

DRÜBER  
REDEN  
HILFT.<sup>at</sup>

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

# TAG DER SELBSTHILFE

SONNTAG, 24. NOVEMBER 2019 | 10 BIS 17 UHR  
WIENER RATHAUS | DER EINTRITT IST FREI

MODERATION: CHRISTOPH FEURSTEIN, ORF

# PROGRAMM 24. NOVEMBER 2019



## 10:00 UHR ERÖFFNUNG

Begrüßung und musikalischer  
Start in den Tag

## 11:00 UHR GENERATIONENWECHSEL IN DER SELBSTHILFE

**Wie geht es weiter? – Erneuerung in der  
Selbsthilfegruppe**

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

**Junge Selbsthilfe in Mittelfranken, Bayern**

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

**Selbsthilfe geht neue Wege**

Beispiele aus der Praxis

## 14:00 UHR AUTOIMMUNERKRANKUNGEN

**Selten war gestern – Autoimmunerkrankungen  
am Beispiel Hashimoto thyreoditis**

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

**Autoimmunerkrankungen –  
ganzheitlich betrachtet**

Caro Frauendorfer, Apothekerin,  
Resilienztrainerin und Ernährungsberaterin

**Selbsthilfegruppen stellen sich vor**

**Glückliche Kängurus springen höher –  
Impulse aus der positiven Psychologie**

Dr.<sup>in</sup> Melanie Hausler, Klinische und  
Gesundheitspsychologin

## ZUM MITMACHEN:

Achtsamkeitstraining, Trommeln,  
Quizrad und vieles mehr ...

## 17:00 UHR VERABSCHIEDUNG