevels in kurzer Zeit verabreicht. Diese Methode wurde vor allem bei Hochrisiko-Patientinnen, mit aggressiven Tumoren, eingesetzt.

Der Vorteil dieser Methode: Die Behandlung ist besonders gut verträglich und die sonst üblichen Nebenwirkungen wie z.B. Brustverhärtungen oder eine Brustfibrose treten deutlich weniger auf. Zusätzlich verhindert diese kurze Bestrahlungszeit effizient die Rückkehr des Brustkrebses, was nun in einer Studie aus Großbritannien nachgewiesen wurde. Die „Import-High-Studie“ testete ein neues Dosiskonzept, in welchem 15 Bestrahlungen mit gleichzeitiger Applikation von unterschiedlichen Dosen an Strahlung stattfanden. Dies wurde an über 2.600 Teilnehmerinnen seit dem Jahr 2009 getestet. Anschließend wurden alle Patientinnen in einem Zeitraum von 74 Monaten beobachtet. Die Ergebnisse fielen positiver aus als zu Beginn der Studie erwartet: Das Wiederauftreten der Krebszellen am selben Ort konnte nachweislich verringert werden. Besonders stolz zeigt sich auch der für Landes- und Universitätskliniken zuständige Landesrat Ludwig Schleritzko: „Mit der Etablierung dieser neuartigen Methode in Krems zeigt Niederöster-



V.l.n.r.: Roman Semler – kaufmännischer Direktor, Heinz Jünger – ärztlicher Direktor, Mathilde Bständig – stv. Pflegedirektorin, Primaria Petra Georg – Leiterin der klinischen Abteilung für Strahlentherapie-Radioonkologie, Landesrat Ludwig Schleritzko

reich einmal mehr, dass es im Bereich der Krebsforschung und Behandlung von Tumoren die beste Versorgungsqualität für Patientinnen und Patienten liefert.“

„Seit Frühjahr 2023 setzen wir an unserer Abteilung diese neue Art der Behandlung für Brustkrebs um. Die renommierte Studie aus Großbritannien bestätigt nun unser Vorgehen und beweist die umfangreichen Vorteile dieses neuen Konzepts: Die gute Verträglichkeit der Therapie, die Vermeidung von Nebenwirkungen und zusätzlich die Verhinderung von Rezidiven (= erneutes Auftreten von Krebszellen)“, erklärt Primaria Petra Georg, Leiterin der klinischen Abteilung für Strahlentherapie-Radioonkologie.



V.l.n.r.: Roman Semler – kaufmännischer Direktor, Landesrat Ludwig Schleritzko, Primaria Petra Georg – Leiterin der klinischen Abteilung für Strahlentherapie-Radioonkologie, Heinz Jünger – ärztlicher Direktor

5. Freiwilligenmesse und Tag der offenen Tür im Landhaus

LH Mikl-Leitner: „Ehrenamt ist großes Vorbild“

Die 5. Niederösterreichische Freiwilligenmesse fand am 12. November 2023 im Landhaus und am Freigelände statt. Dabei gaben, organisiert von der „Kultur.Region.Niederösterreich“, über 50 Organisationen Einblicke in ihre Tätigkeiten und luden Interessierte ein, sich selbst aktiv einzubringen.

„Es ist heute einfach ein schöner Tag, weil er dem Ehrenamt gewidmet ist. Bewusst an diesem Wochenende kurz vor dem 15. November, wo wir den Landesfeiertag feiern“, sagte Landeshauptfrau Johanna Mikl-Leitner bei der Eröffnungsfeier im Landtagssaal. Denn der Schutzpatron, der heilige Leopold, sei großes Vorbild und Mentor, wenn es um das Miteinander gehe. „Gerade in herausfordernden Zeiten braucht es das, wo es Krieg in der Ukraine und in Israel gibt, wo es sehr viel Aggressivität in der Heimat gibt. Ich denke da ist das Ehrenamt großes Vorbild, denn die Ehrenamtlichen leben es vor, wie man andere unterstützen kann“, sprach die Landeshauptfrau Wertschätzung und Respekt aus und sagte: „Die Ehrenamtlichen sind

Lebensader in unseren Gemeinden und großes Vorbild. Denn es kommt ihnen nicht aufs Geld an, sondern es ist eine sehr befriedigende und freudige Geschichte, wenn man anderen hilft.“

„Ehrenamt hat seinen Wert und macht unser Leben schöner und lebenswerter. Das spürt man einfach“, unterstrich Mikl-Leitner und meinte: „Es ist eine Freude, heute hier durchzugehen und die Hauptverantwortungsträger zu sehen, mit welcher Liebe und Begeisterung sie Tag für Tag arbeiten.“ Sie sei stolz, dass es über 20.000 Vereine in Niederösterreich gebe und fast jeder und jede Zweite sich ehrenamtlich engagiere. „Wir spüren aber auch, dass sich beim Ehrenamt vieles verändert. Deshalb müssen wir agieren und reagieren mit unserer ‚Kultur.Region.Niederösterreich‘ und dem ‚Service Freiwillige‘, wo es darum geht, die Menschen zu motivieren, sich weiterhin zu engagieren und für andere da zu sein“, meinte die Landeshauptfrau.

Hilfswerk NÖ-Präsidentin Michaela Hinterholzer unterstrich, dass „das Ehrenamt beim Hilfswerk schon immer einen besonderen Stellenwert gehabt hat. Das Hilfswerk ist als ehrenamtliche Institution gegründet worden.“ In den vergangenen 45 Jahren habe es sich weiterentwickelt und biete heute neben einer Vielzahl an ehrenamtlichen viele hauptamtliche Leistungen an. „Trotzdem hat das Ehrenamt einen ganz hohen Stellenwert“, etwa bei Essen auf Rädern, Besuchsdiensten oder Lesepatenschaften für Kinder. Museums-



Beim „Tag der offenen Tür“ im Büro der Landeshauptfrau durften die jüngsten Gäste in Mikl-Leitners Bürosessel Platz nehmen und ein Erinnerungsfoto machen.

Foto: NLK Pfeffer

management NÖ-Geschäftsführerin Ulrike Vitovec betonte, dass „im Museumsbereich rund 15.000 Ehrenamtliche in Niederösterreich tätig sind, die in und um Museen arbeiten.“ Das Repertoire reiche von Ausstellungen über Führungen, Veranstaltungen bis hin zur Pflege von Klein- und Flurdenkmälern. Menschen „quer durch alle Generationen engagieren sich“, sagte sie. NÖ Fußballverband-Präsident Johann Gartner ergänzte, dass nicht nur der Vereinssport, sondern auch der Schulsport vom Ehrenamt profitiere. „Die 500 Vereine im Fußball in Niederösterreich können nur arbeiten, weil sich so viele ehrenamtlich engagieren“, führte er aus. Zugleich bedankte er sich bei den Angehörigen der Ehrenamtlichen für die vielen privaten Entbehrungen, die mit der ehrenamtlichen Tätigkeit einhergehen würden.

Manuela Kraus, Büroteam Dachverband NÖ Selbsthilfe, Elisabeth Neumayer, Österr. Vereinigung Morbus Bechterew – Landesleitung NÖ, Landeshauptfrau Johanna Mikl-Leitner und Ronald Söllner, Vorstandsvorsitzender Dachverband NÖ Selbsthilfe



Foto: NLK Pfeffer





Landeshauptfrau Johanna Mikl-Leitner und Philipp Jelinek („Fit mit Philipp“) zu Besuch beim Radio NÖ Frühschoppen im Ostarrichisaal.

Foto: NLK Filzwieser

Neben Vertreterinnen und Vertretern der Freiwilligenorganisationen nahmen auch Landesrat Ludwig Schleritzko, Landesrätin Susanne Rosenkranz, viele Landtagsabgeordnete, Landesamtsdirektor Werner Trock sowie Vertreter der Medien und des öffentlichen Lebens an der Eröffnungsfeier teil. Daniela Faschingleitner bereicherte die Eröffnung mit einem gemeinsamen Singen musikalisch. „Marty [PI]“, Finalist des Liedermacherinnen- und Liedermacher-Wettbewerbs sang sein Lied „Roter Mond“. Durch die Eröffnung führte Moderator Martin Lammerhuber, Geschäftsführer der Kultur.Region. Niederösterreich.

Landeshauptfrau Johanna Mikl-Leitner lud im Anschluss an den Radio Niederösterreich-Frühschoppen im Ostarrichisaal zum Tag der offenen Tür in ihr Büro. Dabei verwies sie unter anderem auf den Kristalluster, der noch aus dem Büro von Leopold Figl stammt, sowie auf zwei Kunstwerke, die in ihrem Büro zu sehen sind: ein Werk des Künstlers Hermann Nitsch sowie ein weiteres des Gugginger Art-Brut-Künstlers Heinrich Reisenbauer. Sie informierte die Besucherinnen und Besucher über ihre Tätigkeit als Landeshauptfrau und gab einen Überblick über das St. Pöltner Regierungsviertel. Die jüngsten Gäste durften schließlich im Bürosessel der Landeshauptfrau Platz nehmen und ein Erinnerungsfoto machen.

Bereits in der Früh zelebrierte Diözesanbischof Alois Schwarz eine Heilige Messe in der Landhauskapelle. Abgerundet wurde die Freiwilligenmesse neben Workshops u.a. mit dem größten Influencer Niederösterreichs Marvin Hicks und Vorträgen – darunter auch ein interaktiver mit Philipp Jelinek, bekannt aus der täglichen TV-Bewegungseinheit „Fit mit Philipp“ – durch die „Offenen Türen“ im Museum NÖ, dem Landesarchiv, der Landesbibliothek, dem Festspielhaus, im Forum Landtag und beim ORF Niederösterreich.



TRANSFER IN DIE ZUKUNFT

EIN ERGOTHERAPEUTISCHER
BLICK AUF MORGEN

FACHTAGUNG 2024
ERGOTHERAPIE
AUSTRIA 8.-9.3.2024

**Nehmen Sie an der
FACHTAGUNG VON
ERGOTHERAPIE AUSTRIA
teil!**

Diskutieren Sie mit
Expert*innen zum
Thema Nachhaltigkeit im
Gesundheitssystem in
der Zukunft.

Spannende, praxisnahe
Workshops erwarten Sie
ebenso wie der Austausch
mit Ergotherapeut*innen und
Kolleg*innen aus anderen
MTD-Berufen!



**MEHR
INFO**

[ergotherapie.at/
fachtagung](https://ergotherapie.at/fachtagung)



ergotherapie
austria

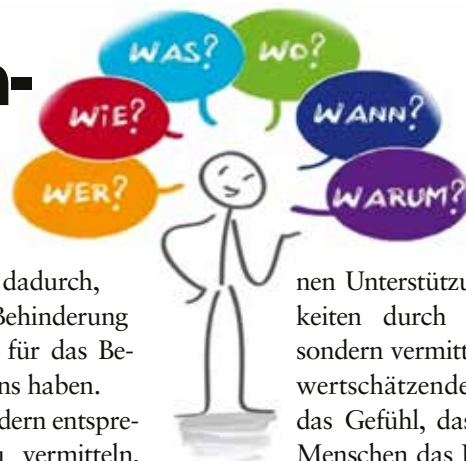
Clubcafé mit informativem Mehrwert

Gerade auch Menschen mit Behinderung spüren die Teuerungen der letzten Monate in einem besonderen Ausmaß. Einerseits weil sie oft zu jener Gruppe von Menschen gehören, die über sehr



bescheidene Einkünfte verfügen und andererseits dadurch, weil sie aufgrund der Behinderung oftmals höhere Ausgaben für das Bestreiten des täglichen Lebens haben.

Um betroffenen Mitgliedern entsprechende Unterstützung zu vermitteln, lud der Vorstand des Club 81 zu einem Infonachmittag im Rahmen des regelmäßigen Clubcafés in das barrierefreie Bildungshaus St. Hippolyt ein. Als ausgezeichnete Vortragende konnte zu diesem Nachmittag Frau DSA Beate Schneider von der Caritas der Diözese St. Pölten begrüßt werden. In ihren Ausführungen gab sie nicht nur einen umfassenden Überblick über die



verschiedenen Unterstützungsmöglichkeiten durch die Caritas, sondern vermittelte in ihrem wertschätzenden Vortrag das Gefühl, dass betroffene Menschen das Recht haben, um entsprechende Hilfestellungen zu ersuchen und, dass es keine Schande ist in Notlagen Hilfe in Anspruch zu nehmen.

Kontakt zum Club 81:

0650 207027 oder vorstand@club81.at – Clubnachmittage jeden 2. Samstag im Monat ab 15:00 Uhr im Hippolythaus St. Pölten (barrierefrei) in der Eybnerstraße 5 in St. Pölten



Barrierefreies Reisen

Zwei unserer Reisebusse sind mit einer hydraulischen Hebebühne ausgestattet. Mit deren Hilfe werden gehbeeinträchtigte Personen samt ihrer Mobilitätshilfe in den Bus gehoben, können dort auf einem bequemen Bussitz Platz nehmen, oder aber der Rollstuhl wird direkt im Bus befestigt.

Gerne sind unsere Buslenker beim Ein- und Aussteigen behilflich.

Mit unseren „Rollibussen“ wird barrierefreies Reisen zur Realität!

BAUMFRIED
 Mietwagen - Reisedienst



+43 7269 / 84 046
www.baumfried-reisen.at
office@baumfried-reisen.at

Demokratie, das sind wir alle. **Von uns, dem Volk, geht das Recht in unserem Staat aus.** Aber was bedeutet das eigentlich?

Diesem Thema haben sich 40 Mitglieder des Club 81 – Club für Menschen mit und ohne Behinderung – im Rahmen unserer Herbstfahrt am Mittwoch, dem 27. September 2023, gewidmet. Besonders gefreut haben sich die Mitglieder, dass auch der Vorsitzende des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe, Ronald Söllner, sich der Reisegruppe des Club 81 angeschlossen hat.

In einer drei Stunden dauernden Führung durch NRAbg. Johann Höfinger erlebte die Gruppe wie parlamentarische Demokratie funktioniert und ein Haus der Volksvertretung arbeitet. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer an der Fahrt erhielten dadurch einen sehr persönlichen Einblick in die tägliche Arbeit eines Parlamentariers mit vielen Hintergrundinformationen, die man so kaum bekommt. So erlebten also alle das berühmte Wiener Parlament hautnah und erfuhren dabei auch überraschende Geschichten über die prunkvollen Bauten.



Und weil so viel neu erworbenes Wissen auch durstig und hungrig macht, ging es im Anschluss zu einem gemütlichen Ausklang in das Gasthaus von Frau Gerlinde Winter in Lanzen-dorf bei Böheimkirchen.



Da der Club 81 es als besondere Aufgabe sieht, dass alle interessierten Mitglieder an der Fahrt teilnehmen können, wurde – wie bei allen Reiseangeboten des Club 81 – der rollstuhlgerechte Reisebus der Fa. BAUMFRIED aus Mitterkirchen im Bezirk Perg/OÖ eingesetzt.

Mit dem REISEBÜRO BAUMFRIED verbindet den Club 81 eine mehr als zwei Jahrzehnte andauernde wertschätzende Zusammenarbeit. Genau wie wir seit Jahrzehnten die besondere Assistenzhilfe des Roten Kreuzes Prinzerdorf in Anspruch nehmen dürfen.

Ein herzliches Dankeschön richtet der Club 81 auch an den Dachverband NÖ Selbsthilfe (dessen Vorsitzender Ronald Söllner an unserer Fahrt teilnahm) und den NÖ Gesundheits- und Sozialfonds (NÖGUS) für ihre hilfreiche Unterstützung.



Land NÖ setzt auf Menschen mit Behinderung

LH Mikl-Leitner: „Unentbehrliche Säule im Landesdienst“

Am Sonntag, dem 3. Dezember wurde der „Internationale Tag der Menschen mit Behinderung“ begangen. Im niederösterreichischen Landesdienst wird das Thema Inklusion großgeschrieben: „Der niederösterreichische Landesdienst will Vorbild und Vorreiter sein“, wie Landeshauptfrau Johanna Mikl-Leitner ausführt: „Im nö. Landesdienst sind derzeit über 1.923 Personen mit Behinderung beschäftigt. Sie sind eine unverzichtbare Säule des Landesdienstes. Weil wir die Arbeitskraft von Menschen mit Behinderungen nicht nur sehr schätzen, sondern auch dringend brauchen, überschreiten wir auch alljährlich die gesetzlich vorgeschriebene Mindestzahl an zu beschäftigenden Menschen mit Behinderungen.“ Alleine im Dezember letzten Jahres habe das Land damit 27 Prozent mehr begünstigt Behinderte beschäftigt, als gesetzlich verpflichtend wäre.

Vielfältige Maßnahmen sorgen im nö. Landesdienst für gelebte Inklusion. Hier ist die eigens geschaffene Dienststelle für die Zentralbehindertenvertretung eingebettet, zu nennen. Andreas Mühlbauer, der dieses Amt bekleidet, spricht von einem „gemeinsamen Arbeiten an Verbesserungen“. Er unterstreicht: „Wie beim Land Niederösterreich mit Menschen mit Behinderung umgegangen wird – das ist gelebte Inklusion.“

Auch bauliche Maßnahmen wurden im Regierungsviertel für Menschen mit Behinderung durchgeführt, beispielsweise wurde die Garage mit behindertengerechten Türöffnern ausgestattet, Leitsysteme für Menschen mit Behinderung etabliert, Behinderten-WCs geschaffen und alle Stockwerke sind mit den Liftanlagen barrierefrei erreichbar.

Nicht zuletzt haben auch die niederösterreichischen Bezirkshauptmannschaften viele Barrieren, sei es im baulichen, technischen oder digitalen Zusammenhang, erfolgreich reduziert.

Landespersonalvertretungs-Obmann Hans Zöhling dazu: „Ich möchte mich bei allen Kolleginnen und Kollegen mit Behinderung bedanken, denn nur durch sie und ihre tägliche Einsatzbereitschaft ist die Aufrechterhaltung des Dienstbetriebes in vielen Bereichen des nö. Landesdienstes überhaupt möglich.“

Aber auch abseits des nö. Landesdienstes werden im Bundesland bereits jahrelang viele Maßnahmen und Initiativen zur Inklusion gesetzt. Die persönliche Assistenz, die verschiedensten Wohnunterstützungen für Jung und Alt, genauso wie Tagesstätten, wo Menschen mit Einschränkungen Arbeit und Beschäftigung finden, sind nur einige Beispiele. Auch das Thema Bildung ist hier als wichtiger Bereich zu nennen, damit alle Kinder die gleichen Chancen haben – deshalb haben die Eltern in Niederösterreich auch die Wahlfreiheit, ob sie für ihr Kind eine Integrationsklasse oder eine sonderpädagogische Schule bevorzugen.

Die Landeshauptfrau betont abschließend, dass es in Bezug auf Inklusion vor allem um Einstellung und Umdenken gehe, denn „jeder hat Talente, Stärken und Fähigkeiten und diese bereichern auch unsere Arbeits- und Wirtschaftswelt.“ Hier appellierte sie an die Betriebe, „diese Talente zu nutzen.“



Behindertenvertretungsperson Andreas Mühlbauer und Landeshauptfrau Johanna Mikl-Leitner

Foto: NLK Burchhart

Elf Löwinnen im Zirkus ...

Besuch der Operette „Das Land des Lächelns“



Auf Einladung der Krebshilfe – ein besonderer Dank an dieser Stelle an Frau Sabine Caslavka von der NÖ Krebshilfe – durften Vertreterinnen des Vereins „Pinke Löwin“ einen wunderschönen Abend im Schloss Haindorf bei Langenlois verbringen.

Bei bestem Sommerwetter und guter Laune wurde vor der Vorstellung bei einem guten Glas Wein oder erfrischendem Wasser angeregt geplaudert. Die Teilnehmerinnen ließen es sich auch nicht nehmen, ein Foto mit dem Dramaturgen am Staatstheater am Gärtner-

platz in München und Intendanten der Operette Langenlois, Herrn Christoph Wagner-Trenkwitz – besser bekannt als langjähriger Opernballmoderator an der Seite von Karl Hohenlohe – zu machen.

Zweieinhalb Stunden durften sich die Damen den bezaubernden Melodien einer der größten Meisterwerke der Operetten-Literatur von Franz Lehar, der Operette „Das Land des Lächelns“, im wunderbaren Ambiente des Schlosses Haindorf hingeben. Die Künstlerinnen und Künstler entführten die Zuhörer in ein Reich der Fantasie, das von Liebenden, Träumenden, Spielenden und vor allem von Franz Lehárs unsterblichen Melodien bevölkert wird: „Immer nur lächeln“, „Wer hat die Liebe uns ins Herz gesenkt“, „Meine Liebe, deine Liebe“ und vor allem einer der größten Tenorschlager, „Dein ist mein ganzes Herz“ waren zu hören.

Die TeilnehmerInnen waren sich nach der Vorstellung alle einig, dass es ein wunderschöner Abend war, der ihnen noch lange in sehr schöner Erinnerung bleiben wird.

Heilsames Singen mit Brigitte Rumer-Bichler

Endlich war es so weit, und einige Mitglieder des Vereins „Pinke Löwin“ konnten sich mit Brigitte Rumer-Bichler am Sonnenkräuterhof Schmidt in Karlstetten zum heilsamen Singen treffen.

In Summe haben 17 Damen voller Elan und Begeisterung unter freiem Himmel die Herausforderung angenommen Lieder mit afrikanischen bzw. hawaiianischen Texten und Choreografien zu singen. Die Damen hatten sichtlich jede Menge Spaß dabei, denn es ist nämlich gar nicht so einfach zu singen

und dabei noch im richtigen Takt zu klatschen oder Steine weiterzureichen.

Nach einer Stunde gab es dann eine „Kaffee und Kuchen-Pause“ zum Verschnaufen – bestens bewirtet von Poldi und ihrer Schwester. So gestärkt ging es dann in die zweite Runde. Hier wurde sogar im Gehen bis zum 4-stimmigen Kanon gesungen.

Die Mitglieder des Vereins „Pinke Löwin“ freuen sich heute schon, wenn sie Frau Rumer-Bichler auch im kommenden Jahr wieder zum gemeinsamen Singen zu sich einladen.

In diesem Sinne,

Si si si, si dolada, yakusine ladu, banahaaaa ...



ÖGK: „Gesundheit für Sie“ im Fokus

Großer Ansturm auf 20. Frauengesundheitsmesse in St. Pölten

20 Jahre „Gesundheit für Sie“ - das wurde am 10. und 11. November 2023 im WIFI St. Pölten mit einem tollen Programm zur Frauengesundheit gefeiert. Die Besucherinnen und Besucher waren sich einig: Die beliebte zweitägige Veranstaltung, initiiert von der Österreichischen Gesundheitskasse (ÖGK) und Partnern, übertrifft sich jedes Jahr aufs Neue.

Unter dem Motto „Wunderbar weiblich – Mein Körper und ich“ gab es bei der Jubiläumsveranstaltung zahlreiche Highlights: Großes Interesse weckte der Vortrag von Top-Expertin für frauenspezifische Medizin Univ.-Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Alexandra Kautzky-Willer zum Thema „Warum Frauen eine individuelle medizinische Behandlung benötigen“. Vorträge zu gesunder Haut- und Körperpflege, zur Bedeutung des Beckenbodens sowie Sexualität in den Wechseljahren fanden ebenso großen Anklang. Wie es um die eigene Gesundheit steht wurde bei verschiedenen Checks, etwa einer Blutwertebestimmung, Messung

der Körperzusammensetzung oder einem Wirbelsäulenscreening erhoben.

Auch die Bewegung kam an diesen Tagen mit Programmpunkten wie Linedance nicht zu kurz. Viele nutzten das Angebot an Pilates, Shiatsu, Qi Gong und Yoga. Wohlbefinden und Schönheit tankten die Damen bei Kosmetik-, Farb- und Stilberatungen sowie bei der Anwendung von Körperölen.



Kabarettistin Isabella Woldrich unterhielt mit ihrem Programm „LiebesLeben“.

Gesundheitspartner und Mitveranstalter waren auch heuer wieder Ärzte-, Apotheker-, Arbeiter- und Wirtschaftskammer Niederösterreich, Österreichischer Gewerkschaftsbund Niederösterreich und das Land Niederösterreich.



V.l.n.r.: Nationalrat Robert Laimer, Prof. Dr. Hannes Bauer (Präsident des Pensionistenverbandes NÖ), Mag.^a Bettina Heise, MSc (Direktorin der AK Niederösterreich), Dr. Harald Schlögel (Präsident der Ärztekammer für NÖ), Angela Fischer (Vizepräsidentin der AK Niederösterreich), Mag.^a Elisabeth Biermeier (Vizepräsidentin der Apothekerkammer NÖ), Robert Leitner (Vorsitzender des Landesstellenausschusses der ÖGK in NÖ), Landesrat Mag. Dr. Christoph Luisser, Mag. Franz Ficzk (SVS), Ingrid Kaindl (Direktorin der BVAEB Landesstelle NÖ), Landtagsabgeordneter und Gemeinderat Martin Antauer, Barbara Brandstetter (Bezirksvorsitzende Frau in der Wirtschaft St. Pölten), Gemeinderätin DSA Mirsada Zupani, MSc, Mag. Bernhard Wurzer (Generaldirektor der ÖGK)

Fotos: Österreichische Gesundheitskasse/APA-Fotoservice/Hörmandinger



Cornelia Syllaba, Gruppenleiterin Doris Liedl und Leopoldine Tudor von der Selbsthilfegruppe „Pinke Löwin - Verein St. Pölten und Umgebung“ hatten auch in diesem Jahr einen Informationsstand auf der Frauengesundheitsmesse.





Referierten bei der Infoveranstaltung in St. Pölten v.l.n.r.): Dr. Johannes Schobel, PD Dr. Roland Moschén, Brigitte Winkelbauer und Christian Radlinger

Die Selbsthilfegruppe der Österreichischen Tinnitus-Liga in St. Pölten ist wieder aus dem Dornröschenschlaf erwacht

In der Selbsthilfegruppe der Österreichischen Tinnitus-Liga (ÖTL) in St. Pölten kamen die Gruppentreffen zu einem Stillstand, da aufgrund der Corona-Pandemie keine Treffen im Universitätsklinikum St. Pölten abgehalten werden konnten. Weiters legte Ende 2022 die Gruppenleiterin Frau Gerti Slawitz-Gajdusek ihr Amt nieder.

Als Start-Event für die neu zu gründende Selbsthilfegruppe in St. Pölten organisierte die ÖTL eine Informationsveranstaltung für Betroffene und Interessierte unter dem Motto „Tinnitus – Was hilft?“, die am 16. Juni 2023 im Bildungshaus St. Hippolyt in St. Pölten stattfand. Referenten aus unterschiedlichen Fachdisziplinen hielten Vorträge und standen im Anschluss für Fragen zur Verfügung.

Seitens des Vorstands der ÖTL freute man sich sehr, dass diese Veranstaltung von den Teilnehmerinnen und Teilnehmern so interessiert aufgenommen wurde und, dass dieses Event den Grundstein für die neue Selbsthilfegruppe in St. Pölten legte.

Unter diesem Link kann man die Vorträge des Informationsnachmittags in St. Pölten nachhören: <https://www.oetl.at/veranstaltung-tinnitus-was-hilft/>.

Am 27. Juni 2023 fand im Universitätsklinikum St. Pölten das erste Gruppentreffen statt. Zwar war es nur ein kleines Grüppchen, dafür waren der Austausch und das Interesse sehr groß.

Seitens des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe wünschen wir der neuen Selbsthilfegruppe in St. Pölten und allen Beteiligten, die den Austausch und die Gemeinschaft für sich nutzen wollen, alles Gute und viele weitere bereichernde Gruppenabende. Die Termine der Gruppentreffen finden Sie unter www.oetl.at

KONTAKT ÖSTERREICHISCHE TINNITUS-LIGA:



Marion Weiser-Fiala
Holistische Körpertherapeutin
Finanzreferentin der ÖTL
Mail: marion.weiser@gmx.net
www.marion-weiser.at

Foto: Bettina Hüttner



PD Dr. Roland Moschén
Präsident der Österreichischen Tinnitus-Liga
Mail: info@oetl.at
www.tinnitus.at / www.oetl.at

Foto: ÖTL

ST. PÖLTEN UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

/fh///
st. pölten

Hier gestalten wir sozialen Wandel.

Soziales ist dir ein Anliegen?
Unser Studienangebot dazu:

Bachelor

- Soziale Arbeit
- Sozialpädagogik

Finde dein Wunschstudium:
fhstp.ac.at/soziales

WE ARE **EUDRES²**
EUROPEAN UNIVERSITY

Landeskrlinikum Hainburg: Spendenübergabe an das Palliativteam

Das Palliativteam des Landeskrlinikums Hainburg erhielt von der Selbsthilfegruppe der Anonymen Alkoholiker eine Spende.

Am 21. November 2023 fand eine Spendenübergabe an das Palliativteam des Landeskrlinikums Hainburg statt. Der Spender ist die Selbsthilfegruppe der Anonymen Alkoholiker, die bereits seit 1987 im Landeskrlinikum Hainburg vertreten ist.

Das Palliativteam bedankte sich herzlich für diese Hilfe. „Durch diese Spende können wir sehr schnell und unbürokratisch noch mehr Unterstützung für unsere Patientinnen und Patienten und deren Angehörige leisten,“ so DGKP Renate Welleschitz.

Die Anonymen Alkoholiker treffen sich jeden Sonntag um 17:00 Uhr im Landeskrlinikum. „Alle Betroffenen, Angehörigen und Interessierten sind jederzeit bei unseren Treffen willkommen. Sollte eine Patientin oder ein Patient noch während eines Aufent-

V.l.n.r.: Marion Hoffmann, Lucky, Irena, Pepi, DGKP Renate Welleschitz, MSc, DGKP Renate Tatzler, DGKP Birgit Preis

Foto: LK Hainburg

haltes im Krlinikum mit uns sprechen wollen, können sie uns jederzeit unter unseren Telefonnummern:

„Pepi“ 0664 9221212,

„Irena“ 0660 6528678,

„Lucky“ 0664 3210724 kontaktieren.

Wir helfen ab der ersten Stunde. Gerne unterstützen wir als Selbsthilfegruppe auch betroffene Angehörige, welche sich an jedem ersten Sonntag im Monat der „offenen Gruppe“ anschließen können. Fragen beantworten wir oder die Ombudsstelle des Krlinikums“, erklärt Pepi im Namen der Anonymen Alkoholiker.

Club 81 lud zur Jahreshauptversammlung

Einen umfassenden Ein- und Überblick gab der Vorstand des Club 81 bei seiner diesjährigen Jahreshauptversammlung am 28. Oktober im Festsaal des barrierefreien Bildungshauses St. Hippolyt, das seit der Gründung des Club 81 im Jahre 1981 auch dessen regelmäßiger Treffpunkt für die zahlreichen Clubzusammenkünfte und Aktivitäten des Club 81 ist. Um den Bericht abwechslungsreich und lebendig zu gestalten, wurde dieser vom Obmann Josef Schoisengeyer, Schriftführerin Waltraud Schoisengeyer und Kassier Franz Zichtl abwechselnd vortragen. Die Aktivitäten des Club 81 waren in diesem Zeitraum sehr vielfältig. So wurden 17 Clubcafés, zwei Besuche bei den Seefestspielen in Mörbisch und vier ein- und mehrtägige barrierefreie Reisen angeboten. Und selbstverständlich engagierte sich der Club 81 auch überall dort, wo es um die Belange von Menschen mit Behinderung geht und setzte sich dafür ein. Damit die Mitglieder des Club 81 umfassend über ihre gesetzlichen Rechte und Ansprüche



und über sozialpolitische Neuerungen informiert werden, bietet der Club 81 eine regelmäßig erscheinende Clubzeitung mit dem Titel „mittendrin im Leben“. Zwischendurch erfolgen aber auch immer wieder tagesaktuelle Informationen in Form einer WhatsApp-Gruppe und in Form von Rundmails.

Die Vereinskontrolle, vertreten durch den Vorsitzenden der Vereinskontrolle Mag. Dr. Alfred Brader, gratulierte dem Vorstand für seine Tätigkeit im Interesse der Menschen mit Behinderung und lobte in besonderer Weise die beispielhafte finanzielle Gebarung des Vereines. In einem kurzen Überblick gab dann der Vorstand noch die Pläne für

die Vereinsarbeit für die nähere und weitere Zukunft bekannt und versprach sich weiter engagiert für die Interessen der Mitglieder einzusetzen. An entsprechender Arbeit wird es nicht fehlen. Der Jahreshauptversammlung schloss sich ein gemütliches Beisammensein in Form eines Clubcafés an, bei dem sich wieder zwei weitere Personen dem Club 81 als Mitglieder anschlossen.





ÖDV - Herbstwochenende in Reichenau für Familien mit Kindern mit Diabetes

„Alles steht am Kopf“... warum passen denn die Werte schon wieder nicht?“

Welche Faktoren beeinflussen unsere Blutzuckerwerte? Der Diabetes ist ein dauerhaftes Hexenwerk mit viel mehr Hexenkunst, komplizierten Zaubersprüchen und mysteriösen Zauberkzutaten, als man es von außen sieht.

Habe ich etwas falsch gemacht oder war es ein anderer Einfluss? Ich beginne nachzudenken und mir folgende Fragen zu stellen: „Also ich habe das Essen abgewogen, den Spritz-Ess-Abstand eingehalten, alles ganz genau berechnet, den Bolus gespritzt und trotzdem ist mein Wert nicht im 'schönen Bereich'.“ War mein Insulin vielleicht zu warmen oder zu kalten Temperaturen ausgesetzt? Funken mir die Pubertät oder Hormone

dazwischen? Habe ich gut und ausreichend geschlafen? Hatte ich Stress?“

Fragen über Fragen, welche einem mit „nicht so schönen Werten“ durch den Kopf gehen und an diesem Familien-Schulungswochenende besprochen wurden. Während die Eltern an den Vorträgen und den Diskussionsrunden teilnahmen, wurden die Kinder von Kinderbetreuern beaufsichtigt. Zum Weckerlbacken und die Berechnung der Kohlenhydrateinheiten holte man wieder die Kinder zu Hilfe.

Auch brauchte das Waldmännlein und die Waldhexe (und ihre Katze) am Abend ebenfalls die Unterstützung der Kinder, da sie ihre Traumsterne verloren

hatten und ihre Hexenreime vergaßen, da sie den Streit zwischen der Rax und dem Schneeberg schlichten mussten.

Um den Streit dieser beiden Berge noch besser schlichten zu können, mussten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer den zunächst näher gelegenen Berg am nächsten Tag aufsuchen.

„Ich bin davon überzeugt, dass die eine oder andere Frage zu „Alles steht am Kopf, ...“ nicht nur beim Diabetesmanagement geklärt werden konnte und ich würde mich freuen Sie auch im nächsten Jahr begrüßen zu dürfen.“, resümierte Mag.^a Katharina Honisch für das Team der ÖDV-Servicestelle Niederösterreich.

Nachwächterwanderung der Turngruppe Morbus Bechterew St. Pölten

Die Turngruppe Morbus Bechterew St. Pölten unternimmt auch außerhalb der wöchentlichen Termine mit Heilgymnastik regelmäßig großartige Aktivitäten. Diesmal stand eine Nachwächterwanderung in der Landeshauptstadt St. Pölten auf dem Programm. Zu Beginn konnten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer beim Eintreffen dem neuen Glockenspiel am Rathausplatz lauschen.

Begleitet von einem uniformierten Nachwächter ging es im Anschluss durch die abendlichen Straßen der Landeshauptstadt und man fühlte sich immer wieder zurückversetzt in alte vergangene Zeiten. Mit interessanten historischen Informationen rund um die Landeshauptstadt und garniert mit kurzweiligen „Gschichtln“ war der Abend für alle eine einmalige Gelegenheit St. Pölten von einer neuen Seite kennenzulernen.



volkshilfe.

BESTENS BETREUT

FÜR EIN UNBESCHWERTES LEBEN

- **Mobile Pflege & Betreuung** Kosten / Förderungen: www.preisrechner.at
- **Essen zuhause**
- **Notruftelefon**
- **Betreutes Wohnen**
- **24 Stunden Betreuung***
- **Beratung** z.B. Pflegegeld, Demenz, Förderungen,
- **Mobile Therapie** (Physio, Ergo)
- **HausFußpflege****
- **Soziale Alltagsbegleitung** inkl. Gedächtnistraining

Immer für Sie erreichbar

☎ 0676 / 8676

www.noe-volkshilfe.at



Die Angebote werden durch die mildtätige und gemeinnützige SERVICE MENSCH GmbH, FN216822g, Tochter der Volkshilfe NÖ oder in Kooperation mit *24-Stunden-Personenbetreuung (PB) GmbH bzw. **persönliche und technische dienstleistungen GmbH (nicht ISO-zertifiziert) erbracht. © November 2023



„es GEHT aufwärts“ – **COPD-STUFEN-CHALLENGE** in St. Pölten

„es GEHT aufwärts“ war das Motto der COPD-Stufen-Challenge, die am 29. September auf den Klangturm in St. Pölten führte. Die Veranstaltung wurde heuer erstmals von COPD-Austria Niederösterreich gemeinsam mit dem Verband der Herz- und Lungentransplantierten SHG NÖ organisiert und zeigte, welche Leistungen Lungentransplantierte, Menschen mit COPD und anderen Lungenerkrankungen bei entsprechendem Training, Mut und Motivation vollbringen können.

Fokus: Lungenerkrankungen

„Rund 800.000 Menschen sind österreichweit von COPD betroffen. Uns ist es ein Anliegen, mit solchen Events mehr Bewusstsein für die Krankheit in der Bevölkerung und bei den Verantwortlichen der Gesundheitspolitik zu schaffen“, erklärte Veranstalterin Claudia Schötzer von COPD-Austria Niederösterreich und fügte hinzu: „Das Datum für unsere Challenge in St. Pölten hätte nicht besser gewählt werden können – genau zwischen Welt-Lungentag am 25. September und dem Deutschen Lungentag am 30. September.“



zung der Kapelle des Eisenbahner Musik Vereins St. Pölten, los: „Unsere Erwartungen wurden übertroffen – ein schöner Anblick, die vielen Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit Begleitpersonen“, freute sich Organisatorin Silvia Scholz vom Verband der Herz- und Lungentransplantierten.

TeilnehmerInnen und die Sonne lachten um die Wette

Bei prächtigem Herbstwetter stellten sich rund 40 Personen aus ganz Österreich der Herausforderung über 280 Stufen den 47 Meter hohen Klangturm zu erklimmen. Empfangen wurden alle mit Kaffee von Kaffeelix, dem St. Pölten Weltmeister im Kaffeerösten.

Nach den Grußworten des St. Pöltner Bürgermeisters Mag. Matthias Stadler, überbracht von Gemeinderat Jürgen Kremsner und der Begrüßung durch die Veranstalter und Dr. Peter Errhalt, Leiter der Klinischen Abteilung für Pneumologie am Universitätsklinikum Krems und ärztlicher Leiter des Fachbereiches Pulmologie im Lebens.Med Zentrum St. Pölten, ging es, mit musikalischer Unterstüt-

Fröhliche Gesichter im St. Pöltner Regierungsviertel

Während der Challenge wurden die Teilnehmenden von MedizinerInnen, TherapeutInnen und Diplomierten Gesundheits- und KrankenpflegerInnen des Lebens.Med Zentrums St. Pölten (ambulante Rehabilitation) unterstützt. „Bei körperlicher Betätigung mit einer Lungenerkrankung sind nicht Zeit oder Schnelligkeit das Kriterium, viel wichtiger ist es, die Aktivität mit der eigenen Atmung in Einklang zu bringen“, betonte Prof. Errhalt. Für die TeilnehmerInnen gab es in jedem Stockwerk Sitzgelegenheiten, um Pausen einzulegen und die Sauerstoffsättigung zu messen. Der kostenlos zur Verfügung gestellte Sauerstofftank und die mobilen Ersatzgeräte von Air Liquide waren

wichtig, um den SauerstoffpatientInnen die nötige Sicherheit zur lückenlosen Versorgung mit Sauerstoff zu geben. Mit gegenseitiger Rücksichtnahme und dem motivierenden Rückhalt der vielen freiwilligen BegleiterInnen meisterten die Starter die Herausforderung. Alle wurden mit Applaus für ihre Leistung auf der Aussichtsplattform empfangen „Trotz der Anstrengung war der gemeinsame Aufstieg ein schönes Erlebnis“, resümierten die Organisatorinnen Claudia Schötzer und Silvia Scholz, die beide auch selbst teilnahmen. Im Anschluss gratulierte Mag. Filip Deimel, Leiter der Gruppe Gesundheit und Soziales/Land NÖ, allen Teilnehmenden zu ihrer Leistung. Einen würdigen Abschluss fand die COPD-Stufen-Challenge bei einem gemeinsamen Essen auf Einladung von Landeshauptfrau Johanna Mikl-Leitner im Landhaus im Niederösterreich-Saal. Zwischen angeregten Gesprächen und erleichtertem Lachen konnte man immer wieder hören: „Nächstes Jahr bin ich wieder dabei!“

Save the date:
Freitag, 27. September 2024
Klangturm, St. Pölten
10 Uhr



Weil **gemeinsam** vieles geht – **3. NF-PatientInnen-Tagung** in Linz

Am 24. und am 25. November 2023 fand nach vier Jahren wieder eine PatientInnen-Tagung für Neurofibromatose (NF) statt. Rund 60 interessierte BesucherInnen kamen in das Seminarzentrum im Gesundheitspark der Barmherzigen Schwestern nach Linz, um sich spannende Vorträge von österreichischen und internationalen ReferentInnen zu den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen anzuhören, sich auszutauschen, zu vernetzen sowie sich über Angebote für NF-Betroffene und deren Angehörige im klinischen - sowie außerklinischen Bereich zu informieren.

Direkt im Anschluss an das 4. Österreichische NF-Symposium, das am Freitag stattfand und bei dem rund 70 TeilnehmerInnen aus dem ärztlichen, psychologischen, therapeutischen Bereich sowie dem Pflegebereich teilnahmen, fand Samstag und Sonntag die NF-PatientInnen-Tagung statt.



Franziska Kienel und Susanne Kletzl (in Vertretung für den erkrankten Dr. Christian Oberdanner) wurden mit dem Barbara-Griessler-Zittner-Preis für ihr Engagement für die NF-Community ausgezeichnet.

Bei der PatientInnen-Tagung waren rund 60 Teilnehmende im Publikum.

Am ersten Tag der Veranstaltung lag der Fokus auf medizinischen Themen aus den Bereichen Lasertherapie, medikamentöse Therapien, Vor- und Nachteile von Strahlentherapie vs. Chemotherapie sowie ein Einblick in den Stand der Forschung der Gentherapie bei NF. Außerdem wurde der pädiatrische Vorsorgebogen für Kinder und Jugendliche mit NF1 vorgestellt. Der Vorsorgebogen entstand in einem Konsens unter den führenden NF-ExpertInnen in Österreich und ist eine Art Checkliste, um eine einheitliche und dem neuesten Stand entsprechende Versorgung von pädiatrischen NF-PatientInnen

sicherzustellen. Der Impuls dazu und die Koordination kam von der Patientenorganisation NF-Kinder. Ebenfalls vorgestellt wurde die Anlaufstelle für Kinder und Jugendliche mit NF in Linz am Kepler Universitätsklinikum. Außerdem wurde eine KI-gestützte Software vorgestellt, die Arztbefunde und Bildbefunde in laiengerechte Sprache übersetzt und

so Betroffenen und Angehörigen hilft, sich besser auf die Befundbesprechung vorzubereiten.

Der zweite Tag widmete sich sozialrechtlichen Fragestellungen, den psychosozialen Angeboten im NF-Kinder-Expertisezentrum und im außerklinischen Bereich. Bei einem gemeinsamen Workshop der NF-Kinder-Regionalgruppen wurden gemeinsame Ideen für zukünftige Projekte erarbeitet. Abschließend fand die Verleihung des Barbara-Griessler-Zittner-Preises statt, der an Franziska Kienel aus Tirol und an Susanne Kletzl, stellvertretend für Dr. Christian Oberdanner aus Salzburg verliehen wurde. Der Preis, benannt nach der bereits verstorbenen Barbara Griessler-Zittner, die die erste NF-Selbsthilfegruppe in Österreich gegründet hat, zeichnet Menschen aus der NF-Community aus, die sich besonders für die Neurofibromatose-Forschung und Awareness engagiert haben.



ÄrztInnen und TherapeutInnen aus unterschiedlichen Fach-Disziplinen sowie PatientInnen-VertreterInnen und Pflegekräfte, die Menschen mit NF in Österreich betreuen beim 4. Österreichischen NF-Symposium in Linz

Fotos: NF Kinder

10 Jahre Selbsthilfegruppe „Vergiss mein nicht“ in Krems



Die Selbsthilfegruppe „Vergiss mein nicht“ ist eine sehr heterogene Gruppe. Die betroffenen Familienangehörigen sind mit den unterschiedlichsten Ausprägungen und Krankheitsverläufen konfrontiert. Man kann sich orientieren was einem noch bevorsteht bzw. was bereits geleistet wurde. „Man darf auch ganz offen reden und auch die eine oder andere Träne vergießen“, so die Worte von Willi, einem Mitglied der Selbsthilfegruppe.

Im Laufe der Jahre konnte die Selbsthilfegruppe regionale, nationale als auch internationale Synergien aufbauen. So wird sie vom Universitätsklinikum Krems, dem Dachverband NÖ Selbsthilfen (www.selbsthilfenoe.at) und dem Demenzservice NÖ (www.demenzservicenoe.at) bestens unterstützt. Die Gruppe pflegt weiters gute Kontakte mit der Donau Universität Krems, der FH Krems und allen Hilfsorganisationen. Seit September 2023 ist sie Mitglied der Demenz Selbsthilfe Austria (www.demenzselbsthilfeaustria.at) und seit Mai 2023 ist sie auch im Behindertenbeirat Krems vertreten.

Gebührend gefeiert wurde das 10-jährige Bestehen der Selbsthilfegruppe „Vergiss mein nicht“ am 20. September 2023 im Pfarrcafe St. Veit. Zu den zahlreichen Ehren Gästen zählten Pfarrer Franz Richter, Vizebürgermeisterin Eva Hollerer, der Vorstandsvorsitzende des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe, Herr Ronald Söllner, die Koordinatorin des Demenzservices NÖ, Frau Renate Gabler-Mostler, Vertreter des Universitätsklinikums Krems und die Referenten, die die Gruppe seit Jahren sehr gut begleiten.



In den Laudationen wurde ganz besonders die Selbsthilfe als tragende Kraft betont. Willi, ein Teilnehmer der Gruppe, stellte sich der Herausforderung, an der österreichweiten Kampagne der Demenz Selbsthilfe Austria teilzunehmen. „Irgendwann genügte es mir nicht mehr, Fachbücher zu lesen. Es war an der Zeit eine Selbsthilfegruppe zu besuchen, bei der ich partizipieren konnte und auch wertvolle praktische Informationen erhalte.“, so Willi.



Angela Lehner, Mag.^a Felicitas Maurer, Leiterin der Selbsthilfegruppe „Vergiss mein nicht“ und Eva Hollerer, Vizebürgermeisterin der Stadt Krems



Angela Lehner, Mag.^a Felicitas Maurer und Violeta Koppensteiner, DGKP, Masterin in Validation nach Naomi Feil



Den 3. Praxistag Primärversorgung nutzen zum Austausch unter anderem: Dr. Peter Klar, Allgemeinmediziner, Gründer des PVZ Wienerwald und einer der Referenten, Dr. Max Wudy, Vizepräsident und Kurienobmann der niedergelassenen Ärzte der Ärztekammer für Niederösterreich, eine der Praxistag-Teilnehmerinnen Margot Cirlea, BSc, vom PVZ Schwechat, NÖGUS-Vorsitzender Landesrat Mag. Dr. Christoph Luisser und Robert Leitner, Vorsitzender des Landesstellenausschusses der Österreichischen Gesundheitskasse in NÖ.

Foto: NÖGUS

3. Praxistag Primärversorgung

Bei Team-Mitgliedern von Primärversorgungseinheiten (PVE) aus ganz Niederösterreich ging es in St. Pölten um Weiterbildung für Pflegekräfte, Team-Kommunikation, IT-Planung, PVE-Gründung und den Wechsel zwischen Arbeit und Freizeit.

NÖGUS-Vorsitzender Landesrat Mag. Dr. Christoph Luisser: „Kurze Wartezeiten und eine Versorgung möglichst vor der Haustür war und ist die Richtschnur für ein bürger-nahes Gesundheitssystem. Eine PVE ermöglicht, dass sich der Arzt wieder mehr Zeit für seinen Patienten nehmen kann. Das schafft Vertrauen und verbessert sowohl die Diagnosen als auch die Behandlung. Bei allen Vorteilen, die eine PVE bietet, können zusätzlich finanzielle Ressourcen gespart werden und stehen dadurch für einen noch besseren Ausbau der Gesundheitsversorgung zur Verfügung. Unsere Bemühungen dienen dem Grundsatz: Der Patient steht immer an erster Stelle!“

Robert Leitner, Vorsitzender des Landesstellenausschusses der ÖGK in NÖ: „Primärversorgungseinheiten sind für die Österreichische Gesundheitskasse ganz klar das Modell der Zukunft. Kurze Wege, lange Öffnungszeiten und flexible Arbeitsbedingungen überzeugen Patientin-

nen und Patienten sowie Ärztinnen und Ärzte gleichermaßen. Bald gibt es in Österreich 53 PVE, darunter auch drei Kinder-PVE. Die multidisziplinäre Zusammenarbeit von Allgemeinmedizinerinnen und Allgemeinmedizinerinnen in Kooperation mit anderen Gesundheits- und Sozialberufen ermöglicht eine umfassende Versorgung der Versicherten. In Niederösterreich stehen neun PVE den Versicherten offen. Hierfür ist den vielen Stakeholdern zu danken, denn die Erfolge in Niederösterreich sind auf vertrauensvolle Zusammenarbeit, den regelmäßigen Austausch und gemeinsame Ziele zurückzuführen“, betont Robert Leitner, Landesstellenausschuss-Vorsitzender der Österreichischen Gesundheitskasse in Niederösterreich.“

Dr. Max Wudy, Vizepräsident und Kurienobmann der niedergelassenen Ärzte der Ärztekammer für Niederösterreich: „Primärversorgung ist ein wesentlicher Teil unseres Gesundheitssystems und findet bereits in vielen Einzelordinationen und Gruppenpraxen in Niederösterreich statt. PVE stellen hier eine wertvolle Bereicherung dar.“



Ehemalige Obfrau Elfriede Schnabl 80-jährig verstorben



Viele Jahre war die Geschichte des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe untrennbar mit Elfriede Schnabl und ihrem persönlichen Einsatz verbunden.

Sie war Gründerin und Vorsitzende des Vereins der Frauenselbsthilfe nach Krebs, Verein St. Pölten und Umgebung, und leitete diese Gruppe 30 Jahre hindurch von 1984 bis 2014. 1990 wurde sie auch Landesvorsitzende der Frauenselbsthilfe. Dieses Amt bekleidete sie bis ins Jahr 2018.

2002 wurde sie zur Obmann-Stellvertreterin des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe gewählt. Acht Jahre später, 2010, übernahm sie als Obfrau die Leitung des Dachverbandes bis zum Jahre 2016, wo Elfriede Schnabl ihren wohlverdienten Ruhestand antrat.

Einer der wichtigsten Aspekte war für die ehemalige Obfrau die Ehrenamtlichkeit in der Selbsthilfe. „Betroffene helfen mit ihren eigenen Erfahrungswerten anderen Betroffenen mit gleicher oder ähnlicher Diagnose. Und dafür sollte nichts verrechnet werden“, wie sie stets betonte.

Für ihren unermüdlichen Einsatz erhielt Elfriede Schnabl am 24. März 2009 aus den Händen des damaligen Landeshauptmanns Dr. Erwin Pröll das Silberne Ehrenzeichen in Würdigung ihrer Verdienste um das Bundesland Niederösterreich. Am 2. Juni 2016 überreichte ihr die Bundesministerin Dr.ⁱⁿ Sabine Oberhauser, MAS (†), das Silberne Ehrenzeichen für Verdienste um die Republik Österreich.

Der Vorstand und das Büroteam des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe bedanken sich bei Elfriede Schnabl für ihr unermüdliches Engagement im Bereich der Selbsthilfe und für ihre Tätigkeit im Dachverband NÖ Selbsthilfe. Möge sie in Frieden ruhen.



Hilfsgemeinschaft
der Blinden und Sehschwachen Österreichs

Hilfsgemeinschaft der Blinden und Sehschwachen Österreichs

**Mobile Beratung im Seminarraum des
Dachverbandes NÖ Selbsthilfe in St. Pölten**

Die Hilfsgemeinschaft der Blinden und Sehschwachen Österreichs bietet kostenlose Beratungsleistungen für Menschen mit Sehbeeinträchtigungen. Beraten und unterstützt wird dabei bei Anträgen z. B. für Pflegegeld, den Behindertenpass, Förderungen für Blindenführhunde und Hilfsmittel wie sprechende Uhren und Haushaltsgeschirre, Markierungspunkte, Münzsortierer, Spielkarten in Groß- und Brailledruck etc., die auch zum Verkauf angeboten werden. Dazu gibt es Tipps und Tricks zur Alltagsbewältigung sowie Angehörigenberatung.

In St. Pölten sind mobile Beratungstermine am 5. Februar 2024, 4. März 2024, 6. Mai 2024 und am 3. Juni 2024 angesetzt. Die Beratungen finden jeweils zwischen 9:00 und 14:00 Uhr beim Dachverband NÖ Selbsthilfe im Tor zum Landhaus statt. Eine Voranmeldung ist unbedingt erforderlich.

Anmeldungen unter:

Telefon: 01 330 35 45 44

E-Mail: beratung@hilfsgemeinschaft.at

Nähere Informationen unter:

www.hilfsgemeinschaft.at

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

DACHVERBAND-BÜRO GESCHLOSSEN

Das Büro des Dachverbandes NÖ Selbsthilfe in St. Pölten ist von 21. Dezember 2023 bis einschließlich 7. Jänner 2024 geschlossen.

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

Termine „Soziale Drehscheibe im Waldviertel“

Auch im kommenden Jahr ist Ronald Söllner im Rahmen der „Sozialen Drehscheibe“ an folgenden Tagen in der Zeit von 9:00 bis 14:00 Uhr im Waldviertel unterwegs und steht Ihnen für persönliche Beratungen gerne zur Verfügung:

Freitag, 12. Jänner 2024
Freitag, 23. Februar 2024
Freitag, 15. März 2024
Freitag, 29. März 2024
Freitag, 12. April 2024
Freitag, 26. April 2024
Freitag, 17. Mai 2024
Freitag, 7. Juni 2024
Freitag, 21. Juni 2024
Freitag, 23. August 2024
Freitag, 20. September 2024
Freitag, 4. Oktober 2024
Freitag, 18. Oktober 2024
Freitag, 8. November 2024
Freitag, 22. November 2024
Freitag, 6. Dezember 2024

Um die Termine koordinieren zu können, bitten wir um vorherige Anmeldung unter:

Tel.: 02742 226 44 -11

E-Mail: ruby@selbsthilfenoe.at



Mit herzlichen Weihnachtsgrüßen verbinden wir unseren Dank für die vertrauensvolle und angenehme Zusammenarbeit.

Wir wünschen Ihnen eine besinnliche Adventzeit, 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