

TAG DER SELBSTHILFE

im A. ö. BKH Kufstein, Mehrzwecksaal

FREITAG, 9. NOVEMBER 2018

„Gemeinsam ist man weniger allein.“ Die **Selbsthilfe Tirol** lädt in Zusammenarbeit mit dem A. ö. BKH Kufstein alle Interessierten zum **Tag der Selbsthilfe** ein. Lernen Sie verschiedene Selbsthilfegruppen kennen (Mehrzwecksaal) und folgen Sie informativen Vorträgen (Demoraum). **Der Eintritt ist frei!**

Kurzvorträge der Selbsthilfegruppen

14:00–14:15 Uhr: **Dachverband Selbsthilfe Tirol**
Barbara Vantsch, BSc/Geschäftstellenleitung

14:15–14:25 Uhr: **ÖMCCV**
Chronisch entzündliche Darmerkrankungen

14:30–14:40 Uhr: **AMB**
Angehörige von Menschen mit Behinderungen

14:45–14:55 Uhr: **Memory**
Pflegerische Angehörige von Demenz- und Alzheimererkrankten

15:00–15:10 Uhr: **Lebenslang, doch endlich frei**
Aufarbeitung und Verarbeitung von Erfahrungen im Zusammenhang mit sexueller Gewalt

15:15–15:25 Uhr: **Kopfweg**
Migräne, Clusterkopfschmerz, Spannungskopfschmerz, chronische Kopfschmerzen

15:30–15:40 Uhr: **USH+TB**
Usher-Syndrom, Hörsehbeeinträchtigung und Taubblindheit

15:45–15:55 Uhr: **Trau's dir zu**
Ängste, Phobien, Panikattacken und soziale Unsicherheit

Die Vortragenden der Selbsthilfegruppen stehen von 14:00 bis 18:00 Uhr an Informationsständen mit Infomaterial und für Fragen zur Verfügung. Zusätzlich sind die **Österr. Vereinigung Morbus Bechterew** und die Selbsthilfegruppe **Endometriose** vor Ort.

GESUNDHEITSSTRASSE „STOFFWECHSEL“

Medizinische Fachvorträge

16:00–16:30 Uhr: **Gesunde Ernährung (Diätologin)**

16:40–16:50 Uhr: **Darmkrebs-Vorsorge**

17:00–17:15 Uhr: **Brustkrebs-Vorsorge**

17:30–18:00 Uhr: **Informationen zur Vorsorgeuntersuchung**