AKTIV SELBST HILFE

5. OSTTIROLER SELBSTHILFE-TAG

SAMSTAG
5. NOVEMBER 2011
9.00 - 20.00 UHR

WIRTSCHAFTS-KAMMER TIROL
AMLACHER STRASSE 10
9900 LIENZ

SELBSTHILFE TIROL
Zweigverein Osttirol
Tel.: 04852/606-290
osttirol@selbsthilfe-tirol.at
www.selbsthilfe-tirol.at/osttirol

SELBST HILFE TIROL
Zweigverein Osttirol

Mit freundlicher Unterstützung durch

Gesundheit Österreich GmbH
Geschäftsbereich Fonds Gesundes Österreich

LIENZER SPARKASSE
In jeder Beziehung zählen die Menschen.

Radio Osttirol

tirol Unser Land

GENERALI GRUPPE

Osttirol
Lienzer Dolomiten.

SONNENSTADT LIENZ
Modell Schöner Leben

EHRENSCHUTZ

BR Elisabeth Greiderer
LR DI Dr. Bernhard Tilg
LA Bgm. DI Elisabeth Blanik
LA Dr. Andreas Köll

Die mit diesem Symbol gekennzeichneten Vorträge werden in Gebärdensprache gedolmetscht!

PROGRAMM – SAAL

09.00 **Begrüßung:** Obfrau DGuKS Daniela Meier, MBA
Geschäftsstellenleiterin Christine Rennhofer-Moritz

Grußworte: BR Elisabeth Greiderer, LA Bgm. DI Elisabeth Blanik
LA Dr. Andreas Köll, Präsidentin DV Selbsthilfe Tirol Maria Grander

Eröffnung: LR DI Dr. Bernhard Tilg

Moderation: DI Christine Brugger

Musikalische Umrahmung: Musik-BORG Lienz unter der Leitung von Michael Ploner

„SELBSTHILFE" – Hilfe zur Selbsthilfe

09.20 **Christine Rennhofer-Moritz**
Geschäftsstellenleiterin der Selbsthilfe Tirol/ Zweigverein Osttirol

„(Wie) Wirken Selbsthilfegruppen?"

09.30 **Ass.-Prof. Mag. Mag. Dr. Victoria Höß**

„Was bringen Selbsthilfegruppen der Volkswirtschaft - Förderrentabilität"
Eine kritische Betrachtung des ökonomischen Nutzens von Selbsthilfegruppen.

Mitglieder von Selbsthilfegruppen wissen mehr über ihre Erkrankung und weisen tendenziell eine höhere Compliance in der Behandlung auf als Betroffene, die dieses Angebot nicht in Anspruch nehmen. Nicht nur dass somit Selbsthilfegruppen den Mitgliedern zu einem besseren Gesundheitszustand verhelfen, vielmehr können dadurch direkte als auch indirekte Kosten für die Volkswirtschaft reduziert werden. In Zeiten von 7-Minuten-Medizin, Einsparungsdruck, Etablierung von Modellen integrierter Versorgung, aber auch persönlichem Leistungsdruck auf Seiten der Betroffenen erscheint eine fundierte Diskussion über den ökonomischen Nutzen von Selbsthilfegruppen sowie deren Förderungswürdigkeit angebracht. Die zentrale Frage, die sich stellt, ist: „Was erspart ein Euro Förderung an Selbsthilfegruppen, der Volkswirtschaft insgesamt an Geld?"

09.45 **Pause**

„KÖRPER - GEIST - SEELE“ – Die seelische Gesundheit

10.00 **Prim. Dr. Martin Schmidt**
Leitung der Abteilung für Psychiatrie im BKH-Lienz

„Die psychiatrische Versorgung in Osttirol – aktueller Stand und Perspektiven“

Durch die volle Inbetriebnahme der psychiatrischen Abteilung im BKH-Lienz ist eine psychiatrische Grundversorgung der Osttiroler Bevölkerung gesichert. Aufgezeigt werden das vielfältige Angebot der nun vorhandenen Versorgung und deren Möglichkeiten sowie ein Ausblick in die Zukunft der psychiatrischen Landschaft in Osttirol.

10.20 **Prim. Dr. Roger Pycha** –
Leiter des psychiatrischen Dienstes des Gesundheitsbezirkes Bruneck

„Die Depression, die weltweit bedeutsamste Erkrankung 2030“

Laut Schätzung der WHO ist die Depression im Jahre 2020 die zweitbedeutsamste Erkrankung weltweit und im Jahr 2030 sogar die allerwichtigste. Das liegt daran, dass andere Volkskrankheiten in Zukunft durch Vorbeugung besser in den Griff zu bekommen sind. Für die Erkrankung „Depression“ ist das Erarbeiten gezielter Präventionsmaßnahmen sehr schwierig. Deshalb ist es von volksgesundheitlicher Bedeutung, dass praktisch jeder über die wichtigsten Symptome, die geeigneten Anlaufstellen und die erfolgreichsten Behandlungsmöglichkeiten Bescheid weiß. Als günstigste Therapien haben sich Psychotherapie, medikamentöse Behandlung und Selbsthilfegruppen erwiesen. Der Erfolg ist noch größer, wenn man diese Maßnahmen kombiniert.

10.40 **Prof. Dr. Michael von Cranach**
Psychiater und Autor

„Psychiatrie und Person – Die Psychiatrie auf dem Weg zu einer neuen Identität“

Eine Gesellschaft kann auf Dauer nur mit gelebter Menschlichkeit sowie gegenseitiger Unterstützung und Achtung funktionieren. Was wir brauchen ist eine Balance von öffentlichen Einrichtungen und staatlicher Unterstützung für alle, die dringend Hilfe benötigen – und freiwilligem, bürgerschaftlichem Engagement.

11.00 **Diskussion**

11.20 **Gottfried Wörishofer**
Dipl.-Sozialpädagoge; Mitbegründer und Geschäftsführer der Münchner Psychiatrie-Erfahrenen (MüPE) e.V.

„Zwischen Arzt und Angehörigen“ – wo steht der Patient?

Der Vortrag soll – eine kurze Zeit lang – einem Patienten „über die Schulter schauen“, d. h. möglichst unmittelbar vom Erleben des Betroffenen sprechen, dabei kommen auch eine Ärztin und Angehörige zu Wort. Wir Psychiatrie-Erfahrene sprechen häufig davon, in einer „ganz anderen Welt“ zu leben als „normale“ Menschen. Auch deshalb sind die sozialen Bezüge zu Angehörigen, Ärzten und anderen professionellen Helfern von ausgezeichneter, wenn auch sehr verschiedener Bedeutung: einerseits die mitleidende Sorge um den geliebten Menschen, helfen wollen und scheinbar doch kaum helfen können (Angehörige); andererseits Fürsorge für die Vielen, motiviert von Empathie und Wissenschaftlichkeit (Therapeut/in).

11.40 **Kornelia Meier**

Individualpsychologische Beratung (DGIP), Supervisorin (DGIP)
Systemische Körperpsychotherapie

„Darüber reden oder schweigen?“ – Angehörige von depressiv Erkrankten

Eine Depression stürzt viele Partnerschaften und Familien in eine schwere Krise. Als Angehörige haben natürlich auch Sie unter der Krankheit zu leiden. Es können Gefühle wie Traurigkeit, Wut, Frustration oder Verärgerung entstehen. Wie kann man als Angehöriger damit umgehen?

12.00 **Dr. Michael E. Harrer**

Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapeutische Medizin, Psychotherapeut (Hypnosepsychotherapie, Katathym Imaginative Psychotherapie, HAKOMI), Supervisor

„Burnout-Prävention durch Achtsamkeit“

Speziell auch Menschen in helfenden Berufen sind gefährdet, auszubrennen. Durch eine nicht bewertende, wohlwollend teilhabende Beobachtung von Körper, Gedanken und Gefühlen kann es gelingen, innezuhalten und in ressourcevollen Zustände „umzuschalten“.

12.20 **Gerhard Huber**

Betroffener, Buchautor

„Burnout – Depression“ – Fluch oder Segen, Erfahrungen mit und aus dem Burnout eines Betroffenen

Er beschreibt seinen Weg in das Burnout. Er zeigt die Phase, in der er noch selbst hätte gegensteuern können, wenn er um die Symptome gewusst und diese ernst genommen hätte; er zeigt aber auch die Zeit, in der er nicht fähig und nicht mehr von sich selbst abhängig, sondern von Ärzten und Medikamenten es war, bis hin in seine tiefste Verzweiflung. Und er beschreibt seinen Weg von dieser Hölle zurück in das Leben, was ihm geholfen und was ihn unterstützt hat, um aus diesem Grenzbereich wieder herauszukommen! Er erklärt aber auch den enormen Druck, der auf seiner Frau und seinen Kindern lastete, die in dieser Zeit selbst mehr als nur an ihre Grenzen gekommen sind!

12.50 **Diskussion,** anschließend **Mittagspause**

KommBi

Beratungsstelle für Gehörlose
Dolmetschzentrale für Gebärdensprache

SOZIAL SPRENGEL IN OSTTIROL

„PFLEGENDE ANGEHÖRIGE“ – VON DER BELASTUNG ZUR ENTLASTUNG

14.00 **DGKP Günther Ebner, MAS**

Geschäftsführer des Sprengels Nußdorf-Debant und Umgebung

„Pflege durch Angehörige – aktuelle Situation und zukünftige Trends“

Pflegende Angehörige leisten 80 Prozent der Pflege in Österreich und stellen somit den größten Pflegefaktor in unserer Gesellschaft dar. Das Ausmaß der Pflegetätigkeiten reicht von kurzfristigen Hilfestellungen bis hin zu ununterbrochener Anwesenheit Tag und Nacht mit laufenden Pflegeleistungen, 365 Tage im Jahr. Wie kann verhindert werden, dass pflegende Angehörige zu „hilflosen Helfern“ werden? und selbst an der Überbelastung physisch oder psychisch krank werden. „Burnout“ ist ein ständiger Begleiter bei der Pflege zu Hause. Welche Hilfestellungen und Entlastungsmöglichkeiten werden aktuell im Bezirk für pflegende Angehörige angeboten (Selbsthilfe-Gruppenangebote, stundenweise Pflege + Betreuung zu Hause, 24-Stunden Betreuung zu Hause, Tagespflege und Kurzzeitpflege in den Heimen, etc.) und welche Trends zeichnen sich in der Zukunft für diesen Bereich ab?

14.20 **Prim. Dr. Josef Großmann**

Leitung der Abteilung für Neurologie im BKH-Lienz

„Alzheimer – die wichtigste Demenzform“

Es gibt an die 200 verschiedenen Demenzformen. Alzheimer ist die mit Abstand häufigste. Während derzeit 110.000 ÖsterreicherInnen an der Alzheimer-Demenz leiden, werden es im Jahre 2050 über 265.000 Erkrankte sein. Betroffen sind bekanntermaßen aber auch die Angehörigen. Damit rollt ein enormes medizinisches, aber auch gesundheitsökonomisches sowie sozial- und pflegepolitisches Problem auf unsere Gesellschaft zu. Alzheimer ist DIE Herausforderung an unser Gesundheitssystem im 21. Jahrhundert.

14.40 **Pflegedienstleiterin DGuKS Daniela Meier, MBA**

Wohn- und Pflegeheim Lienz

Die Erkrankung „Demenz“ und die damit verbundenen Auswirkungen für die betroffenen Menschen und deren pflegende Angehörigen

Der Verlust des Gedächtnisses und der emotionalen Kontrolle, verändertes Denken und Verstehen, als Kardinalsymtome der Erkrankung, verursachen vielfältige Probleme in der Bewältigung des täglichen Lebens. Die Betreuung und Pflege stellt Angehörige und Pflegepersonal gleichermaßen vor große Herausforderungen. Ernst nehmen, annehmen, wahrnehmen und verstehen – einfache Empfehlungen oder unüberbrückbare Hürden?

15.00 **Diskussion,** anschließend **Pause**

SANITÄTSFACHHANDEL
SANIBED
SANIBED OG
... dem Leben Qualität geben
www.sanibed.at

SANIBED LIENZ
direkt unterm Krankenhaus
Emanuel-v.-Hiblerstraße 3
9900 Lienz
E-Mail: info@sanibed.at

15.30 **DGKP Arnold Ortner Bakk.**
Lehrer für Gesundheits- und Krankenpflege

„MH (Maietta-Hatch) – Kinaesthetics“

„MH – Kinaesthetics“ - ist ein erfahrungsbezogenes Lernkonzept, welches hilft, die eigene Bewegung bewusst wahrzunehmen, und es als Ressource für die eigene Gesundheitsentwicklung zu nützen. Dieses „Achten auf sich“ ermöglicht: die eigene Annahme über Gesundheit und Lernen zu überprüfen und wo es notwendig ist, anzupassen, sowie Bewegungssensibilität und Handlingskompetenz zu erarbeiten, um so die Bewegungsfähigkeiten der Betroffenen unterstützen zu können und die eigene Gesundheit zu erhalten. Sie haben ein professionelles Werkzeug in der Hand, mit welchem sie jede Alltagsaktivität für sich selbst und für die Menschen, die sie betreuen, bewusster, leichter und bedeutungsvoller erfahren und gestalten können.

15.50 **DGKS Alexandra OBERREINER**
Leitende Pflegekraft im BKH-Lienz

„Aromapflege – Förderung der physischen und psychischen Gesundheit“

Der fachkundige Einsatz von ätherischen Ölen in der Gesundheits- und Krankenpflege dient der Gesundheitsförderung und dem Wohlbefinden, sowie der Linderung von pflegerelevanten Beschwerden.

„MY BODY IS PERFECT“

18.00 **Moderation: Dir. Andreas Weiskopf**

„Alice im Hungerland“ – Essstörungen aus psychologischer und ernährungstherapeutischer Sicht

Mag. Karin Assmayr
Klinische und Gesundheitspsychologin - Schulpsychologie – Bildungsberatung

In Österreich erkranken etwa 200 000 Frauen im Laufe ihres Lebens an einer Essstörung. Was sind mögliche Ursachen und welche unterschiedlichen Erscheinungsformen gibt es? Welche Kriterien sprechen für das Vorliegen einer Essstörung? Was können Angehörige und Freunde tun, wenn sie glauben, dass ihr Kind/ihre Freundin an einer Essstörung leidet?

MMag. Ingrid Winkler
Diätologin, Klinische und Gesundheitspsychologin - Institut WITA

Die Behandlung von Essstörungen ruht auf mehreren Säulen. Eine wichtige Säule bildet die Ernährungstherapie. Wie können Menschen mit Essstörungen den Umgang mit Nahrung wieder neu erfahren und lernen, und wie können sie zu einer individuellen, bedarfs- und bedürfnisgerechten Ernährungsweise finden?

18.30 **Modenschau für ein besseres Körperbewusstsein**
Modenschau der Fachschule für wirtschaftliche Berufe der Dominikanerinnen
Choreographie und Musikauswahl: Mag. Laura Winkler und Mag. Sascha Jost

KRAFTWERK
STREET- & SPORTFASHION
LIENZ, JOHANNESPLATZ 1

Krismer
TRACHTENMODE
Rosengasse 15 • 9900 Lienz

beauty & style

Fachschule
für wirtschaftliche Berufe
der Dominikanerinnen

PROGRAMM – WORKSHOPS ALLE WORKSHOPS SIND KOSTENLOS!

Anmeldung im Büro der Selbsthilfe Osttirol oder am Infostand beim Selbsthilfetag

SELBSTHILFE TIROL
Zweigverein Osttirol

Selbsthilfe Tirol – Zweigverein Osttirol

c/o BKH Lienz
4. Stock/Süd
E. v. Hiblerstraße 5

Tel.: 04852/606-290
osttirol@selbsthilfe-tirol.at
www.selbsthilfe-tirol.at/osttirol

10.00 - 12.00 & 14.00 - 16.00

Mag.ª Veronika Walder
Diplom-Musiktherapeutin

Musik – Kraftquelle und Kommunikationsmittel
„Wo Sprache aufhört, fängt Musik an.“ (E.T.A. Hoffmann 1776-1822)

EG

Musik ist durch ihr unmittelbares Wesen in der Lage, uns gleichsam in Schwung zu bringen, wie auch Entspannung und tiefes Wohlbefinden zu schaffen. Zudem ist sie ein kreatives Ausdrucksmittel, welches es uns ermöglicht, ohne Worte miteinander in Kontakt zu treten – Musik verbindet. In diesem Workshop probieren wir mithilfe einiger aktiver musikalischer Übungen aus, wie Musik auch im Alltag spielend leicht als Kraftquelle nutzbar wird und uns neue Möglichkeiten der Kommunikation im sozialen Miteinander ermöglicht.

10.00 - 12.00 & 14.00 - 16.00

Manuela Nedelko
Lach- und Atemtrainerin

„fitlachmit“, Lach- und Kreativitätstraining als Burn-out-Prophylaxe

1.OG

Lachen ohne Grund – (m)ein „JA“ zum Lachen und zur Lebensfreude!
Der Fokus liegt im Lach- und Kreativitätstraining sowie in der aktiven „Entspannung“. Der fitlachmit-Workshop findet vor allem im Rahmen von Stressmanagement und Burn-out-Prophylaxe seinen Platz als Impuls-Anreger. Die Arbeitsweise ist erlebnis- und körperorientiert. Durch das Lachen ist es möglich, sich selbst (noch besser) zu spüren und zu entdecken. Die Vision ist, dass durch das Lachen (=Heilung) die innere Balance im Menschen wieder hergestellt wird und dadurch auch die äußere Balance ganz von selbst integriert wird. Der Körper wird belebt, der Geist erholt und zumeist kehrt damit auch Lebensfreude ein. Lachen ohne Grund kann trainiert werden und macht Spaß.

HANSATON
Und wir verstehen uns.

Hörkompetenz-Zentrum für Beratung, Messung, Hörgeräte und Gehörschutz.

09.50 - **Christine Brunner**
11.00 Dipl. Lebens- und Sozialberaterin der Logotherapie/Existenzanalyse

2.OG *Wer sein Gestern versteht, sorgt im Heute für das Morgen*

Wenn die Brücke von der Person, die an einer Demenz erkrankt ist, nicht mehr überschritten werden kann, so ist es notwendig, sie auf seiner Seite der Brücke mit viel Einfühlungsvermögen zu begegnen. Biografieorientierte Aktivierungsstunde mit Singen, Bewegung und Humor.
Kurze Einführung: „Der ungehörte Schrei nach Sinn“ – „Wo bist du?“ Auf der Suche nach Erfüllung meines Tuns! Geistiges will nicht nur befriedigt, sondern auch erfüllt werden.

14.00 - **Christine Brunner**
15.30 Dipl. Lebens- und Sozialberaterin der Logotherapie/Existenzanalyse

2.OG *„Von der Einsicht zur Aussicht“*

Ob Einsicht, Umsicht, Vorsicht… es geht um eine bewusste Sichtweise. In diesem Workshop werden die Sinne spielerisch trainiert um den Alltag bewusster wahr zu nehmen und um sich besser kennen und reflektieren zu lernen. Auch für Kinder und Jugendliche ein Erlebnis.
Kurze Einführung: „Was bin ich mir wert“ – Wie kann ich besser Entscheidungen treffen, um mein Leben selbst zu gestalten und angstfrei zu leben?
Ausklang – Singen mit therapeutischem Ansatz und Lebensweisheiten, einfach in sich wirken lassen.

10.00 **DGKS Heidi Ploner-Grißmann MAS i.A.**
2.OG Dipl. Practitioner und Teacher für Therapeutic Touch, Lehrbeauftragte an der Donau-Universität Krems

Gesundheitsförderung mit Therapeutic Touch“

Im Sinne der Gesundheitsförderung bewirkt Therapeutic Touch die Verminderung von physischem und emotionalem Stress sowie eine Steigerung der Vitalität und mentalen Leistungsfähigkeit. Der Workshop führt in konzentrierter Weise in einfache Anwendungen von Therapeutic Touch ein, die als „Hilfe zur Selbst-Hilfe“ praktisch erfahrbar gemacht und in den persönlichen Alltag integriert werden können.

14.00 - **Dr. Michael E. Harrer**
17.00 Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapeutische Medizin, Psychotherapeut (Hypnosepsychotherapie, Katathym Imaginative Psychotherapie, HAKOMI), Supervisor

2.OG *„Burnout-Prävention durch Achtsamkeit“*

Es werden konkrete Übungen vermittelt, die in den individuellen beruflichen und privaten Alltag integriert werden können.

GUTSCHEIN
für eine kostenlose Hörmessung bei einer gemütlichen Tasse Kaffee.

HANSATON Fachgeschäft
Mühlgasse 19, 9900 Lienz
Tel.: 04852 / 63924

16.00 **DGKP Arnold Ortner Bakk.**
2.OG Lehrer für Gesundheits- und Krankenpflege

MH (Maietta-Hatch) Kinaesthetics

Mit MH Kinaesthetics wird Bewegungskompetenz aufgebaut. Je höher die eigene Bewegungskompetenz ist, desto gezielter wird die eigene alltägliche Bewegung zur Entwicklung der Gesundheit genutzt. Es geht um kompetente Bewegung im Alltag. Sich bei Sport oder Fitness intensiv und kompetent zu bewegen, hat begrenzte Wirkung.
Warum? Die meisten Bewegungsabläufe finden nicht beim Sport oder beim Fitnesstraining, sondern im normalen Tagesablauf statt: Bei der Arbeit, im Büro, im Haushalt, in der Schule, im Seniorenheim uvm., ein Leben lang. Ist ein Mensch in der Lage seine Alltagsbewegungen im Sinne von MH Kinaesthetics „kompetent" zu gestalten, kann er laufend von den Ressourcen seines Körpers profitieren. Menschen mit körperlichen Einschränkungen können den Alltag unter Anwendung von MH Kinaesthetics-Wissen länger eigenständig meistern. Dies belegen die Erkenntnisse aus über 30 Jahren Forschungstätigkeit von Dr. Lenny Maietta und Dr. Frank Hatch.

Während Ihres Besuches am 5. Selbsthilfetag sorgen die Schülerinnen der „Fachschule für wirtschaftliche Berufe der Dominikanerinnen" für Ihr leibliches Wohl!

WINWIN
CAFÉ, BAR & SPIEL
CASINOS AUSTRIA
österreichische LOTTERIEN

Außerlechner
ORTHOPÄDIE – SCHUHTECHNIK
Oswald Außerlechner | 9941 Kartitsch 53
Tel: 04848 5208 | Fax: 04848 5208 -15 | E-mail: oswald.ausserlechner@schuhtechnik.at

SOZIALSPRENGEL OSTTIROL

EG

„Leistungsangebote der Sozialsprengel und Pflege zum Angreifen“

- Information über Sprengelleistungen, Betreuungskosten, Pflegegeld und Beihilfen ...
- Pflege zum Angreifen: gesundheitsfördernde Therapeutic Touch-Interventionen, sinnliche Aromapflege, wohltuende Wickel, ...
- Gesundheitsstraße mit Blutdruckmessung, Blutzuckerbestimmung und Gewichtsanalyse ...

PRO MENTE TIROL – GESELLSCHAFT FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT

EG

„Sozialpsychiatrische Nachsorge Osttirol“

Wir bieten Menschen, die auf Grund einer psychischen Erkrankung an Beeinträchtigungen und Behinderungen leiden, Rehabilitation und Betreuung an.

In unserem Informationsraum:

- präsentieren wir unser Angebot anhand einer Bilderserie
- befindet sich eine Sitzecke zur Information und zum persönlichen Austausch in angenehmer Atmosphäre, bei Kuchen und Kaffee
- gestalten wir als Gemeinschaftsprojekt eine Mosaikkugel, die in der Abschlussveranstaltung zugunsten des Selbsthilfeverbandes versteigert wird

ÖDV – DIABETIKER SELBSTHILFEGRUPPE OSTTIROL

11.00 **Begrüßung und Ausstellungseröffnung** – Anna Mayer/ÖDV Bundesvorsitzende, Ferdinand Breschan-Bodner/ÖDV-SHG Osttirol – Pharmafirmen informieren über Diabetikerbedarf

13.00 **Dr. Robert Kovacic** – Kinderfacharzt
Pumpentherapie im Alltag – so geht das

15.00 **Frau Bettina Theurl** – Diaetologin
Ernährungsberatung

Ernährungsberatung für Diabetiker wie für Stoffwechselgesunde ist eine ausgewogene, abwechslungsreiche und leistungsfähige Ernährung ideal, um gesund und leistungsfähig zu bleiben.

17.00 **OA Dr. Egon Eisendle** – BKH Lienz

2.OG *Die Zukunft des Typ-2 Diabetes – moderne, orale Therapieoptionen*

ÖDV
diabetikerselbsthilfe – österreichweit

A-5020 Salzburg, Moosstraße 18, Tel.: 0662/827722, E-Mail: oedv.office@aon.at
Besuchen Sie uns auch im Internet unter: www.diabetes.or.at

AUSSTELLER

FIRMEN

Lienzer Sparkasse
Infostand

Orthopädie-Schuhtechnik Außerlechner
Maßeinlagen für Arbeit, Freizeit und Sport, Diabetesversorgung, orth. Maßschuhe, Innenschuhe, Neu: Fußdruckmessung, Schuhzurichtungen, Fachhandel, Berg- & Wanderschuhe

Generali Versicherung
Infostand mit Beratung und Gewinnspiel

Hansaton
Wie gut hören Sie? Wie gut verstehen Sie? Kostenlose Schnell-Hörtests direkt am HANSATON Messestand. Informieren Sie sich unverbindlich über Hörgeräte und praktisches Zubehör. Wir stehen gerne für Fragen rund ums Thema Hören zur Verfügung.
HANSATON-Hörkompetenz-Zentrum für Beratung, Messung, Hörgeräte und Gehörschutz.

Osttiroler Haushaltsmühlen
Waldner Biotech GmbH

Reisebüro Alpenland
Infostand

Sanibed OG
„Alles rund um die Pflege“

Teegarten
Aromaöle, Tee, Geschenke

SOZIALVEREINE

CARITAS Regionalstelle Osttirol
Infostand

Pro Mente Tirol – Gesellschaft für Psychische Gesundheit/Zentrum Lienz
Infostand und Aussteller

Eltern-Kind-Zentrum Osttirol
Infostand

Dachverband der Selbsthilfe Osttirol
Infostand

Die „bildungsinfo-tirol“
Kostenloses Informations- und Beratungsangebot für alle Fragen rund um Bildung und Beruf. Die „bildungsinfo-tirol“ bietet Orientierungshilfe und Unterstützung beim Planen, Treffen und Umsetzen von realistischen Bildungs- und Berufsentscheidungen. Sie steht allen Menschen offen, egal, ob es um Berufseinstieg, berufliche Veränderung, Neuorientierung, Wiedereinstieg oder die Planung der Aus- und Weiterbildung geht.

ÖDV – Österreichische Diabetikervereinigung
Infostand, Firmenausstellung über Diabetikerbedarf, Überprüfung und Beratung von Blutzuckergeräten

Beratungsstelle für Gehörlose & Dolmetschzentrale für Gebärdensprache
Jobcoaching, technische Hilfsmittelberatung, Vermittlung von Informationen zu Aus-und Weiterbildung und Hilfe bei Telefonate, Antragstellung und Schriftverkehr für Gehörlose, Schwerhörende und CI-TrägerInnen. Organisiert und vermittelt Dolmetscherinnen für sämtliche Bereiche und klärt die Finanzierung ab.

KommBi – Bildungs- und Kommunikationszentrum für Gehörlose, Schwerhörende & CI-TrägerInnen
Veranstaltet Schulungen für Arbeitssuchende, Berufstätige, aber auch WiedereinsteigerInnen. Es werden Kurse in Lautsprache und Gebärdensprache zu verschiedenen Themen wie Computer, Kommunikation, Soft Skills, Persönlichkeitsentwicklung, Zielfindung usw. angeboten.

SelbA - Selbständig im Alter
Infostand zu Seniorentrainingsprogramm

Tiroler Blinden-und Sehbehindertenverband Bezirksstelle Osttirol
Beratung und Hilfe, pädagogische Frühförderung

Bildungshaus Osttirol
Infostand

GENERALI GRUPPE

LIENZER SPARKASSE
In jeder Beziehung zählen die Menschen.

Gesundheit Österreich GmbH
Geschäftsbereich
Fonds Gesundes Österreich

bildungsinfo tirol
0800 500 820 oder
bildungsinfo@amg-tirol.at

TIROLER BLINDEN- UND SEHBEHINDERTEN-VERBAND
9900 Lienz, Dolomitencenter, Stiege 2, 2. Stock
Tel.: 04852/65598
E-mail: osttirol@tbsv.org

City Cafe Konditorei Glanzl
... bekannt für beste Qualität!

alpenland
Reisen aus erster Hand
TUI TRAVELStar

TIROLER SENIORENBUND
IM SINNE DER GEMEINSCHAFT
LIENZ

DIETRICH
Erdbau · Transporte · Sand- u. Kieswerke
A-9900 Lavant
Tel.: 04852/68102
Fax: 04852/67267

TYROLIA

OSTA

[GETREIDEMÜHLEN]
WALDNER
biotech GmbH

CAFE CAPPUCCINO
Fam. Bernsteiner
Egger-Lienz Platz 1
Tel.: 04852/69870

Fußpflege Gabi
Gabriele Winkler
Schweizergasse 1
9900 Lienz
Tel.: 04852/62791
Zeit für Ruhe und Pflege

Claudias BlumenSchmuck
Wir machen Ihre Blumenträume wahr!
Inh. Claudia Ambrosch
9900 Lienz, Am Markt
Tel.: 04852/71771, Fax: 04852/71529

WEBHOFER
TRANSPORTE
Recycling Asphalt & Beton
Schottergewinnung, Erdbewegung
Unterried 20 9912 Anras
Tel.: 04846/6722 0664/1808150

PROFER
VERSICHERUNG MAKLER KANZLEI
AKAD. VKFM. CHRISTIAN PROFER
Tel. 04852-64757 · lienz@efm.at · www.efm.at
Mit über 50 Standorten die Nr. 1 in Österreich
EFM

ALPINE

Autohaus Pontiller
Lienz, Kärntner Str. 64-70, Tel.: 04852/62705
www.autohaus-pontiller.at

textil geiger
Lienz, Hauptplatz 18

WIBMER
ERDBEWEGUNG STEINBRUCH
SCHOTTER GMBH
9951 St. Johann im Walde 9
Tel. 04872/818 • Telefax 04872/844
Mobil 0664/2233441 oder 0664/2233442