

Neue Servicestelle für Selbsthilfeangebote in der Steiermark

Seit dem 11. April 2016 bietet die Selbsthilfe Steiermark als Service und Kontaktstelle einen organisatorischen Rahmen für die Selbsthilfeangebote in der Steiermark. Unser zentrales Anliegen ist es, Selbsthilfestrukturen und -aktivitäten zu unterstützen und für Betroffene leichter zugänglich zu machen.

Was bietet die Selbsthilfe Steiermark?

- Beratung und Unterstützung bei der Neugründung von Selbsthilfegruppen (SHG)
- Praktische Unterstützung der SHG in administrativen und organisatorischen Angelegenheiten
- Qualitätsentwicklung durch Weiterbildungen, Workshops, Coaching
- Informationsdrehscheibe für SHG, Interessierte sowie Multiplikatorinnen und Multiplikatoren
- Öffentlichkeitsarbeit und Erstellung von Informationsmaterial
- Netzwerkarbeit im Sozial- und Gesundheitsbereich

Selbsthilfe hat zum Ziel, sich auf der Ebene der gemeinsamen Betroffenheit zu verständigen, um soziale Kompetenzen zu stärken. Es wird ein Arbeitsrahmen geschaffen, in dem ein gleichberechtigtes Miteinander für alle Beteiligten möglich ist. Selbsthilfe soll dazu beitragen, eigene Stärken zu erkennen und einen selbstbestimmten Umgang zu fördern, der sich positiv auf das körperliche, soziale und seelische Wohlbefinden auswirkt. ♡

„Wir schaffen Rahmenbedingungen, die ein effektives Arbeiten und eine Aktivierung der Selbsthilfe ermöglichen.“



» Selbsthilfe Steiermark
 Lauzilgasse 25, 8020 Graz
 T: 050 7900 5910, 0664/8000 6 4015
 E: office@selbsthilfe-stmk.at
 W: www.selbsthilfe-stmk.at
 Bürozeiten: Mo. und Mi. 16:00–19:00,
 Di. und Do. 9:00–13:00 Uhr
 Kontakt:
 Leiterin Dipl.-Päd.ⁱⁿ Elisabeth Bachler

Dipl.-Päd.ⁱⁿ Klaudia Grebien, Dipl.-Päd.ⁱⁿ Elisabeth Bachler, Mag.^a (FH) Veronika Wetzelhütter (v. l. n. r.)



FOTO: SELBSTHILFE STEIERMARK

Internes

ARGE S

Der Verein „ARterreich“ ist ein Unterschied der Selbsthilfe (themenübergreifende Dachverbände und themenbezogene Selbsthilfe)

Zum Aufgabenfeld der Selbsthilfe Österreich, die Interessen der Sozial- und Gesundheitsbereiche einbindet und in Strukturen einbindet.

Österreichische Post
 Retouren an: ARGE S

Österreichische Selbsthilfegruppe für COPD, Lungenfibrose und Langzeit-Sauerstoff-Therapie (LOT Austria)

Die Selbsthilfegruppe LOT Austria wendet sich an Patientinnen und Patienten, die an COPD, Lungenfibrose oder einer anderen Lungenerkrankung leiden und die Langzeit-Sauerstoff-Therapie zum Leben brauchen.

Ziel ist es, die persönliche Lebensqualität zu verbessern sowie im sozialen und politischen Umfeld die Bewältigung der Krankheit zu erleichtern.

LOT Austria wird von Betroffenen unentgeltlich und uneigennützig geleitet.

Sie sind Patientinnen und Patienten, die sich regelmäßig im kleinen wie auch im großen Kreis zum Erfahrungsaustausch in Wohnortnähe treffen. Gemeinsame Gespräche und gegenseitige Hilfe verhindern gesellschaftliche und seelische Isolation.

Was ist uns wichtig?

- Hilfe zur Selbsthilfe anzubieten
- Mündige Patientinnen und Patienten zu sein
- Eigenverantwortung zu übernehmen
- Erfahrungen auszutauschen

Wie erreichen wir das?

- Vorträge und Seminare von Ärztinnen und Ärzten aus der Schul- und Alternativmedizin

- Informationen rund um das Thema Sauerstoffgeräte und Zubehör
- Verbessertes Umgehen mit der Krankheit
- Einen Weg zu zeigen, wie eine hohe Lebensqualität auch mit der Sauerstofftherapie möglich ist ♡



» Österreichische Selbsthilfegruppe für COPD, Lungenfibrose und Langzeit-Sauerstoff-Therapie (LOT Austria)
 Wehlstraße 131/6/12, 1020 Wien
 T: 0660 414 68 70
 E: marianne.hofmann@selbsthilfe-lot.at
 W: www.selbsthilfe-lot.at
 Kontakt: Obfrau Marianne Hofmann



FOTO: SILVIA SCHARNAGL / LOT AUSTRIA

Atemtechnikübungen mit Physiotherapeutin Silvia Scharnagl am 12. Mai 2016 in St. Pölten, Silvia Scharnagl mit Teilnehmerinnen und Teilnehmern am Gruppentreffen der LOT Austria (v. l. n. r.)