



Sehr geehrter Herr Mustermann!

Mit diesem Selbsthilfe-Newsletter informieren wir Sie über die Selbsthilfe-Treffen und Online-Angebote mit vielen interessanten Vorträgen im Oktober.

Bitte informieren Sie sich über die Details zu den Treffen auf der Webseite des Ordensklinikum Linz, die laufend aktualisiert wird: www.ordensklinikum.at/selbsthilfetreffen

Die Selbsthilfegruppen freuen sich über zahlreiche Teilnehmer*innen und bitten um Weiterleitung der Informationen an Betroffene und Interessierte.

Wir wünschen Ihnen einen guten Start in den Oktober!

Ihr Team der Selbsthilfe

Mag.^a Anna Hochgerner
Selbsthilfebeauftragte des Ordensklinikum Linz

Um auf diesen Newsletter zu antworten, nutzen Sie bitte folgende E-Mail Adresse:

selbsthilfe@ordensklinikum.at

Tel.: 0732 7677 – 4580

Selbsthilfe-Treffen im Oktober

Auf dem Selbsthilfe-Terminposter finden Sie die Termine & Themen folgender Selbsthilfegruppen: **Kehlkopflose &**

Halsatmer, Tinnitus, Asthma & COPD, Prostatakrebs, Darmkrebs / Seltene Tumoren der Verdauungsorgane (GIST), Unterleibskrebs, Brustkrebs, Netzwerk AGS-Ö und Bauchspeicheldrüsenkrebs.

Terminposter herunterladen (PDF)



Fragestunde zum Thema Lungentransplantation bei COPD

Bei der Selbsthilfegruppe Asthma & COPD ist **Prim. Assoz.-Prof. Priv.-Doz. Dr. Christopher Lambers** (Foto), Vorstand der Abteilung Pneumologie am Ordensklinikum Linz Elisabethinen, zu Gast. Er wird Fragen zum Thema Lungentransplantation beantworten, die unter bestimmten Voraussetzungen bei einer weit fortgeschrittenen COPD-Erkrankung durchgeführt werden kann. Das Treffen findet am **Mittwoch, 2. Oktober 2024 um 17:00 Uhr** im Konferenzzentrum Ordensklinikum Linz Elisabethinen, Eisenhandstr. 4-6, 4020 Linz, statt. Es ist keine Anmeldung erforderlich!



QiGong-Kurs für Menschen mit und nach Krebs

Während oder nach einer Krebserkrankung kann QiGong die Psyche stärken und dazu beitragen, mit den Nebenwirkungen von Chemo- oder Strahlentherapie besser umgehen zu können. Mit Unterstützung der Selbsthilfe Darmkrebs startet am **Montag, 14. Oktober 2024** um 17:00 Uhr in Linz ein 8-teiliger QiGong-Kurs für Menschen mit und nach einer Krebserkrankung (alle Diagnosen), der von **Irene Hewarth** (Foto) geleitet wird. Ziel des Kurses ist, dass die Teilnehmer*innen QiGong in ihrem Leben regelmäßig anwenden können. Die Details zu den Teilnahmebedingungen finden Sie **HIER**. **Anmeldung** bitte bis 7. Oktober.

Anlässlich ihres 20-jährigen Bestehens zog die Selbsthilfe Darmkrebs bei einer Pressekonferenz Bilanz und blickte in die Zukunft der Darmkrebs-Vorsorge in Österreich. „Das Ergebnis unserer jahrelangen, kontinuierlichen Aufklärungsarbeit hat das Bewusstsein gefördert, dass man die schwere Krankheit Darmkrebs leicht früherkennen oder überhaupt verhindern kann. Aber es gibt noch viel Luft nach oben, um die Bevölkerung zur Darmvorsorge zu motivieren“, erklärt **Helga Thurnher** (2.v.l.), Obfrau der Selbsthilfe Darmkrebs Österreich.



Alle Infos zur Darmkrebs-Pressekonferenz



Vortrag: Ernährungstherapien bei Kopfweh

Beim nächsten Treffen der Selbsthilfegruppe am **Mittwoch, 23. Oktober 2024 um 18:00 Uhr** im Konventhospital Barmherzige Brüder Linz, Seilerstätte 2, 4010 Linz, hält **Diätologin Nicole Klinglmair, BSc** einen Vortrag zum Thema „Kopfschmerzen - Ernährungstherapien und Triggerfaktoren unter der Lupe“. Bereits um 17:00 Uhr können Interessierte zum Erfahrungsaustausch kommen. Es ist keine Anmeldung nötig. Nähere Infos zur Selbsthilfegruppe Kopfweh finden Sie [HIER](#).

Impfungen bei chronischen Erkrankungen

Welche Impfungen brauche ich? Was ist der richtige Zeitpunkt für eine Impfung? Wie können Angehörige Patient*innen mit chronischen Erkrankungen vor Infektionen schützen? In einer neuen **Online-Patientenschulung** auf www.selpers.com beantwortet **Univ.-Prof. Dr. Günter Weiss**, Facharzt für Innere Medizin, Rheumatologie sowie Infektiologie und Tropenmedizin, all diese Fragen, die für Patient*innen mit chronischen Erkrankungen und einem geschwächten Immunsystem wichtig sind.



Sich vor oder nach einer Diagnose-Stellung in der Gesundheitsversorgung zu orientieren, kann oft eine Herausforderung für Patient*innen darstellen. Bei einer Online-Veranstaltung der Gesundheit Österreich GmbH (GÖG) mit dem Titel „Selbsthilfe steht für Gesundheits- und Navigationskompetenz“ wird am **Mittwoch, 2. Oktober 2024 um 17:30 Uhr** darüber informiert und diskutiert, wie erfahrene Patient*innen und Selbsthilfegruppen zur Verbesserung der Navigationskompetenz im Gesundheitswesen beitragen können. Alle Infos zum GÖG-Colloquium und den Link zur Anmeldung finden Sie [HIER](#).

Empfehlen Sie uns weiter

Kennen Sie Menschen, für die diese Informationen ebenfalls nützlich wären? Dann schicken Sie diesen Newsletter doch einfach weiter und empfehlen Sie ihnen, sich [hier](#) zu unserem Selbsthilfe-Newsletter anzumelden.



„Verzage nicht, auch bei allzu großem Leid. Vielleicht ist das Unglück die Quelle eines Glücks.“

Menander, griech. Dichter



Ordensklinikum Linz Barmherzige Schwestern
Zuweiserbeziehungsmanagement & Marketing
Seilerstätte 4, 4010 Linz
Österreich

Ordensklinikum Linz Elisabethinen
Fadingerstraße 1, 4020 Linz
Österreich

Kontakt
selbsthilfe@ordensklinikum.at

Bildcredits: iStock/sarsmis, Ordensklinikum Linz, privat (Irene Hewardth), heute/Denise Auer, Icon erstellt von [Freepik](#) von [Flaticon](#);

Der Schutz Ihrer persönlichen Daten ist uns ein besonderes Anliegen. Wir verarbeiten Ihre Daten daher ausschließlich auf Grundlage der gesetzlichen Bestimmungen. Sie finden unsere Datenschutzbestimmung auf www.ordensklinikum.at/de/datenschutz

Sie sind Teil der Empfängerliste des Ordensklinikums Linz. Gerne senden wir Ihnen zukünftig regelmäßig Informationen zu den Terminen, Fortbildungen und Fachveranstaltungen. Sollten Sie dies nicht wünschen, können Sie sich jederzeit abmelden (siehe unten).

Ankündigungen zu unseren aktuellen und künftigen Veranstaltungen erlauben wir uns an Ihre E-Mail-Adresse bzw. an Ihre Postadresse zu senden. Sie können der Zusendung dieser Nachrichten jederzeit per E-Mail an selbsthilfe@ordensklinikum.at oder per Post an Ordensklinikum Linz Barmherzige Schwestern, Zuweiserbeziehungsmanagement, Seilerstätte 4, 4010 Linz widersprechen. Für Fragen stehen wir Ihnen jederzeit zur Verfügung.

Um sich vom Newsletter abzumelden, klicken Sie [HIER](#).

[Meine Daten ändern](#)