

Sinnesstraße

Apothekerkammer

Die Apotheke als niederschwellige Anlaufstelle für Menschen mit individuellen Bedürfnissen.
Information und Beratung zur Aromatherapie

AVOMED

Bewegung: Koordination und Gleichgewichtstests
Ernährung: Testen Sie Ihren Geruchssinn!

DGKP Agnes Loidl - Diabetesberaterin

Diabetes: Langzeit-Blutzuckermessungen,
Blutzuckermessungen, Beratung und Information

Verband der Diätologen Österreichs - Landesgruppe Tirol

Kosten - genießen - lernen: Ernährungstipps und
Training des Geschmackssinns

REHA Innsbruck

Beratung und Tests zur Herz- und Lungengesundheit

Schlaflabor Telfs

Beratung und Tests rund um einen gesunden Schlaf

Dr. Alexander Smekal und Mag.^a Evelina Cordalija

Ultraschall der Schilddrüse
Zusammenhang zwischen Schilddrüse und Psyche

Stastny Optik

Sehtests und Vorsorgegespräch

Information und Beratung

Österreichische Gesundheitskasse

Informationen, Vorsorge und Gesundheitsförderung

Sozialministeriumservice - Landesstelle Tirol

Informationen zu Unterstützungsleistungen
Fit2work Personenberatung

Gehörlosenverband Tirol

Informationen zur Beratungsstelle



Mit freundlicher Unterstützung

Bundesministerium
Soziales, Gesundheit, Pflege
und Konsumentenschutz

Gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich
Gesundheit Österreich
GmbH

Geschäftsbereich
Fonds Gesundes
Österreich

Österreichische
Gesundheitskasse

Psychologische Praxis
Mag. Evelina Cordalija

LAND
TIROL

avomed
ARBEITSKREIS FÜR VORSORGE-MEDIZIN
UND GESUNDHEITSFÖRDERUNG IN
TIROL

Stastny Optik®

Schlaflabor Telfs

gehörlosen
verband tirol

reha
innsbruck

VERBAND ÖSTERREICHISCHER
DIABETESBERATERINNEN

APOTHEKERKAMMER
TIROL
Österreichische
Diabetikervereinigung

Zentrum
für ambulante
Herz- und Lungen-
Rehabilitation

INNS'
BRUCK

DIAETOLOGEN
Verband der Diätologen Österreichs

Sozialministeriumservice

Titelbild: iStock.com/lyndonstratford

Dachverband der Tiroler
Selbsthilfvereine und -gruppen
im Gesundheits- und Sozialbereich

Adresse

6020 Innsbruck, Innrain 43, Erdgeschoss

Kontakt

+43 512 57 71 98

dachverband@selbsthilfe-tirol.at

www.selbsthilfe-tirol.at

Selbsthilfe
Tirol



Tag der Selbsthilfe

Donnerstag, 5. Mai 2022
Landhaus Tirol



Allgemeine Informationen

Datum

Donnerstag, 5. Mai 2022

Uhrzeit

10.00 - 16.30 Uhr

Ort

Landhaus 1 - Großer Saal
Zugang über den Haupteingang
Eduard-Wallnöfer-Platz 4, Innsbruck

Moderation

Manolito Licha

Moderator bei Life Radio Tirol und Puls 4

Alle Vorträge zum heurigen Schwerpunktthema „**Psychische Gesundheit**“ finden im Großen Saal statt. Nach jedem Vortrag können die Besucher Fragen an die Vortragenden stellen.

Unsere Veranstaltung ist barrierefrei!

Gebärdendolmetscher übersetzen die Vorträge für Gehörlose, Schwerhörende und CI-Träger. Der Große Saal ist mit einer Induktionsanlage ausgestattet.

Rahmenprogramm

Gail Anderson mit David Manna

Smovey Ringe

Gewinnspiel mit Auflösung
am Ende der Veranstaltung

Programm

10:00-10:15

Eröffnung

Landesrätin Mag.^a Annette Leja

Franz X. Gruber, Präsident der **Selbsthilfe Tirol**

10:15-11:00

Glückliche Kängurus springen höher

Impulse aus der Glücksforschung

Dr.ⁱⁿ Melanie Hausler

Klinische- und Gesundheitspsychologin

11:00-11:15

Selbsthilfegruppen und Sinnesstraße

11:15-12:15

Krise im Glück - Glück in der Krise?

Mag.^a Dr.ⁱⁿ Margit Schäfer

Lektorin am Management Center Innsbruck,

Lehrerin für Gesundheits- und Sozialberufe

12:15-13:30

Mittagspause

13:30-14:00

**Informieren Sie sich über die Arbeit der
Selbsthilfegruppen an den Infoständen!**

**Selbsthilfe wirkt
mit allen Sinnen
in allen Lebenslagen
für jeden Einzelnen**

Programm

Trialogische Beratungsstelle -

ein Pionierkonzept aus Tirol

Elmar Kennerth

Vorsitzender und Geschäftsführer, TIPSI

Kristine Lungeanu

Koordinatorin und Beraterin, HPE Tirol

14:00-14:15

Selbsthilfegruppen und Sinnesstraße

14:15-15:00

**Im Wechselbad der Gefühle - wenn die Schilddrüse
mit der Psyche tanzen geht!**

Dr. Alexander Smekal

Nuklearmediziner und Radiologe

Mag.^a Evelina Cordalija

Klinische- und Gesundheitspsychologin, Mediatorin

15:10-16:00

**Die heilsame und stärkende Wirkung von Humor
Mag. Werner Gruber**

Sozialwissenschaftler, Teamtrainer, Spiel- und
Theaterpädagoge, Humorbotschafter

16:00-16:30

Gewinnspiel Auflösung

Abschluss

