

LKH Wolfsberg füllt SH-Fördertopf

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des LKH Wolfsberg nützen den jährlichen Mitarbeiter:innen-Tag unter anderem dafür, Spenden zu sammeln. Heuer wurden diese Spenden dem Selbsthilfe Fördertopf gewidmet.



Karl Felsberger und Elke Waldner bekamen vom LKH Wolsberg Leitungsteam einen Spendenscheck.

Der Präsident Karl Felsberger und die Koordinatorin Elke Waldner wurden zur Spendenübergabe eingeladen und erwarteten mit großer Spannung die Enthüllung des Schecks. Es wurde ein Betrag von Euro 1.600,- gesammelt und an den Dachverband Selbsthilfe Kärnten übergeben. Wir sind überwältigt von der Großzügigkeit der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter und freuen uns, mit diesem Betrag, über dessen Verwendung der Selbst-

hilfe-Beirat nach vorgegebenen Richtlinien entscheidet, die Selbsthilfegruppen in ihren Aktivitäten unterstützen zu können. Die Mitglieder des Selbsthilfe-Beirats und der Dachverband Selbsthilfe Kärnten bedanken sich herzlich bei allen Beteiligten des LKH Wolfsberg, die damit die Selbsthilfefreundlichkeit des Hauses eindrücklich unter Beweis stellten.

**Rückblick
auf Veranstaltungen**

Seite 2

**Treffen und
Veranstaltungen der
Selbsthilfegruppen**

Seite 4

**Neugründungen von
Selbsthilfegruppen**

Seite 7

Rückblick



Der DV Selbsthilfe Kärnten im Krankenhaus für eine Veranstaltung: Karl Felsberger, Pflegedirektorin DGKP Elfriede Taxacher MBA MSc und Eva Lipouschek

Inhouse-Veranstaltung

Das Krankenhaus der Barmherzigen Brüder St. Veit an der Glan lud den Dachverband Selbsthilfe Kärnten ein, am 24. April 2025 an der Inhouse-Veranstaltung für die Mitarbeiter:innen teilzunehmen. Wir bedanken uns für die Gelegenheit, Mitarbeiter:innen über Selbsthilfe und Selbsthilfefreundlichkeit zu informieren.

Aktionstag Lebenswert

Die HLW Spittal hat am 1. April 2025 zum 4. Aktionstag „Lebenswert“ eingeladen. Die Schüler:innen organisierten eine informative Ausstellung und luden auch den Dachverband Selbsthilfe Kärnten ein, sich zu präsentieren.



Der DV Selbsthilfe Kärnten in der HLW Spittal: Julia Buttazoni

Selbsthilfe-Forum

Am 5. Mai 2025 fand das zweite Selbsthilfe-Forum in diesem Jahr statt. Zum Thema „**Datenschutz**“ hat Herr Freddy Tripold von der Firma [tlog] sein Wissen mit den Selbsthilfegruppen-Leiter:innen geteilt und viele Fragen beantwortet. Wir bedanken uns herzlich bei Herrn Tripold, dass er uns mit seiner Expertise ehrenamtlich zu Verfügung gestanden ist.



Weiterbildung für Selbsthilfegruppen-Leiter:innen

Die zweite Weiterbildungsveranstaltung des Jahres 2025 fand im LSB Studio unter der Leitung von Mag. Werner C. Hantinger statt. Unter dem Titel „**Von der Idee zur Wirkung**“ wurde am 21. Mai 2025 ein ganzer Tag der Kreativität und der Gestaltung von Materialien für die Öffentlichkeitsarbeit der Selbsthilfegruppen gewidmet.

Jetzt abstimmen für die „Junge Selbsthilfe“!

Unser Projekt ist für den **Bank Austria Sozialpreis** nominiert.

Bitte unterstützen Sie uns mit Ihrer Stimme unter: www.bankaustria.at/sozialpreis-voting-junge-selbsthilfe.jsp

Abstimmen ist noch bis 4. September möglich (E-Mail-Bestätigung erforderlich!). Danke fürs Mitmachen und Ihre Unterstützung!



Verleihung Kärntner Lorbeer an Johanna Selisnik

Der Dachverband Selbsthilfe Kärnten freut sich mit Frau Johanna Selisnik über die Verleihung des Kärntner Lorbeer für ehrenamtliche Tätigkeit. Frau Selisnik leitet nicht nur die Selbsthilfegruppe für Atemwegserkrankte seit vielen Jahren mit höchstem Engagement, sondern steht jeden 1. und 3. Dienstag im Monat in der Infostelle im Klinikum für Gespräche und Austausch mit Betroffenen und Interessent:innen zu Verfügung. Der Dachverband kann auch jederzeit bei Veranstaltungen mit ihrer Unterstützung und Hilfe rechnen. Ein herzliches Dankeschön für diese schöne Zusammenarbeit!



Kärntner Selbsthilfe Fördertopf

Seit Juli 2002 gibt uns der Kärntner Selbsthilfe Fördertopf die Möglichkeit, Selbsthilfegruppen auch finanziell zu unterstützen. Die Förderrichtlinien und -kriterien stehen zum Download auf unserer Homepage zur Verfügung.

Bei Fragen zur Förderung aus dem Selbsthilfe Fördertopf steht Ihnen Frau Mag.^a Birgit Gesierich sehr gerne zur Verfügung.



Die nächste Sitzung des Selbsthilfebeirats findet am **27. November 2025** statt. Bitte merken Sie sich als spätesten Termin für eine Antragstellung den **31. Oktober 2025** vor.

Bei Fragen:

DV Selbsthilfe Kärnten

☎ 0463/50 48 71

✉ office@selbsthilfe-kaernten.at

Wenn Sie die Selbsthilfe-Aktivitäten gerne unterstützen möchten, freuen wir uns über eine Spende an: IBAN: AT29 3939 0000 0213 8709 lautend auf „Selbsthilfe Kärnten – Fördertopf“.

Termine



Das **3. Selbsthilfe-Forum** findet am **1. September 2025** im Dachverband Selbsthilfe Kärnten statt. Auf Anregung der Teilnehmer:innen am Selbsthilfe-Forum wird Tamara Edwards vom Roten Kreuz den Umgang mit einem Defi erklären und für alle Fragen zur Verfügung stehen.

Die nächste Weiterbildung für Selbsthilfegruppen-Leiter:innen ist für den **25. September 2025** geplant. Jürgen Eixelsberger wird uns einen Nachmittag lang zeigen, wie wir „**Sicher im Netz kommunizieren und Spam und Betrug erkennen**“ können. Wie gewohnt erhalten Sie rechtzeitig die Einladung mit allen Informationen und der Anmeldefrist.

Am Montag, den **22. September 2025** findet die **Generalversammlung** des Dachverband Selbsthilfe Kärnten statt. Wir freuen uns, wenn Sie sich die Zeit nehmen, dabei zu sein, sich zu informieren, zu vernetzen und ein bisschen zu plaudern. Für das leibliche Wohl ist wieder bestens gesorgt.

Regionale SH-Informationenstellen

Bitte beachten Sie, dass für persönliche und individuelle Beratungen eine vorherige **Anmeldung** (ausgenommen Klinikum Klagenfurt) unter ☎ 0463/50 48 71 oder ✉ office@selbsthilfe-kaernten.at **bis jeweils Montag vor dem Termin** unbedingt notwendig ist.

- **Klinikum Klagenfurt** – ohne Anmeldung!
Jeden 1. und 3. Dienstag im Monat, 9–12 Uhr
- **A.ö. Krankenhaus der Elisabethinen**
Dienstag, 14–15 Uhr
- **BH Völkermarkt und LKH Wolfsberg**
jeden 1. und 3. Dienstag im Monat, 14–15 Uhr
- **LKH Villach, ÖGK Spittal/Drau und Gailtalklinik Hermagor** – jeden 2. und 4. Dienstag im Monat, 14–15 Uhr

INFORMATION ZU DEN TERMINEN

Unter „**Termine Selbsthilfegruppen**“ finden Sie jene Gruppen, die tatsächlich Gruppentreffen im Sinne der Selbsthilfe anbieten. Unter „**Veranstaltungen Selbsthilfegruppen**“ finden Sie Aktivitäten von Gruppen und deren Leitungen. Termine können sich aus verschiedenen Gründen kurzfristig ändern bzw. abgesagt werden. Für eine **aktuelle Übersicht** empfehlen wir einen Blick auf unsere Website www.selbsthilfe-kaernten.at.

Termine/Gruppentreffen der Kärntner Selbsthilfegruppen (SHG)

Bitte beachten:

Auch bei sorgfältiger Terminplanung kann es zu Verschiebungen bzw. Absagen kommen. Aktuelle Termine und weitere Selbsthilfegruppen finden Sie unter www.selbsthilfe-kaernten.at. Der **DV Selbsthilfe Kärnten** ist Montag bis Donnerstag von 8:30 bis 14 Uhr erreichbar:
☎ 0463/50 48 71
✉ office@selbsthilfe-kaernten.at

AD(H)S

SHG AD(H)S Sisterhood

3.9./1.10., 18 Uhr, Gruppenraum DV Selbsthilfe Kärnten*
24.9./22.10., Online-Meeting
☎ Mag.^a Carmen Petutschnig
☎ 0699/110 42 972
✉ adhs.sisterhood@gmail.com

ALKOHOL

SHG Anonyme Alkoholiker

Klagenfurt: donnerstags, 18 Uhr, Altkatholische Kirche, Kaufmannngasse 11
Villach: montags, 18:30 Uhr, Evang. Pfarramt Villach, Adalbert-Stifter-Str. 21

SHG AL-ANON (Angehörige und Freunde von Alkoholikern)

Villach: freitags, 18 Uhr, Evang. Pfarramt Villach, Wilhelm von Hohenheimstr. 3,
☎ Frau Mares ☎ 0650/641 49 28

Bleiburg & Klagenfurt:

☎ 0650/349 40 95

SHG Nüchtern macht süchtig! Die Sober Ladies

28.10., 18 Uhr, Gruppenraum DV Selbsthilfe K.*
☎ Susanne Theresa Kogler ☎ 0650/733 16 78
✉ praxis@susannetheresakogler.at oder
☎ Gabriele „Sharin“ Sikic ☎ 0664/136 33 97
✉ sharin.energetik@gmail.com

ALZHEIMER

Selbsthilfe bei Demenz Klagenfurt

13.8./10.9./8.10., 18 Uhr, SeneCura Pflegezentrum Kreuzbergl, Henselstraße 1a

Demenz-Café Klagenfurt:

6.8./3.9./1.10., 9 Uhr, Altenwohn- und Pflegeheim St. Peter, Harbacher Straße 72

Gesprächsrunde via Internet mit

Mag.^a Christine Leyroutz:

20.8./17.9./15.10., 18 Uhr, Anmeldung:

✉ hp15501@gmx.at

☎ Hannelore Pacher ☎ 0699/125 934 84

🌐 www.selbsthilfe-bei-demenz-klagenfurt.com

Selbsthilfegruppe Demenz Villach für

Angehörige von Demenzpatienten

Villach:

18.8./15.9./20.10., 16 Uhr, im Steirerhof (kleiner Saal), Warmbader Straße 4

Demenz-Café Villach:

2.9./7.10., 9 Uhr, Diakonie – Haus Maria Gail, Arnold-Clementschtisch-Straße 55

☎ Edith Kronschläger, Elisabeth Terbuch
☎ 0664/31 10 414 ✉ SH-AZVillach@gmx.at

SHG Angehörige von Demenzkranken

Lavanttal

Wolfsberg: 19.8./16.9./21.10., 16 Uhr, LKH Wolfsberg, Paul-Hackhofer-Str. 9, Seminarraum 3
☎ Ildiko Frajuk ☎ 0650/220 33 68
✉ frajuk99@gmail.com
☎ Verena Greilberger ☎ 0660/556 42 60

SHG Alzheimer und Demenz, Oberkärnten

☎ Mag.^a Brigitte Stocker
☎ 0664/184 66 88 ✉ brigitte.stocker@tz-moe.at

APHASIE

SHG Aphasie Kärnten

10.9., 16 Uhr, GH Lercherhof, Untermöschach 8, Hermagor ☎ DV Selbsthilfe Kärnten*

ARMUTSERFAHRENE

SHG Selbstvertretung Armutserfahrene

22.8./19.9., 17 Uhr, Gruppenraum DV Selbsthilfe Kärnten* ☎ Ing. Arno Pucher ☎ 0660/289 25 14
✉ info@arnopucher.at

ATEMWEGERKRANKUNG

SHG Atemwegserkrankte

1.9./6.10., 18 Uhr, Gruppenraum DV Selbsthilfe Kärnten* ☎ Johanna Selisnik ☎ 0664/890 10 51
✉ h.selisnik@gmx.at

MORBUS BECHTEREW

SHG Morbus Bechterew Kärnten

24.9./29.10., 18 Uhr, Gasthof Krall, Klagenfurt
☎ Mag.^a Hermine Kohlweis ☎ 0664/657 11 25
✉ kaernten@bechterew.at 🌐 www.bechterew.at

BIPOLARITÄT

SHG Leben mit Bipolarität

21.8./18.9./16.10., 18 Uhr, Gruppenraum DV Selbsthilfe Kärnten*
7.8./4.9./2.10., 18 Uhr, Besprechungsraum DV Selbsthilfe Kärnten* ☎ DV Selbsthilfe Kärnten*

DEPRESSION

SHG Depressive Verstimmungen, Gmünd

10.9./8.10., 13:30 Uhr, Evangelische Kirche Gmünd, Gries an der Lieser 5, 9853 Gmünd
☎ DV Selbsthilfe Kärnten*

SHG Angst-Panik-Depression-Burnout Klagenfurt

13.8./27.8./10.9./24.9./8.10./22.10., 17:45 Uhr, Gruppenraum DV Selbsthilfe Kärnten*
☎ DV Selbsthilfe Kärnten*

ERWORBENE HIRNSCHÄDIGUNG

SHG Erworbenene Hirnschädigung – Gemeinsam statt einsam

Villach: ☎ Mag.^a Martina Bergner
☎ 0664/972 59 36
✉ martinabergner57@gmail.com

SHG HIRNverletzt vernetzt-Cafés

Villach: Anmeldung: ☎ Mag.^a Martina Bergner
☎ 0664/972 59 36

✉ martinabergner57@gmail.com

Wolfsberg: montags, 9 Uhr, Café Lebensgefühl, Johann-Offner-Straße 12
☎ DV Selbsthilfe Kärnten*

ENDOMETRIOSE

SHG Endometriose

☎ Emilia Andonova ☎ 0660/244 30 44
✉ verein@endometriose-kaernten.at
🌐 www.endometriose-kaernten.at

EPILEPSIE

SHG Epilepsie Kärnten

27.9./25.10., 14 Uhr, Bekanntgabe Ort des Treffens bei Anfrage ☎ Alexandra Hölbling
☎ 0660/844 19 41 ✉ xandi.3972@gmx.at

ESSTÖRUNG

SHG Overeaters Anonymous

dienstags, 18 Uhr, Gruppenraum DV Selbsthilfe Kärnten* ☎ ausschließlich nach tel. Voranmeldung bei Sabine ☎ 0677/636 900 01
✉ klagenfurt@overeatersanonymous.at

FIBROMYALGIE

SHG Fibromyalgie Kärnten

25.9./23.10., 15 Uhr, Privatklinik Villach, Dr.-Walter-Hochsteiner-Straße 4
☎ DV Selbsthilfe Kärnten* oder
DGKP Boris Sidorenko ☎ 0650/304 66 99

HAUTERKRANKUNG

SHG Lichen Sclerosus

19.9., 18 Uhr, Privatklinik Villach, Dr. Walter-Hochsteiner-Str. 4
☎ Gabriele Jellitsch-Wallner, MBA
✉ kaernten@lichensclerosus.at

HÖRBEINTRÄCHTIGUNG

SHG für Schwerhörige und deren Angehörige

11.10., 10 Uhr, Gruppenraum DV Selbsthilfe Kärnten*

SHG Eltern hörbeeinträchtigter Kinder

25.9./23.10., 16:30 Uhr, Forum besser Hören, Gasometergasse 4a, Eingang Platzg., Klagenfurt

SHG Cochlea Implantat – Kärnten

11.9./9.10., 17 Uhr, Forum besser Hören, Gasometergasse 4a, Eingang Platzg., Klagenfurt, Alle Termine nach Anmeldung:
☎ 0463/310 380 ✉ office@besserhoeren.org
🌐 www.besserhoeren.at

KONTAKTABBRUCH

SHG Kontaktabbruch – wenn Schweigen...

27.9., 14 Uhr, Gutenbergstraße 7, Klagenfurt, Anmeldung erforderlich! ☎ Ingeborg Markt
☎ 0676/941 14 78 ✉ ingeborg.marktl@gmx.net

KREBS**SHG Frauenselbsthilfe nach Brustkrebs, Villach:**

26.9./31.10., 14 Uhr, LKH Villach, Nikolai-gasse 43, ☎ Monika Feindt ☎ 04242/420 07 oder 0664/341 64 37

Krebshilfe Kärnten – Begegnungsgruppe für an Krebs erkrankte Menschen

28.8./25.9./30.10., 17 Uhr, Klagenfurt, Anmeldung: ☎ 0463/50 70 78
✉ office@krebshilfe-ktn.at

SHG Nordic Walking für Betroffene von Krebs mittwochs, 16:45 Uhr, Fischerwirt/Kreuzberg, Klagenfurt

SHG Darmkrebs – Verein für Darmkrebsinfo.
☎ Helga Thurnher ☎ 01/714 71 39, 0676/9340746
25.9./23.10., 17 Uhr, Darmgruppe: Privatklinik Villach, Dr. Walter-Hochsteiner-Str. 4
☎ DGKP Boris Sidorenko ☎ 0650/304 66 99

MISSBRAUCH**SHG Seelenstammtisch für Missbrauchs- und Misshandlungsoffer**

8.9./13.10., 18 Uhr, Gruppenraum DV Selbsthilfe Kärnten* ☎ Jörg Rothenpieler
☎ 0664/376 58 50 ✉ joerg.rothenpieler@chello.at

MULTIPLE SKLEROSE**SHG Multiple Sklerose**

Feldkirchen: 17.9., 14:30 Uhr, Krankenhaus Waiern ☎ DV Selbsthilfe Kärnten*
Klagenfurt: 14.8./11.9./9.10., 17 Uhr, Gruppenraum DV Selbsthilfe Kärnten* ☎ 0678/79 21 562
✉ ms.shg.klagenfurt@gmail.com
St. Veit/Glan: 29.9./27.10., 15 Uhr, Gasthaus Autohof Schnitzer, Völkermarkter Straße 55
☎ Martina Pretis ☎ 0664/204 69 72
✉ martinapretis@gmx.at
Völkermarkt: 28.8./25.9./30.10., 13 Uhr, Café Lisi, Hart 23, Eberndorf ☎ Valentin Wutte
☎ 0664/407 13 00 ✉ valentin.wutte@hotmail.com

NARZISSMUS**SHG Narzissmus im Alltag**

Klagenfurt: 25.9./23.10., ☎ DV Selbsthilfe K.*
Villach: 1.8./5.9./3.10., 18 Uhr, Privatklinik Villach, Dr.-Walter-Hochsteiner-Str. 4
Vor Anmeldung erbeten! ☎ DV Selbsthilfe Kärnten*

NEBENNIERE**SHG Nebenniere**

3.9., 17 Uhr, Cafe Bernold, im 2. Stock, Nikolaiplatz 2, Villach ☎ Elena Knauder
☎ 0676/97 40 254 ✉ eknauder@edu.aau.at

NIERE**SHG Niere Kärnten**

Villach: 2.10., 13 Uhr, Gasthof Steirerhof Warmbad Straße 4, Anmeldung bis 25.9.
☎ 0650/35 44 263 ✉ max.taferner1@gmx.at
Klagenfurt/Waidmannsdorf: 4.10., 12 Uhr, Vorstadtbeisl, Baumbachplatz 2, Anmeldung bis 28.9. ☎ 0664/45 16 506
✉ patricksuklitsch@gmail.com

Spittal/Drau: 28.10., 13 Uhr, Gasthof Brückenwirt, An der Wirtschaftsbrücke 2, Anmeldung bis 20.10. ☎ 0664/738 78 213
✉ roland.mihaljevic@aon.at

OSTEOPOROSE**SHG Osteoporose**

Spittal/Drau: 18.9./16.10., 18 Uhr, Gasthaus Brückenwirt Vereinslokal ☎ Franz Kohlweiss
☎ 0699/17 22 88 46 ✉ franz.kohlweiss@aon.at

MORBUS PARKINSON**SHG Parkinson-Patient:Innen/Angehörige**

Oberkärnten: 9.9./14.10., 14 Uhr, Hotel Schloss Lerchenhof, Untermöschach/Hermagor
☎ Adolf Koffler, MBA ☎ 0664/73 75 75 73,
✉ office@parkinsonselbsthilfe.at
Klagenfurt: 16.9./21.10., 15 Uhr, Privatklinik Maria Hilf, Radetzkystraße 35 ☎ Ingrid Bliem
☎ 0681/10 52 29 42
✉ ingrid.bliem@parkinsonselbsthilfe.at
St. Veit/Glan: 17.9./15.10., 14 Uhr, Seniorentreff, Bahnhofstraße 11a ☎ Harald Horn
☎ 0664/40 15 100
✉ harald.horn@parkinsonselbsthilfe.at
Villach: 18.9./16.10., 14 Uhr, Privatklinik Villach, Dr. Walter-Hochsteiner-Str. 4 ☎ Adolf Koffler, MBA ☎ 0664/73 75 75 73
✉ office@parkinsonselbsthilfe.at

PFLEGENDE ANGEHÖRIGE**SHG Pflegende Angehörige**

3.9./1.10., 14 Uhr, Der Sandwirt, Pernhartg. 9, Klagenfurt, tel. Beratung bei Bedarf, nur mit Anmeldung: ☎ Dr.ⁱⁿ Claudia Muri
✉ claudia.muri@gmx.at oder WhatsApp/SMS
☎ 0664/811 53 11

PLÖTZLICHER KINDSTOD**SHG Plötzlicher Kindstod**

☎ Elfi Köstenberger ☎ 0660/880 89 90
✉ k.elfi@hotmail.com
Interessent:innen gesucht

ANGEHÖRIGE PSYCHISCH ERKRANKTER**HPE Kärnten – Hilfe für Angehörige psychisch Erkrankter**

✉ office@hpe.at ☎ www.hpe.at/kaernten

SHG HPE Klagenfurt

19.9./17.10., 17 Uhr, Vortragssaal Caritas, Sandwirtgasse 2 (Eingang Kolpinggasse)
☎ DV Selbsthilfe Kärnten*

SHG HPE Villach

18.9./16.10., 19 Uhr, Atelier Kunterbunt, Evang. Pfarrgemeinde Stadtpark, UG, W.-Hohenheimstraße 3 ☎ DV Selbsthilfe Kärnten*

SHG HPE Völkermarkt

26.9./31.10., 18 Uhr, Pfarrhaus Völkermarkt, Kirchgasse 8 ☎ DV Selbsthilfe Kärnten*

PSYCHOSEN**SHG Psychose Villach**

nur tel. Anmeldung: ☎ 0677/63 32 51 20

PSYCHISCHE ERKRANKUNGEN**SHG Psychosomatik Villach**

12.8./9.9./14.10., 18 Uhr, Seminarraum des LKH Villach, Nikolaigasse 43 ☎ Erwin Neuschitzer
☎ 0664/54 10 266 ✉ neuschitzer55@hotmail.com

SHG Psyche trifft Würde

Termine auf Anfrage ☎ DV Selbsthilfe Kärnten*

REFLUX**SHG Reflux**

7.10., 18 Uhr, Gruppenraum DV Selbsthilfe Kärnten* ☎ Beate Fabian ☎ 0676/789 77 74
✉ beatefabian@gmx.at

RHEUMA**SHG Rheuma Klagenfurt**

29.10., 14 Uhr, Gasthof Krall, Ehrentaler Straße 57
☎ Christa Pachel ☎ 0660/363 63 00

SHG Rheuma Villach

12.9./10.10., 15 Uhr, Parkcafé, Moritschstraße 2
☎ Maria Liebhart ☎ 0664/431 03 82
✉ maria.liebe7639@gmail.com

SCHLAGANFALL**SHG für Schlaganfallerkrankte, Klagenfurt**

montags 1.9./6.10., 14 Uhr, Roko Hof, Post- und STW Bushaltestelle Steinerne Brücke, Villacher Straße 135 ☎ DV Selbsthilfe Kärnten*

SEHBEEINTRÄCHTIGUNG**SHG Augenlicht**

20.8./17.9./15.10., 17–18 Uhr Zoom-Meeting, 16–17 Uhr telefonische Beratung
☎ DV Selbsthilfe Kärnten*

SENIOREN**SHG 60+ und 70++**

6.8./27.8./17.9./8.10./29.10., 10 Uhr, Krankenhaus Waiern, Raum 220, Feldkirchen
Anmeldung: ☎ Mag.^a Carol Griesser
☎ 0664/558 23 66

STOMA**SHG Stoma Villach**

18.9., Ausflug – Infos unter Kontaktperson,
7.8./2.10., 13 Uhr, Restaurant Jedermann, Bleibergerstraße 107 ☎ Wilhelm Ladenhauf
☎ 0664/183 12 83 ✉ willi.ladi@aon.at

SHG Stoma St. Veit/Glan

16.9., 14 Uhr, Krankenhaus der Barmherzigen Brüder, Speisesaal, Spitalgasse 26
☎ DV Selbsthilfe Kärnten*

SUCHT**SHG Insiders – Angehörige von Drogenabhängigen**

7.8./4.9./2.10., 18 Uhr, Gruppenraum DV Selbsthilfe Kärnten* ☎ DV Selbsthilfe Kärnten*

SHG für Menschen mit Suchtproblemen

mittwochs, im Wechsel 16:30 Uhr oder 18 Uhr, Villacher Str. 28, Spittal
Anmeldung bei ☎ Caroline ☎ 0680/33 17 224

VERHALTENS-AUFFÄLLIGKEITEN BEI (KLEIN-)KINDERN

SHG Verhaltensauffälligkeiten bei (Klein-)Kindern

👤 DV Selbsthilfe Kärnten*
 Interessent:innen gesucht

VERWAISTE ELTERN

SHG für Verwaiste Eltern

24.9./22.10., ausschließlich nach tel. Voranmeldung
 👤 Gabriele Kastinger BEd ☎ 0650/242 59 99
 ✉ schule.wg@gmail.com

WECHSELJAHRE

SHG Feuerfrauen Kärnten – Initiative Wechseljahre und Austauschtreffen

26.8./23.9./21.10., 18 Uhr, Gruppenraum DV
 Selbsthilfe Kärnten* 👤 Christine Hitz-Gaggl, BA
 ☎ 0660/47 57 660
 ✉ christine.hitz-gaggl@feuerfrauen.at

ZWÄNGE

SHG Zwänge Kärnten

👤 Berta Lackner ☎ 0650/489 83 33
 ✉ berta.lackner@gmx.at

Behindertenverband/ Beteiligtenvertretung

CMT AUSTRIA

Interessensgemeinschaft für Patienten mit verbter Polyneuropathie:

👤 Klaus Mannsberger ☎ 0664/433 70 64
 ✉ klaus.mannsberger@cmt-austria.at
 🌐 www.cmt-austria.at

DIABETES

Österr. Diabetikervereinigung (ÖDV), Landessektion Kärnten

👤 Walter Isopp ☎ 0680/245 65 24
 ✉ w.isopp@gmx.at

SHG ÖDV Kinder, Jugendliche, junge Erwachsene

👤 Walter Isopp ☎ 0680/245 65 24
 ✉ w.isopp@gmx.at

SHG ÖDV Villach

👤 Reinhilde Kaus ☎ 0676/610 37 62

HÖRBEINTRÄCHTIGUNG:

👤 Forum besser HÖREN, Termine nach telefonischer oder schriftlicher Vereinbarung:
 ☎ 0463/310 380 oder
 ✉ office@besserhoeren.org

ÖGK Kundenservicestelle St. Veit/Glan,

Platz am Graben 4,
 Termine: 3.9./1.10., 10–12 Uhr

BH Feldkirchen, Milesistraße 10,

Termine: 8.9./13.10., 9–11 Uhr

ÖGK Kundenservicestelle Spittal/Drau,

Feldstraße 1,
 Termine: 2.9./7.10., 10–12 Uhr

ÖGK Kundenservicestelle Wolfsberg,

Roßmarkt 13,
 Termine: 16.9./21.10., 9–11 Uhr

ÖGK Kundenservicestelle Völkermarkt,

Seenstraße 2, Verwaltungsgebäude,
 Termine: 16.9./21.10., 14–16 Uhr

ÖGK Kundenservicestelle Villach,

Zeidler-von-Görz-Str. 3,
 Termine: 23.9./28.10., 9–11 Uhr

ÖGK Kundenservicestelle Hermagor,

Egger Straße 7,
 Termine: 24.9./22.10., 10–12 Uhr

Veranstaltungstermine der Kärntner Selbsthilfegruppen (SHG) und Verbände

Österreichischer Herzverband – Landesverband Kärnten, Koronarturnen Kärnten Klagenfurt, Villach, Wolfsberg, Laas, Spittal/ Drau, Althofen

👤 Präsident Ing. Dietmar Kandolf
 ☎ 0463/501 755 oder 0660/767 1000
 ✉ office@herzverband-ktn.at
 Details: 🌐 www.herzverband-ktn.at

Krebshilfe Kärnten - Yoga für Krebspatient:innen

6.8./20.8./3.9./17.9./1.10./15.10./29.10.,
 10:45 Uhr, Klagenfurt, Anmeldung:
 ☎ 0463/50 70 78
 ✉ office@krebshilfe-ktn.at

Kunsttherapie Workshop für an Krebs er- krankte Menschen

12.9./13.9., „Masken des Lebens – Meine vielen
 Gesichter“: Identität und Selbsta Ausdruck
 während oder nach der Erkrankung erkunden,
 Materialkosten: € 20,00 ☎ 0463/50 70 78
 ✉ office@krebshilfe-ktn.at

Niere Kärnten

24.8., Wandertag um den Faaker See:

10 Uhr, Treffpunkt Parkplatz Elisabeth-Apotheke,
 Dietrichsteinstraße 7, Faak am See
 Anmeldung bis 15.8. ✉ max.taerner1@gmx.at
 oder ☎ 0650/354 42 63

14.9., Schifffahrt zu Dr. Jilly: 10 Uhr, Schiffsab-
 fahrt in Klagenfurt, Ankunft in Velden um 12 Uhr
 Anmeldung bis 5.9. ✉ patricksuklitsch@gmail.com
 oder ☎ 0664/451 65 06

SHG Osteoporose Ferlach, Gedächtnistraining 17.9./15.10., 14 Uhr, Arbeiterheim Ferlach

SHG Osteoporose Spittal/Drau

Jeden 2. Mittwoch im Monat, 8 Uhr,
 GH Brückenwirt, Frühstück „Gemeinsam
 statt einsam“ 👤 Franz Kohlweiss
 ☎ 0699/17 228846 ✉ franz.kohlweiss@aon.at

Parkinson Tischtennisgruppe

wöchentliches Training (TTC-Felsberger Gurnitz)
 👤 Agnes Jan ☎ 0650/271 70 70

Parkinson Therapeutische Übungen, Oberkärnten

2.9./16.9./23.9./30.9./7.10./21.10./28.10., 14:30
 Uhr, Gailtal Klinik, Radniger Str. 12, Hermagor
 👤 Adolf Koffler, MBA ☎ 0664/73 75 75 73
 ✉ office@parkinsonselbsthilfe.at
 🌐 www.parkinsonselbsthilfe.at

Parkinson Therapeutisches Boxen, Oberkärnten

30.9./28.10., 14:30 Uhr, Gailtal Klinik, Radniger
 Str. 12, Hermagor 👤 Adolf Koffler, MBA
 ☎ 0664/73 75 75 73
 ✉ office@parkinsonselbsthilfe.at
 🌐 www.parkinsonselbsthilfe.at

Parkinson Therapeutische Übungen, Villach

25.9./2.10./9.10./23.10./30.10., 14 Uhr, Privat-
 klinik Villach, Dr. Walter-Hochsteiner-Str. 4,
 Warmbad-Villach, Gymnastikraum
 👤 Adolf Koffler, MBA ☎ 0664/73 75 75 73
 ✉ office@parkinsonselbsthilfe.at
 🌐 www.parkinsonselbsthilfe.at

Österreichische Rheuma Liga - Einladung zum Kärntner Rheumatag

20.9., 15–17 Uhr, Kostenlose Vorträge, Beratung
 und Vernetzung, Klagenfurt Messe Halle 5

Österreichische Arbeitsgemeinschaft Zöliakie

3.10., 17 Uhr, Pizza-Treffen Zöli-Kids, Pizzeria
 „Made Italy“, Herzog-Bernard-Straße 19, St. Veit
 Anmeldung bis 29.9. ✉ kaernten@zoeliakie.or.at
 18.10., 9–13 Uhr, Backkurs mit Oliver Wellig,
 HBLA Pitzelstätten, Galantalstraße 59,
 Klagenfurt-Wölfnitz
 Anmeldung bis 11.10.
 ✉ kaernten@zoeliakie.or.at

Redaktionsschluss
für Beiträge und Termine
in der INFO 4/2025 ist der
30. September 2025

Selbsthilfegruppengründungen in Kärnten

SHG HIRNverletzt vernetzt Café Wolfsberg

Wir sind eine Selbsthilfegruppe für Menschen mit erworbenem Hirnschaden und unterstützen Betroffene und Angehörige dabei, ihre neue Situation bestmöglich zu bewältigen und dieses Thema in der Gesellschaft sichtbar und bewusst zu machen. Wir bringen die Erfahrungen und Bedürfnisse von Betroffenen und Angehörigen zusammen und unterstützen den Informationsaustausch und die Zusammenarbeit.

Gruppentreffen: jede Woche am Montag von 9 bis 11 Uhr im Cafe Lebensgefühl, Johann-Offner-Straße 12, 9400 Wolfsberg

Kontakt: Dachverband Selbsthilfe Kärnten

☎ 0463/504 871 ✉ office@selbsthilfe-kaernten.at

SHG Multiple Sklerose Klagenfurt

In der Selbsthilfegruppe treffen sich Menschen mit Multipler Sklerose, um sich über ihre Erfahrungen auszutauschen und besondere Ereignisse im Umgang mit der Krankheit zu teilen. Die Gruppe bietet einen Raum, in dem Betroffene ihre persönlichen Erlebnisse teilen und voneinander lernen können. Dadurch können neue Perspektiven entstehen, um den Alltag besser zu bewältigen und Lebensfreude zurückzugewinnen.

Wann: jeden 2. Donnerstag um 17 Uhr

Wo: Gruppenraum der DV Selbsthilfe Kärnten

Kontakt: ☎ 0678/792 15 62 ✉ ms.shg.klagenfurt@gmail.com

SHG Multiple Sklerose Feldkirchen

Die Selbsthilfegruppe bietet Raum zum Zuhören, Verstehen und gegenseitigen Lernen. Im Mittelpunkt stehen Achtsamkeit, Selbstliebe und der Mut, aktiv am Leben teilzunehmen – trotz Ängsten, Zweifeln und Unsicherheiten. Gemeinsam wollen wir herausfinden, was Körper, Geist und Seele brauchen, uns gegenseitig unterstützen und Zeit miteinander verbringen.

Gruppentreffen: Krankenhaus Waiern,
Martin-Luther-Straße 14, 9560 Feldkirchen
Termine auf www.selbsthilfe-kaernten.at

Kontakt: Martina Augustin

SHG Augenlicht

Die Gruppe bietet Orientierung und Wissenstransfer bzw. Austausch über Angebote und Förder- bzw. Unterstützungsleistungen, z. B. das Kennenlernen und Ausprobieren von Hilfsmitteln, Mobilitäts- und Orientierungstraining, das Erlernen von lebenspraktischen Fertigkeiten, Smartphone und Tablet als Alltagshelfer u.v.m.

Der Fokus liegt auf Menschen, die im Laufe ihres Lebens eine Sehbehinderung erlangen.

Zoom-Meeting: jeden 3. Mittwoch im Monat

- 16 bis 17 Uhr telefonisch für Beratungen
- 17 bis 18 Uhr Online-Treffen über Zoom

Präsenz-Treffen auf Wunsch der Gruppe im Gruppenraum des DV Selbsthilfe Kärnten, Gutenbergstraße 7, 9020 Klagenfurt

Kontakt: Dachverband Selbsthilfe Kärnten

☎ 0463/504 871 ✉ office@selbsthilfe-kaernten.at

🌐 www.selbsthilfe-kaernten.at

SHG Psyche trifft Würde

Diese Selbsthilfegruppe lädt Menschen mit psychiatrischen Diagnosen dazu ein, ihr psychisches Erleben jenseits des rein schulmedizinischen Blicks zu betrachten.

Im Zentrum stehen nicht primär der individuelle Leidensdruck, sondern grundlegende Fragen über die Definitionsmacht von Krankheit und Gesundheit sowie deren Einfluss auf die individuelle Identität.

Gemeinsam wollen wir erforschen, wie psychische Krisen historisch und kulturell betrachtet werden, welche Botschaften sie enthalten, welches Heilwissen existiert und welchen Wert emotional sensible oder „andersartige“ Menschen für die Gesellschaft haben.

Ziel der Gruppentreffen ist es, unseren Selbstwert zu stärken und eine gesunde Selbstbeziehung zu fördern.

Gruppentreffen: Termine auf Anfrage, LKH Villach, Seminarraum C (hinter der Information beim Haupteingang), Nikolai-gasse 28, 9500 Villach

Kontakt: Dachverband Selbsthilfe Kärnten

☎ 0463/504 871 ✉ office@selbsthilfe-kaernten.at

🌐 www.selbsthilfe-kaernten.at

Impressum:**Medieninhaber, Herausgeber:**

Dachverband (DV) Selbsthilfe Kärnten
 (ZVR-Zahl: 949747510), Gutenbergstraße 7,
 9020 Klagenfurt am Wörthersee
 Telefon: 0463/50 48 71

E-Mail: office@selbsthilfe-kaernten.at,

Web: www.selbsthilfe-kaernten.at

Redaktion: Mag.ª Elke Waldner

Bilder: DV Selbsthilfe Kärnten – Archiv,
 Rechte bleiben bei den Fotografen

Herstellung: www.designation.at

Offenlegung siehe
www.selbsthilfe-kaernten.at

Büroöffnungszeiten: Montag bis Don-
 nerstag von 8:30 Uhr bis 14 Uhr bzw. nach
 telefonischer Terminvereinbarung

Die Arbeit des DV Selbsthilfe Kärnten wird
 aus Mitteln des Landes Kärnten gefördert.

LAND  KÄRNTEN

Abt. 4 – Soziales

Informationen von Gruppen

SELBSTHILFEGRUPPE DEMENZ KLAGENFURT

Ein Jahrzehnt für die Selbsthilfe!

Vor ca. 14 Jahren suchten Annemarie und Reinhard Lackner Hilfe bei der SHG, da sie die Alzheimer-Krankheit der Mutter zermürbte. Sie wussten wenig über die Krankheit und machten im Umgang mit der Kranken

„alles falsch, was man nur falsch machen kann“. Bei der SHG erhielten sie wichtige Informationen und Unterstützung, der Alltag wurde leichter und sie erkannten die Notwendigkeit der SHG. Als diese 2014 zu zerfallen drohte, sprangen sie ohne Zögern ein. Die SHG gewann zunehmend an Beliebtheit – durch Annemaries empathische Art sowie Reinhard's Zugang zu betroffenen männlichen Angehörigen. Ein Netzwerk über ganz Kärnten wurde aufgebaut, Gruppengründungen unterstützt und Veranstaltungen besucht. Alzheimer Wien, Graz, Salzburg, St. Pölten – überall war das Ehepaar



Lackner als kompetente Ansprechpartner bekannt. Trotz großer Anforderungen freuten sie sich über jedes „Danke“. Die SHG, wie sie heute bekannt und geschätzt ist, ist ihr großer Verdienst. Mit dem Älterwerden wurden

die Tätigkeiten jedoch schwieriger, und die beiden beendeten, nachdem die Nachfolge geregelt war, ihre Tätigkeit bei der SHG. Im Namen der betreuten Angehörigen von an Demenz erkrankten Menschen bedanken wir uns für Eure großartige Hilfe und Freundschaft.



Wir gratulieren Annemarie Lackner herzlich zum 80. Geburtstag!

NACHRUF

Reinhold Walcher †

Herr Reinhold Walcher war der Gründer der SHG Alzheimer Klagenfurt. Mit Unterstützung vom Dachverband und Prim. Dr. Erik Ruml setzte er 1991 diesen wichtigen Schritt, der bis in die Gegenwart reicht. Seit seinem 15. Lebensjahr benutzte er den Rollstuhl, später pflegte er viele Jahre seine an Alzheimer erkrankte Gattin. Erst als sie nicht mehr zu bewältigende Hilfe brauchte, wurde



ein Pflegeheim in Erwägung gezogen. Die Schwierigkeiten mit der Krankheit bewogen ihn dazu, seine Erfahrungen weiterzugeben und andere Angehörige zu unterstützen. Herr Walcher leitete über 20 Jahre erfolgreich die SHG, musste sie dann aber auf Grund körperlicher Einschränkungen übergeben. Er hat dafür allerdings den Grundstein gelegt, wofür ihm die Ehrenmitgliedschaft vom Dachverband verliehen wurde.