

Ausgabe
OSTTIROL
September 2017

**Themen in dieser
Ausgabe:**

- * Selbsthilfetagung in Konstanz
- * Verein Hand in Hand
- * Projekt "up"
- * Ankündigung
Selbsthilfetag 2017
- * Nachruf
- * Ausflug Staller Sattel

Herausgeber:

**SELBSTHILFE TIROL –
Zweigverein Osttirol**
Verein der Osttiroler
Selbsthilfevereine und
-gruppen im Gesundheits-
und Sozialbereich

Anschrift:

**SELBSTHILFE TIROL –
Zweigverein Osttirol**
c/o BKH-Lienz,
E. v. Hübnerstraße 5
9900 Lienz
Tel./Fax: 04852/606-290
Mobil: 0664/3856606
ZVR-Zahl: 602812356
DVR: 4002510

E-Mail-Adresse:

selbsthilfe-osttirol@kh-
lienz.at

Homepage:

www.selbsthilfe-osttirol.at

Fruchtzwergensyndrom SELBSTHILFE OSTTIROL Multiple Sklerose Kinderh Parkinson Rhe

INTERN



Lautete das Motto der 39. Jahrestagung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft der Selbsthilfegruppen

Und wir waren dabei!

Brigitta Kashofer, Kerstin Moritz und mehr als 150 Selbsthilfeaktive und Fachkräfte der Selbsthilfeunterstützung aus ganz Deutschland diskutierten vom 21. bis 23. Juni 2017 in Konstanz über die Rolle der gemeinschaftlichen Selbsthilfe im Gesundheitswesen: zwischen Betroffenenkompetenz und Professionalisierung, zwischen Autonomie, Leistungsdruck und Qualitätsanforderungen.

In seinem Eröffnungsvortrag ermutigte David Klemperer, Professor für Sozialmedizin und Public Health, die Akteure in der Selbsthilfe, sich stärker politisch einzumischen. Um mehr Patientenorientierung im Gesundheitssystem zu erreichen, sei eine kritische Gesundheitskompetenz notwendig, die auf soziale und politische Veränderungen ziele, betonte er. Als „Experten in eigener Sache“ könnten Selbsthilfeaktive „der Politik noch viel stärker Impulse geben“, auf eine bessere Kommunikation zwischen Ärzten und Patienten drängen und sich für partizipative Entscheidungsfindungen einsetzen.

Die gesundheitliche Selbsthilfe hat sich zu einer wichtigen Säule im Gesundheitswesen entwickelt. Selbsthilfe steht für die Erhaltung und Verbesserung der Lebensqualität von Menschen mit chronischen Erkrankungen oder Behinderungen. In der medizinischen Versorgung bleibt jedoch immer weniger Zeit für das Miteinander, das Gespräch, das Zuhören und den Austausch über individuelle Anliegen.

In den Arbeitsgruppen diskutierten die Tagungsteilnehmenden über die Herausforderungen an die Selbsthilfe: über den Spagat zwischen Selbstbetroffenheit und Professionalisierung, über die Qualität der Arzt-Patient-Beziehung und über sprechende Medizin, über die Passung des Selbsthilfebegriffs zu den genannten Anforderungen ebenso wie über die Unabhängigkeit der Selbsthilfe, die allein dem Wohl der Betroffenen verpflichtet ist und deren Wirken nicht von den Interessen anderer überlagert wird.





Osttiroler Verein für und mit behinderten Kindern

HAND IN HAND

Selbsthilfegruppe für betroffene Familien



Seifenblasen-Flashmob

Um unser Familienfest anzukündigen haben wir ein Seifenblasen-Flashmob am Lienzer Johannesplatz organisiert - ca 150 Personen kamen um eifrig tausende schöne Seifenblasen in die Luft zu pusten!

Fadi blies um Punkt 10:00 zum Start und 10 Minuten sollte es dauern. Normalerweise löst sich der Flashmob dann schnell wieder auf und alle Teilnehmer gehen wieder ihre Wege. Hier wollte aber niemand so schnell wieder aufhören sondern es wurde im herrlichen Sonnenschein noch lange munter weitergeblasen!



Glück kennt keine Behinderung

Die Lienzer Liebburg war randvoll, als „Hand in Hand“ am Welt-Down Syndrom-Tag zur Vernissage der Ausstellung „Glück kennt keine Behinderung“ von Jenny Klestil lud.

Ein Bild der Ausstellung zeigt eine Lienzer Familie, die bereits 2016 in der Schweiz fotografiert wurde und die Idee der Ausstellung nach Lienz brachte.

Die Fotografin aus Frankfurt war mit über 20 berührenden Bildern angereist, die Freude, Liebe, Kraft und Nähe ausstrahlen. Was vor zwei Jahren als kleines Projekt begann, hat sich rasch zu einer weit verbreiteten Wanderausstellung entwickelt: Ausstellung, Vernissage und im Anschluss ein Fotoshooting für die einheimischen Familien, dessen Bilder dann im nächsten Ort gezeigt werden.

Die Gäste der Vernissage wurden von Jonas Schlichenmaier, einem jungen Mann mit Down Syndrom, begrüßt, bevor die Fotografin ihr Projekt „Glück kennt keine Behinderung“ vorstellte. „Der Welt-Down Syndrom-Tag ist immer etwas ganz besonderes und mittlerweile weiß ich auch aus eigenen Erfahrungen warum. Trisomie 21 ist lebendig, herzlich, ehrlich, laut, leise, groß, klein, motzig, lustig und vor allem eins: menschlich!“, sagte Jenny Klestil. „Alle meine Top Models (mittlerweile über 560) sind es wert, sich für sie einzusetzen, stark zu machen und für eine bunte und tolerante Gesellschaft zu werben!“



Fotos: Peter Gruber

Jugendliche werden, wie auch wir, immer wieder mit Problemen konfrontiert.

Es kommt immer wieder vor, dass diese Probleme unterschätzt oder gar nicht ernst genommen werden. Für Jugendliche ist

es gerade in der Entwicklung wichtig, dass sie Ansprechpersonen haben, mit denen sie über ihre Probleme sprechen können. Jedoch kann es vor allem in kleinen Regionen wie Osttirol schwierig sein sich zu öffnen und sich anderen anzuvertrauen. Um dies zu erleichtern wurde das Projekt UP von Anja Monitzer und Lisa Nussbaumer ins Leben gerufen. „Es stellte sich zunächst folgende Frage: Wie kann man einem Jugendlichen das Thema Selbsthilfe näher bringen?“ Vor allem über die neuen Medien wird der Zugang für Jugendliche und junge Erwachsene erleichtert, daher wird das Projekt vorerst in Form einer Internetplattform erscheinen. Hier können sich Jugendliche anhand eines Forums untereinander austauschen, sich auch persönlich an das Team von „UP“ wenden oder Geschichten von Betroffenen über deren Wege aus Krisensituationen lesen. Zudem werden Vorschläge für denkbare Handlungsmöglichkeiten verschiedener Krisensituationen, Videos oder auch Büchervorschläge auf der Website zu finden sein. Somit liegen den Jugendlichen schon einige Informationen vor, an denen sie sich vorab orientieren können. Ob sich aus dem Austausch auf der Plattform auch persönliche Selbsthilfegruppen gründen, bleibt den Usern selbst überlassen. „Falls es dazu kommt, wird dies natürlich auch von unserem Team unterstützt.“ Den Jugendlichen wird dabei natürlich völlige Anonymität gewährt, um sich offen austauschen zu können. Trotzdem, dass der Fokus des Projektes darauf liegt das Selbsthilfeprinzip anzuwenden, darf professionelles Know-how nicht fehlen. Für besonders schwierige Themen wird das Team von „UP“ auch von Fachleuten



begleitet, womit den Jugendlichen zusätzlicher Schutz geboten wird. „Außerdem werden wir auch mit anderen sozialen Institutionen zusammenarbeiten, um Brücken zu bauen und falls notwendig, die

Jugendlichen dorthin zu vermitteln. Es ist uns ein Anliegen den Jugendlichen die Angst zu nehmen sich an solche Einrichtungen zu wenden.“ Neben dem Lösen von Problemen ist das Hauptziel, unser Projekt nachhaltig zu gestalten, sodass die Persönlichkeit und die Resilienz junger Menschen gestärkt werden. Weitere Ziele sollten vor allem sein: die Selbsthilfe in das Gesundheits- und Sozialsystem zu integrieren, die Selbsthilfe für Jugendliche greifbarer zu machen und Prävention zu betreiben. Sobald die Ausarbeitung des Projektes abgeschlossen ist, wird eine Auftaktveranstaltung stattfinden.



*Die Projektleiterinnen
Anja Monitzer und Lisa Nußbaumer*



8. Osttiroler Selbsthilfetag

Samstag, 11. November 2017

9.00 Uhr – 17.00 Uhr

Landwirtschaftliche Lehranstalt Lienz
9900 Lienz, Josef Müller-Straße 1

**AKTIV
SELBST
HILFE**



Nachruf

Klaus Steinmair

verstorben am 01. August 2017

Nach kurzer, schwerer Krankheit verstarb Klaus Steinmair, der viele Jahre Gruppenleiter der Diabetiker Selbsthilfe Osttirol war.

Klaus hat in den letzten Jahren die gemeinschaftliche Selbsthilfe in Osttirol mitgeprägt und aktiv mitgestaltet. Wir sind dankbar für seine ehrenamtliche Arbeit in der Selbsthilfe und haben mit ihm einen stets fröhlichen und hilfsbereiten Freund und Gruppenleiter verloren, welcher uns immer in Erinnerung bleiben wird.



Klaus mit seiner Andrea beim Frühlingsball

AUSFLUG ZUM STALLER SATTEL IM DEFEREKGENTAL

Teilweise blühende Alpenrosenwiesen und ein unvergleichlicher Panoramablick erwartete uns am Gebirgspass des Staller Sattels. Nur 12 km entfernt liegt die Österreichisch-Italienische Grenze. Das Gebiet des auf über 2000 Metern gelegenen Obersees (bis zu 28 m tief) ist ein Paradies für Naturgenießer aller Altersklassen.

Eine lohnenswerte Einkehr stellte auch das "Alpengasthaus Obersee" dar, wo sowohl traditionelle Tiroler Küche als auch internationale Speisen aufgetischt und wir hervorragend bewirtet wurden.

Bei der Führung im „Haus des Wassers“ durch Dipl.-Biologin Brigitte Eckle wurde unser Bewusstsein hinsichtlich der Thematik Wasser gestärkt.

Neben der Selbsthilfeunterstützung und der Informationsarbeit zählen auch die Vernetzungsarbeit und gemeinsame Aktivitäten der Gruppen zu unseren Aufgaben.

Selbsthilfe verbindet!



IMPRESSUM

Layout u. Gestaltung:

Kerstin Moritz, Brigitta Kashofer
(ausgenommen namentlich gekennzeichnete Beiträge)

Angaben u. Daten werden nach bestem Wissen und Gewissen überprüft, dennoch kann eine Gewähr für deren Richtigkeit nicht gegeben werden. Jede Haftung ist ausgeschlossen.

www.selbsthilfe-osttirol.at

Tel: 04852-606-290 Mobil: 0664-3856606

Mail: selbsthilfe-osttirol@kh-lienz.at

Bürozeiten:

Mo - Fr 09.00 – 12.00 Uhr
nachmittags nach Vereinbarung

Redaktionsschluss:

für die nächste Ausgabe
15. 11. 2017