



AKTIV SELBST HILFE

6. OSTTIROLER SELBSTHILFE-TAG

SAMSTAG
9. NOVEMBER 2013
9.00 - 20.00 UHR

WIRTSCHAFTS- KAMMER TIROL

AMLACHER STRASSE 10
9900 LIENZ

SELBSTHILFE TIROL
Zweigverein Osttirol

Tel.: 04852/606-290
osttirol@selbsthilfe-tirol.at
www.selbsthilfe-tirol.at/osttirol



Mit freundlicher Unterstützung durch

Gesundheit Österreich
GmbH

Geschäftsbereich



Fonds Gesundes
Österreich

Osttirol
Lienzer Dolomiten.

LIENZER
SPARKASSE
In jeder Beziehung zählen die Menschen.

SONNENSTADT LIENZ



Modell Schöner Leben



EHRENSCHUTZ

LR DI Dr. Bernhard Tilg
LA Bgm. DI Elisabeth Blanik
BR Dr. Andreas Köll



Die mit diesem Symbol gekennzeichneten Vorträge werden in Gebärdensprache gedolmetscht!

PROGRAMM – SAAL

09.00



Begrüßung: Obfrau DGuKS Daniela Meier, MBA
Geschäftsstellenleiterin Christine Rennhofer-Moritz



Grußworte: LA Bgm. DI Elisabeth Blanik
BR Dr. Andreas Köll



Eröffnung: LR DI Dr. Bernhard Tilg

Musikalische Umrahmung: Musik-BORG Lienz unter der Leitung von Michael Ploner

09.20



Christine Rennhofer-Moritz
Geschäftsstellenleiterin der Selbsthilfe Tirol/Zweigverein Osttirol

Die Entwicklung der Selbsthilfe Osttirol

GESUNDE REGION – SEELE - ERNÄHRUNG - BEWEGUNG

09.30



Prim. Dr. Manfred Stelzig
Facharzt für Psychiatrie und Neurologie, Psychotherapeut für Psychoanalyse und Psychodramatherapie

Was die Seele glücklich macht!

Das Streben nach Glück gehört zu den Grundbedürfnissen des Menschen. Glückliche sein ist eng mit körperlichem und seelischem Wohlbefinden verknüpft. Unsere stressreiche Gesellschaft verursacht eine Reihe von Erkrankungen, die wir mit dem nötigen Maß an Wissen zu einem guten Teil verhindern können. Essstörungen, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Bluthochdruck, aber auch Angststörungen sind sowohl gut behandelbar als auch vermeidbar. Der Vortrag soll Ihnen helfen die Stresswaage wieder ins Gleichgewicht zu bringen, aber auch die Angst vor dem eigenen Glück zu überwinden. Er möchte die Hindernisse aufzeigen, womit Sie sich bei dem Gefühl des Glücklichen selbst im Wege stehen. Er möchte Aberglauben abbauen und eine Orientierung bieten wie es möglich sein kann, glücklich zu werden. Vorgestellt werden speziell entwickelte Übungen mit denen es möglich ist, Ihren eigenen Seelengarten und Ihr eigenes Seelenhaus neu zu gestalten.

10.15 **Pause**

10.30

Dipl.-Wirt. Ing. Matthias Herzog

Experte für nachhaltige Motivation und Leistungssteigerung



LEBE motiviert – mit Spaß, Gesundheit, Erfolg und Glück

Fun und Facts begeistern bei Herzog für einen schnellen Weg, die Lebensqualität nachhaltig zu verbessern. Einem soliden Fundament über die Vorgänge in Körper und Geist folgen seine 4 Säulen für mehr Lebensqualität: Lernen, Ernährung, Bewegung, Entspannung – kurz **LEBE**. Herzog verankert dabei direkt anwendbare Umsetzungs-Tricks. Zum Schluss widmet er sich dem Wichtigsten: der Motivation der Zuhörer. Er versetzt Sie in die Lage, direkt mit der Verbesserung beginnen und nicht mehr aufhören zu können. LEBE bewegt! Herzog wirkt! Sofort!

Lernen Sie die vier Säulen für mehr Lebensqualität kennen.

Nach dieser Veranstaltung:

- kennen Sie die 4 Säulen für Lebensqualität (Lernen, Ernährung, Bewegung, Entspannung) und wenden wesentliche Inhalte daraus an. Sie steigern gleichzeitig Ihren Erfolg und Ihre Lebensqualität spielend einfach;
- integrieren Sie die besten Tipps und Tricks für mehr Vitalität in Ihren Tag;
- erzielen Sie weitaus bessere Ergebnisse bei weniger Zeit- und Energieeinsatz
- bleiben Sie während großer Herausforderungen frisch und klar im Kopf;
- unterstützt der kleine Schluck Gesundheit, Fitness und gute Ideen;
- zähmen Sie Ihren inneren Schweinehund und nehmen „Ach-Nein“ erfolgreich an die Leine!

12.00 **Pause**

12.30 **Alois Stotter**

Ernährungsberater und Netzwerker

Leistungssteigerung in Familie, Sport und Beruf

Unser Stoffwechsel ist die Summe aller biochemischen und biophysikalischen Vorgänge im Körper, die zur Erhaltung des menschlichen Lebens notwendig sind. Die moderne Wissenschaft hat belegt, dass der Stoffwechsel nur effizient arbeiten kann, wenn die Ernährung auf alle Bedürfnisse des Körpers ausgerichtet ist. Dazu benötigen wir Makronährstoffe und Mikronährstoffe.

Immer mehr Menschen, Jung und Alt, darunter auch viele Kinder und ganz speziell Sportler sind bereits von Stoffwechselveränderungen betroffen. Das wirkt sich auf Gesundheit, Fitness und Vitalität aus. Gesundheit und Fitness werden uns nicht geschenkt, sie liegen jedoch weitgehend in unserer Hand.

13.30 **Pause**

WINWIN
CAFÉ, BAR & SPIEL

CASINOS AUSTRIA

ÖSTERREICHISCHE
LOTTERIEN

14.00 **Mag.^a Dr.ⁱⁿ Klaudia Wenzl**

Klinische- und Gesundheitspsychologin, wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Abteilung Palliative Care und OrganisationsEthik

Hospizarbeit und Palliative Care: Konzeptionelle Grundlagen, ganzheitliche Begleitung und Spiritualität

Hospizarbeit und Palliative Care sind mittlerweile international anerkannte Konzepte und Haltungen, die den steigenden Bedarf nach einer ganzheitlichen Sorge für schwerkranke und sterbende Menschen sowie deren An- und Zugehörige aufnehmen und in der Praxis umsetzen.

Die Wahrnehmung von Menschen in ihren bio-psycho-sozial-systemischen und nicht zuletzt spirituellen Dimensionen und das Anerkennen ihrer komplexen Bedürfnisse bedarf einer ebenso interdisziplinären wie multiprofessionellen Sorge- und Arbeitskultur in und zwischen Teams respektive Organisationen. In der Sorge um Betroffene und der Selbstsorge von Professionellen und Ehrenamtlichen werden auch spirituelle Dimensionen zunehmend als relevant anerkannt, und sollen mit einem Rückblick auf die spirituellen Wurzeln der Hospizbewegung sowie einem Ausblick auf die Bedeutung für eine ressourcenorientierte und salutogenetische Haltung im Kontext von Sterben, Tod und Trauer erläutert werden.

14.30 **Dr. Elisabeth Medicus, MAS**

Ärztliche Leiterin der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft

Den Menschen das Sterben zurückgeben

Das Sterben hat sich mit den Entwicklungen der modernen Medizin und mit den Veränderungen des Zusammenlebens der Menschen verändert. Es findet in Institutionen statt, die Sicherheit versprechen, unter der Aufsicht Professioneller, die gewährleisten, dass das Sterben gut organisiert abläuft. Wie weit wird das den sterbenden Menschen und ihrem Wunsch, „daheim“ zu sterben, gerecht? Was bedeutet dieser Wunsch, welche tiefe Sehnsucht drückt sich in ihm aus? Was braucht es, um das Sterben heim-zuholen? Wie trägt die Hospizbewegung dazu bei? Diesen Fragen ist das Impulsreferat auf der Spur.



NEUROTH

Besser hören. Besser leben.

| | |
|---|--|
| <p>SANITÄTSFACHHANDEL</p>  <p>... dem Leben Qualität geben</p> <p>www.sanibed.at</p> | <p>SANIBED LIENZ direkt unterm Krankenhaus</p> <p>Emanuel-v.-Hiblerstraße 3 9900 Lienz E-Mail: info@sanibed.at</p> |
|---|--|

15.00 **DGKS Heidi Ploner-Grißmann, AE, MAS**

Akad. Expertin für Complementary Health Care, MAS Palliative Care Einsatzkoordinatorin Hospizteam Nußdorf-Debant und Umgebung

Total Pain: den ganzen Schmerz sehen

Es entspricht dem Grundverständnis von Hospiz und Palliative Care, schwer kranken und sterbenden Menschen Unterstützung auf der körperlichen, psychosozialen und spirituellen Ebene zu geben. Das „Total Pain-Konzept“ ist ein zentrales Konzept in der Palliative Care. Dieses Konzept soll darauf hinweisen, dass schwer kranke und sterbende Menschen immer ganzheitlich zu unterstützen und zu begleiten sind. Zusätzlich zu den Befunden geht es um das Befinden des betroffenen Menschen und es reicht nicht, die pathophysiologische Seite von Schmerzen zu erfassen. Das Total Pain-Konzept sensibilisiert dafür, dass Schmerzen zueinander in Beziehung stehen. Die Dimensionen von Schmerzen entsprechen den verschiedenen Ebenen der Schmerzwahrnehmung, sie beeinflussen sich gegenseitig und sind untrennbar miteinander verbunden. So können z.B. körperliche Schmerzen Ängste verstärken und umgekehrt Ängste das Schmerzerleben intensivieren.

15.30 **Rudi Rimpl**

Lebens- und Sozialberater, Hospizreferent

Wie gehen wir heute mit der Trauer um? – Umgehen wir die Trauer?

Deine Spuren – Oft finde ich sie, in der Erinnerung, der Sehnsucht, der Liebe ... ich suche Spuren, im Regen, im Sturm, und in der Sonne, im Gespräch mit Menschen ... Deine Spuren werden nie vergehen, sie endeten nur viel zu früh ...

Mein Weg wird kein leichter sein, egal in welche Richtung ich gehe. Manchmal fühle ich meine Füße nicht mehr. Durch den Nebel führt mein Weg, ich kämpfe gegen den Sturm der Traurigkeit. Dein Bild begleitet mich und in meinem Herz trage ich Dich weiter – trage Deine Spuren weiter.

Im Impulsreferat werde ich mich mit Ihnen auf den Weg machen, auf die Trauer bewusst hinzuschauen, und ihren Spuren zu folgen.

16.00 **Pause**



Peter Aigner 5652 Dienten
T 06461.459 19
M 0664.534 78 81
www.reha-technik.at



17.00 **Dr. Ingo Stermann**

Kinder- und Jugendpsychiatrie, Brixen/Südtirol

Kinder sind keine kleinen Erwachsenen – Erwachsene sind keine Aliens – und Jugendliche sind in der Mitte!

Obwohl es Brutpflege, Kinderstuben, Mutterinstinkte und opferbereite Väter gibt, gibt es zwischen diesen Generationen, je mehr die jüngere heranwächst, auch erhebliche Unterschiede, Distanznahmen, Konflikte und Konkurrenz. Unweigerlich wird auch die vorangegangene Generation älter, schwächer, krank und die nachfolgende übernimmt das Feld.

In der Menschheitsgeschichte gibt es aus allen Zeiten und Kulturen Klagen der „Alten“ über die junge Generation, und ebenso haben sich die Jungen immer schon an den Alten, ihren Regeln und Vorgaben gerieben und dagegen aufbegehrt.

Der Referent beschreibt das Land der Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen in ihren Gemeinsamkeiten und Verschiedenheiten, ihrem Zusammenleben, ihrem miteinander Streiten, ihrem Sich-aus-dem-Weg-gehen und ihrem Sich-manchmal-wiederbegegnen.

17.30 **Markus Mader**

Dipl.P.P. Evolutionspädagoge, MET-Berater und -Trainer, Matrix Practitioner

Die sieben Sicherheiten, die Kinder brauchen

Gegen kindliche Verhaltensauffälligkeiten, Lernschwierigkeiten und Schulprobleme helfen keine Pillen. Sie sind Botschaften an uns. Kinder teilen uns etwas mit und es liegt an uns, ihre Sprache verstehen zu lernen. Statt kindliches Verhalten zu bewerten und zu beurteilen, gilt es zu beobachten und anzuleiten. Das ist mit Hilfe der Evolutionspädagogik®, einem speziellen Bereich der Praktischen Pädagogik®, möglich. Der Vortrag „Die sieben Sicherheiten, die Kinder brauchen“ hilft Eltern, Lehrern und Erziehern das Verhalten und die „Sprache“ von Kindern grundsätzlicher und tiefer zu verstehen.

18.00 **Prim. Dr. Martin Schmidt**

Leiter der psychiatrischen Abteilung des BKH Lienz

Suchtprobleme Jugendlicher und junger Erwachsener

Es werden die aktuellen epidemiologischen Zahlen für Österreich dargestellt und die Dimension des Problems gezeigt. Wie die Suchtentwicklung für die einzelnen Drogen typischerweise verläuft, wird in einem zweiten Abschnitt erläutert. Daraus ergeben sich Konsequenzen für die Frage der Prävention und der Behandlung Suchtmittel konsumierender Jugendlicher und junger Erwachsener. Es wird sich zeigen, dass die illegalen Drogen zwar einen wichtigen Anteil am gesamten Problem haben, die gesellschafts-politisch und gesundheitspolitisch wesentlichere Problematik aber auf der Seite des Alkohols liegt.

18.30 **Pause**



FRANZ FAGERER Gesellschaft mbH
GROSSHANDEL
SANITÄR • HEIZUNG • LÜFTUNG
9900 Lienz • Telefon 04852/62522-0

la installateur

19.00 **Moderation: Direktor Andreas Weiskopf**
Erziehung aus der Sicht der Jugend/Eltern: Kommt sie so an, wie sie gemeint ist?
Und wie ist sie überhaupt gemeint?

Wer viel über diese Verläufe, Schwierigkeiten und oft ungunstigen Ausgänge spricht und schreibt, sind die Alten (siehe Fachliteratur, Vorträge ...). Jugendliche reden untereinander auch, aber vieles davon kommt nicht so an die Öffentlichkeit und in eine wirkliche Diskussion. Durch eine schriftliche Umfrage unter den „Betroffenen“ kann erhoben werden, wie Jugendliche bzw. Erwachsene ihre eigene Erziehung empfinden bzw. sehen. Wichtig ist dabei, dass die Befragung von Jugendlichen an Jugendliche bzw. Erwachsene gerichtet ist. Dadurch kann ein hohes Maß an Ehrlichkeit und Vertraulichkeit erzielt werden.

Präsentation der Maturaprojekte mit anschließender Podiumsdiskussion:

- ☞ Erziehung aus der Sicht der Jugendlichen?
- ☞ Wie sehen Eltern ihren Erziehungsstil?



PROGRAMM – WORKSHOPS ALLE WORKSHOPS SIND KOSTENLOS!

Anmeldung im Büro der Selbsthilfe Osttirol oder am Infostand beim Selbsthilfetag



Selbsthilfe Tirol – Zweigverein Osttirol

c/o BKH Lienz • 4. Stock/Süd • E.-v.-Hiblerstraße 5 • Tel.: 04852/606-290
 osttirol@selbsthilfe-tirol.at • www.selbsthilfe-tirol.at/osttirol

10.30 **Mag. Peter Gardowsky**

EG

Coaching in finanzrechtlichen Angelegenheiten für Angehörige psychisch Erkrankter, Magister Theol.
 Diplomsozialarbeiter, Therapie und Krisenbegleitung

Chancen der sozialen Absicherung und allgemeine finanzielle Entlastungen für Menschen mit einer psychischen Erkrankung

Im richtigen Maß zu leben und das Leistungsrecht in Anspruch zu nehmen, ist für jeden Gesundheitsprozess erstrebenswert. In diesem Referat wird das Österreichische Sozialrecht, die dazu zählenden Leistungen, mögliche Integrationshilfen und begleitende Hilfsangebote im Ansatz beschrieben. Zusätzlich werden begleitende Hilfsangebote angeführt, von der Arbeitsassistentin bis zu den wertgeschätzten Angeboten von Selbsthilfegruppen, die Hilfe anbieten, um im Dickicht der Gesetze und der gesellschaftlichen Unzulänglichkeiten zu mehr Gleichberechtigung und Lebensqualität zu gelangen.

(Dauer ca. 1 Stunde - im Anschluss besteht die Möglichkeit Fragen zum Sozialrecht zu stellen!)

WEBHOFER

TRANSPORTE

Recycling Asphalt & Beton

Schottergewinnung, Erdbewegung

Unterried 20 9912 Anras
 Tel.: 04846/6722 0664/1808150

LIENZER SPARKASSE

In jeder Beziehung zählen die Menschen.

13.00 - **Michaela Falkensteiner**
16.00 Journalistin, Kommunikationsberaterin und Schreibtherapeutin

EG *Von der heilenden Kraft des Schreibens*

Wer Gefühle in Worte fassen kann, macht sie greifbar. Schreiben hilft, Gefühle und Gedanken auszudrücken, sie bekommen Form und Gestalt. Im Gegensatz zu gesprochenen Worten, die sich sehr schnell verflüchtigen, ist Geschriebenes Zeugnis einer Begegnung mit sich selbst. Gerade Menschen mit Krankheiten oder psychischen Störungen bietet Schreiben die Möglichkeit, die Energie des Schmerzes konstruktiv zu nutzen. Die neu gewonnene Ausdruckskraft stärkt die Kreativität und das Selbstbewusstsein und hilft, schwierige Situationen zu meistern.

Schwerpunkte der Schreibwerkstatt:

- Autobiografisches Schreiben – die eigene Geschichte kann aufgearbeitet werden
- Kreatives Schreiben (durch gezielte Übungen – Clustern, Kritzeln, assoziatives Schreiben, Themeninputs verschiedenster Art) – das Selbstwertgefühl wird gestärkt
- Sinnliches Schreiben – beim Schreiben alle Sinne mit einbeziehen – Achtsamkeit und Wahrnehmung gezielt fördern
- Feedbackrunde (Texte vorlesen und darüber sprechen) – soziale Kompetenz wird gesteigert, in der Gruppe kann Neues ausprobiert werden, wie wirken meine Texte (und letztlich ich) auf andere, wie wirken andere Texte auf mich

10.00 - **Mag. Christine Riegler**
12.00 DanceAbility Trainerin, Rollstuhlfahrerin, Studium der Psychologie an der Universität Innsbruck,
und Mitarbeiterin bei Selbstbestimmt Leben Innsbruck

14.00 - *DanceAbility*



14.00 - 16.00

16.00 Das Angebot richtet sich an ALLE Menschen, mit und ohne Behinderungen, Männer und Frauen, Alt und Jung ..., die gerne tanzen und dabei auf Basis von Improvisation und Kontaktimprovisation neue Bewegungen und Ausdrucksmöglichkeiten kennen lernen wollen.

1.OG

Dance Ability macht Tanz für alle Menschen möglich, unabhängig von deren Einschränkungen und ist somit eine integrative Tanzmethode, die Menschen mit und ohne Behinderungen zusammenbringt. Dance Ability ist eine Methodik bzw. Philosophie des kreativen Ausdruckstanzes, basierend auf Improvisation und Kontaktimprovisation. Dies bedeutet, Tanzen ohne vorgegebene Formen, mit eigenen Bewegungen, in eigener Zeit und mit eigenem Ausdruck.

Außerlechner
ORTHOPÄDIE – SCHUHTECHNIK

Oswald Außerlechner
9941 Kartitsch 53

Tel: 04848 5208
Fax: 04848 5208 -15
oswald.ausserlechner@schuhtechnik.at



SCA
Care of Life

10.00 **Ute Schmidt-Hackenberg**
Aktivierungs- und Maltherapeutin

2.OG

Die „10-Minuten-Aktivierung“

Die „10-Minuten-Aktivierung“ ist eine spezielle Aktivierungsform für an Demenz erkrankte Menschen. Es ist eine Möglichkeit durch so genannte „Schlüsselreize“ den Körper, die Seele und den Geist eines alten Menschen gleichermaßen zu erreichen und zu bewegen.

Als pflegender Angehöriger und bei der Arbeit mit Demenzkranken im Allgemeinen erfährt man täglich, welche Schätze in den Langzeitgedächtnissen der Menschen mit Demenz liegen, man muss ihnen nur helfen, sie zu bergen.

14.00 - **Markus Mader**
15.00 Dipl.P.P. Evolutionspädagoge, MET-Berater und -Trainer, Matrix Practitioner

2.OG

Klopfakupressur

Die Klopfakupressur ist eine Technik aus der Energetischen Psychologie. Sie hilft emotionale und körperliche Blockaden sowie negative und belastende Gedanken und Gefühle aufzulösen.

Die Technik: Die Klopfakupressur ist die psychologische Version der Akupunktur ohne Nadeln. Sie geht davon aus, dass ein belastendes Erlebnis zu einer Blockierung in unserem körpereigenen Energiesystem führt. Sie stimmen sich gefühlsmäßig auf ihr Thema ein, währenddessen verschiedene Stresserleichterungspunkte mit den Fingerspitzen geklopft werden. Dadurch kommt es zur Auflösung der vorhandenen Energieblockaden und die daraus resultierenden Störungen bzw. Probleme können gelöst werden.

Diese Technik ermöglicht es innerhalb kurzer Zeit, zu verborgenen, völlig unbewussten oder verdrängten Thematiken zu gelangen und diese auch dementsprechend aufzulösen.

16.00 **DGKS Heidi Ploner-Grißmann, AE, MAS**
Akad. Expertin für Complementary Health Care, MAS Palliative Care, Univ.-Lektorin

Therapeutic Touch

Therapeutic Touch ist ein evidenzbasiertes, komplementäres Pflegekonzept und komplementärmedizinisches Konzept. Im Sinne von Self-Care trägt Therapeutic Touch zur Steigerung der mentalen Leistungsfähigkeit, Verminderung von physischem und emotionalem Stress und Stärkung salutogener Ressourcen bei. Der Workshop führt über die Zentrierung in einfache Grifftechniken von Therapeutic Touch ein, die als „Hilfe zur Selbst-Hilfe“ praktisch erfahrbar gemacht werden und in den Alltag integriert werden können.

*Während Ihres Besuches am Selbsthilfetag
in der Wirtschaftskammer sorgen die Schülerinnen der
„Fachschule für wirtschaftliche Berufe der Dominikanerinnen“
für Ihr leibliches Wohl!*



PRO MENTE TIROL

EG

Sozialpsychiatrische Nachsorge Osttirol

Wir bieten Menschen, die auf Grund einer psychischen Erkrankung an Beeinträchtigungen und Behinderungen leiden, Rehabilitation und Betreuung an.

In unserem Informationsraum:

- präsentieren wir unser Angebot anhand einer Bilderserie
- befindet sich eine Sitzecke zur Information und zum persönlichen Austausch in angenehmer Atmosphäre, bei Kuchen und Kaffee

PALLIATIVTEAM BKH LIENZ

2.OG

Wenn nichts mehr zu machen ist, ist noch viel zu tun

Das Ziel unserer Arbeit ist die Erhaltung bestmöglicher Lebensqualität und die Linderung von Krankheitssymptomen. In unserem Informationsraum stellen wir unser interdisziplinäres Team vor (Palliativmediziner, Palliativpflege und Hospitz-Koordination), informieren über unsere Tätigkeit in den einzelnen Bereichen und geben professionelle Hilfestellung und Information im Bereich der Pflege.

SELBA – SELBSTSTÄNDIG IM ALTER – SENIORENTRAINING

2.OG

Warum sollen wir unsere grauen Zellen trainieren

SelbA ist ein abwechslungsreiches Trainingsprogramm für alle ab 60.



13.00 - 14.00

10.00 – SelbA ist wissenschaftlich fundiert, alltagsorientiert und praktisch erprobt.
11.00

13.00 – Dieses wirkungsvolle Trainingsprogramm zeichnet sich aus durch eine spezielle Kombination von Gedächtnistraining, psychomotorischem Training, Kompetenztraining und einem breiten Raum für Lebens- und Sinnfragen. **Konzentrationsübungen - Kurzzeitgedächtnisübungen -**

14.00 **Langzeitgedächtnisübungen - Abschluss mit Musik und Tanz**

15.00 –
16.00

BLINDENPARCOURS

2.OG

Beginn
jeweils
um:

Unter der Dunkelbrille und mit Langstock die Wirtschaftskammer Lienz neu entdecken - hören, fühlen, tasten ...

Der BSVT Sensibilisierungsparcours entführt die Besucher in die Welt der blinden und sehbehinderten Menschen und gibt Einblicke in den Alltag.

10.00,
12.00,
13.30,
15.30



NOVARTIS

FIRMEN - INSTITUTIONEN

Orthopädie-Schuhtechnik Außerlechner

Maßeinlagen für Arbeit, Freizeit und Sport, Diabetesversorgung, orthopädische Maßschuhe, Innenschuhe. Neu: Fußdruckmessung, Schuhzurichtungen, Fachhandel, Berg- & Wanderschuhe

AAB Osttirol

Informationen zu den Themen: Pflegegeld, Invaliditäts- und Berufsunfähigkeitspension, Unfallrente, Rehabilitation, Hospizkarenz, Pflegekarenz, Pflegezeit, etc.

Neuroth

Da kein Ohr dem anderen gleicht, nehmen sich die Neuroth-Hörakustiker auch für jedes einzelne Ohr viel Zeit. Neben individueller Beratungen auf unserem Infostand bieten wir Ihnen vor Ort einen Schnellhörtest an, wo Sie die Möglichkeit haben Ihr Hörvermögen überprüfen zu lassen. Gerne vereinbaren wir auch vor Ort einen Termin für Sie, wo die Möglichkeit besteht, einen professionellen Hörtest in einem Neuroth-Fachinstitut in Ihrer Nähe durchführen zu können. Alle Neuroth-Fachinstitute sind nach neuesten audiologischen Gesichtspunkten eingerichtet und bieten Menschen mit Hörminderung optimale Betreuung durch moderne Messgeräte und geschultes Fachpersonal. Überzeugen Sie sich selbst, bei uns am Messestand! Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Osttiroler Haushaltsmühlen Waldner Biotech GmbH

Reisebüro Alpenland

Infostand

Sanibed OG

Krankenpflegebedarf: „Alles rund um die Pflege“

Lienzer Sparkasse

Infostand

Fagerer

Infostand: Barrierefrei im Badezimmer

Novartis

Die Novartis AG ist eines der weltweit führenden Health Care-Unternehmen, das Medikamente zum Schutz der Gesundheit, zur Heilung von Krankheiten und zur Verbesserung des Wohlbefindens erforscht, entwickelt und anbietet.

SOZIALVEREINE

CARITAS Regionalstelle Osttirol

Infostand

Pro Mente Tirol – Gesellschaft für Psychische Gesundheit/Zentrum Lienz

Informationsraum (siehe Rahmenprogramm)

Eltern-Kind-Zentrum Osttirol

Infostand

Selbsthilfe Osttirol

Infostand

Beratungsstelle für Gehörlose & Dolmetschzentrale für Gebärdensprache

Jobcoaching, technische Hilfsmittelberatung, Vermittlung von Informationen zu Aus- und Weiterbildung und Hilfe bei Telefonaten, Antragstellung und Schriftverkehr für Gehörlose, Schwerhörnde und CI-TrägerInnen. Organisiert und vermittelt DolmetscherInnen für sämtliche Bereiche und klärt die Finanzierung ab.

KommBi – Bildungs- und Kommunikations- zentrum für Gehörlose, Schwerhörnde & CI-TrägerInnen

Veranstaltet Schulungen für Arbeitssuchende, Berufstätige, aber auch WiedereinsteigerInnen. Es werden Kurse in Lautsprache und Gebärdensprache zu verschiedenen Themen wie Computer, Kommunikation, Soft Skills, Persönlichkeitsentwicklung, Zielfindung usw. angeboten.

SelbA - Selbstständig im Alter

Informationsraum (siehe Rahmenprogramm)

Blinden- und Sehbehindertenverband Tirol

Beratung und Hilfsmittel, berufliche Integration, pädagogische Frühförderung und Blindenparcours

Bildungshaus Osttirol

Infostand

BSVT BLINDEN- UND
SEHBEHINDERTE VERBAND
TIROL

9900 Lienz, Dolomitencenter, Stiege 2, 2. Stock
Tel.: 04852/65598
E-mail: osttirol@tbsv.org

AAB TIROL
ArbeitnehmerInnen
in der Volkspartei

Das soziale
Gewissen in Tirol



TIROLER
SENIORENBUND
IM SINNE DER GEMEINSCHAFT
LIENZ



Autohaus Pontiller
Lienz, Kärrntner Str. 64-70, Tel.: 04852/62705
www.autohaus-pontiller.at

Bunte Oase
Blumenfachgeschäft

Inh. Schüller Daniela
Muchargasse 7 / 9900 Lienz
Tel. Fax 04852 / 71 204
www.bunteoase.at
shop@bunteoase.at

CityCafe
Konditorei Glanzl
... bekannt für beste Qualität!

Fußpflege Gabi

Gabriele Winkler
Schweizergasse 1
9900 Lienz
Tel.: 04852/62791



Zeit für Ruhe und Pflege

alpenland
Reisen aus erster Hand. Seit 1930

www.alpenland-reisen.at



TEEGARTEN
JOHANNESPLATZ

Tel.: 04852-72463 • Fax: 04852-61970
E-Mail: j.filzmaier@tele2.at

Reformhaus Brunner



Rosengasse 19
9900 Lienz
Telefon: +43(0)4852/64711
Fax: +43(0)4852/64711-12



[GETREIDEMÜHLEN]
WALDNER
biotech GmbH

OSTA

DIETRICH
Erdbau • Transporte • Sand- u. Kieswerke

A-9900 Lavant
Tel.: 04852/68102
Fax: 04852/67267



Sanitätshaus
Alber Egger Str. 11 • A-9900 Lienz
Tel.: 04852/62292 Fax: 04852/71600
Mo-Fr: 8:30-12:30 & 14:00-17:30 Uhr
Sa: 9:00-12:00 Uhr

Gesunde Schule
Muckersauer Pl. 6 • 9900 Lienz
Tel. & Fax: 04852/71600
Mo-Fr: 8:30-12:00 & 14:00-18:00 Uhr
Sa: 9:00-13:00 Uhr

E-Mail: ormerwelter@tinet.at • www.sanitaetshaus-ormer.at

GOLLER
Schube

Muchargasse 19, Lienz.

Alles geht.

Horst IDL
Metallbau GmbH

A-9990 Nußdorf/Debant, Tel.: 04852/62362-0
www.idl-metallbau.at

KRAETWERK

STREET- & SPORTFASHION
LIENZ, JOHANNESPLATZ 1