



Selbsthilfe
Tirol



Jahresbericht 2017



Impressum

Medieninhaber und Herausgeber:

Dachverband Selbsthilfe Tirol, Innrain 43, 6020 Innsbruck

Redaktion: Barbara Vantsch, Heidi Kostenzer, Lorena Holzmann

Überarbeitung: LOYCOS – Barrierefreie Kommunikation

Beiträge und Fotos falls nicht anders gekennzeichnet: Selbsthilfe Tirol

Layout: Twosign Werbeagentur

Wichtig:

Damit jeder unseren Jahresbericht besser lesen kann, verzichten wir auf die so genannte geschlechtergerechte Sprache. Das bedeutet: Wir verwenden in unseren Texten bei Bezeichnungen für Personen und Berufe nur eine Form. Aber natürlich meinen wir damit immer Frauen und Männer.

Vereinszweck

Der Dachverband betätigt sich ausschließlich und unmittelbar für einen gemeinnützigen Zweck. Zusammen mit den Zweigvereinen bezweckt er die Unterstützung und die Koordination der gemeinnützigen Tätigkeit von Tiroler Selbsthilfevereinen und -gruppen im Gesundheits- und Sozialbereich sowie die gebündelte Vertretung der gemeinsamen Interessen (§2, Abs 1. der Statuten).

Grüßworte



Liebe Leserinnen, liebe Leser!

In Selbsthilfegruppen kommen Menschen zusammen, die unter einem gemeinsamen Problem leiden. Sie sind entweder unmittelbar selbst oder als Angehörige von der gleichen Erkrankung, Behinderung, psychischen oder sozialen Belastung betroffen. Ihr gemeinsames Ziel besteht darin, mit vereinten Kräften etwas zur Überwindung dieses Problems beizutragen. Die gleiche Betroffenheit der Mitglieder ermöglicht ein authentisches, gegenseitiges Verstehen.

Menschen, die den Weg in eine Selbsthilfegruppe suchen, wollen ihre Probleme nicht mehr mit sich alleine ausmachen, sondern suchen den Weg der gegenseitigen Hilfe unter Gleichbetroffenen. Diese Gruppen sind eine wesentliche Ergänzung zu den professionellen Hilfen. Ihre Wirkung ist unbestritten hoch und wissenschaftlich nachgewiesen. Die Entstehung und Entwicklung von Selbsthilfegruppen in unserem Land unterstützt die **Selbsthilfe Tirol**. Dieser Dachverband setzt jetzt mit vermehrten Gruppensprechertreffen auf eine noch intensivere Vernetzung. Ein weiteres Ziel ist die Verstärkung der barrierefreien Information sowie Kommunikation mit Interessierten, Angehörigen und Betroffenen der 160 Gruppen in Tirol.

Die beeindruckende Bandbreite der Selbsthilfe zeigt einmal mehr dieser Jahresbericht auf. Ein wichtiger Ansprechpartner im Sozial- und Gesundheitsbereich ist diese Einrichtung für die vielfältigsten Themen: Allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der **Selbsthilfe Tirol** danke ich für dieses engagierte Wirken. Den Initiatorinnen und Initiatoren sowie Teilnehmerinnen und Teilnehmern der einzelnen Gruppen wünsche ich weiterhin viel Erfolg, Mut und Kraft für die „Selbsthilfe“!

Univ.-Prof. Dr. Bernhard Tilg
Landesrat für Gesundheit



Wertvolle Hilfe und Unterstützung!

Es ist nur allzu menschlich: In einer Ausnahmesituation verspüren Menschen unweigerlich Angst, Hilflosigkeit und Beklemmung und fühlen sich kraft- und mutlos. Viele sorgen sich, wie sie mit der neuen Situation umgehen sollen und wie sie allein oder mit ihren Angehörigen die schwere Zeit bewältigen werden.

Doch man ist nicht allein. Wer nach einem Schicksalsschlag oder nach der Diagnose einer Krankheit den Austausch mit Gleichgesinnten sucht oder später sogar selbst eine Selbsthilfegruppe gründen möchte, findet bei der **Selbsthilfe Tirol** kompetente Unterstützung in allen Belangen. Auch in der weiteren Organisation sowie der Administration steht die **Selbsthilfe Tirol** mit Rat und Tat zur Seite und hilft als Dachverband bei der Vernetzung der Vereine und Gruppen untereinander bzw. deren Arbeit nach außen.

Die **Selbsthilfe Tirol** versteht sich seit 1993 als serviceorientierte Anlauf- und Kontaktstelle für Einzelpersonen wie auch für Vereine und wird erfolgreich von Präsidentin Maria Grander geführt. Für ihr langjähriges Engagement und ihren wertvollen Einsatz im Gesundheits- und Sozialbereich gebührt ihr und allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern großer Dank. Mit ihrer Hilfe ist ein Netzwerk von über 160 vielfältigen Selbsthilfevereinen und -gruppen in Tirol entstanden, das sich stetig weiterentwickelt. Ich wünsche der **Selbsthilfe Tirol** weiterhin viel Energie und Tatkraft für ihren ehrenamtlichen und hauptamtlichen Einsatz im Dienste der Gesundheit.

Mag.a Christine Oppitz-Plörer
Bürgermeisterin der Landeshauptstadt Innsbruck



© TGKK

Soziales Engagement, kostbare Stütze, starke Partnerschaft

Der Dachverband **Selbsthilfe Tirol** ist zentraler Ansprechpartner für mehr als 160 Selbsthilfvereine und -gruppen in Nord- und Osttirol. Der Dachverband ist dadurch eine kostbare Stütze in unserer Gesellschaft: Von Krankheit betroffene Menschen, Menschen in Lebenskrisen, in Lebensumbrüchen oder in belastenden Situationen erhalten hilfreiche Informationen und erfahren Verständnis. Insbesondere für chronisch kranke und behinderte Menschen ist die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe ein Weg, das Leben mit der Krankheit so gut wie möglich zu erlernen und sich auszutauschen. Das verhilft angesichts schwieriger Situationen zu mehr Lebensqualität. Selbsthilfegruppen nehmen dadurch Aufgaben wahr, die vorhandene Angebote der medizinischen Versorgung vielfältig und wirksam ergänzen. Der Dachverband leistet damit einen außergewöhnlichen Beitrag zum Zusammenhalt und zur sozialen Wärme in Tirol.

Die Tiroler Gebietskrankenkasse unterstützt die Arbeit des Dachverbandes seit vielen Jahren. Eine Kooperationsvereinbarung zwischen dem Dachverband und der Tiroler Gebietskrankenkasse ist Basis für diese gute Zusammenarbeit. Als TGKK profitieren wir vom Austausch mit den Selbsthilfgruppen. Die Anliegen und Bedürfnisse von Betroffenen fließen direkt in unsere Arbeit ein ermöglichen eine bessere Versorgung für die Menschen in Tirol. Zusammen ziehen wir somit an einem Strang um jenen zu helfen, die Hilfe benötigen.

Ein großer Dank gebührt den Mitarbeiterinnen der **Selbsthilfe Tirol** und allen, die sich in den vielen Selbsthilfgruppen und im Dachverband Tirols engagieren – auf eine weiterhin gute Zusammenarbeit!

Werner Salzburger
Obmann der Tiroler
Gebietskrankenkasse

Dr. Arno Melitopoulos
Direktor der Tiroler
Gebietskrankenkasse



© Selbsthilfe Tirol

Sehr geehrte Damen und Herren!

Der Jahresbericht 2017 dokumentiert die stetige Weiterentwicklung des Dachverbandes **Selbsthilfe Tirol**, des Zweigvereines **Selbsthilfe Osttirol** und unserer Selbsthilfvereine und -gruppen. Die Selbsthilfe trägt als Zivilgesellschaft wesentlich zur Mitgestaltung und stetigen Weiterentwicklung des Sozial- und Gesundheitswesens bei. Diese Tatsache setzt viel Engagement und zeitlichen Einsatz im Ehrenamt voraus. Ich danke den Vorstandsmitgliedern, den Rechnungsprüferinnen und im Besonderen den Gruppensprecherinnen und Gruppensprechern sowie Mitgliedern der Selbsthilfvereine und -gruppen für die wertvolle ehrenamtliche Arbeit. Den hauptamtlichen Mitarbeiterinnen der Geschäftsstelle des Dachverbandes und des Zweigvereines Osttirol danke ich für ihre kompetenten Leistungen. Es ist uns ein großes Anliegen, weiterhin ein möglichst niederschwelliges und qualitativ hochwertiges Angebot zu ermöglichen und die Weiterentwicklung der Selbsthilfvereine und -gruppen zu unterstützen.

Unsere neuen Projekte im Jahr 2017

- **Regionales Netzwerkmanagement**
Ziel ist es, die Strukturen außerhalb des Zentralraums Innsbruck für die Selbsthilfvereine und -gruppen in der Region aufzubauen und zu stärken. Dadurch ermöglichen wir eine gute Zusammenarbeit zwischen Selbsthilfvereinen und -gruppen sowie Systempartnern aus dem Sozial- und Gesundheitswesen.
- **Barrierefreie Kommunikation in der Selbsthilfe Tirol**
Das Corporate Design der **Selbsthilfe Tirol** inklusive neuem Logo und barrierefreiem Internetauftritt wird derzeit gestaltet. Dieses Projekt wird am 3. Mai 2018 beim Tag der Selbsthilfe im Landhaus Tirol vorgestellt.

Wir danken unseren Subventionsgebern, dem Land Tirol, der Tiroler Gebietskrankenkasse, der Stadt Innsbruck, der Tirol Kliniken GmbH und dem Fonds Gesundes Österreich. Sie alle tragen zu einer stetigen Weiterentwicklung des Dachverbandes und vor allem auch der Selbsthilfvereine und -gruppen bei. Ich lade Sie ganz herzlich ein, am Tag der Selbsthilfe sowie an der anschließenden Feier zum 25-jährigen Bestehen der **Selbsthilfe Tirol** teilzunehmen.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen des Jahresberichts der **Selbsthilfe Tirol**. Machen Sie sich ein Bild von der Wirksamkeit, den Herausforderungen und Erfolgen der Selbsthilfearbeit.

Maria Grander
Präsidentin **Selbsthilfe Tirol**

Wir über uns

Den Dachverband **Selbsthilfe Tirol** gibt es seit 1993. Seit dieser Zeit sind wir als gemeinnütziger Verein dem Wohl der Allgemeinheit verpflichtet – ohne wirtschaftlichen Gewinn. Wir sind ebenso unabhängig von politischen Parteien und religiösen Gemeinschaften. Als Dachverband unterstützen wir Selbsthilfegruppen und -vereine in ganz Tirol bei ihrer Arbeit. Unter anderem stimmen wir die Angebote der einzelnen Gruppen miteinander ab. Außerdem vertreten wir gemeinsame Anliegen nach außen. Durch unsere Unterstützung können sich die Gruppen besser entwickeln und ihre Arbeit für Betroffene in den Mittelpunkt stellen.



Vorstand 2017

2017 hat sich der Vorstand verändert: Seit März des Jahres verstärkt Mag. Ingrid Winkler den Vorstand. Nach langer ehrenamtlicher Arbeit im Vorstand hat Liselotte Langebner im April ihr Amt niedergelegt. Im Juli hat Wolfgang Rennhofer die Leitung der Geschäftsstelle des Zweigvereins Osttirol übernommen. Gleichzeitig ist er als Mitglied des Vorstands zurückgetreten.

Hauptamtliche Mitarbeiterinnen



Barbara Vantsch BSc
Geschäftsstellenleitung
beschäftigt seit Juli 2016



Heidi Kostenzer
Assistenz
beschäftigt seit Februar 2003



Lorena Holzmann BA
Projektassistentin
beschäftigt seit März 2017

So setzt sich der Vorstand aktuell zusammen:

Präsidentin	Maria Grander	Diplomierte Gesundheits- und Krankenschwester
Kassierin	Veronika Reimair	Adipositas Selbsthilfegruppe Innsbruck
Schriftführer	RR Herwig Pöhl	ÖSIS – Österr. Selbsthilfe Initiative Stottern
Erweiterter Vorstand	Mag. Julia Fischer	Doktorandin Universität Innsbruck/ Erasmus Universität Rotterdam
	Liselotte Langebner bis April 2017	Dipl. Sozialarbeiterin
	Hanna Reder	ÖMCCV – Österr. Morbus Crohn-Colitis Ulcerosa Vereinigung, Zweigstelle Tirol
Vertreter Selbsthilfe Tirol Zweigverein Osttirol	Manuela Corinna Steinkellner	ÖMCCV – Österr. Morbus Crohn-Colitis Ulcerosa Vereinigung, Zweigstelle Tirol
	Mag. Ingrid Winkler ab März 2017	Therapiebegleitende Patientenbesuche Cerinus
	Wolfgang Rennhofer bis Juli 2017	SHG MAP – Menschen mit Angst- und Panikattacken
Rechnungsprüferinnen	Gudrun Heegemann Johanna Pircher	Österr. Vereinigung Morbus Bechterew



2. Reihe v.l.: RR Herwig Pöhl, Wolfgang Rennhofer, Mag. Julia Fischer, Liselotte Langebner
1. Reihe v.l.: Veronika Reimair, Manuela Steinkellner, Hanna Reder, Präsidentin Maria Grander

Selbsthilfe bedeutet

Lebenssituation verbessern

Betroffene sollen ihren Alltag trotz Krankheit, Behinderung oder schwieriger Lebenssituation bewältigen können.

Probleme meistern

Gemeinsam versuchen Betroffene, ihre Probleme zu meistern. Dabei handelt die Gruppe ohne fachkundige Anleitung. Alle sprechen miteinander auf Augenhöhe.

Eigene Verantwortung

Jeder kann freiwillig teilnehmen. Nichts wird erzwungen. Jeder ist für sich selbst verantwortlich.

Anderen Menschen helfen

Durch die Selbsthilfe knüpfen die Betroffenen soziale Netze. Gemeinsam können sie ihre Interessen auch nach außen besser vertreten.

Gemeinschaft

Betroffene oder Angehörige suchen andere Menschen mit dem gleichen Schicksal. Zusammen bilden sie eine Gemeinschaft, in der sie sich aufgehoben fühlen. So schaffen sie den perfekten Raum für den Austausch ihrer Erfahrungen.

Aufgaben der Selbsthilfe Tirol

Beratung

Informieren und Beraten gehören zu unseren wichtigsten Aufgaben. Bei uns erfahren Betroffene und Angehörige alles Wissenswerte rund um das Thema Selbsthilfegruppen. Zum Beispiel: Wie kann ich einer Gruppe beitreten? Oder wie kann ich selbst eine Gruppe gründen?

Unterstützung

Wir unterstützen Betroffene bei der Gründung einer Selbsthilfegruppe. Zum Beispiel helfen wir bei der Organisation einer Gruppe und unterstützen sie auch bei ihren laufenden Aktivitäten. Außerdem bieten wir für unsere Gruppensprecher verschiedene Fortbildungen an. Diese helfen ihnen bei der Arbeit mit ihrer Gruppe.

Eine andere Form der Unterstützung bieten unsere Veranstaltungen:

Hier können sich die Gruppen präsentieren und untereinander austauschen. Sie können sich miteinander vernetzen, was ihre Arbeit zusätzlich stärkt. Ihre Treffen können die Gruppen in unseren Räumen abhalten. Diese verfügen über eine gute technische Ausstattung sowie eine Teeküche. Alle Räume sind barrierefrei zugänglich. Die Beratungen und Unterstützungen des Dachverbandes sind **kostenlos**.

Information

Wo in Tirol gibt es überall Selbsthilfegruppen? Welche Formen von Selbsthilfegruppen gibt es? Und wie arbeiten diese? Darüber informieren wir gerne und zeigen dabei auch die Möglichkeiten sowie die Grenzen der Selbsthilfe auf. Betroffene und Angehörige können bei uns ganz einfach einen Termin für eine ausführliche Beratung vereinbaren.

Öffentlichkeitsarbeit

Bei unseren Veranstaltungen stellen wir unsere Selbsthilfegruppen in den Mittelpunkt und zeigen, was Selbsthilfe alles leisten kann. Auch durch Zeitungsberichte erfährt die Öffentlichkeit von der Arbeit unserer Selbsthilfegruppen. So zeigen wir den einfachen Zugang zu unseren Selbsthilfegruppen auf, stärken unsere Gruppen und sorgen für mehr Anerkennung.

Interessensvertretung

Als Interessensvertretung zeigen wir die Anliegen und Bedürfnisse unserer Selbsthilfegruppen auf. Wir arbeiten mit Experten aus dem Gesundheits- und Sozialbereich zusammen und vertreten die Anliegen in verschiedenen Ausschüssen.

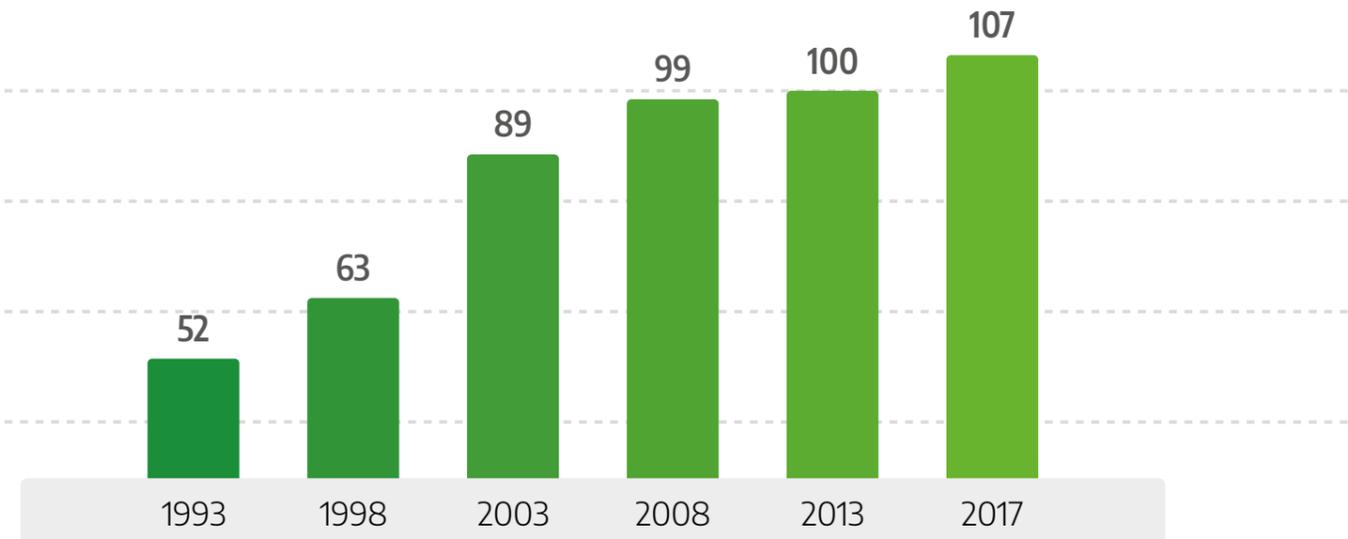
Der Dachverband Selbsthilfe Tirol ist Mitglied

- **der Ethikkommission der Medizinischen Universität Innsbruck**
Die Ethikkommission beurteilt Prüfungen von Medikamenten, medizinischen Methoden und Forschungen am Menschen.
- **des Behindertenbeirats der Stadt Innsbruck**
Der Behindertenbeirat berät die Stadt Innsbruck bei Themen und Anliegen von Menschen mit Behinderungen. Er besteht aus Vertretern verschiedener Organisationen und Behindertenverbände.



Selbsthilfegruppen - Statistik

Gruppenentwicklung 1993-2017



Die Grafik zeigt alle Nordtiroler Selbsthilfegruppen und -vereine, die Mitglieder im Dachverband sind. Die Außenstellen einzelner Gruppen in den Bezirken scheinen in der Grafik nicht auf.

Immer wieder kommen Betroffene und Angehörige zu uns. Sie wollen sich über die Gründung einer Selbsthilfegruppe informieren. Bei einem ausführlichen Gespräch erfahren sie alles Wichtige über die Gründung und Leitung einer Selbsthilfegruppe. Nach diesem Gespräch kommt es meist zu einer längeren Phase der Entscheidung, gefolgt von der Aufnahme. Dies ist wichtig, da der Aufbau und die Betreuung einer Selbsthilfegruppe zeitintensiv und auf längerfristige Ziele ausgerichtet ist. Die Betroffenen sollen die Gruppe gut in ihren Alltag einbinden können. Auf keinen Fall darf die Selbsthilfegruppe für sie zu einer zusätzlichen Belastung werden. Im Gegenteil – sie soll die gesamte Lebenssituation erleichtern. Insgesamt dauert die Gründung einer Gruppe rund ein Jahr. In dieser Zeit kümmert sich der Dachverband besonders intensiv um die neue Gruppe. Nach diesem Jahr sieht man, wie es mit der Gruppe weitergeht. Finden sich nicht genügend Interessenten für eine Gruppe, kann man sie ruhend stellen. Manchmal löst sich die Gruppe auch ganz auf: Zum Beispiel hat es 2017 für die Gruppe „Stoma – Leben mit künstlichem Darmausgang“ zu wenig Teilnehmer gegeben. Und auch die Rheumagesprächsrunde gibt es seit Ende des Jahres nicht mehr.

Die Statistik zeigt deutlich, dass sich die Zahl an Gruppen in Nordtirol in den letzten Jahren bei rund 100 eingependelt hat.

Neu im Dachverband:

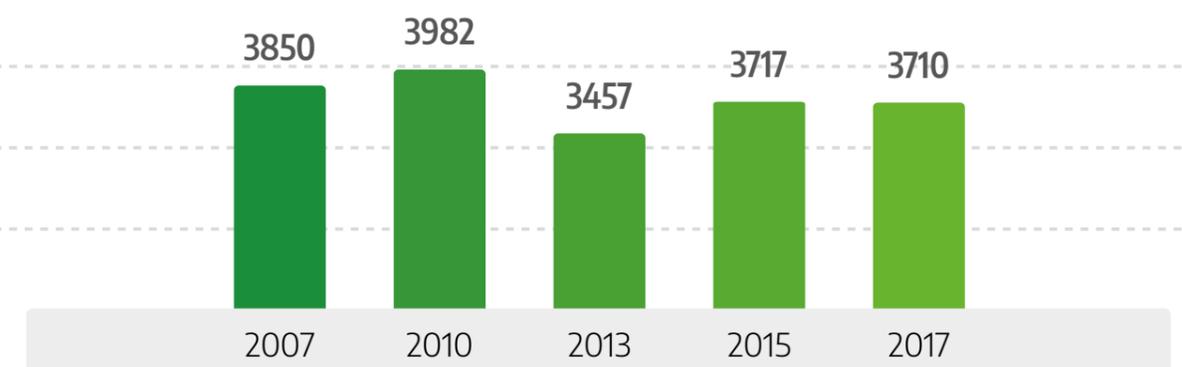
- **PNP – Polyneuropathie – Diabetes**
Polyneuropathie ist eine Schädigung der Nerven. Sie ist meist eine Folgeerkrankung der Zuckerkrankheit.
- **Verein für Angehörige von Menschen mit Behinderung (AMB)**
- **Vaskulitis Tirol**
Vaskulitis ist eine Erkrankung des Immunsystems und ruft Entzündungen der Blutgefäße hervor.

Unterstützung der Selbsthilfegruppen

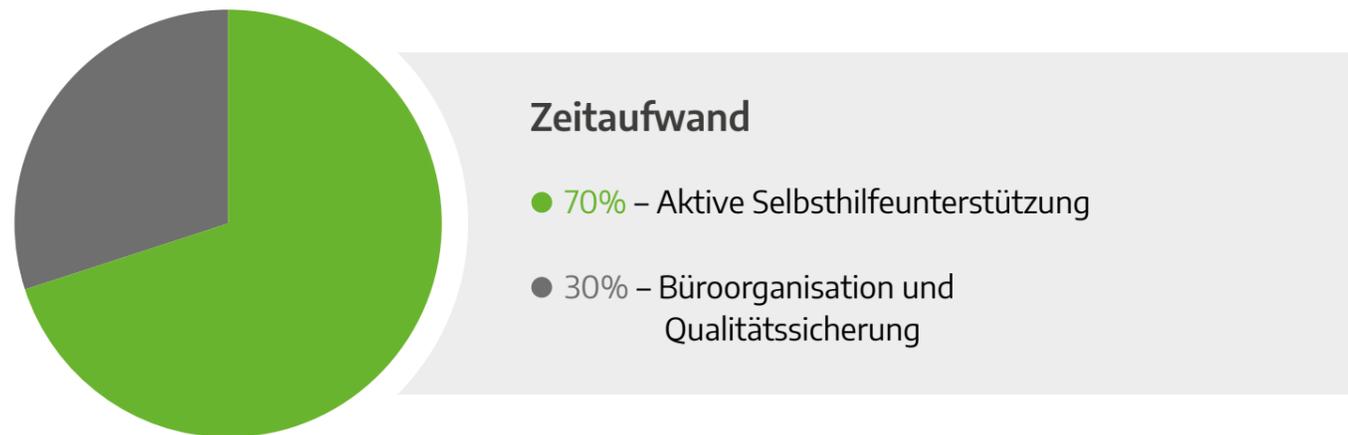
Raumbelegung

20.000 Tirolerinnen und Tiroler sind derzeit in 160 Selbsthilfegruppen aktiv - rund 7.500 davon allein im Einzugsgebiet von Innsbruck. In den Räumen des Dachverbands treffen sich regelmäßig rund 40 Gruppen. Der neutrale Ort ist ein idealer Treffpunkt. Außerdem ist er für die Gruppen kostenlos nutzbar. Obwohl die Zahl an Gruppen und Mitgliedern steigt, sind die Räume weniger ausgelastet als früher. Das liegt zum einen an den größeren Gruppen, die wegen Platzmangels auf andere Räume ausweichen mussten. Zum anderen sind die beiden Gruppenräume vor allem abends fast täglich überbucht. Als Dachverband achten wir auf einen reibungslosen Ablauf der Treffen. Dies ermöglicht unser spezielles System zur Schlüsselvergabe verbunden mit einem Plan für die Raumbelastung. So können die Gruppen die Räume selbständig nutzen, unabhängig von unserem Bürobetrieb. Bei der Vergabe der Schlüssel unterstützt uns das Team vom Empfang des Medizin-Zentrums Anichstraße (MZA).

Auslastung der Gruppenräume 2007-2017



Organisation und Werbung



Wir unterstützen unsere Mitglieder bei verschiedenen Aufgaben. Zum Beispiel helfen wir bei der Gestaltung von Info-Foldern, Plakaten und Einladungen. Gerne kümmern wir uns neben dem Inhalt auch um Grafik und Korrekturen.

Die Gruppentreffen selbst unterstützen wir bei Bedarf mit der Leitung der Gruppengespräche und der gewünschten Technik. Gerne schulen wir auch Mitglieder in die technische Ausstattung unserer Räume ein. Unsere Räume verfügen über einen kostenlosen WLAN-Zugang.

Wer ein Gruppentreffen öffentlich ankündigen will, für den übernehmen wir die Schaltung in der Tiroler Tageszeitung. Die Ankündigung finden die Leser in der Tiroler Tageszeitung vom Sonntag in der Rubrik „Vereine und Selbsthilfegruppen“ sowie in der Online-Ausgabe. Außerdem kündigen wir das Treffen auch auf unserer eigenen Webseite an.

Weiters prüfen wir Informationen sowie Ankündigungen für Veranstaltungen von anderen sozialen Institutionen. Im Anschluss leiten wir diese an unsere Mitglieder weiter.

Die aktive Unterstützung in Form von Organisation und Werbung ist sehr wichtig. Daher verbringen wir damit einen Großteil unserer Arbeitszeit.

Beratung

Als Dachverband sind wir die Anlaufstelle für die Anliegen unserer Selbsthilfegruppen und -vereine. Darüber hinaus findet immer ein reger Austausch von Informationen statt. Dieser Austausch ist wichtig. Denn er trägt viel dazu bei, dass sich eine Gruppe auf Dauer halten kann und stabil bleibt. Auch bei der Gründung einer neuen Gruppe leisten wir viel Beratungsarbeit.

Umfangreiche Informationen sind hier besonders wichtig. Nur so lassen sich Erwartungen und Möglichkeiten abklären. Wir bieten keine psychologische Beratung an.

Information und Anfragen

Als Dachverband informieren und beraten wir Betroffene und Angehörige über unsere Angebote in Tirol. Viele Betroffene sind erleichtert, wenn sie von der Unterstützung durch andere Betroffene und Angehörige erfahren. Denn gerade nach ihrer Entlassung aus der medizinischen Betreuung oder dem Erhalt ihrer Diagnose haben viele das Gefühl, völlig allein zu sein. Unser Team beantwortet diesen Menschen gerne alle Fragen rund um das Thema Selbsthilfe.

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Mit einer gezielten Öffentlichkeitsarbeit sollen Mitglieder, Partner aus dem Gesundheits- und Sozialbereich sowie die breite Bevölkerung mehr über unsere Arbeit erfahren. Noch klarer und besser informieren, das hat sich der Dachverband 2017 zum Ziel gemacht. Manche Themen wollen wir dabei besonders hervorheben. Zum Beispiel wollen wir aufzeigen, wie einfach man als Betroffener Hilfe bei einer Selbsthilfegruppe bekommt. Auch die Vorteile und Ziele der Selbsthilfe wollen wir deutlicher machen. Dazu gehören vor allem die Stärkung sozialer Fähigkeiten und der eigenen Kompetenz.

Weiters wollen wir über die verschiedenen Angebote der Selbsthilfe informieren. Deshalb finden Interessierte die aktuellen Verzeichnisse mit den Nord- und Osttiroler Selbsthilfegruppen sowie alle aktuellen Termine und Gruppentreffen auf unserer Webseite. In Nordtirol versenden wir das Mitgliederverzeichnis zusätzlich in gedruckter Form an Sozial- und Gesundheitseinrichtungen.

Mitglieder, Partner und Interessierte erhalten außerdem dreimal im Jahr unser Informationsblatt „Intern“. Darin informieren wir über Neuigkeiten rund um die Arbeit der Selbsthilfegruppen und des Dachverbands. Wir geben dabei einen interessanten Einblick in die Erfahrungen der Gruppen und berichten über Veranstaltungen und Angebote.

Eine aktive und intensive Öffentlichkeitsarbeit sehen wir als eine unserer zentralen Aufgaben. Denn dadurch halten wir die Kommunikation zu Gruppensprechern, Mitgliedern und Partnern aufrecht. Zugleich informieren wir auch die Bevölkerung über unsere Arbeit und Angebote. So kommen wir den Zielen und Aufgaben der Selbsthilfe näher.

Wir bedanken uns bei den Tiroler Medienvertretern für die gute Zusammenarbeit und die Unterstützung unserer Arbeit.

Projekte

Netzwerken in Stadt und Land

Wir wollen uns künftig stärker im Sozial- und Gesundheitswesen vernetzen. Deshalb veranstaltet der Dachverband in Innsbruck mehrmals im Jahr Treffen der Gruppensprecher aller Selbsthilfegruppen in Nordtirol.

Gemeinsam mit dem Management Center Innsbruck haben wir eine Bedarfserhebung durchgeführt. Diese hat gezeigt, dass auch die Tiroler Bezirke mehr Vernetzung benötigen. Durch einen regen Austausch von Informationen und eine gute Zusammenarbeit können wir auch hier Betroffene und Angehörige noch besser unterstützen.

Deshalb laden wir nun zweimal im Jahr zu eigenen Treffen im Tiroler Ober- und Unterland ein. Die ersten Netzwerktreffen haben bereits im Mai und im Oktober 2017 in Kufstein/Ebbs und Landeck stattgefunden. Präsidentin Maria Grandner und das Team der Selbsthilfe Tirol haben sich sehr über die konstruktiven Beiträge aus den Regionen gefreut.

Neben Mitgliedern und Interessierten sind auch einige aktive Personen aus dem Sozial- und Gesundheitsbereich zu unseren Treffen gekommen. Nach einem ersten Kennenlernen hat man angeregt über den Bedarf der Regionen, zukünftige Ziele und vor allem über die Möglichkeiten einer weiteren guten Zusammenarbeit diskutiert. „Eine regelmäßige Netzwerkarbeit in den Regionen stärkt die Selbsthilfe nachhaltig. Außerdem öffnet sie neue Wege für die Zusammenarbeit mit Partnern aus dem Gesundheits- und Sozialbereich“, sind der Vorstand und das Team rund um die Leiterin der Geschäftsstelle, Barbara Vantsch, überzeugt.

Ziele der Netzwerktreffen auf einen Blick:

- Austausch der Selbsthilfegruppen
- Zielführende Zusammenarbeit mit Systempartnern wie Krankenhäuser und Gesundheits- und Sozialsprengel
- Erkennen von Chancen und Herausforderungen
- Weiterentwicklung der Selbsthilfe



© tirol kliniken/Berger



Selbsthilfe
freundliches
Krankenhaus
eine Auszeichnung der



Selbsthilfefreundliches Krankenhaus

Für unser Projekt „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ ist 2017 ein erfolgreiches Jahr gewesen. Unterstützt hat uns FH-Professor Dr. Siegfried Walch vom Management Center Innsbruck. Das Projekt verfolgt das Ziel, dass Krankenhaus und Selbsthilfe noch intensiver zusammenarbeiten. Sie sollen dafür gemeinsame Strukturen entwickeln. Diese Strukturen müssen einheitlich sein, damit sie sich auch auf nationale und internationale Ebene übertragen lassen.

Was macht ein „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ aus?

Das „Selbsthilfefreundliche Krankenhaus“ verfolgt zwei Ziele: Erstens wollen wir damit das medizinische und pflegerische Handeln durch die Erfahrungen der Selbsthilfe erweitern. Ein weiteres Ziel ist es, den Kontakt zwischen den Patienten und den Selbsthilfegruppen zu fördern. Beides funktioniert nur durch eine gute und nachhaltige Zusammenarbeit von Krankenhaus und Selbsthilfe. Im Frühsommer haben wir die Auszeichnung „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ den tirol kliniken vorgestellt. Daraufhin hat sich Prof. Dr. Ellemunter mit dem Cystische-Fibrose-Zentrum der Medizinischen Universität Innsbruck für die Auszeichnung beworben. Nach eingehender Prüfung dieser Bewerbung können wir voller Freude das Cystische-Fibrose-Zentrum auszeichnen und sind schon eifrig bei den Vorbereitungen für die Feierlichkeiten. Auch dem Krankenhaus Kufstein haben wir unsere Auszeichnung bereits vorgestellt. Wir freuen uns auf weitere Gespräche 2018.

Klar und einfach – Neue Sprache und Optik für die Selbsthilfe Tirol

Beraten und Informieren – das macht die Selbsthilfe und ihre Kompetenz im Gesundheitsbereich aus. Eine klare und einfache Sprache ist der Selbsthilfe Tirol deshalb sehr wichtig.

Anfang 2017 hat die Geschäftsstelle festgestellt, dass sich die Kommunikation der Selbsthilfe und ihr Bild nach außen verändern müssen. Klar und verständlich – so soll die Sprache sein, mit der die Selbsthilfe künftig Interessierte und Mitglieder berät und informiert. So können wir auch in Zukunft Betroffene und Angehörige noch besser unterstützen. Denn eine leichte und klare Sprache verstehen alle besser. Dadurch können Menschen leichter entscheiden und eigenverantwortlich handeln.

Eine klare Sprache verlangt auch ein dementsprechendes Erscheinungsbild. Dieses präsentiert sich ab 2018 im Print- und Onlinebereich mit modernen und einfachen Designs. Im September 2017 hat der Vorstand den Startschuss für die Umsetzung dieses Projekts gegeben.

Bei den Vorarbeiten zum neuen Auftritt haben wir auch über das Selbsthilfe-Logo diskutiert und eine Neugestaltung beschlossen. Am Tag der Selbsthilfe, dem 3. Mai 2018, stellen wir das neue Design vor. Ab Mitte 2018 sollen dann alle Selbsthilfegruppen das neue Logo verwenden.

Förderungen und Finanzierung

Der Dachverband Selbsthilfe Tirol zeichnet alle Einnahmen und Ausgaben ordnungsgemäß in seiner Buchhaltung auf.

Unsere Förderer sind:

- das Land Tirol
- die Tiroler Gebietskrankenkasse
- die Stadt Innsbruck
- der Fonds Gesundes Österreich
- die Tirol Kliniken GmbH

Dank der finanziellen Unterstützung dieser Partner und unserem umsichtigen Umgang mit diesen Fördergeldern haben wir 2017 ein ausgeglichenes Budget. Den Jahresabschluss haben Gudrun Heegemann und Johanna Pircher geprüft. Die detaillierte Buchhaltung können Selbsthilfe-Mitglieder gerne in unserem Büro einsehen.

Länderübergreifendes Netzwerken

Der Austausch mit anderen Selbsthilfe-Einrichtungen ist uns sehr wichtig. Bis zum Herbst 2017 haben wir dies vor allem über den Bundesdachverband Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfe Österreich gemacht. Im Oktober 2017 haben die Mitglieder allerdings die freiwillige Auflösung dieser Arbeitsgemeinschaft beschlossen.

Bayern ist als direkter Nachbar schon lange ein wertvoller Partner für uns. Vor allem mit der Selbsthilfe Koordination Bayern tauschen wir uns regelmäßig aus. Es besteht mittlerweile eine enge Zusammenarbeit, geprägt von gegenseitiger Wertschätzung.

Selbsthilfe-Treffen in Bozen und Innsbruck

Schon seit vielen Jahren stehen die Selbsthilfe-Einrichtungen von Nord-, Ost- und Südtirol in gutem Kontakt. Diesen haben wir 2017 durch zwei Treffen noch weiter verstärkt. Im April hat sich der Dachverband Selbsthilfe Tirol mit dem Team der Südtiroler Dienststelle für Selbsthilfegruppen und dem Zweigverein Selbsthilfe Osttirol in Bozen getroffen. Zum zweiten Treffen im Oktober haben wir nach Innsbruck geladen. In Nord-, Ost- und Südtirol gibt es viele Menschen, die ehrenamtlich in sozialen Vereinen und Selbsthilfegruppen arbeiten. Außerdem haben die Treffen gezeigt, dass sich Betroffene und Angehörige über die Grenzen hinweg über das Selbsthilfe-Angebot informieren. Allein dies macht eine enge Zusammenarbeit notwendig.

Künftig wollen wir mehr Fortbildungen zum Thema „Vorsorge“ anbieten. So können wir vor allem junge Menschen mit dem Selbsthilfegedanken vertraut machen. Ein Generationswechsel kann damit positiv verlaufen. Mit den Selbsthilfe-Einrichtungen von Ost- und Südtirol werden wir uns auch weiterhin regelmäßig treffen – abwechselnd in Bozen, Innsbruck und Lienz.

Selbsthilfe-Teams aus Südtirol, Osttirol und Nordtirol



Kooperationen

Tiroler Gebietskrankenkasse

In den letzten Jahren hat sich die Kooperation zwischen der Tiroler Gebietskrankenkasse (TGKK) und der Selbsthilfe Tirol verstärkt. Die gute Zusammenarbeit zeigt sich neben der finanziellen Unterstützung der Selbsthilfegruppen vor allem im Rahmen der regelmäßigen Besprechungen. Dort bringen Mitglieder der Selbsthilfe Tirol ihre Anliegen vor.

In der TGKK Zeitschrift "g'sund" präsentiert sich in jeder Ausgabe eine unserer Selbsthilfegruppen im Rahmen eines Interviews.

Management Center Innsbruck und Schule für Sozialbetreuungsberufe

Künftig sollen sich Wissenschaft, Planung und Forschung noch besser auf die konkreten Anliegen der Selbsthilfe übertragen lassen. Auch das Management Center Innsbruck (MCI) sowie die Schule für Sozialbetreuungsberufe (SOB) gehören zu unseren Kooperationspartnern. Gemeinsam arbeiten und forschen wir an gesundheits- und sozialpolitischen Projekten. Dadurch bekommen die Studierenden einen Einblick, wie sich ihr Wissen in die Praxis übertragen lässt.

Interne Veranstaltungen

Ordentliche Mitgliederversammlung 2017

Am 17. April 2017 eröffnete Bürgermeisterin Mag. Christine Oppitz-Plörer unsere jährliche Mitgliederversammlung. Für die Versammlung hat uns die Stadt Innsbruck den Plenarsaal im neuen Rathaus zur Verfügung gestellt, wofür wir uns recht herzlich bedanken.



Präsidentin Maria Grander hat folgende Ehrengäste begrüßen dürfen:

- Bürgermeisterin Mag. Christine Oppitz-Plörer
- Dr. Birgit Kunz in Vertretung für LR DI Dr. Bernhard Tilg
- Thomas Wackerle in Vertretung für den Direktor der Tiroler Gebietskrankenkasse, Dr. Arno Melitopolus
- Mag. Birger Rudisch von der Patientenvertretung
- Mag. Angelika Alp-Hoskowitz vom Sozialministeriumservice Tirol

Nach der Begrüßung hat sich Maria Grander bei den Mitgliedern des Vorstands und den Kassenprüferinnen für den langjährigen Einsatz bedankt. Verabschiedet hat sich der Vorstand im Rahmen der Versammlung von Liselotte Langebner. Sie hat sich viele Jahre für die Selbsthilfe, deren Fortbestehen und Weiterentwicklung eingesetzt. Dafür möchten wir uns auch auf diesem Wege nochmals herzlich bedanken.



Verabschiedung von Liselotte Langebner, Maria Grander mit Mitarbeiterinnen

Maria Grander bedankte sich außerdem beim Fonds Gesundes Österreich für die Förderung der gut besuchten Fortbildungen. Ein weiterer Dank ist an die Medienvertreter und ihre objektiven Berichte und Meldungen gegangen.

Mit einem Blick zurück hat die Leiterin der Geschäftsstelle, Barbara Vantsch, über Herausforderungen und Neuerungen des Jahres 2016 berichtet. In diesem Jahr hat der Dachverband besonders viel Öffentlichkeitsarbeit geleistet. So haben wir die Selbsthilfevereine und -gruppen und ihre wertvolle Arbeit verstärkt ins Bewusstsein der Tiroler Bevölkerung gerückt – mit den Botschaften: Gemeinschaft, Selbstverantwortung, Unabhängigkeit, Strategien zur Bewältigung, Lebensqualität und Zusammenhalt.

Anschaulich und abwechslungsreich hat Wolfgang Rennhofer, Leiter der Geschäftsstelle des Zweigvereins Osttirol, seinen Tätigkeitsbericht präsentiert. Die verstärkte Jugendarbeit und die gut funktionierende Zusammenarbeit mit den Schulen sind dabei im Mittelpunkt gestanden. Aufmerksam haben die Teilnehmer auch die Ausführungen zum Vorzeigeprojekt „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ verfolgt. Dieses Krankenhaus verknüpft die medizinische Betreuung mit den Erfahrungen der Selbsthilfe. Es fördert so den Kontakt zwischen Patienten und Selbsthilfegruppen. Die Selbsthilfegruppen können so umgehend mit ihrer Unterstützung beginnen. Von dieser Zusammenarbeit profitieren beide Seiten: das Krankenhaus und die Selbsthilfe. Am 4. Juli 2016 hat das Bezirkskrankenhaus Lienz als erste Krankenhaus in Tirol die Auszeichnung „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ erhalten.

Nach den Grußworten der Ehrengäste hat Präsidentin Maria Grander einen kurzen Überblick über die Arbeit des Vorstands in den verschiedenen Gremien gegeben.

Unter anderem wirken Mitglieder des Vorstands mit:

- im Behindertenbeirat der Stadt Innsbruck
- in der Ethikkommission der Medizinischen Universität Innsbruck
- bei der Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfe Österreich

Maria Grander und Barbara Vantsch haben sich anschließend noch bei allen Mitgliedern für die gute Zusammenarbeit bedankt. Besonders haben sie den großen Einsatz der Gruppensprecher hervorgehoben. Die Einladung der Stadt zum Buffet und angenehme Gespräche haben die Veranstaltung abgerundet.

Gruppensprecher-Treffen

Bei unseren Gruppensprecher-Treffen tauschen sich Vorstand und Dachverband mit den einzelnen Selbsthilfegruppen aus. 2017 haben wir die Gruppensprecher-Treffen an die aktuellen Bedürfnisse der Mitglieder angepasst. Wir haben Experten zu den einzelnen Treffen eingeladen. Diese haben verschiedene Themen präsentiert und sind im Anschluss für Diskussion und Fragen zur Verfügung gestanden.

2017 haben folgende Experten unsere Treffen bereichert:

- Thomas Schöpf, Case Manager der Tiroler Gebietskrankenkasse
- Dr. Gerhard Wagner, Geschäftsführer der Gesellschaft für psychotherapeutische Versorgung Tirols
- Mag. Hannes Lichtner vom Österreichischen Zivilinvalidenverband

Aufgrund der großen Begeisterung der Mitglieder werden wir unsere zukünftigen Treffen ebenso gestalten.

Frühlingsfahrt zur ErlebnisSennerei Zillertal

Wie entstehen Buttermilch, Joghurt, Käse und Co? Das haben wir uns am 17. März 2017 bei unserem Frühlingsausflug genauer angesehen. Gut gelaunt sind wir mit dem Reisebus ins Zillertal gefahren. In der ErlebnisSennerei Zillertal haben wir Familie Kröll beim Produzieren herrlichster Milch- und Käsespezialitäten über die Schulter geschaut.

Aber natürlich hat uns nicht nur die Herstellung interessiert. Bei der anschließenden Verkostung haben wir uns die vielen verschiedenen Käse- und Milchprodukte schmecken lassen. Ein weiteres Highlight des Ausflugs ist der Besuch am SchauBauernhof gewesen.

Wir bedanken uns für die großzügige Unterstützung der ErlebnisSennerei Zillertal, die uns diesen schönen Ausflug ermöglicht hat.



ErlebnisSennerei Zillertal



Buntgemischte Käseplatte

Advent-Café in der Selbsthilfe Tirol

Kurz vor Weihnachten haben wir zum gemütlichen Beisammensein mit Kaffee und Keksen eingeladen. Wir haben uns sehr gefreut, dass so viele dieser Einladung gefolgt sind.

Das Advent-Café war eine gute Gelegenheit für ausführliche Gespräche mit den Mitgliedern. Denn dafür bleibt bei anderen Veranstaltungen meist kaum Zeit. Außerdem blickten wir gemeinsam auf das zu Ende gehende Jahr zurück.

Fortbildungen für Selbsthilfegruppen

Wie in jedem Jahr hat es auch 2017 die Möglichkeit für Fortbildungen gegeben. Diese sind immer eine gute Gelegenheit, damit unsere Mitglieder ihre persönlichen und fachlichen Kompetenzen erweitern können. Ermöglicht hat die Fortbildungsreihe 2017 unsere Kooperation mit dem Fonds Gesundes Österreich, einem Geschäftsbereich der Gesundheit Österreich GmbH.



„Balance zwischen ICH und WIR – Balance und Kräftehaushalt für Engagierte“

Seminarleitung: Theresa Keidel
Termin: 3. und 4. Februar 2017
Ort: Selbsthilfe Tirol, Innrain 43, 6020 Innsbruck
Teilnehmer: 12

„Nicht nur nett - sondern ehrlich“

Seminarleitung: Klaus Vogelsänger
Termin: 24. und 25. März 2017
Ort: Selbsthilfe Tirol, Innrain 43, 6020 Innsbruck
Teilnehmer: 16

Balance zwischen ICH und WIR



Nordic Walking



„Axetasy – Das Begeisterungskonzept“

Seminarleitung: Dr. Axel Mitterer
Termin: 20. Mai und 23. Juni 2017
Ort: Selbsthilfe Tirol, Innrain 43, 6020 Innsbruck
Teilnehmer: 12

Social Media

Seminarleitung: Emir Handzo
Termin: 13. Oktober 2017
Ort: Selbsthilfe Tirol, Innrain 43, 6020 Innsbruck
Teilnehmer: 11



Wir danken dem Arbeitskreis für Vorsorgemedizin – kurz AVOMED –, der uns ein kostenloses Bewegungsprogramm für unsere Mitglieder ermöglicht hat.

Bewegung – der Treibstoff für Ihre Gesundheit

Seminarleitung: Mag. Nikolaus Grieser
Termin: 28. April 2017
Ort: Selbsthilfe Tirol, Innrain 43, 6020 Innsbruck
Teilnehmer: 10

Nordic Walking

Seminarleitung: Mag. Nikolaus Grieser
Termin: 29. September 2017
Ort: Selbsthilfe Tirol, Innrain 43, 6020 Innsbruck
Teilnehmer: 9

Teilnahme an öffentlichen Veranstaltungen

Tiroler Rheumatag

Wer sich über die Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises informieren will, der kommt am besten zum Tiroler Rheumatag. Am 22. Februar 2017 sind über 400 Menschen zu dieser Veranstaltung ins Tiroler Landhaus gekommen. In diesem Jahr außerdem vertreten: die Österreichische Vereinigung Morbus Bechterew sowie Fibromyalgie- und Polyarthrit-Gruppen. Auch sie haben die Besucher über die Krankheiten und natürlich auch über ihre Angebote informiert.

Tiroler Parkinson Tag

Mehr als 150 Interessierte haben im April 2017 die Gelegenheit genutzt und sich im Hörsaal des Medizinentrums Anichstraße über die Parkinsonmedizin informiert. Die Öffentlichkeit weiß viel zu wenig über Parkinson und seine Symptome. Dies ist für die Betroffenen meist nur schwer hinzunehmen. Aufklärung und Information sind daher sehr wichtig. Diese haben die Experten an diesem Tag in interessante Vorträge verpackt.

Die Themen im Überblick:

- Leben und Werk von James Parkinson
- Medikamente gegen die Krankheit
- Chirurgische Parkinson-Therapie
- Arbeit und Erfolg von Physiotherapie, Logopädie und Ergotherapie

Über 150 Teilnehmer beim „Tiroler Parkinson Tag“



Gesundheitstage in den RathausGalerien

Nicht jeder weiß, wie sehr die Selbsthilfe Betroffene und Angehörige unterstützen kann. Deswegen ist es uns immer wichtig, dass die Selbsthilfe bei verschiedenen Veranstaltungen vertreten ist. Die Gesundheitstage in den RathausGalerien gehören zu diesen wichtigen Veranstaltungen. Sie haben auch im April 2017 wieder viele Senioren in die Innenstadt gelockt.



Vizebürgermeister Christoph Kaufmann eröffnete die Gesundheitstage und nahm selbst in der Gesundheitsstraße bei Dr. Eddy Solano Platz.

SenAktiv 2017

Von 17. bis 19. November 2017 haben wir an der 41. SenAktiv teilgenommen. 140 Aussteller und verschiedene Experten bieten bei der Messe jedes Jahr viel Information und Beratung. Das Programm ist dabei sehr hochwertig und abwechslungsreich. Es bietet den perfekten Rahmen für eine Präsentation unserer Angebote.

Folgende Selbsthilfegruppen haben die Besucher vor Ort informiert:

- ADHS – Aufmerksamkeits-Defizit-Hyperaktivitäts-Störung
- Fibromyalgie – Chronische Erkrankung von Muskeln und Bindegewebe
- Frauenselbsthilfe nach Krebs für Tirol
- Interstitielle Cystitis – Schmerzhaftes Blasensyndrom
- MEMORY – Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige von Menschen mit Demenzerkrankung
- Netzwerk Essstörungen
- Osteoporose – Knochenschwund – Selbsthilfegruppe Innsbruck
- ÖMCCV – Österreichische Morbus Crohn-Colitis Ulcerosa Vereinigung Tirol
- ÖSIS – Österreichische Selbsthilfe-Initiative Stottern
- PNP – Polyneuropathie-Diabetes – Nervenschädigung bei Zuckerkrankheit
- Prostatakrebs Tirol
- Schlaganfallplattform Tirol – Gruppe Aktiv



Außerdem haben viele Besucher folgende Angebote genutzt:

- PSA-Messung – ein Bluttest für die Prostatavorsorge
- Bio-Impendanzanalyse – eine Messung der Bestandteile des Körpers. Zum Beispiel misst man die Anteile von Fett und Wasser im Körper.
- Blutzucker- und Langzeit-Blutzuckermessung

Weiters haben wir an allen drei Messetagen Vorträge zu diesen Themen angeboten:

- Schmerzhaftes Blasenereignisse
- Stottern
- Darmgesundheit
- Osteoporose
- Gesundheit und Ernährung
- Essstörungen

Mit über 9.000 Besuchern war die SenAktiv auch für die Selbsthilfe Tirol wieder ein großer Erfolg.

Bayerischer Selbsthilfekongress

„Gemeinsam tun: Wege zu mehr Gesundheit“ – unter diesem Motto hat am 27. Oktober 2017 in Augsburg der 11. Bayerische Selbsthilfekongress stattgefunden. Rund 300 Besucher haben sich über die Arbeit einzelner Selbsthilfegruppen informiert. Besonders interessiert haben sich die Besucher vom Vortrag „Wege zu mehr Zufriedenheit“ der Bestsellerautorin Christina Berndt gezeigt. In ihrem Vortrag stand vor allem die Bedeutung des Gemeinschaftsgefühls in einer Gruppe im Mittelpunkt. Das Vertrauen zueinander und das Verständnis füreinander stärken den Einzelnen. Er bewältigt seine Vorhaben besser und dies verhilft zu mehr Zufriedenheit im Leben.

Der Nachmittag ist dann ganz im Zeichen von Austausch und Fortbildung gestanden. Fünf verschiedene Workshops haben einen Einblick gegeben in:

- Methoden für eine aktivere Selbsthilfe
- Möglichkeiten, junge Menschen besser zu erreichen
- Depression
- Burnout
- die Zusammenarbeit mit politischen Akteuren

Qualitätstag Landhaus Tirol

Am 4. Oktober 2017 hat das Land Tirol einen Qualitätstag zum Thema „Qualitätssicherung und Qualitätsförderung in Tiroler Krankenhäusern“ veranstaltet. Experten haben dabei über bereits bewährte Programme zur Förderung der Qualität berichtet. Frau Mag. Julia Fischer, Mitglied unseres Vorstandes, hat in diesem Rahmen unser Projekt „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“ präsentiert. Damit Selbsthilfe und Krankenhäuser noch besser Hand in Hand arbeiten, haben wir als Dachverband Selbsthilfe Tirol dieses Projekt auch in Tirol gestartet. Krankenhäuser, die unseren Kriterien entsprechen, können sich für das Gütesiegel als Selbsthilfefreundliches Krankenhaus bewerben. In einem Selbsthilfefreundlichen Krankenhaus tauschen sich Selbsthilfe und Krankenhaus intensiv aus. Davon profitieren beide Einrichtungen, aber vor allem die Betroffenen und ihre Angehörigen.

Das Land Tirol setzt verstärkt auf den Einsatz verschiedener Programme für Tiroler Krankenhäuser. Diese sollen die Qualität erhalten oder verbessern. Eine bedürfnisgerechte Versorgung der Patienten steht dabei im Vordergrund. Mit rund einer Million Euro fördert das Land die Umsetzungen der Programme, die dieser Vorgabe entsprechen.

Beim Qualitätstag haben die Teilnehmer Fachinformationen zu folgenden Themen erhalten:

- Beschwerdemanagement
- Integrierte Diabetesversorgung – Therapie Aktiv
- Case-Management in der Krankenversicherung
- Qualitätssicherung in den Arztpraxen
- Qualitätsförderungsprogramme des Landes Tirol
- Umgang mit Zytostatika und deren Lieferengpässen
Zytostatika sind Medikamente zur Behandlung von Krebs.
- Fälschungs- und Wirkstoff-Verordnung

Zwischen den Vorträgen hat es die Möglichkeit für einen Austausch mit den Experten gegeben. Rege diskutiert haben die Teilnehmer dabei über „Qualitätssicherung und -förderung“ sowie über „Patienten- und Medikationssicherheit“ im Krankenhausalltag.

Externe Veranstaltungen 2017

22.02.17	Tiroler Rheumatag im Landhaus Tirol
14.03.17	ARGE Selbsthilfe Österreich, außerordentliche Generalversammlung, Wien
31.03.17	Mitgliederversammlung Zweigverein Osttirol
03.04.17	Tiroler Parkinson Tag
05.04.17	Vorstellung Dachverband: Diplomklassen Behindertenarbeit und Familienarbeit der Schule für Sozialbetreuungsberufe (SOB)
24.05.17	
26.-27.04.17	Gesundheitstage für Senioren Rathaus-Galerien, Innsbruck
07.06.17	Foto-Ausstellung "Barrierefreiheit" ÖZIV Landesverband Tirol
14.06.17	19. Österreichische Gesundheitsförderungskonferenz FGÖ, St. Pölten
10.07.17	ORF Sommertreff 2017
14.07.17	ARGE Selbsthilfe Österreich, außerordentliche Generalversammlung, Wien
14.09.17	4. Tiroler Gesundheitsgespräche, zum Thema "Darmgesundheit", ORF Landesstudio
27.09.17	Vorstellung Selbsthilfegruppen im Sanatorium Kettenbrücke
04.10.17	Qualitätstag Land Tirol zum Thema „Qualitätssicherung und Qualitätsförderung“
18.10.17	Diabetes Infotag im Bezirkskrankenhaus Hall
20.10.17	30-jähriges Jubiläum Parkinson Selbsthilfe Tirol
27.10.17	11. Bayerischer Selbsthilfekongress unter dem Motto „Gemeinsam tun – Wege zu mehr Gesundheit“
06.11.17	Vorstellung Dachverband im Stadtteilzentrum Wilten
10.11.17	21. RollOn-Benefizgala im Congress Innsbruck/Saal Tirol
11.11.17	8. Osttiroler Selbsthilfe-Tag in der Landwirtschaftlichen Lehranstalt Lienz
24.11.17	23. Österreichische Konferenz Gesundheitsfördernder Krankenhäuser und Gesundheitseinrichtungen, Vorstellung des Dachverbandes
29.11.17	Österreichische Plattform Gesundheitskompetenz „Gesundheit, aber klar!“ Gute Informationen, gute Gespräche – Werkzeuge für mehr Gesundheitskompetenz, Lienz
30.11.17	Praxistag Demenz, UMIT in Hall
17.-19.11.17	SenAktiv Messe Innsbruck
17.-23.12.17	Christkindlmarkt in der Altstadt Innsbruck

Vorschau auf das Jahr 2018

- Tag der Selbsthilfe am 3. Mai 2018
- Generalversammlung mit Neuwahlen des Vorstandes
- Gruppensprechertreffen im Februar, Mai und Oktober
- Fortsetzung Projekt „Selbsthilfefreundliches Krankenhaus“
- Regionale Netzwerktreffen im Tiroler Ober- und Unterland im Frühjahr und Herbst
- Umsetzung und Vorstellung des neuen und barrierefreien Corporate Designs
- Teilnahme an SenAktiv und Christkindlmarkt
- Fortbildungen für Mitglieder von Selbsthilfegruppen

So kommen Sie zu uns



Selbsthilfe Tirol: Innrain 43, 6020 Innsbruck

Der Dachverband **Selbsthilfe Tirol** befindet sich nur wenige Meter vom Klinik-
eingang „MZA/Anichstraße“ und der Hauptuniversität/ Universitätsbibliothek.



Anfahrt mit den öffentlichen Verkehrsmitteln:

IVB-Haltestelle: Klinik/Universität (3, C, F, H, M, O, R)

VVT-Haltestelle für Regionalbusse: Finanzamt

Die Haltestellen befinden sich in unmittelbarer Nähe zur Geschäftsstelle.



Anfahrt mit dem Zug: Vom Hauptbahnhof, Ausgang Südtiroler Platz,
nehmen Sie die Straßenbahn 3 der IVB bis Klinik/Universität.



Anfahrt mit dem Auto: Leider haben wir keine eigenen Parkplätze. Rund um
Klinik und Hauptuniversität gibt es Kurzparkzonen und Parkgaragen.



**Dachverband der Tiroler
Selbsthilfvereine und -gruppen
im Gesundheits- und Sozialbereich**

Adresse

6020 Innsbruck, Innrain 43, Erdgeschoss

Kontakt

+43 512 57 71 98

dachverband@selbsthilfe-tirol.at

www.selbsthilfe-tirol.at

