

DRÜBER
REDEN
HILFT.^{at}

70 SELBSTHILFEGRUPPEN UND EINRICHTUNGEN AUS DEM
WIENER GESUNDHEITS- UND SOZIALWESEN STELLEN SICH VOR
THEMENSCHWERPUNKTE: GENERATIONENWECHSEL IN DER
SELBSTHILFE | JUNGE SELBSTHILFE | AUTOIMMUNERKRANKUNGEN
WORKSHOPS ZUM MITMACHEN

EHRENSCHUTZ DURCH PETER HACKER,
STADTRAT FÜR SOZIALES, GESUNDHEIT UND SPORT

TAG DER SELBSTHILFE

SONNTAG, 24. NOVEMBER 2019 | 10 BIS 17 UHR | WIENER RATHAUS

In Wien bekennen wir uns dazu, Menschen in schwierigen Situationen nicht alleine zu lassen – und das unabhängig von sozialem Status, Alter, Geschlecht oder Herkunft. Unser Gesundheits- und Sozialwesen bietet allen Menschen, die in unserer Stadt leben, die bestmögliche Versorgung. Von unschätzbarem Wert ist dabei auch die Arbeit der rund 250 Selbsthilfegruppen, die in Wien aktiv sind. Es gibt sie zu den unterschiedlichsten gesundheitlichen, sozialen sowie psychosozialen Themen. Die Mitglieder von Selbsthilfegruppen sind Expertinnen und Experten in eigener Sache. Sie bieten Hilfestellung, Informations- und Erfahrungsaustausch – und das meist ehrenamtlich! Für diesen Einsatz möchte ich mich im Namen aller Wienerinnen und Wiener recht herzlich bedanken.

Peter Hacker

Stadtrat für Soziales, Gesundheit und Sport



© David Böhm

Als Wiener Gesundheitsförderung ist es unser Ziel, allen Wienerinnen und Wienern ein hohes Maß an Selbstbestimmung über ihre Gesundheit zu ermöglichen. Der Austausch und die gegenseitige Unterstützung in einer Selbsthilfegruppe machen es oft leichter, mit einer neuen, schwierigen Situation umzugehen. Deshalb arbeiten wir eng mit den Wiener Selbsthilfegruppen zusammen. Am „Tag der Selbsthilfe“ können sich Interessierte über die vielfältigen Leistungen der Wiener Selbsthilfegruppen informieren. Wie in den einzelnen Gruppen selbst, steht auch hier der Erfahrungsaustausch im Vordergrund. Daher lade ich Sie herzlich ein, den „Tag der Selbsthilfe“ aktiv für Ihre eigene Gesundheit zu nutzen.

Dennis Beck

Geschäftsführer Wiener Gesundheitsförderung



© Foto Klaus Rieger

Veranstaltungen wie der „Tag der Selbsthilfe“ machen das Thema Selbsthilfe und die Angebote der Gruppen einer breiten Öffentlichkeit zugänglich. Wir bieten den Besucherinnen und Besuchern ein buntes Programm aus Vorträgen, Podiumsdiskussionen und Unterhaltung. Heuer beleuchten wir besonders die Herausforderungen, die ein Generationenwechsel in der Selbsthilfe mit sich bringt, die Bedürfnisse junger Menschen an die Selbsthilfe sowie das Thema Autoimmunerkrankungen aus verschiedenen Perspektiven. Zum Erfolg der Veranstaltung tragen die zahlreichen Ausstellenden, Vortragenden und Mitwirkenden maßgeblich bei – dafür bedanke ich mich sehr herzlich.

Mag.^a Martina Daim

Leiterin der Selbsthilfe-Unterstützungsstelle SUS Wien
in der Wiener Gesundheitsförderung



© Christine Bauer

IM FESTSAAL



10:15 UHR ALLE NEUNE

Ein musikalischer Start in den Tag

10:40 UHR BEGRÜSSUNG

Mag.^a Elfriede Hufnagl, *Abteilungsleiterin in der Wiener Gesundheitsförderung*

11:00 UHR WIE GEHT ES WEITER – ERNEUERUNG IN DER SELBSTHILFEGRUPPE

Gabriele Lagler, *Geschäftsführung der Selbsthilfekontaktstellen Kiss Mittelfranken e.V.*

11:30 UHR JUNGE SELBSTHILFE IN MITTELFRANKEN

Marion Krieg, *stv. Leitung Kiss Nürnberg-Fürth-Erlangen*

12:00 UHR SELBSTHILFE GEHT NEUE WEGE – BEISPIELE AUS DER PRAXIS

BABYOU – SHG und Verein für Frauen mit Risikoschwangerschaften und Schwangerschaftskomplikationen

Invisible Wall – Selbsthilfegruppe für Vaginismus-Betroffene

Selbsthilfe Tirol

Young Widow_ers Dinner Club – Selbsthilfegruppe für junge Menschen zwischen

20-50 Jahren mit PartnerInnenverlust

13:00 UHR DAMAWOS

Europäische Tanzmusik

PROGRAMM

MITMACHSTATION FÜR KINDER BEI STAND 21

10:15 – 11:45 UHR & 13:45 – 15:15 UHR

GESUNDE ZÄHNE SIND EIN SCHATZ – TIPPTOPP. GESUND IM MUND UND RUNDHERUM

12:00 – 13:30 UHR & 15:30 – 17:00 UHR

„TUT DAS ALTSHEIMA-DINGS DEM OPA WEH?“ – DEMENZ KINDERN ERKLÄRT

14:00 UHR SELTEN WAR GESTERN – AUTOIMMUNERKRANKUNGEN

AM BEISPIEL HASHIMOTO THYREODITIS

Univ. Prof. Dr. Hermann Wolf, *Immunologische Tagesklinik Wien*

14:30 UHR AUTOIMMUNERKRANKUNGEN – GANZHEITLICH BETRACHTET

Mag.^a Caro Frauendorfer, *Apothekerin, Resilienztrainerin und Ernährungsberaterin*

15:00 UHR AUTOIMMUNERKRANKUNGEN – SELBSTHILFEGRUPPEN STELLEN SICH VOR

Hashimoto Pioneers Wien

Selbsthilfe Lupus Austria

MS-Selbsthilfegruppe MegaStark

ÖMCCV Österreichische Morbus Crohn/Colitis ulcerosa Vereinigung

Urtikariaverband

16:00 UHR GLÜCKLICHE KÄNGURUS SPRINGEN HÖHER – IMPULSE AUS DER POSITIVEN PSYCHOLOGIE

Dr.ⁱⁿ Melanie Hausler, *Klinische und Gesundheitspsychologin*

17:00 UHR VERABSCHIEDUNG

Moderation: Christoph Feurstein, ORF

IM NORDBUFFET

SCHNUPPER WORKSHOPS

11:00 – 12:00 Uhr **Achtsamkeit und Meditation – Übungen für den Alltag,**

Mag.^a Caro Frauendorfer, *Apothekerin,
Resilienztrainerin & Ernährungsberaterin*

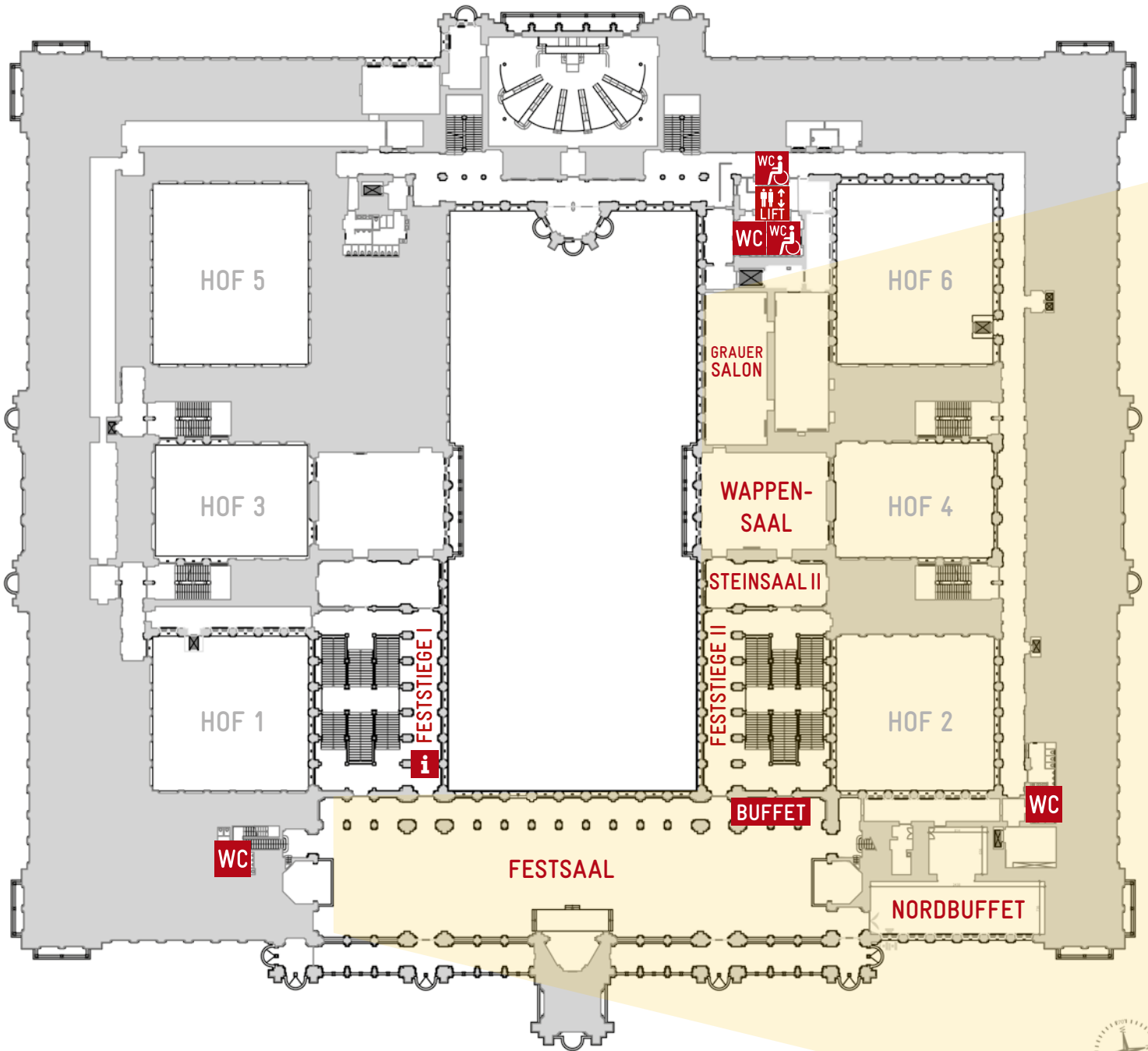
15:45 – 16:45 Uhr **Trommelenergie ist Trommeltherapie,**

Evi Walcher, *Trommel-Guide der Parkinson Selbsthilfegruppe*

AUSSTELLEND SELBSTHILFEGRUPPEN UND ORGANISATIONEN

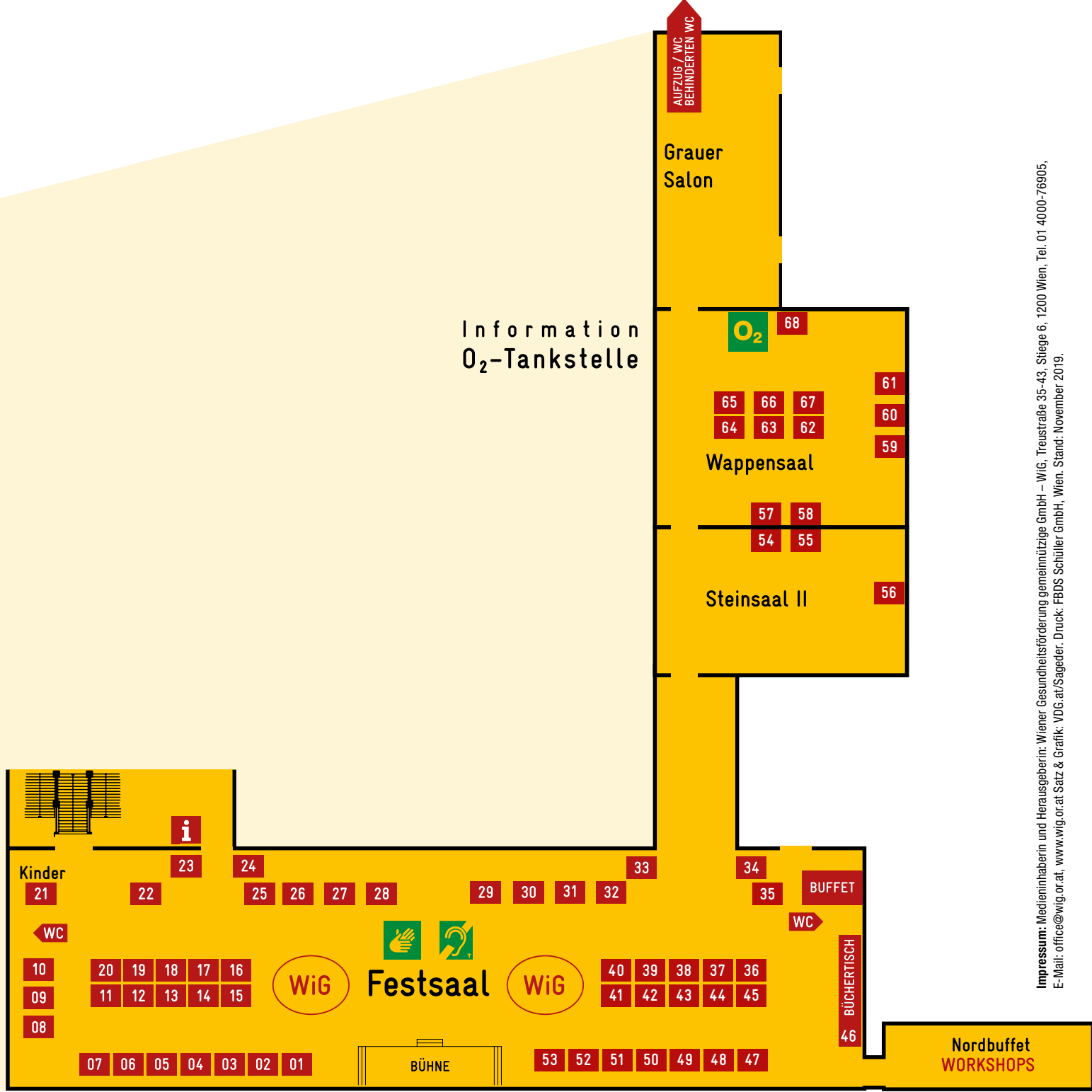
A	ADAPT – Arbeitsgruppe für ADHS	53	F	FASD Hilfe Austria.....	23
	Aktive Diabetiker Austria	52		FHchol Austria	36
	Al-Anon Familiengruppen / Alateen – Freunde und Angehörige von Alkoholikern.....	60		Fonds Soziales Wien	30
	Ambulanz der Sigmund Freud Privat Universität Wien	50		FruLak & Co – Unverträglichkeiten und Nahrungsmittelallergien.....	44
	Angeleitete Gruppe – Selbsthilfegruppe für StimmenhörerInnen	48	G	Gemeinsam Angst-Depression-Selbsthilfe	25
	Angelman Verein Österreich	22		Gruppe 94 – Selbsthilfegruppe „Die Zwiebel“	42
	Anonyme Alkoholiker Region Wien.....	34	H	HHÖ – Hepatitis Hilfe Österreich – Plattform Gesunde Leber Landesgruppe Wien	43
	Aphasie-Club	14		Hotline für Essstörungen	56
B	BABYOU – Verein für Frauen mit Risikoschwangerschaften.....	58		HPE – Hilfe für Angehörige psychisch Erkrankter	37
	Bi-Happy – SHG für Menschen mit bipolarer Störung	39		Huntington-Selbsthilfegruppe Wien/NÖ.....	5
	Buchhandlung beim Augarten – Büchertisch	46	K	Kehlkopfloose und Halsatmer Österreichs.....	19
C	Contergan- und Thalidomidgeschädigte Österreichs	55	L	Lungenkrebsforum.....	47
D	Dachverband Österreichische Autistenhilfe	26	M	„Mamma Mia“ Selbsthilfe bei Brustkrebs	2
E	Enthindert – Eltern als pflegende Angehörige	62		Medizinisches Selbsthilfe Zentrum Wien „Martha Frühwirt“	11
	Epilepsie Dachverband Österreich.....	1		Mitmachstation für Kinder	21
	EVA – Endometriose Vereinigung Austria	59		Morbus Basedow / Endokrine Orbitopathie SHG.....	66
				Multiple Sklerose Gesellschaft Wien	63
				Multiples Myelom Selbsthilfe Österreich	20

O	ÖMCCV Österreichische Morbus Crohn/ Colitis ulcerosa Vereinigung.....	45		SHG für Quecksilber und Amalgambelastete	51
	Österreichische Arbeitsgemeinschaft Zöliakie	6		SHG Mobbing Anonym	3
	Österreichische Diabetikervereinigung	17		SHG Myasthenia gravis	41
	Österreichische Patienteninitiative Reizdarm	64		SHG Prostatakrebs.....	7
	Österreichische Selbsthilfe Polyneuropathie	24		SIA – Anonyme Inzestüberlebende	40
	Österreichische Tinnitus Liga (ÖTL)	49		Stadtmenschen Wien	32
	Österreichische Tourette Gesellschaft.....	8		Stomaselbsthilfe ILCO	15
	Overeaters Anonymous	57	T	Tracheostoma und Sondenkids.....	35
	ÖVMB – Morbus Bechterew Landesstelle Wien.....	18			
P	Parkinson Selbsthilfe Wien	65	U	Urtikariaverband	10
	pro mente Wien	27			
	PSO Austria – SHG für Menschen mit Schuppenflechte	13	V	Verein Blickkontakt	38
R	Restless Legs – Die unruhigen Beine.....	4			
S	SAG7 – Selbsthilfegruppe für hochsensible Personen	54	W	WGKK.....	29
	Selbsthilfe Lupus Austria.....	33		Wiener Gesundheitsförderung: Life Lounge.....	68
	Selbsthilfegruppe Borreliose.....	61		Wiener Herzverband.....	9
	Selbsthilfegruppe für Schädel-Hirn-Trauma.....	28		Wiener Hilfswerk – Nachbarschaftszentren.....	16
	Selbsthilfegruppe Schlafapnoe Österreich.....	12		Wiener Pflege-, Patientinnen- und Patientenanwaltschaft.....	31
	Selbsthilfe-Untertstützungsstelle SUS Wien	56			
	SHG – ehemalige Heimkinder Österreich	67			



RATHAUSPLATZ





Impressum: Medieninhaberin und Herausgeberin: Wiener Gesundheitsförderung gemeinnützige GmbH – WiG, Treustrabe 35-43, Stiege 6, 1200 Wien, Tel. 01 4000-76905, E-Mail: office@wig.or.at, www.wig.or.at Satz & Grafik: VDG.at/Sagader. Druck: FBDS Schüller GmbH, Wien. Stand: November 2019.