

## Generalversammlung des Dachverbands

Am 22. September 2025 fand die Generalversammlung des Dachverbands Selbsthilfe Kärnten in der Gutenbergstraße 7 in Klagenfurt statt.

**W**ir konnten zahlreiche Vertreter:innen der Selbsthilfegruppen begrüßen. Auch Frau LR<sup>in</sup> Dr.<sup>in</sup> Beate Prettnner, Frau Gemeinderätin Ulrike Herzig als Vertretung für den Bürgermeister Christian Scheider und Frau Gemeinderätin Gabriela Holzer als Vertretung für den Stadtrat Mag. Franz Petritz gaben uns die Ehre und überbrachten ihre Grußworte.

Weiters freuten wir uns über die Anwesenheit von Frau Mag.<sup>a</sup>(FH) Bettina Irrasch (Pflegeanwaltschaft), Frau Mag.<sup>a</sup> Corinna Smrecnik (Patientenanwaltschaft) und Herrn Martin Kahlig (Behindertenanwaltschaft), die Verwaltungsleiter:innen Mag.<sup>a</sup> Sabrina Kerle (Humanomed Villach) und Herrn Dr. Patrick Fasching (Humanomed Maria Hilf) sowie den stellvertretenden kaufmännischen Leiter Ing. Michael Pinter MA (LKH Villach), die Pflegedirektorinnen Claudia Blasnig (Humanomed Althofen), DGKP Silvia Lueger MSc (KH der Elisabethinen) und DGKP Sylvia Walzl (LKH Wolfsberg) und die Selbsthilfe-koordinator:innen Mag.<sup>a</sup> Carol Griesser (KH Waiern) und Boris Sidorenko (Humanomend Villach).

Den Abschluss des Begrüßungsreigens bildeten Frau Dr.<sup>in</sup> Andrea Dorigi und Mag. Karl Stadtschreiber (Kärntner Gesundheitsfonds), der Vorsitzende des Selbsthilfebeirats Herr Mag.(FH) Wolfgang Pucher, die Leiterin des psychologischen Dienst Dr.<sup>in</sup> Eveline Oberleitner (KH Waiern), Dr.<sup>in</sup> Lisa Sagmeister (Fachbeirat DV Selbsthilfe Kärnten) und Frau Mag.<sup>a</sup> Bianca Staudenmeir (ÖGK, Prävention und Public Health). ▶



Landesrätin Beate Prettnner eröffnete die jährliche Generalversammlung des Dachverbands (Bild oben). Das Krankenhaus der Elisabethinen Klagenfurt erhielt die Rezertifizierung als selbsthilfefreundliches Krankenhaus (Bild unten).



Die **inhaltlichen Schwerpunkte** der Generalversammlung lagen bei der Information der Mitglieder über die Aktivitäten des Vereins Dachverband Selbsthilfe Kärnten, der Überreichung der Rezertifizierungs-Urkunde als Selbsthilfefreundliches Krankenhaus, der Bestellung von DI Max Taferner als Rechnungsprüfer und dem Vortrag von Mag.<sup>a</sup> Lisa Krenn und Gunda Kapsch DSA vom Vertretungsnetz Kärnten.

An dieser Stelle möchten wir unser herzliches Dankeschön an Herrn Walter Gregori für seine jahrelange Tätigkeit als Rechnungsprüfer für den Dachverband Selbsthilfe Kärnten aussprechen.

Folgende **Berichte** wurden vorgelegt:

- Tätigkeitsbericht 2024 von Präsident Karl Felsberger
- Bericht zur finanziellen Gebarung von der Kassierin Patrizia Tengg-Spendel
- Bericht der Rechnungsprüfer von der Kassierin Patrizia Tengg-Spendel
- Bericht des Selbsthilfe-Beirats zum Kärntner Selbsthilfe-Fördertopf vom Vorsitzenden Mag.(FH) Wolfgang Pucher

Als **selbsthilfefreundliches Krankenhaus** wurde 2025 das Krankenhaus der Elisabethinen Klagenfurt vertreten durch DGKP Silvia Lueger MSc und die Assistentinnen der Pflegedirektion Frau Vanessa Allabauer BA MA und Frau Katharina Tonitz erfolgreich rezertifiziert. Der DV Selbsthilfe Kärnten bedankt sich herzlich für die gute und wertschätzende Zusammenarbeit. Den Abschluss des offiziellen Teiles der Generalversammlung gestalteten Mag.<sup>a</sup> Lisa Krenn und Gunda Kapsch DSA mit ihrem informativen **Vortrag** unter dem Titel „**Erwachsenenschutzrecht in Theorie und Praxis**“. Wir bedanken uns herzlich.

Bei einem abschließenden kleinen Imbiss konnten sich die Teilnehmenden noch stärken, miteinander ins Gespräch kommen und netzwerken.



Der Vorsitz der Generalversammlung wurde von Präsident Karl Felsberger mit den Mitgliedern des Vorstands geführt (Foto oben). Lisa Krenn und Gunda Kapsch (Foto Mitte) informierten die Teilnehmer:innen über Erwachsenenenschutzrechte.

# Termine



## Selbsthilfe-Forum

Das **4. Selbsthilfe-Forum** findet am **3. November 2025** im Dachverband Selbsthilfe Kärnten statt. Frau Dr.<sup>in</sup> Lisa Sagmeister gibt uns Informationen zur Patientenverfügung und steht für Fragen zur Verfügung.

## Weiterbildung

Die nächste Weiterbildung für Selbsthilfegruppen-Leiter:innen ist für den **20. November 2025** geplant. Birgit Kavelar-Grascher, die dankenswerterweise für die erkrankte Dr.<sup>in</sup> Christina Fischer-Kienberger einspringt, wird uns einen Tag lang dabei begleiten, die Vorteile und den Nutzen von „**Klarer und empathischer Kommunikation**“ zu erfahren.

## Save the date

Am Dienstag, den **25. November 2025** laden wir wieder herzlich zu unserem **Adventpunsch** ein. Gemeinsam mit dem Blinden- und Sehbehindertenverband und dem Verein MENA – MenschenNAh bedanken wir uns bei allen ehrenamtlich engagierten Selbsthilfe-Aktiven, ohne die eine erfolgreiche Arbeit nicht möglich wäre.

## 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.<sup>a</sup> Birgit Gesierich sehr gerne zur Verfügung: ☎ 0463/50 48 71  
✉ [office@selbsthilfe-kaernten.at](mailto:office@selbsthilfe-kaernten.at)

Die nächste Sitzung des Selbsthilfebeirats findet am **27. November 2025** statt.

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“.



## 2. Platz beim Bank Austria Sozialpreis 2025

Wir freuen uns, bekannt geben zu dürfen, dass das Projekt „**Junge Selbsthilfe**“ beim Bank Austria Sozialpreis den 2. Platz errungen hat. Ein solcher Erfolg ist nur mit der tatkräftigen Hilfe unserer Selbsthilfegruppen möglich. Herzlichen Dank an alle, die uns mit ihrem Voting unterstützt haben!



## 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](mailto: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](http://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](http://www.selbsthilfe-kaernten.at). Der **DV Selbsthilfe Kärnten** ist zu den gewohnten Öffnungszeiten (MO bis DO von 8:30 bis 14 Uhr) telefonisch unter ☎ 0463/50 48 71 und per Mail unter ✉ [office@selbsthilfe-kaernten.at](mailto:office@selbsthilfe-kaernten.at) für Sie erreichbar.

## AD(H)S

### SHG ADHS-Sisterhood

5.11./3.12./7.1., 18:30 Uhr, Gruppenraum DV Selbsthilfe Kärnten\*  
 19.11./17.12./21.1., Online-Meeting  
 30.12., Örtlichkeit nach Voranmeldung!  
 ☎ Mag.<sup>a</sup> Carmen Petutschnig  
 ☎ 0699/110 42 972  
 ✉ [adhs.sisterhood@gmail.com](mailto:adhs.sisterhood@gmail.com)

## ALKOHOL

### SHG Anonyme Alkoholiker

**Klagenfurt:** donnerstags, 18 Uhr, Altkatholische Kirche, Kaufmannsgasse 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

### SHG Nüchtern macht süchtig! Die Sober Ladies

25.11./30.12./27.1., 18 Uhr, Gruppenraum DV Selbsthilfe Kärnten\*  
 ☎ Susanne Theresa Kogler ☎ 0650/733 16 78  
 ✉ [praxis@susannetheresakogler.at](mailto:praxis@susannetheresakogler.at) oder  
 ☎ Gabriele „Sharin“ Sikic ☎ 0664/136 33 97  
 ✉ [sharin.energetik@gmail.com](mailto:sharin.energetik@gmail.com)

## ALZHEIMER

### Selbsthilfe bei Demenz Klagenfurt

**Klagenfurt:** 12.11./10.12./14.1., 18 Uhr, Seneca Pflegezentrum Kreuzberg, Henselstraße 1a  
**Demenz-Café Klagenfurt:**

5.11./3.12./7.1., 9 Uhr, Altenwohn- und Pflegeheim St. Peter, Harbacher Straße 72  
**Gesprächsrunde via Internet mit**  
**Mag.<sup>a</sup> Christine Leyrouz:** 19.11./17.12./21.1., 18 Uhr, Anmeldung: ☎ Hannelore Pacher ☎ 0664/223 66 65 ✉ [hp15501@gmx.at](mailto:hp15501@gmx.at)  
 ☎ [www.selbsthilfe-bei-demenz-klagenfurt.com](http://www.selbsthilfe-bei-demenz-klagenfurt.com)

### Selbsthilfegruppe Demenz Villach für Angehörige von Demenzpatienten

**Villach:** 17.11./15.12./19.1., 16 Uhr, im Steirerhof (großer Saal), Warmbader Straße 4, ☎ Edith Kronschläger ☎ 0664/31 10 414 ✉ [SH-AZVillach@gmx.at](mailto:SH-AZVillach@gmx.at)

### Demenz-Café Villach:

4.11./2.12., 9 Uhr, Diakonie – Haus Maria Gail, Arnold-Clementsches-Straße 55

☎ Edith Kronschläger, Elisabeth Terbuch  
 ☎ 0664/31 10 414 ✉ [SH-AZVillach@gmx.at](mailto:SH-AZVillach@gmx.at)

### SHG Angehörige von Demenzkranken

**Lavanttal**  
**Wolfsberg:** 18.11./16.12./20.1., 16 Uhr, LKH Wolfsberg (Verwaltungsgebäude), Paul-Hackhofer-Str. 9, Seminarraum 3  
 ☎ Ildiko Frajuk ☎ 0650/220 33 68  
 ✉ [frajuk99@gmail.com](mailto:frajuk99@gmail.com)  
 ☎ Verena Greilberger ☎ 0660/556 42 60

### SHG Alzheimer und Demenz, Oberkärnten

☎ Mag.<sup>a</sup> Brigitte Stocker,  
 ☎ 0664/184 66 88 ✉ [brigitte.stocker@tz-moe.at](mailto:brigitte.stocker@tz-moe.at)

## APHASIE

### SHG Aphasie Kärnten

12.11., 16 Uhr, Restaurant Inside, Ossiacher Zeile 70, Villach ☎ DV Selbsthilfe Kärnten\*

## ATEMWEGERKRANKUNG

### SHG Atemwegserkrankte

3.11./1.12., 18 Uhr, Gruppenraum DV Selbsthilfe Kärnten\* ☎ Johanna Selisnik ☎ 0664/890 10 51  
 ✉ [h.selisnik@gmx.at](mailto:h.selisnik@gmx.at)

## MORBUS BECHTEREW

### Österr. Vereinigung Morbus Bechterew - Landesstelle Kärnten - Bechterew-Selbsthilfe

26.11./28.1., 18 Uhr, Gasthof Krall, Klagenfurt  
 ☎ Mag.<sup>a</sup> Hermine Kohlweis ☎ 0664/65 71 125  
 ✉ [kaernten@bechterew.at](mailto:kaernten@bechterew.at) ☎ [www.bechterew.at](http://www.bechterew.at)

## BIPOLARITÄT

### SHG Leben mit Bipolarität

27.11./18.12., 18 Uhr Gruppenraum DV Selbsthilfe Kärnten\*  
 6.11./4.12., 18 Uhr, Besprechungsraum DV Selbsthilfe Kärnten\*, 1. OG ☎ DV Selbsthilfe Kärnten\*

## CONTERGAN

### SHG der Contergan- und Thalidomid geschädigten Österreichs - Landesstelle Kärnten

22.11., 12 Uhr, Restaurant zu den 3 Linden, Atzgersdorfer Straße 161, 1230 Wien  
 ☎ Helga Napetschnig ☎ 0650/370 50 21  
 ✉ [napetschnig.helga@gmail.com](mailto:napetschnig.helga@gmail.com)

## DEPRESSION

### SHG Angst-Panik-Depression-Burnout Klagenfurt

12.11./26.11./10.12./14.1./28.1., 17:45 Uhr, Gruppenraum DV Selbsthilfe Kärnten\*  
 ☎ DV Selbsthilfe Kärnten\*

## ERWORBENE HIRNSCHÄDIGUNG

### SHG Erworbene Hirnschädigung – Gemeinsam statt einsam

**Villach:** ☎ Mag.<sup>a</sup> Martina Bergner  
 ☎ 0664/972 59 36  
 ✉ [martinabergner57@gmail.com](mailto:martinabergner57@gmail.com)

### SHG HIRNverletzt vernetzt-Cafés

**Villach:** Anmeldung: ☎ Mag.<sup>a</sup> Martina Bergner  
 ☎ 0664/972 59 36  
 ✉ [martinabergner57@gmail.com](mailto: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](mailto:verein@endometriose-kaernten.at)  
 ☎ [www.endometriose-kaernten.at](http://www.endometriose-kaernten.at)

## EPILEPSIE

### SHG Epilepsie Kärnten

29.11., 14 Uhr, Gruppenraum DV Selbsthilfe Kärnten\*  
 13.12., 12 Uhr, Weihnachtsfeier, Telefonische Anfragen bei ☎ Alexandra Hölbling  
 ☎ 0660/844 19 41 ✉ [xandi.3972@gmx.at](mailto: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](mailto:klagenfurt@overeatersanonymous.at)

## FIBROMYALGIE

### SHG Fibromyalgie Kärnten

27.11., 15 Uhr, Privatklinik Villach, Dr.-Walter-Hochsteiner-Straße 4, Villach  
 ☎ DV Selbsthilfe Kärnten\* oder  
 DGKP Boris Sidorenko ☎ 0650/304 66 99

## HAUTERKRANKUNG

### SHG Lichen Sclerosus

21.11., 18 Uhr, Privatklinik Villach, Dr. Walter-Hochsteiner-Str. 4, Villach  
 ☎ Gabriele Jellitsch-Wallner, MBA  
 ✉ [kaernten@lichensclerosus.at](mailto:kaernten@lichensclerosus.at)

## HÖRBEINTRÄCHTIGUNG

### SHG für Schwerhörige und deren Angehörige – Kärnten

8.11./13.12./10.1., 10 Uhr, Gruppenraum DV Selbsthilfe Kärnten\*

### SHG Eltern hörbeeinträchtigter Kinder – Kärnten

27.11./22.1., 16:30 Uhr, Forum besser Hören, Gasometergasse 4a, Eingang Platzg., Klagenfurt

### SHG Cochlea Implantat – Kärnten

13.11./11.12./8.1., 17 Uhr, Forum besser Hören, Gasometergasse 4a, Eingang Platzg., Klagenfurt, Alle Termine nach Anmeldung:  
 ☎ 0463/310 380 ✉ [office@besserhoeren.org](mailto:office@besserhoeren.org)  
 ☎ [www.besserhoeren.at](http://www.besserhoeren.at)

**KONTAKTABBRUCH****SHG Kontaktabbruch – wenn Schweigen die Antwort ist**

**29.11./17.1.**, 14 Uhr, Gutenbergsstraße 7, Klagenfurt, Anmeldung erforderlich! 🧑 Ingeborg Markt  
☎ 0676/941 14 78 ✉ [ingeborg.marktl@gmx.net](mailto:ingeborg.marktl@gmx.net)

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

**28.11./12.12./30.1.**, 14 Uhr, LKH Villach, Nikolai-gasse 43, 🧑 Monika Feindt ☎ 04242/420 07 oder 0664/341 64 37

**SHG Nordic Walking für Betroffene von Krebs mittwochs**, 10 Uhr, Fischerwirt/Kreuzberg, Klagenfurt**SHG Darmkrebs – Verein für Darmkrebs-informationen**

🧑 Helga Thurnher ☎ 01/714 71 39, 0676/93 40 746  
**27.11.**, 17 Uhr, Darmgruppe: Privatklinik Villach, Dr. Walter-Hochsteiner-Str. 4, Villach  
🧑 DGKP Boris Sidorenko ☎ 0650/304 66 99

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

**17.11./15.12.**, 18 Uhr, Gruppenraum DV Selbsthilfe Kärnten\* 🧑 Jörg Rothenpieler  
☎ 0664/37 65 850 ✉ [joerg.rothenpieler@chello.at](mailto:joerg.rothenpieler@chello.at)

**MULTIPLE SKLEROSE****SHG Multiple Sklerose**

**Feldkirchen:** **19.11./17.12./21.1.**, 14:30 Uhr, Krankenhaus Waiern, Raum 219, Martin-Luther-Straße 14, Raumänderungen wegen Umbauarbeiten möglich! 🧑 Martina Augustin  
✉ [martinaaugustin2701@gmail.com](mailto:martinaaugustin2701@gmail.com)  
🧑 DV Selbsthilfe Kärnten\*

**Klagenfurt:** **13.11./12.12./8.1.**, 17 Uhr Gruppenraum DV Selbsthilfe Kärnten\* ☎ 0678/79 21 562  
✉ [ms.shg.klagenfurt@gmail.com](mailto:ms.shg.klagenfurt@gmail.com)

**St. Veit/Glan:** **24.11./15.12./26.1.**, 15 Uhr, Gasthaus Autohof Schnitzer, Völkermarkter Straße 55  
🧑 Martina Pretis ☎ 0664/204 69 72  
✉ [martinapretis@gmx.at](mailto:martinapretis@gmx.at)

**Völkermarkt:** **27.11./11.12.**, 13 Uhr, Café Lisi, Hart 23, Eberndorf  
**29.1.**, 13 Uhr, Cafe Mitte, Mitte 26, 9125 Kühnsdorf  
🧑 Valentin Wutte ☎ 0664/407 13 00  
✉ [valentin.wutte@hotmail.com](mailto:valentin.wutte@hotmail.com)

**NARZISSMUS****SHG Narzissmus im Alltag**

**Klagenfurt:** **20.11./11.12.**, 🧑 DV Selbsthilfe Kärnten\*

**Villach:** **7.11./5.12./2.1.**, 18 Uhr, Privatklinik Villach, Dr.-Walter-Hochsteiner-Str. 4  
Vor Anmeldung erbeten! 🧑 DV Selbsthilfe Kärnten\*

**NEBENNIERE****SHG Nebenniere**

**3.12.**, 17 Uhr, Cafe Bernold, im 2. Stock, Nikolaiplatz 2, Villach 🧑 Elena Knauder  
☎ 0676/97 40 254 ✉ [eknauder@edu.aau.at](mailto:eknauder@edu.aau.at)

**OSTEOPOROSE****SHG Osteoporose**

**Ferlach:** **15.12.**, 15 Uhr, ÖGB Raum  
**19.1.**, 18:30 Uhr, ÖGB Raum 🧑 Sonja Woschnak  
☎ 0664/830 43 50

**Spittal/Drau:** **20.11./18.12.**, 18 Uhr, Gasthaus Brückenwirt Vereinslokal 🧑 Franz Kohlweiss  
☎ 0699/17 22 88 46 ✉ [franz.kohlweiss@aon.at](mailto:franz.kohlweiss@aon.at)

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

**Oberkärnten:** **11.11./19.12.**, 14 Uhr, Hotel Schloss Lerchenhof, Untermöschach/Hermagor  
🧑 Adolf Koffler, MBA ☎ 0664/73 75 75 73,  
✉ [office@parkinsonselbsthilfe.at](mailto:office@parkinsonselbsthilfe.at)

**Klagenfurt:** **18.11./16.12.**, 15 Uhr, Privatklinik Maria Hilf, Radetzkystraße 35, 🧑 Ingrid Bliem  
☎ 0681/10 52 29 42

✉ [ingrid.bliem@parkinsonselbsthilfe.at](mailto:ingrid.bliem@parkinsonselbsthilfe.at)  
**St. Veit/Glan:** **12.11./17.12./21.1.**, 13:30 Uhr, Seniorentreff, Bahnhofstraße 11a

🧑 Harald Horn ☎ 0664/40 15 100  
✉ [harald.horn@parkinsonselbsthilfe.at](mailto:harald.horn@parkinsonselbsthilfe.at)

**Villach:** **20.11./18.12./15.1.**, 14 Uhr, Privatklinik Villach, Dr. Walter-Hochsteiner-Str. 4  
🧑 Adolf Koffler, MBA ☎ 0664/73 75 75 73  
✉ [office@parkinsonselbsthilfe.at](mailto:office@parkinsonselbsthilfe.at)

**PFLEGENDE ANGEHÖRIGE****SHG Pflegende Angehörige**

**5.11./3.12./7.1.**, 14 Uhr, Der Sandwirt, Pernhartgasse 9, Klagenfurt, tel. Beratung bei Bedarf, nur mit Anmeldung: 🧑 Dr.<sup>in</sup> Claudia Muri  
✉ [claudia.muri@gmx.at](mailto: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](mailto:k.elfi@hotmail.com)

**Interessent:innen gesucht**

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

✉ [office@hpe.at](mailto:office@hpe.at) 🌐 [www.hpe.at/kaernten](http://www.hpe.at/kaernten)

**SHG HPE Klagenfurt**

**21.11./19.12./16.1.**, 17 Uhr, Vortragssaal Caritas, Sandwirtgasse 2 (Eingang Kolpinggasse) 🧑 DV Selbsthilfe Kärnten\*

**SHG HPE Villach**

**20.11./18.12./15.1.**, 19 Uhr, Atelier Kunterbunt, Evang. Pfarrgemeinde Stadtpark, UG, W.-Hohenheimstraße 3 🧑 DV Selbsthilfe Kärnten\*

**SHG HPE Völkermarkt**

**28.11./30.1.**, 18 Uhr, Pfarrhaus Völkermarkt, Kirchgasse 8  
🧑 DV Selbsthilfe Kärnten\*

**PRÄNATALDIAGNOSTIK**

**21.11./12.12./16.1.**, 18 Uhr, Krankenhaus Waiern, Martin-Luther Straße 14, Feldkirchen  
🧑 Kerstin Dokl ☎ 0660/47 47 130  
✉ [kerstinmaier.1@gmx.at](mailto:kerstinmaier.1@gmx.at)

**PSYCHOSEN****SHG Psychose Villach**

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

**PSYCHISCHE ERKRANKUNGEN****SHG Psychosomatik Villach**

**11.11./9.12./13.1.**, 18 Uhr, Seminarraum des LKH Villach, Nikolaigasse 43 🧑 Erwin Neuschitzer  
☎ 0664/54 10 266 ✉ [neuschitzer55@hotmail.com](mailto:neuschitzer55@hotmail.com)

**SHG Psyche trifft auf Würde**

Termin auf Anfrage **Interessent:innen gesucht**  
🧑 DV Selbsthilfe Kärnten\*

**REFLUX****SHG Reflux**

**4.11./2.12./13.1.**, 18 Uhr, Gruppenraum DV Selbsthilfe Kärnten\* 🧑 Beate Fabian  
☎ 0676/789 77 74 ✉ [beatefabian@gmx.at](mailto:beatefabian@gmx.at)

**RHEUMA****SHG Rheuma Klagenfurt**

**26.11.**, 14 Uhr, Gasthof Krall, Ehrentaler Straße 57  
🧑 Christa Pachel ☎ 0660/363 63 00

**SHG Rheuma Villach**

**28.11.**, 17 Uhr, Der Stadtwirt, Italienerstraße 14  
**16.1.**, 15 Uhr, Parkcafé, Moritschstraße 2  
🧑 Maria Liebhart ☎ 0664/431 03 82  
✉ [maria.liebe7639@gmail.com](mailto:maria.liebe7639@gmail.com)

**SCHLAGANFALL****SHG für Schlaganfallerkrankte, Klagenfurt**

**montags 3.11./1.12./12.1.**, 14 Uhr, Roko Hof, Post- und STW-Haltestelle Steinerne Brücke, Villacher Str. 135 🧑 DV Selbsthilfe Kärnten\*

**SEHBEEINTRÄCHTIGUNG****SHG Augenlicht – wenn sich Sehen ändert**

**19.11./17.12./21.1.**, 16-17 Uhr Telefonische Beratung, 17-18 Uhr Zoom-Meeting  
🧑 DV Selbsthilfe Kärnten\*

**SENIOREN****SHG 60/70/80/90++**

**19.11./17.12.**, 10 Uhr, Krankenhaus Waiern, Raum 220, Feldkirchen, Anmeldung:  
🧑 Mag.<sup>a</sup> Carol Griesser ☎ 0664/558 23 66

**STOMA****SHG Stoma Villach**

**6.11./18.12.**, 13 Uhr, Restaurant Jedermann, Bleibergerstraße 107 🧑 Wilhelm Ladenhauf  
☎ 0664/183 12 83 ✉ [willi.ladi@aon.at](mailto:willi.ladi@aon.at)

**SHG Stoma St. Veit/Glan**

**9.12.**, 14 Uhr Krankenhaus der Barmherzigen Brüder, Speisesaal, Spitalgasse 26  
🧑 DV Selbsthilfe Kärnten\*

**SUCHT****SHG Insiders – Angehörige v. Drogenabhängigen**

**6.11./4.12./8.1.**, 18 Uhr, Gruppenraum DV Selbsthilfe Kärnten\* 🧑 DV Selbsthilfe Kärnten\*

**SHG für Menschen mit Suchtproblemen**

**mittwochs**, im Wechsel 16:30 Uhr/18:30 Uhr, Villacherstr. 28, Spittal, Änderungen möglich, bitte Anmeldung: 🧑 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

19.11./17.12., ausschließlich nach tel. Voranmeldung  
 👤 Gabriele Kastinger Bed ☎ 0650/242 59 99  
 ✉ schule.wg@gmail.com

### WECHSELJAHRE

#### SHG Feuerfrauen Kärnten – Initiative Wechseljahre und Austauschtreffen

18.11./16.12./20.1., 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/ Beteiligtervertretung

### CMT AUSTRIA

#### Interessensgemeinschaft für Patienten mit vererbter 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: 5.11./3.12./7.1., 10–12 Uhr

#### BH Feldkirchen, Milesistraße 10,

Termin: 10.11./12.1., 9–11 Uhr

#### ÖGK Kundenservicestelle Spittal/Drau,

Feldstraße 1,  
 Termine: 4.11./2.12., 10–12 Uhr

#### ÖGK Kundenservicestelle Wolfsberg,

Roßmarkt 13,  
 Termine: 18.11./16.12./20.1., 9–11 Uhr

#### ÖGK Kundenservicestelle Völkermarkt,

Seenstraße 2, Verwaltungsgebäude,  
 Termine: 18.11./16.12./20.1., 14–16 Uhr

#### ÖGK Kundenservicestelle Villach,

Zeidler-von-Görz-Str. 3,  
 Termine: 25.11./27.1., 9–11 Uhr

#### ÖGK Kundenservicestelle Hermagor,

Egger Straße 7,  
 Termine: 26.11./28.1., 10–12 Uhr

**Redaktionsschluss**  
 für Beiträge und Termine  
 in der INFO 1/2026 ist der  
**15. Dezember 2025**

## Veranstaltungstermine der Kärntner Selbsthilfegruppen (SHG) und Verbände

#### ÖDV - Österreichische Diabetikervereinigung

16.11., 8:30 Uhr, 22. Diabetes-Infotag, Vorträge, Ausstellung Diabetesbedarf, Info-Stände, Landeskrankenhaus Laas 👤 Walter Isopp  
 ☎ 0680/245 65 24 ✉ w.isopp@gmx.at

#### Österr. Herzverband – Landesverb. Kärnten

5.11., 16 Uhr, 32. Herztag des Österreichischen Herzverbands, Landesverband Kärnten, Klinikum Klagenfurt ✉ office@herzverband-ktn.at  
 Details: 🌐 www.herzverband-ktn.at

#### Koronarturnen Kärnten

Klagenfurt, Villach, Wolfsberg, Laas, Althofen, Spittal/Drau ✉ office@herzverband-ktn.at  
 Details: 🌐 www.herzverband-ktn.at

#### Krebshilfe Kärnten

27.11., Begegnungsgruppe für an Krebs erkrankte Menschen: 17 Uhr, Klagenfurt, Anmeldung: ☎ 0463/50 70 78  
 ✉ office@krebshilfe-ktn.at  
 12.11./26.11./10.12., Yoga für Krebspatient:innen Klagenfurt: 10:45 Uhr, Klagenfurt, Anmeldung: ☎ 0463/50 70 78 ✉ office@krebshilfe-ktn.at  
 5.11./19.11., Yoga für Betroffene und Angehörige Villach: 10 Uhr, Villach, Anmeldung: ☎ 0463/50 70 78 ✉ office@krebshilfe-ktn.at  
 5.11./3.12., Geführte Angehörige: 18:30 Uhr, Klagenfurt, Anmeldung: ☎ 0463/50 70 78  
 ✉ office@krebshilfe-ktn.at

#### Niere Kärnten

30.11., Weihnachtsfeier, 12 Uhr, Cafe Konditorei Eberhard, St. Johanner Straße 3, Wolfsberg, Anmeldung bis 22.11. ✉ b.zarf\_2511@gmx.at  
 ☎ 0664/553 44 91  
 7.12., Weihnachtsfeier, 12 Uhr, Gasthof Brückenhof, An der Wirtschaftsbrücke 2, Spittal/Drau, Anmeldung bis 29.11. ✉ roland.mihaljevic@aon.at ☎ 0664/7387 8213  
 14.12., Ordentl. Mitgliederversammlung, 10 Uhr, Gasthof Puck, Zollfeld 1, Maria Saal, Anmeldung bis 6.12. ✉ patricksuklitsch@gmail.com  
 ☎ 0664/4516 506

14.12., Weihnachtsfeier, 12 Uhr, Gasthof Puck, Zollfeld 1, Maria Saal, Anmeldung bis 6.12.  
 ✉ patricksuklitsch@gmail.com  
 ☎ 0664/4516 506

#### SHG Osteoporose Ferlach

17.11., 18:30 Uhr, Besuch in der Salzgrötte von Bernadett Valkai, Sechterweg 8  
 👤 Sonja Woschnak ☎ 0664/830 43 50

#### SHG Osteoporose Spittal/Drau

15.1., Generalversammlung (Neuwahlen)  
 Jeden 2. Mittwoch im Monat, 8 Uhr, GH Brückenhof, Frühstück „Gemeinsam statt einsam“ 👤 Franz Kohlweiss  
 ☎ 0699/1722 88 46 ✉ franz.kohlweiss@aon.at

#### SHG Osteoporose Gedächtnistraining

19.11./10.12., 14 Uhr, Arbeiterheim Ferlach

#### Parkinson Tischtennisgruppe

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

#### Parkinson Therapeutische Übungen,

Oberkärnten 4.11./18.11./25.11./2.12./16.12./23.12./30.12./6.1./13.1./20.1./27.1., 14:30 Uhr, Gailtal Klinik, Radniger Str. 12, Hermagor  
 👤 Adolf Koffler, MBA ☎ 0664/73 75 75 73  
 ✉ office@parkinsonselbsthilfe.at  
 🌐 www.parkinsonselbsthilfe.at

#### Österr. Arbeitergemeinschaft Zöliakie

14.11., 15–18 Uhr, Taste of Harmony Cafe & Bistro, Feldkirchner Str. 7, Schlosswiese Moosburg, Anmeldung bis 8.11.  
 ✉ kaernten@zoeliakie.or.at  
 29.11., 9–13 Uhr, Keksbackkurs, HBLA Pitzelstätten, Glantalstraße 59, Klagenfurt-Wölfnitz, Anmeldung bis 8.11.  
 ✉ kaernten@zoeliakie.or.at  
 9.1., 17:30 Uhr, Treffen, Gasthof Annenhof, Rennsteinerstraße 11, Villach Anmeldung bis 2.1.  
 ✉ kaernten@zoeliakie.or.at

# Rückblick



**Rheumatag:**  
Der 20. September 2025 stand ganz im Zeichen der Rheuma-Erkrankung. Am Rheumatag in der Kärntner Messe, Halle 5 drehte sich in Vorträgen und Vernetzungen alles um diese Erkrankung. Ein gelungener Tag für alle Betroffenen und Interessierten.

## Netzwerktreffen Demenz

Am 5. September 2025 trafen sich die Selbsthilfegruppen zum Netzwerktreffen Demenz „Die vielen Gesichter der Selbsthilfe: Erfahrungen, Austausch und Selbstfürsorge“ im Spiegelsaal der Landesregierung. Neben dem Ausbau des Demenz-Netzwerks war der Erfahrungsbericht eines Betroffenen und seiner Frau ein besonderer Augenblick. Für das Gelingen dieser Veranstaltung geht ein großes Dankeschön Frau Hannelore Pacher, Frau Mag.<sup>a</sup> Christine Leyroutz, Frau Astrid Brencic von der Selbsthilfegruppe Demenz Klagenfurt und Frau Dr.<sup>in</sup> Michaela Miklautz vom Land Kärnten.



## Stadt der Generationen

Wetterbedingt fand die **Stadt der Generationen** am Neuen Platz in Klagenfurt heuer erst am 2. Oktober 2025 statt. Wie gewohnt haben sich viele Interessierte über Selbsthilfe und konkrete Gruppen informiert. Fachkundig standen Eva Lipouschek vom Büro des Dachverbands, Frau Ingrid Bliem (SHG Parkinson Klagenfurt), Frau Hanni Selisnik (SHG Atemwegserkrankte) und Frau Astrid Brencic (SHG Demenz Klagenfurt) zur Seite. Ihnen allen herzlichen Dank für Ihre Unterstützung und Ihr Engagement.

## Selbsthilfe-Forum

Am 1. September 2025 fand das **3. Selbsthilfe-Forum** des Jahres statt. Frau Tamara Edwards vom Roten Kreuz informierte über die Benützung eines Defibrilators und gab ausreichend Gelegenheit, Fragen zu stellen und einen Defi auszuprobieren. Mit diesen Informationen sind wir alle gut gerüstet und trauen uns im Ernstfall zu, helfen zu können.



## Weiterbildung

Die dritte Weiterbildung dieses Jahres fand am 25. September 2025 im Gruppenraum des DV Selbsthilfe Kärnten statt. Mit dem Thema „**Sicher im Netz kommunizieren – Spam und Betrug erkennen**“ konnten wir sehr viele Selbsthilfegruppen-Aktive ansprechen. Jürgen Eixelsberger von designation gab viele hilfreiche Tipps, damit wir uns sicher im Netz bewegen können.



**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](mailto:office@selbsthilfe-kaernten.at),

Web: [www.selbsthilfe-kaernten.at](http://www.selbsthilfe-kaernten.at)

**Redaktion:** Mag.<sup>a</sup> Elke Waldner

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

**Herstellung:** [www.designation.at](http://www.designation.at)

Offenlegung siehe

[www.selbsthilfe-kaernten.at](http://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

# Neues von Selbsthilfegruppen

## HERZSTARK

### Gemeinsam durch die Pränataldiagnostik

#### Nicht allein mit der Diagnose

Wenn eine vorgeburtliche Untersuchung Auffälligkeiten zeigt, geraten viele werdende Eltern in eine Ausnahmesituation. Ängste, Unsicherheiten und schwierige Entscheidungen können den Weg durch die Schwangerschaft belasten. In dieser sensiblen Zeit ist es wichtig, nicht allein zu sein.

**Unsere Selbsthilfegruppe „Herzstark“ bietet einen geschützten Raum für Austausch, Verständnis und gegenseitige Unterstützung.**

Wir richten uns an Eltern und werdende Eltern, die sich mit der Pränataldiagnostik auseinandersetzen – unabhängig davon, ob eine Diagnose vorliegt, ob Entscheidungen bereits getroffen wur-

den oder ob einfach der Wunsch nach Austausch besteht.

In unserer Gruppe geht es um:

- Teilen von Erfahrungen im Umgang mit Diagnosen oder Verdachtsmomenten
- Offene Gespräche über Sorgen, Hoffnungen, Ängste und Entscheidungswege
- Stärkung und gegenseitige Ermutigung

– ganz ohne Bewertung oder Druck  
 Wir wissen: Jeder Weg ist individuell.  
 Wir wollen keinen „richtigen“ oder „falschen“ Umgang mit Diagnosen vorgeben – sondern Raum schaffen, um mit Herz und Verstand den eigenen Weg zu finden.

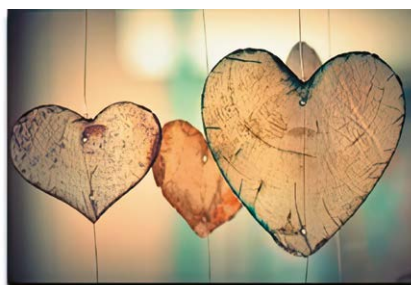
**Herzstark bedeutet für uns:  
 Stärke durch Gemeinschaft.**

**Gruppentreffen** im Krankenhaus  
 Waiern, Feldkirchen

#### Kontakt und Information:

Kerstin Dokl ☎ 0660 / 47 47 130

✉ [kerstinmaier1@gmx.at](mailto:kerstinmaier1@gmx.at)



## (Vor-)Freude auf die Eröffnung der Kapelle

Im Krankenhaus Waiern, zukünftig Diakonie Klinik Waiern, in dem sich die Altersmedizin, Psychosomatik, Sucht und Essstörungen als überregionales Kompetenzzentrum bündeln werden, nähert sich langsam die feierliche Eröffnung der Kapelle.

Die **SHG 60, 70, 80, 90++** nahm dies zum Anlass, Herrn Ralf Blumenstein für diese zukünftigen Eröffnungsfeierlichkeiten einen sehr schön gestalteten Text von Frau Isabella (Teilnehmerin der Gruppe) zu überreichen.



Mag.<sup>a</sup> Carol Griesser möchte großen Dank für die stets gelungene Kooperation mit dem Dachverband der Selbsthilfe Kärnten und dem selbsthilfefreundlichen Krankenhaus Waiern aussprechen.