Nr. 63 September 2019

DONNA Wetter

JUBILÄUMSAUSGABE MIT NACHLESE ZUR FACHTAGUNG ***BERATUNG WIRKT***

Mit Veranstaltungskalender von September 2019 bis Juni 2020

HERBST 2019 und FRÜHLING 2020

30 JAHRE
FRAUENNETZWERK

www.frauennetzwerk-rohrbach.org - E-mail: office@frauennetzwerk-rohrbach.at - Tel: 07289/6655 - A-4150 Rohrbach-Berg, Stadtplatz 16/2

Unsere Legasthenie-Trainerin

Christine Steininger stellt sich vor

Liebe LeserInnen,

ich freue mich sehr, dass ich mich heute als neue Mitarbeiterin des Frauennetzwerkes bei Euch/Ihnen vorstellen darf.

Mein Name ist Christine Steininger.

Ich wohne mit meiner Familie, in der Nähe von Arnreit, in einem kleinen Haus mit großem Garten. Als Kind wuchs ich, mit zwei Geschwistern, auf einem großen landwirtschaftlichen Betrieb auf. Die Volksschule besuchte ich in Oberkappel und die Hauptschule in Hofkirchen. Meine Jugendjahre verbrachte ich in Linz, machte eine Ausbildung zur Friseurin und arbeitete noch einige Jahre als Gesellin.

Aus gesundheitlichen Gründen begann ich meinen zweiten Bildungsweg, mit der Ausbildung in der HAK Rohrbach. In den weiteren Jahren widmete ich mich meiner Familie und begann mit der Ausbildung zur diplomierten Legasthenie- und Dyskalkulietrainerin.

Ende 2013 schloss ich die Ausbildung zur diplomierten Legasthenie- und Dyskalkulietrainerin erfolgreich ab und begann mit einem Lehrgang in praktischer Psychologie. Nach Abschluss dieses Lehrganges erweiterte ich mein Wissen im Bereich AD(H)S und/oder Lernstörungen durch einen weiteren Lehrgang, den ich Ende 2016 erfolgreich abschloss.

Angereichert habe ich mein Wissen durch weitere Fortbildungen im pädagogischen Bereich. Anschließend konnte ich mein pädagogisches Wissen in die Schülernachmittagsbetreuung einfließen lassen. Seit 2018 bin ich im Frauennetzwerk als Legasthenietrainerin beschäftigt und ich freue mich immer, wenn ich für Betroffene und Angehörige eine Unterstützung sein kann.

Das Phänomen des „Lernens“ erweckt immer noch mein Interesse und schürt

meine Neugier. Ich versuche so viel wie möglich in Erfahrung zu bringen, mich immer wieder fortzubilden und mein Wissen stetig zu erweitern.

Wichtig ist für mich, das Kind in seiner Persönlichkeit zu achten, es als ganzen und vollwertigen Menschen zu sehen. Das Kind nicht auf seine Schwierigkeiten zu reduzieren. Dem Kind Raum zum selbstständigen Denken und Handeln zu geben. Ihm Gelegenheit zu bieten, den eigenen Lernbedürfnis zu folgen und ihm zu helfen Schwierigkeiten zu überwinden, statt ihnen auszuweichen.

Ausgleich und Entspannung finde ich beim Tanzen, Sport und Lesen.

Liebe LeserInnen, abschließend bedanke ich mich bei meinen Kolleginnen, dem Vorstand des Frauennetzwerkes, den Eltern und Kindern für die herzliche Aufnahme und die gute Zusammenarbeit.

„Niemand ist perfekt,
aber jeder ist einzigartig!“

Impressum

Herausgeberinnen & Medieninhaberinnen:

Frauennetzwerk Rohrbach
Interessensverband Frauenkultur
4150 Rohrbach-Berg
Stadtplatz 16/2
Tel 07289/6655

www.frauennetzwerk-rohrbach.org
ZVR-Zahl 852228582

Öffnungszeiten:
Mo bis Fr von 8 - 12 h,
und Do von 13 - 16 h

Arge Region Kultur
www.argeregionkultur.at
leitung@frauennetzwerk-rohrbach.at

An dieser Zeitung haben mitgearbeitet:

Regina List
Jutta Müller

Layout und Satz:
Regina List
Jutta Müller

Druck:
Druckerei Rohrbach
Harrauerstraße 31
4150 Rohrbach

Jahresabo: € 10,-
Erscheint jährlich
Redaktionsschluss der nächsten Ausgabe:
16. Juni 2020

Wir freuen uns über eingesandte Beiträge, können jedoch nicht für eine Veröffentlichung garantieren und behalten uns eine redaktionelle Bearbeitung vor.

Inhalt

Über uns/Impressum	2
Inhalt	3
Donna Wetter Intern	4
Nachlese 30 Jahre FNW	5 - 13
Internationaler Frauentag	14
Legasthenie und Dyskalkulie	15
EDV-Kurse	16 - 18
Thementag Gesundheit	19
Veranstaltungen - Gesundheit	20 - 21
Angebote - Gewaltprävention	22 - 25
Beratungen	26 - 27
Begleitung	28
Still- und Babygruppe	29
Begleitung / Qualitätsmanagement	30 - 31
Jahresbericht - Rückblick 2018	32 - 33
Veranstaltungskalender	34

Unsere Öffnungszeiten:
Mo bis Fr von 8 - 12 h
und Do von 13 - 16 h

Beratungen nach Vereinbarung
www.frauennetzwerk-rohrbach.org
office@frauennetzwerk-rohrbach.at

Herzlich Willkommen im Frauennetzwerk

Nachlese / Fachtagung 30 Jahre für Mädchen und Frauen

Liebe LeserInnen!
Liebe FreundInnen!

Beratung wirkt – lautete das Motto für die erste Fachtagung zum 30jährigen Jubiläum.
Am 06. Juni fand im CENTRO Rohrbach im Rahmen des Leader Projektes Donau Böhmerwald mit dem Leader Projekt **Voi Lebm** – ***Beratung wirkt*** ein tages- und abendfüllendes Programm statt.
Zu Beginn wurden den 60 BesucherInnen die Entstehung und die Wirkung des Frauennetzwerkes mit ihren Angeboten präsentiert. In Interviews, die im Rahmen der **Wirkungsanalyse** durchgeführt wurden, bestätigten unsere KundInnen, dass sie Antworten auf ihre Fragen bekommen und damit Orientierung und Selbstvertrauen gewonnen haben. In der **Außenwirkung** zeigte sich, dass sich die Stellung der Frau in den letzten 30 Jahren verändert hat. Wir sehen unser Netzwerk in dieser Entwicklung als Katalysator und Gestalterin. Neben der Wirkungsanalyse wurde auch die Zukunft der Frauen auf dem Land in den Fokus genommen.
In der **Frauenstrategie 2030 vom Land OÖ** finden sich Themen und Lösungsansätze für die Bedürfnisse der Frauen, damit sie mit ihren Familien auf dem Land leben können. Eine der wichtigsten Fragen ist die Klärung der Angebote für eine Nachmittagsbetreuung von Kindern. Dem entsprechend geht es auch um die Veränderung von Teilzeitarbeit nach der intensiven Betreuungszeit, wenn Kinder größer werden. Langjähriges Teilzeitarbeiten, bedeutet im Alter ein hohes Armutsrisiko für alleinstehende Frauen. Die Vereinbarkeit von Familie und Beruf gehört im modernen Leben von Frauen einfach dazu. Ebenso geht es um die soziale Absicherung im Alter. Pensionssplitting ist trotz der gesetzlichen Möglichkeit wenig bekannt und noch weniger umgesetzt. Das Thema Frauen und Geld braucht eine öffentliche Diskussion. Die Pensionsleistungen von Frauen dürfen nicht vom Wohlwollen des Partners abhängen. Dazu braucht es eine ehrliche und faire Diskussion, die von der Kann-Bestimmung in eine gesetzliche Regelung geändert werden soll. Ein weiterer Punkt der Tagung war die **Digitalisierung von sozialen Diensten** im Bezirk Rohrbach.
Die Idee: Eine Webseite mit allen sozialen Diensten im Bezirk Rohrbach. Für Menschen, die auf der Suche nach Angeboten sind, soll es eine App geben, die es ermöglicht, mit sog. Schlagwörtern die passende Dienstleistung zu finden.
Zwei Angebote am Nachmittag haben die Tagung abgerundet:
Sicherheit – Wie kann ich mich am besten präventiv schützen, und welche Möglichkeiten zur Selbstbehauptung gibt es? Markus Schimpl hat ein ***Erste Hilfe Programm - „Ich rette mich“*** geschrieben. Die realistische Gefahreneinschätzung aus der Sicht eines Sicherheitsprofis löste viele Gedanken aus.
Tanzen(d) ins Alter mit der AGE Company
- Was bewirkt Tanzen im Alter?
- Welche gesundheitsfördernden Aspekte hat das Erarbeiten und Performen auf der Bühne? TagungsteilnehmerInnen durften sich ausprobieren und hatten viel Spaß dabei.

Am Abend waren hochkarätige ExpertInnen bei der **Podiumsdiskussion mit dem Thema „Dem Ende den Schrecken nehmen“** zu Gast. Wir teilen diese Expertisen gerne mit Ihnen. Auf den nächsten Seiten finden Sie die schriftliche Zusammenfassung aller ExpertInnen. Die Moderation der Podiumsdiskussion hat Frau Doris Fischer-Stadler übernommen. Den Abschluss gestaltete die Bäuerinnen-Kabarettgruppe **Die Miststücke,** mit Ihrem Programm ***Best of 20 Jahre Miststücke***.
Unter https://cba.fro.at/410122 gibt es ein Interview von unserem Jubiläum mit der Fachtagung.
Jutta Müller, Geschäftsführerin

Expertisen zum Podium

Dem Ende den Schrecken nehmen

Allen voran **Dr. Bernhard Lang**. Der Abend wurde von Beginn an mit ihm konzipiert und war ein Ergebnis aus mehreren Gesprächen zum Thema Legalisierung des assistierten Suizids.

Begriffserklärungen:
Selbsttötung - Freitod - Selbstmord - Suicid (sui-sich, caedo - morden - totschlagen - fällen) aktive Handlung eines Menschen sein Leben zu beenden.
Assistierter Suicid - Beihilfe zur Selbsttötung:
Sterbewillige setzen selbst den Akt der Zufuhr einer zum Tod führenden Substanz, die aber von einer anderen Person besorgt oder zubereitet wird.

Sterbehilfe: Begriff ist verwirrend!

A: **Hilfe im Sterben-Sterbebegleitung**
Kernkompetenz der Palliativmedizin (z.B. palliative Sedierung)

B: **assistierter Suicid** (siehe oben)

C: **Tötung auf Verlangen**

D: **Tötung ohne Verlangen**
Bei Menschen denen es nicht möglich ist ihren Willen kundzutun und keine Patientenverfügung oder Vorsorgevollmacht existiert und offensichtlich keine Heilung möglich und Leiden erkennbar ist.

E: **Mord**
(z.B. missbrauchte Verwendung des Begriffs Euthanasie in der Zeit der Diktatur des Nationalsozialismus)

Passive Sterbehilfe - Sterben (zu)lassen
Kernkompetenz der Palliativmedizin bzw. des behandelnden Arztes zusammen mit dem einwilligungsfähigen Patienten und den Angehörigen. Eine Veränderung des Behandlungszieles, weg von palliativen Handeln, hin zu linderndem Tun, zu vereinbaren. Bei nicht entscheidungsfähigen Menschen ist eine Vorsorgevollmacht oder Patientenverfügung oder eine Abstimmung mit den Angehörigen sinnvoll.

Indirekte Sterbehilfe:
Palliative Linderung von Beschwerden durch Substanzen, die eventuell lebensverkürzend wirken.
Palliati: lat. pallium-Mantel -mit Mantel umhüllen -schützen

Das Thema des Abends war, auch auf Grund der Auswahl der PodiumsteilnehmerInnen, eine Herausforderung für mich. Meine persönliche Haltung zu diesem Thema ist folgende:
Eine effiziente und in der Kommunikation mit dem Patienten und Angehörigen perfekte Palliativmedizin, wird das Thema der Beihilfe zur Selbsttötung stark reduzieren. Es ist daher essentiell, ausreichende Ressourcen in diesem Bereich zur Verfügung zu stellen.
Es gilt aber auch psychosoziale, kulturelle, spirituelle, ethische und rechtliche Aspekte zur Selbstbestimmung des Menschen, ehrlich zu diskutieren. Ideologiebehaftete und sachliche Argumente sind zu trennen und die eigene Fachkompetenz nicht manipulativ zu missbrauchen.
Exkurs: (Siehe Seite 8) von Prof. Rosenerger wurde das Thema assistierter Suizid mit dem Beispiel eines „Dammbruches im amerikanischen Bundesstaat Oregon“ behandelt. Die 500 prozentige Steigerung an assistierten Suiziden zwischen der Einführung 2002 und 2014 (Quelle Selbstbestimmt Sterben von Gian Domenico Borasio Verlag C.H. Beck) kann man sehr wohl so sehen. Die absoluten Zahlen sind von 3 Sterbefällen pro Tausend in 12 Jahren auf 16 pro Tausend gestiegen, wobei aus der Statistik nicht hervorgeht, wie viele Menschen aus anderen Bundesstaaten nach Oregon in diesem Zeitraum zum Sterben kamen. In Bezug auf absolute Zahlen wurden 2008 in Oregon 88 Rezepte bei 60 tatsächlichen Todesfällen, 2013 122 Rezepten bei 71 tatsächliche Todesfälle verzeichnet, also ein relativer Rückgang in Bezug auf das Verhältnis ausgestellter Rezepte zu tatsächlichen Todesfällen von 68.2% auf 58,2 %.

Dr. Bernhard Lang, ehem. Gemeindearzt in Sarleinsbach

Expertisen zum Podium

Dem Ende den Schrecken nehmen

Wenn plötzlich alles anders ist - Begleitung in der letzten Lebensphase.

Frau Maria war nahezu 80 Jahre alt und hat 3 Kinder großgezogen, nachdem sie ihren Gatten durch eine schwere Infektionskrankheit verloren hatte. Sie war immer für die eigene Familie und für die anderen da, war bedacht, ihr Leben möglichst eigenständig zu führen, niemandem zur Last zu fallen. Die Kinder haben sich ein eigenes Leben aufgebaut, mit Familie und von der Oma geliebten Enkelkindern.

Plötzlich diese Schmerzen im Bauch, immer wieder Übelkeit, verbunden auch mit Erbrechen, Appetitlosigkeit und dadurch auch Verlust der körperlichen Kräfte.

Die Abklärung im Krankenhaus zeigte sehr schnell eine ausgedehnte bösartige Erkrankung als Erklärung für diese Beschwerden. Eine Operation war nicht möglich, eine Chemotherapie wenig aussichtsreich.

Das Leben hat sich in kurzer Zeit komplett verändert, es wird auch nicht mehr so sein wie vorher - die Selbstständigkeit gefährdet und die Lebenszeit ist plötzlich fühlbar begrenzt.

Die moderne Medizin muss sich mit der Frage konfrontieren: „Sieht es wirklich so schlecht aus bei mir, kann man nichts mehr tun?“ Der schwerkranke Mensch und sein familiäres Umfeld haben Angst, plötzlich allein dazustehen. Das Angebot der palliativen Betreuung soll in dieser Situation für „Care“ stehen, was soviel wie Fürsorge, sich kümmern und dasein steht.

Das Angebot der palliativen Betreuung konnte Frau Maria nach anfänglichem Schrecken und Abwehr dann doch annehmen. Schon beim ersten Gespräch konnten manche Ängste abgebaut werden. Bedeutet der Ausdruck „Palliativ“ für viele doch, dass nun das Leben zu Ende geht.

Es gelang bei diesem Erstkontakt gut, eine Basis des Vertrauens aufzubauen und Sicherheit zu geben in dieser massiven Verunsicherung, dass man nicht alleine gelassen wird. In dieser Situation kann oft die Sprachlosigkeit, ausgelöst durch die niederschmetternde Diagnose, gelöst werden, manchmal braucht es mehrere Begegnungen. Es braucht Ermutigung, Wünsche und Bedürfnisse zu äußern, die vielleicht immer wieder aus Rücksicht auf die anderen zurückgestellt wurden. Immer wieder hört man dann in dieser Lebensbilanzierung:

„Ich glaube, ich habe nicht gelebt, ich wurde gelebt.“

Der Zeit mehr Leben geben und nicht dem Leben mehr Zeit, ist ein oft zitierter Auftrag. Um diese tiefen existentiellen Themen besprechen zu können, gilt es zunächst, belastendes körperliches Leid zu lindern. Die plötzlichen Schmerzattacken im Bauch machen Angst und nehmen viel von der noch verbleibenden Lebensqualität.

Für die Schmerztherapie steht heute eine Reihe von Medikamenten in unterschiedlichen Verabreichungsvarianten zu Verfügung. Opiode sind dabei eine zentrale Grundlage, verbunden oft mit Angst vor Abhängigkeit und Bewußtseinsstörungen. Zu wissen, was man bei Schmerz nehmen kann, gibt Sicherheit und nimmt dem betroffenen Menschen und seinem Betreuungsumfeld das Gefühl der Hilflosigkeit. Aber Schmerz in dieser bedrohlichen Situation hat mehrere Dimensionen.

Schmerz hat massive psychische und soziale Auswirkungen. Schmerz bei dieser ernsthaften Diagnose führt zu existentiellen Krisen.

Ein Mensch in der Schmerzsituation möchte wahrgenommen und ernst genommen werden. Das braucht Gespräche und das Gefühl, nicht alleingelassen zu werden. Schmerz schränkt soziale Kontakte ein und führt zur Vereinsamung und Isolierung. Hier ist auch die Begleitung des familiären Umfeldes gefordert.

Expertisen zum Podium

Dem Ende den Schrecken nehmen

Familiengespräche können viele Fragen klären, die sich aus der durch Krankheit plötzlich geänderten Lebenssituation ergeben. Betroffenheit kann thematisiert und manche Sprachlosigkeit überwunden werden.

Das nahe Lebensende zu thematisieren löst Trauer, Verzweiflung und auch Schock aus. Es braucht ein multiprofessionelles Team, bestehend aus PflegerInnen, PsychotherapeutInnen, ÄrztInnen und SeelsorgerInnen, um diesen vielschichtigen Anforderungen gerecht zu werden.

Für Frau Maria war der Glaube immer ein wichtiger Teil in ihrem Leben. Er wurde auch zu einem wichtigen Halt in dieser letzten Lebensphase.

Wesentlicher Teil der palliativen Betreuung ist auch die Frage nach spirituellen Bedürfnissen. Die Krankensalbung im Kreise der Familie wurde zu einem tiefen stärkenden Element für Frau Maria und ihre Familie. Trotz der zunehmenden Schwäche konnte der große Wunsch, ihre letzte Lebenszeit daheim zu verbringen, erfüllt werden. Durch die multiprofessionelle palliative Betreuung konnten die Angehörigen in die herausfordernde Situation hineinwachsen und dem Wunsch der Mutter, zu Hause zu versterben, entsprechen. Unser Versorgungssystem gewährleistete auch die palliative Begleitung zu Hause.

Die Tochter von Frau Maria schrieb: „Die Wochen der Begleitung bei euch auf der Abteilung und zu Hause, waren so wertvoll. In dieser Zeit habe ich mehr lernen dürfen und tiefe Erfahrungen gemacht, mehr als in meinem bisherigen Leben."

Dr. Johann Zoidl
Seit 1982 im Krankenhaus der Barmherzigen Schwestern als Arzt tätig, Ausbildung zum Strahlentherapeuten, Aufbau der Palliativstation und Leiter seit der Eröffnung im Jahr 2000, Vorstandsmitglied im Landesverband Hospiz OÖ

Univ.-Professor Dr. Michael Rosenberger gab einen Überblick über die gesetzlichen Anträge der letzten Jahre und die klare Absage zur Möglichkeit der aktiven Sterbehilfe in Österreich.

„My life, my choice at the end of my life!" – „Mein Leben, meine Wahl am Ende meines Lebens!"

So lautete ein Debattenbeitrag im Rahmen der Volksabstimmung im US-Bundesstaat Massachusetts am 7. November 2012 über den ***„Death with Dignity Act",*** der die ärztliche Beihilfe zum Suizid ermöglichen sollte.

Anders als in Oregon 1994 (51% Pro-Stimmen) und Washington 2008 (58% Pro-Stimmen) votierten in Massachusetts aber 51% der Wahlberechtigten gegen die gesetzliche Freigabe ärztlicher Suizidbeihilfe. Massachusetts im Nordosten der USA ist weder so konservativ wie der „Bible belt" im Süden noch ganz so liberal wie Oregon und Washington im äußersten Nordwesten.
Und obwohl der Slogan „***my life, my choice***" in den USA in vielen Kampagnen, etwa zur sexuellen Selbstbestimmung, hohe Plausibilität genießt, hat er bisher erst in vier Bundesstaaten eine Öffnung der ärztlichen Suizidbeihilfe in Grenzfällen bewirkt.

Würde man in Deutschland oder Österreich eine vergleichbare Volksabstimmung durchführen, dürften die Abstimmungsergebnisse keineswegs so knapp ausfallen.

Eine eng begrenzte Freigabe der ärztlichen Suizidbeihilfe befürworten in Umfragen regelmäßig mehr als 90% der Menschen. Und mir scheint, dass dasselbe Argument dabei den Ausschlag gibt, wie es die Pro-Choice-Kampagnen in den USA stark machen:

Es ist meine Entscheidung – da hat sich der Staat nicht einzumischen!

Expertisen zum Podium

Dem Ende den Schrecken nehmen

Aus ethischer Perspektive muss diese These stark hinterfragt werden, in dreierlei Weise:

1) Was wäre ein vernünftiges(!) Argument für einen Suizid?

- Nicht dement zu werden?
- Nicht in Windeln gepflegt werden zu müssen, wie es die US-Amerikanerin Brittany Maynard befürchtete, die sich im November 2014 das Leben nahm?
- Nicht an den Rollstuhl gefesselt zu sein?
- Anderen nicht zur Last zu fallen?

Ober eben doch nur das eine: Extreme, nicht linderbare Schmerzen, die man nicht mehr aushält? Dieses letzte würde ich gelten lassen – bei allen anderen habe ich erhebliche Zweifel.

2) Gewichtig scheint mir auch eine Frage, die die ÄrztInnen betrifft.

Der vorgelegte Gesetzesvorschlag verlangt ihnen kommunikativ eine Menge ab. Sie sollen ergebnisoffen, aber zugunsten des Lebens beraten. Damit stünden sie in einer ähnlichen Spannung wie die Beraterinnen der Schwangerschaftskonfliktberatung. Während diese aber in höchstem Maße dafür ausgebildet wurden, haben die ÄrztInnen nur einen Crashkurs für ärztliche Kommunikation hinter sich. Wird sie die Beratung in puncto Suizid also nicht mehrheitlich weit überfordern?

3) Meine dritte und letzte Anfrage kreist um die Einschätzung der Dammbruchmöglichkeiten.

In Oregon hat sich die Zahl der ärztlich assistierten Suizide von 24 im Jahr 1998 auf 105 im Jahr 2014 entwickelt. Das ist eine Vervierfachung im Laufe von 16 Jahren – allerdings auf niedrigem Niveau. Der Anteil ärztlich assistierter Suizide an allen Sterbefällen lag 2014 bei 0,31%.

In Washington ist der Zuwachs schon deutlich schneller, wobei die prozentuale Quote 2013 noch ähnlich hoch war wie in Oregon. Am schnellsten aber und auf dem mit Abstand höchsten Niveau steigt die Zahl assistierter Suizide in der Schweiz. 2012 waren es mit 508 Fällen bereits 0,8% aller Todesfälle – Tendenz weiter und immer schneller steigend. Wohl-gemerkt: Die Schweizer Statistik zählt nur Schweizer BürgerInnen – die „SuizidtouristInnen“ aus dem Ausland sind nicht eingerechnet. Die Befürchtung eines Dammbruchs ist also gut begründet – und ein starkes Argument dagegen, die ärztliche Suizidbeihilfe straffrei zu stellen.

Univ.-Prof. Dr. Michael Rosenberger
Institut für Moraltheologie
Katholische Privatuniversität Linz

Zur Klärung der Unterschiede der Patientenverfügung bzw. Vorsorgevollmacht gab Juristin Mag.ª Maria Grabner eine Zusammenfassung der gesetzlichen Regelungen:

Patientenverfügung (PV) dient zur Stärkung der Autonomie des Patienten.

Eine Patientenverfügung muss gut überlegt werden und soll nicht im Schnellverfahren errichtet werden.

Man sollte sich unbedingt dahingehend gut beraten lassen und mit vertrauten Personen (Angehörige) darüber sprechen.

Mit 1. Juni 2006 ist das Patientenverfügungsgesetz in Kraft getreten, welche die Voraussetzungen für die Errichtung einer PV, sowie deren Wirkung und mögliche Inhalte regelt.

Die PV bietet die Möglichkeit, das Recht auf Selbstbestimmung im Vorhinein wahrzunehmen.
Es handelt sich um eine schriftliche Willenserklärung für den Fall des Verlustes der eigenen Handlungsfähigkeit, mit welcher der Patient eine oder mehrere medizinische Behandlungen vorausschauend ablehnt, z.B. das Setzen einer Ernährungssonde kann abgelehnt werden.

Expertisen zum Podium

Dem Ende den Schrecken nehmen

Die Verfügung gilt erst dann, wenn man seinen Willen aus gesundheitlichen Gründen nicht mehr ausdrücken kann, z.B. weil man nicht mehr kommunizieren kann, oder weil man nicht mehr über die notwendigen geistigen Fähigkeiten verfügt.

Auch schreibunfähige Personen (z. B. aufgrund eines körperlichen Gebrechens) können mit Handzeichen (ersetzt die Unterschrift) und zwei Zeugen eine PV abschließen.

Ebenso können Vertrauenspersonen in einer PV angegeben werden, auch Personen genannt werden, die keine medizinische Auskunft erhalten sollen.

PV können in einem Register eingetragen werden (was auch ratsam ist). Spitäler können dort auch Einsicht nehmen. Im ÖZVV (Österreichisches Zentrales Vertretungsverzeichnis).

PV können von Personen gemacht werden, die bereits an einer Krankheit erkrankt sind.

Verboten als Inhalt einer PV sind Behandlungswünsche, die sich auf Maßnahmen der aktiven Sterbehilfe beziehen, Behandlungswünsche in Richtung Schmerzlinderung sind jedoch erlaubt.

Die Errichtung einer PV ist ein höchstpersönliches Recht (kann nur durch die Person selbst und nicht durch einen Stellvertreter abgeschlossen werden).

Für PV bestehen strenge formale und inhaltliche Erfordernisse und Voraussetzungen, weil eben eine verbindliche PV den ÄrztInnen keinen Auslegungsspielraum in Rahmen der Ermittlung des mutmaßlichen aktuellen PatientInnenwillens lassen.

Die Errichtung muss schriftlich erfolgen.

Es braucht für die Gültigkeit eine umfassende ärztliche Aufklärung und die Errichtung muss von einem/einer rechtskundigen MitarbeiterIn der OÖ Patienten- bzw. Pflegevertretung (Bahnhofplatz 1, Linz), Rechtsanwalt oder Notar verfasst sein. Eine PV kann jederzeit widerrufen werden (auch mündlich).
Die Gültigkeitsfrist einer PV wurde mit einer Neufassung des PV-Gesetzes von 5 Jahre auf nun 8 Jahre verlängert (nach Ablauf verliert die PV ihre Gültigkeit - man kann auch eine kürzere Zeit vereinbaren).

Neu seit Jänner 2019 ist auch, das eine Erneuerung einer PV keine juristische Belehrung mehr braucht. Die Erneuerung einer PV kann also durch einen Arzt/Ärztin erfolgen. Die Speicherung einer PV soll ab 2020 auch in ELGA (elektronische Gesundheitsakte) möglich sein. Die Pflicht in Gesundheitsberufen wird sein, in ELGA einzusehen.

Für ärztliche, notarielle oder rechtsanwaltliche Beratung fallen Kosten an. Kostenfrei ist die PV bei der Patienten- und Pflegevertretung, wenn das Einkommen unter € 1.100,-/mtl. liegt, bzw. bei vorliegender Befreiung der Rezeptgebühr.

Vorsorgevollmacht

Mit einer Vorsorgevollmacht kann man festlegen, wer im Ernstfall für jemand anderen Entscheidungen treffen soll; z. B. im finanziellen Bereich oder über medizinische Behandlungen, Vertretung vor Behörden oder Wohnungangelegenheiten (Umzug in ein Pflegeheim).

Grundsätzlich kann jeder Erwachsene vorsorgebevollmächtigt sein (einige Personen, wie z.B. PflegerInnen in einem Heim sind davon aber ausgenommen). Es können auch mehrere Personen vorsorgebevollmächtigt sein.

Beim Bevollmächtigten sollte es sich um eine Person handeln, zu der ein gutes Vertrauensverhältnis besteht. Zum Zeitpunkt der Errichtung muss man entscheidungsfähig sein und gewisse Formvorschriften einhalten. Die Vollmacht muss höchstpersönlich und schriftlich errichtet werden.

Expertisen zum Podium

Dem Ende den Schrecken nehmen

Die Vollmacht muss im Österreichischen Zentralen Vertretungsverzeichnis (ÖZVV) eingetragen sein.
Die Vollmacht wird nicht bereits mit der Eintragung der Errichtung in das Register wirksam, sondern erst, wenn der Vorsorgefall eintritt - wenn man die Entscheidungsfähigkeit verliert. Darüber muss ein ärztliches Zeugnis vorliegen. Wenn der Vorsorgefall also eintritt, braucht es nochmals eine Eintragung für die Wirksamkeit.

Die Vorsorgevollmacht ist zeitlich unbefristet, sie endet mit dem Tod, mit der Eintragung der Kündigung bzw. des Widerrufs, oder des Wegfalls des Vorsorgefalles.

Die Kosten für die Errichtung hängt immer vom Einzelfall ab. Es ist ratsam im Vorfeld eine Honorarvereinbarung zu treffen.

Leben zu schützen, zu erhalten und zum Leben ermutigen, sind für mich wichtige persönliche Werte, die mich auch immer wieder beruflich begleiten.

Menschen in ausweglosen Situationen Perspektiven aufzuzeigen und zum Leben zu ermutigen.
Laut Artikel 2 der EMK (Europäischen Menschenrechtskonvention) wird das Recht jedes Menschen auf das Leben gesetzlich geschützt. Das heißt, es gibt ein Recht auf ein eigenbestimmtes Leben, aber keine Pflicht zum Leben.

Man darf also über das eigene Leben frei entscheiden, was bedeutet, dass Suizid nicht strafbar ist.

Auch der selbstbestimmte Tod ist sehr umstritten und in Europa nicht einheitlich geregelt. Die offene Debatte zu diesem Thema ist daher notwendig und sinnvoll und sollte nicht immer nur dann, wenn es konkrete Anlassfälle gibt, diskutiert werden.

Wollen wir der Selbstbestimmung größeren Raum geben und wollen wir eine Liberalisierung der Sterbehilfe, sodass Menschen selbstbestimmt sterben können, ohne strafrechtliche Sanktionen? Darüber wurde am Podium diskutiert.

„Ich persönlich finde es mutig, dass das FNW dieses Thema im Rahmen der Fachtagung auf die Bühne holt."

Seit über 30 Jahren bin ich im Beratungsbereich tätig und bei der SHOÖ (Schuldnerhilfe OÖ) in der Regionalstelle in Rohrbach tätig.
Menschen in finanziellen Notlagen aufzufangen, ihre Existenz zu sichern und lebenswerte Perspektiven aufzuzeigen, ist unter anderem Bestandteil meiner Arbeit als Schuldnerberaterin.

Meist brauchen Betroffene mehr als nur finanzielle Hilfe, um schwierige Schuldensituationen in den Griff zu bekommen.

Denn die Schuldenproblematik ist sehr komplex und hat nicht nur materielle Auswirkungen, sondern beeinträchtigt das tägliche Leben in allen Bereichen.

Schulden machen krank, grenzen sozial aus, Schulden gefährden Beziehungen und Partnerschaften - und Schulden können auch das Leben gefährden.

Das lang verdrängte Thema ist in den letzten beiden Jahrzenten zunehmend zu einem Gegenstand der politischen Diskussion geworden.

Bereits im Regierungsprogramm der Österreichischen Bundesregierung aus dem Jahr 2000 wird zur Sterbehilfe festgehalten, dass jeder Schritt in Richtung Sterbehilfe entschieden abgelehnt wird.

Das Bundeskanzleramt hat im Jahr 2000 eine Bioethikkommision eingesetzt.

Sie berät den Bundeskanzler bei gesellschaftlichen, naturwissenschaftlichen und rechtlichen Fragen, die sich auf dem Gebiet der Humanmedizin und Humanbiologie aus ethischer Sicht ergeben.

Expertisen zum Podium

Dem Ende den Schrecken nehmen

In ihrer Beratungstätigkeit für den Bundeskanzler gibt die Bioethikkommission Empfehlungen für die Praxis, arbeitet Vorschläge über notwendige legistische Maßnahmen aus und erstellt Gutachten zu besonderen Fragen.
Sie ist in Ausübung ihrer Beratungstätigkeit unabhängig. Ihre Geschäftsstelle ist im Bundeskanzleramt angesiedelt.

Die Bioethikkommission hat im Jahr 2011 begonnen, sich mit dieser Thematik intensiv auseinanderzusetzen und hat zum Thema Sterben in Würde 2015 Empfehlungen zur Begleitung und Betreuung von Menschen am Lebensende und damit verbundene Fragestellungen abgegeben.
Ein Großteil der Mitglieder dieser Kommission plädierte dafür § 78 STGB (Mitwirkung am Selbstmord) zu reformieren. Geschehen ist dies bis dato aber nichts.

Die ÖVP hat damals die verfassungsrechtliche Verankerung des Verbotes der Sterbehilfe gefordert. Darauf konnten sich aber die Parlamentsparteien nicht einigen, genauso wenig auf die Reformierung von § 78 STGB.
Es hat eine klare Absage zur aktiven Sterbehilfe gegeben. Übrig blieb die Einigung auf den flächendeckenden Ausbau der Hospiz und Palliativbetreuung.

Zudem soll auch der Zugang zu Patientenverfügungen und Vorsorgevollmachten erleichtert werden.

Medial zum Vorschein kommt das Thema Sterbehilfe meist in Zusammenhang brisanter Fälle. So hat im Jahr 2018 eine 52-jährige Wienerin ihrem LAP (Lebensabschnittspartner) die Schläuche auf der Intensivstation im Wiener AKH aus dem Beatmungsgerät gezogen.

Ein Steirer erstickte seine Frau mit einem Polster. Beide wollten ihre kranken Partner erlösen. Gegen beide wird wegen Mordverdachts ermittelt. Wenn aber zu beweisen wäre, dass der Partner nicht mehr am Leben erhalten werden wollte, würde § 77 STGB greifen (Tötung auf Verlangen).
Viele Menschen fürchten sich davor, dass sie am Ende unnütz und einsam sind und nicht mehr über sich selbst bestimmen können.

Sie haben Angst vor Schmerzen und vor einem schwer ertragbaren Schwebezustand zwischen Leben und Tod. Sie möchten in Würde sterben.

Sterbende bedürfen der besonderen Fürsorge und Zuwendung. Besonders dort, wo dies nicht geschieht, kann die Situation eintreten, dass ein Mensch sein Leben nicht mehr annehmen und aushalten möchte - dass ihm der Tod besser erscheint als sein Leben.

Das Leben bis zuletzt zu schützen und ein Sterben in Würde für jeden Menschen zu ermöglichen, ist eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe.

Ich persönlich möchte nicht, dass in Österreich organisierte Formen der Selbsttötung möglich werden und dass diese als normale gesellschaftliche Dienstleistung angeboten und wahrgenommen werden.
Ich denke, dass würde dazu führen, dass der innere und äußere Druck auf alle Alten, Schwerkranken und Pflegebedürftigen zunimmt, von derartigen Optionen Gebrauch zu machen.

Wir müssen uns allerdings damit auseinandersetzen, dass wir auch Menschen, die nicht mehr leben wollen, weil sie an einer unheilbaren Krankheit leiden, ernst nehmen.

Eine Reformierung des § 78 STGB (Beihilfe zum Selbstmord) wäre daher unbedingt notwendig.

Mag.ª Maria Grabner
Schuldnerberaterin, Juristin, Mediatorin

Expertisen zum Podium

Dem Ende den Schrecken nehmen

Herr Pfarrer Alfred Höfler aus der Pfarre Rohrbach hat mit seinem Zugang zum Thema die Podiumsrunde ergänzt.

Sterbebegleitung aus der Erfahrung eines Pfarrers.

Der letzte Weg eines Menschen ist für den, der ihn antritt, oft schwierig und mit Ängsten besetzt, aber auch für die Angehörigen ist es oft nicht leicht, da viele nicht wissen, wie sie mit dieser Situation umgehen sollen.

Als Pfarrer werde ich manchmal gerufen, wenn jemand sich auf den Weg macht zu sterben – oft aber erst dann, wenn der Betreffende nicht mehr ansprechbar ist oder bereits verstorben ist.

Für den Sterbenden kann ich folgende Hilfen anbieten:

Für mich ist das Erste, diesem Menschen Nähe und Zeit zu schenken, ihn in seiner Unsicherheit und Angst ernst zu nehmen, trotzdem ehrlich zu sein und nicht zu vertrösten.

Von der Kirche her haben wir die Sakramente als „Heilmittel", die uns die liebende und heilende Zuwendung Gottes erfahrbar machen.

Bei schwerer bzw. lebensbedrohender Krankheit ist es das Sakrament der Krankensalbung, die den Betreffendem stärken soll, entweder wieder zu Kräften zu kommen oder eben Stärkung auf dem letzten Weg zu sein – vor allem wäre es auch die hl. Kommunion – soweit sie der Betreffende noch empfangen kann - als Wegzehrung.

Manchmal ist es nur der Segen - „Sterbesegen", der dem Sterbenden zugesagt wird. Dabei ist es wichtig, dankbar und wertschätzend auf sein Leben zurück zu schauen, um so das Vertrauen zu stärken, dass Gott in Liebe auf ihn schaut und ihn mit offenen Armen aufnimmt.

Oft ist es auch befreiend mit dem Sterbenden und den Angehörigen zu beten. Wenn jemand bereits verstorben ist, dann bete ich mit den Angehörigen (soweit welche da sind) für den Verstorbenen.

Eine Aufgabe sehe ich auch darin, den Angehörigen Trost und Hilfe zu schenken, sie in ihrer Verunsicherung ernst zu nehmen, ihnen Hilfe anbieten, was sie beim Sterben für den Betreffenden tun können (ihn nicht allein zu lassen, mit ihm reden und mit ihm beten).
Ihnen auch zu sagen, was sie tun müssen, wenn der Angehörige verstorben ist. Auch wieder ist es Einfühlungsvermögen und Verständnis, mit dem man den Betroffenen beisteht.

Ich möchte noch ein paar Sätze aus dem sogenannten Sterbesegen wiedergeben:

„N.N., dein Leben ist einmalig und kostbar. Es sei gesegnet im Angesicht Gottes. Alles, was dir in den Sinn gekommen ist, alles, was du gedacht und ersonnen hast, geglaubt und erhofft, alle Liebe, die du verschenkt hast, sei gesegnet durch den dreieinigen Gott.

Alles, was du in die Hand genommen, angepackt und geschaffen hast, ob geglückt oder misslungen, alle Schuld, die du auf dich geladen hast, sei angenommen durch den dreieinigen Gott.

Alles, was dir gegeben wurde, das Leichte und das Schwere, Freud und Leid, alles, was zu Ende geht, und auch das, was dein Leben überdauern wird und bleibt, sei getragen vom dreieinigen Gott.

Gott sende dir seinen Engel entgegen. Er nehme dich bei der Hand und führe dich durch Dunkelheit und Nacht ins Licht. …"

Alfred Höfler, Pfarrer aus Rohrbach-Berg

Expertisen zum Podium

Dem Ende den Schrecken nehmen

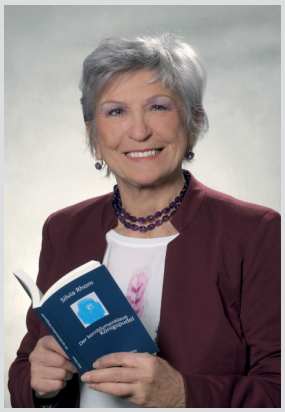
Sehr geehrte Damen und Herren,
Ostern 2018 erhielt ich die Diagnose: Glioblastom. Wie ein Damoklesschwert schwebt seit diesem Zeitpunkt die Gefahr eines Rezidivs über meinem Kopf, im wahrsten Sinne des Wortes, ungewiss die geistigen und körperlichen Beeinträchtigungen und es kann Monate oder gar Jahre dauern, ehe das Leben dann endet. Als selbst Betroffener weiß man erst, wie es schwer Erkrankten und deren Angehörigen geht. Ganz, ganz schlecht! In dieser Phase des Lebens freuen sich Betroffene über Palliativmedizin, es gibt aber auch Betroffene, die wollen ab einem bestimmten Zeitpunkt/Gesundheits-Zustand nicht mehr leben, sondern würdevoll sterben. Es liegt in Ihrer Hand, sehr geehrte Damen und Herren der gesetzgebenden Körperschaften, für diese Ärmsten der Armen mit „erlaubter Sterbehilfe in besonderen Notsituationen" Erleichterung zu schaffen.

Das Modell - für wen?
Personen, die eine diesbezügliche klare Willenserklärung abgegeben haben, und nur für diese!
Also: Wahl-Möglichkeit für die, die das wollen und klar erklären!
Das Modell - in welchen Fällen?
Schwere, lebensbedrohliche Erkrankung, schwere Altersgebrechlichkeit UND keine Chance auf Besserung oder Genesung.
Im Zweifelsfalle prüft/entscheidet eine Kommission bestehend aus:
1 Mediziner, 1 Jurist und 1 Ethiker

Sie können für diese Schwerstkranken etwas tun, tun Sie es bitte!
Ja, genau - Sie, Sie und auch Sie.
Jede(r) Einzelne von Ihnen, sofern man sich nicht hinter einem Kollektiv versteckt.
Ich habe als Betroffener auch alleine agiert und thematisiert, mit rund 1000 Personen gesprochen und knapp 1000 Unterschriften gesammelt damit klar ist, nicht nur ich möchte, brauche vielleicht einmal „erlaubte Sterbehilfe", weil Notsituation, nur noch ein dahin vegetieren, unendliches persönliches und Leid für die Angehörigen bedeutet. Ich weiß, die Bevölkerung möchte so eine Wahlmöglichkeit. Oder ist Ihnen lieber, dass es weiterhin grauenvolle Selbstmorde mit traumatisierter Verwandtschaft gibt?
Ist Ihnen das wirklich leichter, angenehmer und lieber? Oder anders gefragt: Gibt es einen einzigen plausiblen, erklärbaren Grund, warum diese Regelung, die es ja auch schon in anderen Ländern gibt, in Österreich nicht möglich sein kann?
Der Europäische Gerichtshofs für Menschenrechte in Straßburg hat schon in einer Entscheidung festgehalten, "Ja, der Mensch hat das Recht und die Freiheit, über Art und Zeitpunkt seines Lebensendes zu entscheiden - vorausgesetzt er ist in der Lage, seinen Willen frei zu bilden und natürlich auch danach zu handeln". Bedarf es da wirklich noch eines weiteren Richterspruches?
Oder kann der Gesetzgeber nicht ohne „richterlichen Zwang" für das betroffene Volk eine Regelung erlassen? Sie helfen damit - jetzt Betroffenen, vielleicht einmal Familien-Angehörigen oder Freunden von Ihnen, vielleicht einmal sich selbst!
Gerne kann in einer Diskussion das Basismodell (bei deren Konzeption Ärzte mitgearbeitet haben) weiter diskutiert werden. Ich stehe generell zur Weiterarbeit zu diesem Themenbereich gerne zur Verfügung.
Dr. Peter Frömmel, Aktivist aus Betroffenheit. Ehem. Chef der WKO, Sparte Tourismus und Freizeit

Wir bedanken uns nachträglich noch einmal bei allen PodiumsteilnehmerInnen für die Zusammenarbeit und Vorbereitung dieses Themas. Ebenso bedanken wir uns für die sensible Moderation bei Frau Doris Fischer-Stadler.
Allen BesucherInnen dieses Abends danken wir für ihre Teilnahme!

Für alle Interessierten, welche die Möglichkeit einer Patientenverfügung bzw. Vorsorgevollmacht nutzen wollen, bieten wir in unserer Einrichtung eine Rechtsberatung an und freuen uns über freiwillige Spenden, die es uns ermöglichen, gesellschaftspolitische Themen und Veranstaltungen für die Öffentlichkeit anbieten zu können.



8. März - Internationaler Frauentag

Vernissage und Lesung - Das Bild der Frau im Wandel der Zeit

Silvia Rhom

Bis zu meinem 10. Lebensjahr wuchs ich im Mühlviertel, in verschiedenen Zollhäusern auf, ehe ich in die Stadt zog, um, wie meine Mutter meinte, schön sprechen zu lernen. Meine Lebensprozesse führten mich zeitweise durch schwierige Lernphasen.

Im 3. Lebensabschnitt mahnte das unerbittliche Ticken der biologischen Uhr zu einer Neuorientierung.
Altes ging in die Brüche und verlangte Mut, mich mit Krisen und Emotionen einzulassen, mich nicht aufzugeben.

In dieser Zeit entstanden mit später Schaffenskraft Gedichte, Erzählungen und Bilder als sichtbare Beweise meiner Kreativität, die in mir angelegt war, sich jedoch erst spät entfalten konnte. Die Kraft, die sich entfaltet, wenn wir in kreative Prozesse eintauchen, kann uns helfen, schmerzliche Erfahrungen besser zu verarbeiten.

Ein paar einfache Lebensregeln begleiten mich: ***Sei stolz auf dich! Setze Grenzen! Übernimm Eigenverantwortung! Nimm nicht alles persönlich! Wer sich selbst akzeptiert, kann Kritik leichter verdauen.***

Meinen Kindheitsjahren am Land ist es zu verdanken, dass mir die Schritte zurück gelungen sind, zum Staunen über all diese Wunder der Natur für meine tägliche Freude. Es kommt für mich nicht darauf an wie ALT ich werde, sondern WIE ich alt werde.

Mit Texten aus meinen Büchern und Bildern, tauchen wir ein in die Betrachtungen des Bildes der Frau über mehrere Jahrzehnte.

Die Veränderung durch die gesellschaftliche Stellung der Frau und die eigenen Betrachtungsweisen durch unsere Erfahrungen, sollen uns Inspiration sein für unser Bewusstsein und unser Schaffen. Ein Abend zum Mutmachen.

„Trau dich“ - mit dem Blick auf uns selbst!

Meine Bilder sollen Impuls sein für Gespräche zu den Themen von Frauen.

- Frauen-/ Familienwahlrecht
- Politikerinnen
- Hexenverfolgung
- Beschneidung
- Trümmerfrauen
- Rollenmodelle
- Frauen in Wissenschaft und Forschung

Im Rahmen des Internationalen Frauentages lade ich Sie ein zu einem Abend mit Kunst und Musik, Wein, Käse und guten Gesprächen.

Künstlerin: Silvia Rhom,
freischaffende Künstlerin,
Kreativtrainerin in der Erwachsenenbildung,
1. Platz Leopold-Wandl-Preis 2010

Bücher: Nestsplitter, 2008
Unter Zyklamen, 2011
Der kornblumenblaue Königspudel 2017

Termin: Fr 6. März, um 19 Uhr

Kosten: freiwillige Spenden

Anmeld: keine Anmeldung erforderlich

Musik: Edith Niedermayr,
Staatsmeisterin Akkordeon
Maria Marlene Eisner,
Guitarre

Anmerkung der Redaktion:

Die Autorin beschreibt in ihren Ressourcen das Salutogenese-Modell, welches die Gesundheit nicht als Zustand, sondern als Prozess versteht.

Risiko- und Schutzfaktoren stehen hierbei in einem Wechselwirkungsprozess.

Klarheit von Anfang an

Rechtschreibschwierigkeiten - Legasthenie

Vorträge - Workshops - Elterngespräche

Grundsätzlich gilt: Je früher und genauer die Schwierigkeiten und ihre Ursachen erkannt werden und je früher die Kinder systematisch dort gefördert werden, wo sie es brauchen, desto größer sind die Chancen, dass sie die Schulzeit gut für ihre Bildung nutzen können.
Folgende Hinweise können als erste Anhaltspunkte dienen.

- Das Kind verwechselt ähnlich klingende Laute und Lautkombinationen (grone/Krone, Kachte statt Karte, Schein statt Schwein).
- Das Kind hat Schwierigkeiten mit der richtigen Reihenfolge der Buchstaben. Statt „Raum" wird „Ruam", statt „Bart" „Brat" geschrieben oder gelesen.
- Das Kind liest und schreibt optisch ähnliche Zeichen falsch (b/d/p/q, m/w/v).
- Das Kind lässt Buchstaben am Wortanfang, am Wortende oder im Wortinneren aus.
- Länge und Kürze eines Selbstlautes werden nicht erkannt (statt Sonne wird Sone wahrgenommen, mit entsprechenden Problemen beim Lesen).
- Das Kind liest buchstabierend, stockend und teilweise ohne den Sinn zu verstehen.
- Das Kind erkennt fehlerhaft Gelesenes nicht, auch wenn es keinen Sinn ergibt.
- Das Kind hat Schwierigkeiten, Reime zu erkennen oder zu bilden.
- Dem Kind gelingt die Silbenzerlegung nur mühsam.
- Auch das Abschreiben aus einem Buch oder von der Tafel gelingt nur mit vielen Fehlern.
- Zusätzlich ist oft die Handschrift unleserlich.

Im Vordergrund stehen natürlich Schwierigkeiten beim Lesen und Schreiben einzelner Wörter. Aber auch Verhaltensauffälligkeiten können zusätzliche Hinweise für das Vorliegen einer LRS bzw. Legasthenie sein: Herumkaspern in der Schule, Kopf- und Bauchschmerzen vor Klassenarbeiten, Schlafstörungen, neu auftretendes, unruhiges Verhalten, …

In meinem Vortrag möchte ich Ihnen ein Ursachenverständnis vermitteln und Ihnen das Phänomen der LRS bzw. Legasthenie aus pädagogischer Sicht darstellen.
Wichtig ist es, bei jedem Kind individuell herauszufinden, welche Faktoren bei seinen Schwierigkeiten eine Rolle spielen und darauf eine entsprechende Unterstützung für das Kind aufzubauen.

In der Workshop-Reihe werden wir neben einem gezielten Aufmerksamkeitstraining und einem Gedächtnistraining, die einzelnen Sinneswahrnehmungen erproben und trainieren. Die phonologische Bewusstheit nach Rainer Dürre bearbeiten und das rhythmisch-silbierende Mitsprechen trainieren. Meine Beobachtungen teile ich Ihnen gerne in einer Einzelberatung mit.

Vorträge

Termin: Mi 9. Okt., von 13 - 14 h
für LehrerInnen

Termin: Mi 9. Okt., von 16 - 17 h
für Eltern

Kosten: kostenfrei

Anmeld.: bis 7. Oktober (Max. 25 TN)

Workshopreihe

Start: Mo 4. Nov. bis 2. Dez., 5-mal, jew. Mo von 13.30 - 15 h

Kosten: € 100,-

Anmeld.: bis 30. Oktober

Beratung

Termin: nach Vereinbarung

Leitung: Christine Steininger,
Dipl. Legasthenietrainerin
Dipl. Dyskalkulietrainerin
Sozialtrainerin für Kinder mit AD(H)S und/oder Lernstörungen

Legasthenie
Wir können helfen!®

EDV-Kurse Herbst 2019

Unsere EDV Trainerin

Hallo, ich heiße Birgit Traunfellner.
Seit 2009 bin ich selbstständige Trainerin und leite die EDV Kurse im Frauennetzwerk Rohrbach. Ich bin DI Lebens- und Sozialberaterin, Coach, Supervisorin, Zertifizierte EB[in] und Trainerin.

Im Oktober starten wir mit den EDV Kursen ECDL und EDV Basisausbidung.

Ich leite diese Kurse im Herbst und im Frühling und freue mich, wenn ich Sie/Euch im Frauennetzwerk Rohrbach begrüßen darf.

Nr. 04/19 EDV - Basisausbildung/Herbst 19 (72 UE)

Sie lernen die Grundlagen der EDV und können danach die erlernten Programme gut anwenden.
Unterrichtet werden die Programme:

- PC-Grundlagen mit MS Windows 10
- MS-Word 2016
- MS-Excel 2016
- Internet & Outlook

Termin: 17. Okt. bis 12. Dez., 9-mal, jew. Do von 8.30 - 15.30 h
Kosten: € 875,- inkl. Unterlagen (Keine Prüfung)
Anmeld.: bis 10. Oktober

Nr. 05/19 ECDL Basisausbildung/Herbst 19 (72 UE)

Mit diesem Kurs werden Sie gut auf die Prüfungsinhalte zum **ECDL** vorbereitet. Die Prüfungen werden im Wifi Rohrbach abgelegt.
Kursinhalt:
PC-Grundlagen mit MS Windows 10

- MS-Word 2016
- MS-Excel 2016
- Internet & Outlook

Termin: 17. Okt. bis 12. Dez., 9-mal, jew. Do von 8.30 - 15.30 h
Kosten: € 1.075,- inkl. Unterlagen **und Prüfungsgebühren**
Anmeld.: bis 10. Oktober

Nr. 06/19 ECDL Komplettausbildung/Herbst 19 (108 UE)

Mit diesem Kurs werden Sie gut auf die Prüfungsinhalte zum **ECDL** Komplett vorbereitet.
Der ECDL Komplett umfasst 7 Module.
Die Prüfungen werden im Wifi Rohrbach abgelegt.

Kursinhalt:

- PC-Grundlagen mit MS Windows 10
- MS-Word 2016
- MS-Excel 2016
- Internet & Outlook
- Online-Grundlagen
- MS Power Point 2016
- IT- Security

Termin: 17. Okt. bis 6. Feb., 14-mal, jew. Do von 8.30 - 15.30 h
Kosten: € 1.415,- inkl. Unterlagen **und Prüfungsgebühren**
Anmeld.: bis 10. Oktober

Nr. 07/19 Fotobuch gestalten (8 UE)

Sie lernen Fotos von der Kamera herunterzuladen, diese Bilder zu bearbeiten, thematisch zu sortieren und zu verwalten.

Mit den bearbeiteten Fotos werden wir gemeinsam ein Fotobuch gestalten.
Die eigene Kamera bzw. Fotos auf einem Datenträger/Smartphone bitte zum Kurs mitnehmen.

Termin: Mi 23. Oktober, von 8.30 bis 15.30 h
Kosten: € 75,-
Anmeld.: bis 18. Oktober

AMS Arbeitsmarktservice Oberösterreich

EDV - Kurse Frühling 2020

Nr. 01/20 EDV - Basisausbildung/Frühling 20 (72 UE)

Sie lernen die Grundlagen der EDV und können danach die erlernten Programme gut anwenden.
Unterrichtet werden die Programme:
- PC-Grundlagen mit MS Windows 10
- MS-Word 2016
- MS-Excel 2016
- Internet & Outlook

Termin: 5. März bis 7. Mai, 9-mal, jew. Do von 8.30 - 15.30 h
Kosten: € 875,- inkl. Unterlagen (Keine Prüfung)
Anmeld.: bis 27. Februar

Nr. 02/20 ECDL Basisausbildung/Frühling 20 (72 UE)

Mit diesem Kurs werden Sie gut auf die Prüfungsinhalte zum **ECDL** vorbereitet.
Die Prüfungen werden im Wifi Rohrbach abgelegt.
Kursinhalt:
- PC-Grundlagen mit MS Windows 10
- MS-Word 2016
- MS-Excel 2016
- Internet & Outlook

Termin: 5. März bis 7. Mai, 9-mal, jew. Do von 8.30 - 15.30 h
Kosten: € 1075,- inkl. Unterlagen **und Prüfungsgebühren**
Anmeld.: bis 27. Februar

Nr. 03/20 ECDL Komplettausbildung/Frühling 20 (108 UE)

Mit diesem Kurs werden Sie gut auf die Prüfungsinhalte zum **ECDL** Komplett vorbereitet.
Der ECDL Komplett umfasst 7 Module.
Die Prüfungen werden im Wifi Rohrbach abgelegt.

Kursinhalt:
- PC-Grundlagen mit MS Windows 10
- MS-Word 2016
- MS-Excel 2016
- Internet & Outlook
- Online-Grundlagen
- MS Power Point 2016
- IT- Security

Termin: 5. März bis 25. Juni, 14-mal, jew. Do von 8.30 - 15.30 h
Kosten: € 1.415,- inkl. Unterlagen **und Prüfungsgebühren**
Anmeld.: bis 27. Februar

Nr. 04/20 Fotobuch gestalten (8 UE)

Sie lernen Fotos von der Kamera herunterzuladen, diese Bilder zu bearbeiten, thematisch zu sortieren und zu verwalten.

Mit den bearbeiteten Fotos werden wir gemeinsam ein Fotobuch gestalten.
Die eigene Kamera bzw. Fotos auf einem Datenträger/Smartphone bitte zum Kurs mitnehmen.

Termin: Do 12. März und 19. März, jew. Do von 15.45 bis 19.15 h
Kosten: € 75,-
Anmeld.: bis 6. März

Bildungskonto des Landes Oberösterreich

Das Bildungskonto des Landes OÖ ermöglicht die Rückerstattung eines Teils der Kurskosten nach Antragstellung und Prüfung durch das Amt der OÖ Landesregierung.
Wie wird gefördert:
Durch Rückerstattung eines Teils der Kurskosten nach Kursende, sowie nach Antragstellung und Prüfung durch das Amt der OÖ Landesregierung.
Weitere Infos bei uns im Frauennetzwerk Rohrbach oder direkt beim Amt der OÖ Landesregierung unter 0732/7720.

LAND OBERÖSTERREICH

Digitale Kompetenz/Medienkompetenz

Eine Zusatzqualifikation für TrainerInnen und BeraterInnen im AMS-Auftrag.

Unsere digitale Welt stellt uns und unsere KundInnen vor neue Herausforderungen. Damit wir uns als MultiplikatorInnen die verschiedenen Kompetenzen aneignen können, bieten wir Ihnen ein praktisches Training für Ihre Weiterbildung.

Kurszeiten: jew. 2 x 6 UE von 9 – 15 h
E-learning/Videokonferenz: jew. 4 UE werden im Rahmen der Weiterbildung vereinbart.

Kursinhalte:

- **So surfst Du sicher / Anwendungen im Internet:**
  E-Mail, Spam & Phishing, OneDrive, Drop box, Clouds, Google Kalender, Skype und Zoom, Lernplattform für Webinar und Browsereinstellungen kennen und einschätzen
- **Ich in Facebook, Twitter & Instagram:**
  Soziale Netzwerke – Kenne Deine Rechte, Belästigung & Cybermobbing, Grooming – Potentiale und Gefahren
- **Was bleibt - mein Ruf im Internet:**
  Meine digitalen Spuren durch Snapchat, Youtube, Facebook, Whatsapp, ...
- **Arbeitssuche Online:**
  Jobportale z.B. Gespag, SHV, AMS Job App, AMS-Inserat, BIS und BewerberInnendatenbanken
- **Datenschutz und Datensicherheit:**
  Basiskompetenzen und Klarheit im Umgang mit Datenschutz, Computer/Tablets/Smartphones, Privatsphäre schützen, Passwörter, ...
- **Informationen suchen und Quellen bewerten:**
  Technischer Schutz, Urheberrechte und Quellenangaben
- **E-government/Amtswege online:**
  FinanzOnline, Amtssignatur, Bürgerkarte, PVA Online- Services
- **Shopping und Reisen im Netz:**
  Paypale, Kreditkartenverwendung z.B. bei ÖBB und Westbahn
- **Internet Abzocke und allfällige Gütezeichen, Konsumentenschutz**
- **Gefahren von digitalen Medien erkennen und meiden:**
  Infos vom Ombudsmann. VKI und diverse Meldestellen

Drei Kurstermine können wir anbieten:

Kurs Nr. 1: 6. November und 8. Jänner
Kurs Nr. 2: 26. Februar und 1. April
Kurs Nr. 3: 6. Mai und 10. Juni

Termine jeweils Mi von 9 - 15 h

Trainerinnen:

Birgit Traunfellner:
Zert. EB[in], Coach,
DI Lebens- und Sozialberaterin,
DI Pädagogin, Supervisorin,
IT- Dienstleisterin

Jutta Müller:
DI EB[in], Geschäftsführung FNW

Kosten: € 330,-
inkl. Pausenverpflegung, Förderungen durch das AMS Qualifizierung für Beschäftigte § 34 AMFG bzw. vom Land OÖ/Bildungskonto nach Prüfung möglich

Ort: Frauennetzwerk Rohrbach, Stadtplatz 16/2, 4150 Rohrbach-Berg

Anmeld.: bis jeweils 1 Woche vor Termin

Details zum Seminar:

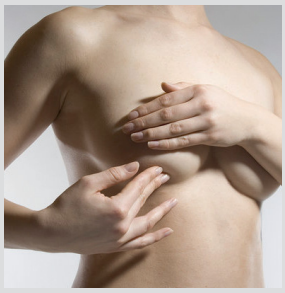
Die Module finden an zwei Kurstagen - zu jew. 6 UE Präsenzzeit und zweimal 2 UE als Onlinephase statt.

Im Seminar wird die Zeit für die gemeinsame Onlineaktivität vereinbart (Doodle). Nehmen Sie einen Laptop mit Kamerafunktion mit.

Wenn Sie keinen Laptop haben, können wir Ihnen diesen zur Verfügung stellen.

Dieser Kurs ist über der Weiterbildungsakademie Wien WBA akkreditiert.

Thementag Gesundheit



Brusttastseminar / Brust bewusst

Brustkrebs ist das häufigste Karzinom der Frau in Österreich.
Frühzeitige Erkennung und neue Behandlungen haben in Österreich in den letzten 10 Jahren zu einer Abnahme der Sterblichkeitsziffern um 18% geführt.
Der Brust-Selbstuntersuchung kommt dabei besondere Bedeutung zu.
Der ideale Zeitpunkt ist eine Woche nach der Monatsblutung - falls noch eine besteht. Beim Baden/Duschen erhöhen Cremen oder Duschgels den Tastsinn – die Frau soll dabei ihre Brust kennen lernen und auf Veränderungen wie Einziehung der Brust achten.
Trotzdem bleiben oft Fragen offen – ist das ein Knoten oder eine ungefährliche Verdichtung?

Jeder Knoten sollte durch einen Arzt abgeklärt werden.
Die Krebshilfe Oberösterreich bietet zum Erlernen dieser Methode Tastseminare an.
Die Teilnehmerinnen können unter fachlicher Anleitung von Experten an einem Brustmodell selber lernen, wie sich Knoten anfühlen und auf welche Punkte es noch ankommt.

Termin: Mi 16. Okt., von 13 - 15 h

Leitung: Karin Lettner, Krebshilfe Oberösterreich

Kosten: freiwillige Spende

Anmeld.: bis 14. Oktober

ÖSTERREICHISCHE KREBSHILFE **OBERÖSTERREICH**

Shiatsu zum Kennenlernen

Shiatsu ist eine ganzheitlich orientierte Körperarbeit, die in der traditionell chinesischen Medizin verwurzelt ist.

Durch Druck mit den Fingern auf die Meridiane (Energiebahnen) und Akkupunkturpunkte wird der Fluss der Lebensenergie im Körper angeregt.
Jede Behandlung ist individuell und wirkt auf Körper, Geist und Seele. Shiatsu ist unterstützend bei Verspannungen, in der Schwangerschaft, bei Kopfschmerzen, Verdauungsproblemen, Schlafstörungen, psychosomatischen Beschwerden, Burnout, etc.

Beim Thementag können Sie bei einer 30minütigen kostenlosen Schnupperbehandlung die Methode und die Praktikerin Christine Bernecker kennen lernen.

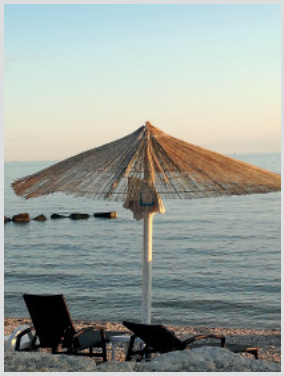
Termin: Mi 16. Okt., von 15 - 18 h

Leitung: Christine Bernecker, Dipl. Shiatsu-Praktikerin, Body Talk Praktitioner, Schröpfen, Faszienarbeit

Preis: freiwillige Spende

Anmeld.: bis 14. Oktober

Entspannung pur - Burnon statt Burnout



Ganz entspannt im Hier und Jetzt – wer schafft das heute noch?
Phasen der Ruhe, Auszeit vom Alltag, bei den allermeisten Menschen kommt die Erholung viel zu kurz. Stresssituationen, Erkrankungen des Körpers, Burnout u.v.m. sind die Folge. Warum ist regelmäßige Entspannung so wichtig für ein gutes Lebensgefühl? Die Antwort bekommen Sie in diesem Seminar.
Sie lernen, wie Sie mit einfachen, jedoch sehr wirkungsvollen Übungen in die totale Entspannung kommen! Jede/r TeilnehmerIn erhält ein Skript & CD.

Termin: Mi 16. Okt., von 19 - 21 h

Leitung: Astrid Stallinger, DI Mentaltrainerin, Humanenergetikerin, Kinesiologin, Masseurin

Preis: freiwillige Spende

Anmeld.: bis 14. Oktober

Sag mal, wie geht es Dir?

Die erste Zeit zu dritt

Ein Angebot für werdende und frischgebackene Eltern.
Alles ist rundum schön, die werdenden Eltern sind glücklich und warten auf das Baby - und doch wird sich sehr vieles vor allem im Alltag verändern.

Zum Beispiel:

- Was wird sich in unserem Leben verändern?
- Was wird sich in unserer Partnerschaft verändern?
- Was erwarten wir voneinander als Eltern? Der ideale Papa/die ideale Mama
- Wie verhüten wir nach der Geburt?
- Wie kann Sexualität wieder gelingen?

Wenn Sie sich mit diesen Fragen und Themen auseinandersetzen möchten,freue ich mich, mit Ihnen einen Termin zu vereinbaren.

Termin: **nach Anfrage / Vereinbarung**

Kosten: € 35,- für 90 Minuten/Person

Leitung: Astrid Gahleitner
Akad. Psychosoziale Beraterin,
Diplomierte Jugend und Sozialpädagogin, Sexualpädagogin

Anmeld: telefonisch 07289/6655

Mit Kindern über Sexualität reden

Themenabend für Mütter und Väter von Kindern im Alter zwischen 2 und 6 Jahren.

Stellt Ihnen Ihr Kind Fragen, mit denen sie überfordert sind oder hätten sie gerne eine Hilfestellung oder einen Buchtipp um mit diesem Thema besser umgehen zu können.

Oder haben sie Fragen zur psychosexuellen Entwicklung. „Ist das normal?"

Gefühle benennen und lernen damit umzugehen sind grundlegende Bausteine für ein gelingendes Miteinander und in weiterer Folge für gelingende Sexualität.

Wie lerne ich meinem Kind „NEIN" zu sagen?
Wie schütze ich mein Kind vor Übergriffen?

Falls Sie Interesse haben, freue ich mich, Sie in meinem Workshop zu begrüßen!

Termin: Do 13. Feb., von 19 - 21 h

Kosten: € 16,-

Leitung: Astrid Gahleitner,
Akad. Psychosoziale Beraterin,
Diplomierte Jugend und Sozialpädagogin, Sexualpädagogin

Anmeld: bis 10. Februar

Pubertät „Wenn Eltern schwierig werden"

Themenabend für Mütter und Väter im schwierigen Alter!

Brauchen Sie Informationen?
Möchten Sie sich austauschen?
Haben Sie konkrete Fragen wie z.B.:

- Entwicklung in der Pubertät
- Jugendsexualität und Verhütung
- Sexualisierte Sprache
- Umgang mit Medien – Wie nutzt mein Kind die Angebote des Internets
- Passende Linkliste und Bücherliste

Für Antworten auf Ihre Fragen - freue ich mich, Sie begrüßen zu dürfen!

Termin: Do 12. März, von 19 - 21 h

Kosten: € 16,-

Leitung: Astrid Gahleitner,
Akad. Psychosoziale Beraterin,
Diplomierte Jugend und Sozialpädagogin, Sexualpädagogin

Anmeld: bis 9. März

Homöopathie

Homöopathie für Eltern - Modul 1 (9 UE)

Die Naturheilkunde erfasst den Menschen in seiner Ganzheit und hilft ihm zu seiner körperlichen, emotionalen und geistigen Gesundheit zurückzufinden.

An den ersten zwei Vormittagen werden die Anwendungsregeln der Homöopathie und der Gebrauch der 40 in der homöopathischen Haus- und Erste-Hilfe-Apotheke enthaltenen Einzelmittel erlernt.

Am dritten Vormittag zeigt der Heilpraktiker Uri Lempert weitere Möglichkeiten aus der Naturheilkunde auf, um die Gesundheit zu fördern und akute Krankheitszustände zu handhaben.

Das Erlernte ersetzt die Konsultation eines Arztes oder Heilpraktikers in unklaren und schweren Krankheitsfällen nicht.

Termine Herbst 2019:
5. Nov., 12. Nov., 19. Nov.,
jew. Di von 9 - 12 h

Termin Frühling 2020:
21. April, 28. April, 5. Mai,
jew. Di von 9 - 12 h

Kosten: € 75,- inkl. Unterlagen

Leitung: Uri Lempert,
Naturheilpraxis Lempert,
Heilpraktiker und Homöopath

Anmeld.: bis jeweils 5 Tage vor dem Start

Homöopathie für Eltern - Modul 2 (3 UE)

Homöopathie für Eltern Modul 2 ist ein Vormittag für alle Mütter und Väter, die bereits Modul 1 besucht haben und ihr Wissen noch vertiefen möchten.

An diesem Vormittag besteht die Möglichkeit Fragen an Herrn Homöopath Uri Lempert zu stellen.

Termin: Di 28. Jän., von 9 - 12 h

Kosten: € 25.,-

Leitung: Uri Lempert,
Naturheilpraxis Lempert,
Heilpraktiker und Homöopath

Anmeld.: bis 24. Jänner

Homöopathie in den Wechseljahren (2 UE)

Die innere Balance kann in den Wechseljahren mitunter in Schwankungen geraten.

Ein großer Teil der weiblichen Bevölkerung vertraut auf die Wirkung von Pflanzenkraft und wendet diese auch an.

Was können die Homöopathie und Naturheilverfahren in den Wechseljahren leisten und wie wirken naturidente Hormone?

Sie können Ihren Hormonhaushalt positiv beeinflussen.

Hormonelle Veränderungen können verschiedene Symptome verursachen:

- innere Unruhe
- Probleme beim Ein- /Durchschlafen
- Hitzewallungen
- Kreislaufprobleme
- Gefühlsschwankungen
- Gewichtszunahme
- Haarausfall
- Konzentrationsstörungen
- ...

Ein Abend mit Information und Zeit für Fragen.

Termin: Di 24. März, von 19 - 21 h

Kosten: € 25,--

Leitung: Uri Lempert,
Naturheilpraxis Lempert,
Heilpraktiker und Homöopath

Anmeld.: bis 23. März

Gewaltprävention

Sicherheitstag mit einem Profi

SICHERHEITSTAG MIT DEM PROFI

A Selbstbehauptungskurs für die Altersgruppen von 6-10 Jahre

Kursdauer:
Gesamt 4 Unterrichtseinheiten(UE)+ 2 UE Auffrischung mit einem Kurspreis von einmalig € 50,- inklusive MwSt. Gesamtbetrag ist bei Kursbeginn mitzubringen!

Termin: **Fr 20. März** von 14 - 17 h und **Fr 18. Sept. 2020** von 14 bis 15.40 h

Treffp: Haupteingang der Bezirkssporthalle Rohrbach (Kurs findet im Nahbereich der Halle statt)

Kursinhalt:
- Selbstbewusstes Auftreten
- Schärfen der Sinne
- optimaler Stand
- Koordinationsübungen
- Präventives Verhalten am Schulweg (praktische Übungen am Schulweg)

Bitte bei Schlechtwetter geeignete Bekleidung mitbringen!

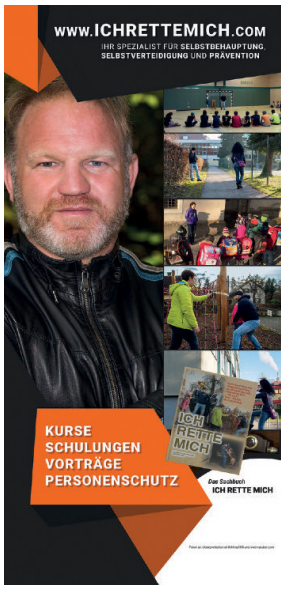
B Selbstschutzkurs für die Altersgruppen von 11-99 Jahre

Kursdauer: Gesamt 5 Unterrichtseinheiten mit einem Kurspreis von einmalig € 50,- inklusive MwSt. Gesamtbetrag ist bei Kursbeginn mitzubringen!

Termin: Fr 20. März von 17.30 - 21 h und **Fr 18. Sept. 2020** von 16 bis 17.40 h

Treffp: Haupteingang der Bezirkssporthalle Rohrbach

Kursinhalt:
- Aufrechte Körperhaltung
- selbstbewusstes Auftreten
- Selbstverteidigungstechniken
- Anwendung von Hilfsmittel, Messerabwehr, Pfeffersprayanwendung



Kursleiter/Vortragender:
Markus Schimpl
FdSc Security and Management Consultant
closeprotection.at Schimpl KG
Sicherheitsgewerbe (Bewachungsgewerbe und Personenschutz)

Anmeldungen bitte per SMS je TeilnehmerIn an 0664/5668863

bis spätestens Montag 16. März 14 h mit folgendem Inhalt!

A - oder **B**
Name / Schule / Alter / Telefonnummer

Buchtipp:

ISBN: 9783200044890
Autor: Markus Schimpl
Fotos: Swen-gruber@com

Gewalt - Alles was Recht ist

Rechtliche Stolpersteine und Sicherheit im Alter 60 plus

Kooperationsveranstaltung mit der Gesunden Gemeinde Rohrbach-Berg

Inhalte:
- Haustürgeschäfte und Konsumentenschutz,
- Rücktrittsrecht bei Internetgeschäften,
- Versicherungen - Fristen und Kündigung,
- betrügerische Geschäfte und Situationen - geeignete Abwehr,
- und vieles mehr wird an diesem Abend von Frau Mag.ª Maria Grabner erklärt und besprochen.

Nach dem Vortrag nimmt sich Frau Mag.ª Grabner gerne noch Zeit etwaige Fragen zu beantworten.

Termin: Do 21. Nov., von 19 - 21 h

Ort: **Villa Sinnenreich**

Leitung: Mag.ª Maria Grabner, Juristin, Schuldnerberaterin, Mediatorin

Kosten: freiwillige Spende, unterstützt vom Land OÖ

Anmeld.: keine Anmeldung erforderlich

Frauen und Geld - Meine finanzielle Unabhängigkeit

Kooperationsveranstaltung mit der Gesunden Gemeinde Neustift

Selbstbestimmung will gelernt sein. Armut ist bekanntlich weiblich.
Unsere Lebensentscheidungen haben Auswirkungen auf unsere Absicherung in der Zukunft. Eine gute Strategie für unsere finanzielle Situation ermöglicht uns eine weitgehende Unabhängigkeit in unserem Leben.

Achten wir auf uns und gewinnen dadurch Selbstbewusstsein und Wertschätzung!
Kleine Schritte führen zum Erfolg!
Wir unterstützen Sie dabei!

Zielgruppe:
alle Frauen von 15 - 99 Jahren

Themen dieses Abends
- Persönliche Finanzplanung - Worauf ich achten muss
- Meine eigene Altersvorsorge
- Meine Rechte in einer Ehe bzw. Lebensgemeinschaft
- Meine Rechte bei Trennung
- Pensionssplitting

Termin: Do 28. Nov., von 19.30 - 21.30 h

Ort: **Schulungsraum FF Neustift**

Leitung: Mag.ª Maria Grabner, Juristin, Schuldnerberaterin, Mediatorin

Kosten: € 2,--
unterstützt vom Land OÖ

Anmeld.: keine Anmeldung erforderlich

Trennung und Scheidung

Eine mögliche Trennung bzw. Scheidung steht im Raum. In der Zeit, in der unsere Gefühle eine Achterbahnfahrt erleben, brauchen wir konkrete und professionelle Unterstützung.

Zielgruppe: Mädchen und Frauen in Trennungssituationen

Themen dieses Abends
- Einvernehmliche versus strittige Scheidung
- Auflösung von Lebensgemeinschaften
- Regelung bei gemeinsamen Kindern
- Persönliche Sicherheit während der Trennungsphase

Termin: Do 23. April, von 19 - 21 h

Leitung: Mag.ª Maria Grabner, Juristin, Schuldnerberaterin, Mediatorin

Kosten: freiwillige Spende, unterstützt vom Land OÖ

Anmeld.: bis 21. April

Gefördert von:
LAND OBERÖSTERREICH
FRAUENREFERAT

16 Tage gegen Gewalt

Selbstbehauptung will gelernt sein

Wir setzen Zeichen für ein gewaltfreies Leben

Die Gewaltbereitschaft in der Bevölkerung nimmt leider zu. Shitstorms und aggressive Kommentare in digitalen Foren gehören bereits zum alltäglichen Abbild in unserer Gesellschaft.

Wir wollen einen anderen Weg gehen. Gewaltfreie Kommunikation darf und muss uns ein wichtiges Anliegen sein. Handlungsmöglichkeiten in Konfliktsituationen schaffen Perspektiven und fördern den Respekt und den wertschätzenden Umgang mit unseren Mitmenschen.

Heuer werden wir wieder am 25. November unsere Fahne *Gewaltfrei Leben* hissen.
Bis am 10. Dezember beteiligen wir uns an den weltweiten Aktionstagen **16 Tage gegen Gewalt** an Frauen.

Frauen und Mädchen zu stärken, sehen wir als wichtige Maßnahme, um nicht in die Spirale der Gewalt hineinzuschlittern bzw. wieder aus ihr aussteigen zu können.

Unser Motto: frei leben

Wir unterstützen Betroffene und ermutigen sie, sich Hilfe zu holen.
Der erste Schritt zur Selbsthilfe ist Information über die rechtlichen Gegebenheiten, wenn es um Eigenschutz und Selbstermächtigung geht. Je besser Frauen Bescheid wissen und je besser sie für sich selbst sorgen, desto geringer ist das Risiko, in die Opferrolle zu kommen.

Finanzielle und rechtliche Sicherheit zu erlangen ist uns ein wichtiger Beratungs- und Vermittlungsauftrag. Bescheid wissen über Gegebenheiten und die eigenen Rechte kennen, schafft Selbstsicherheit.

Maßgeschneiderte Angebote für Mädchen und Frauen sind unser besonderes Anliegen.

Gewaltprävention/Angebote für Schulen

Mobbing an Schulen - Workshopangebot

Seit 4 Jahren wird dieser Workshop von den Schulen bei uns angefordert. Das Bewusstsein der Lehrkräfte und Eltern hilft bei der Bewältigung von Mobbing.
Wir unterstützen Sie bei dem Phänomen in Ihrer Schule. Sie sind nicht allein, wenn Sie Mobbing auflösen wollen.

Mobbing in Schulen kann eine Bandbreite von Situationen betreffen und ist eine Form offener und/oder subtiler Gewalt gegen Personen über einen längeren Zeitraum mit dem Ziel der sozialen Ausgrenzung.

Je länger Mobbing andauert, umso schwieriger ist es, eine Lösung zu finden.
Im Rahmen von Workshops wird durch eine Beraterin des Frauennetzwerkes Rohrbach mit den SchülerInnen das Thema Mobbing erarbeitet.

Workshops je nach Gruppengröße und Alter der SchülerInnen.

Ziel des Workshops

- Mobbing - was ist das?
- Persönliche Einflussmöglichkeiten erkennen, bewerten und nutzen
- Gegen Mobbing angehen - Umgangsweisen erarbeiten

Dauer: 4 UE teilbar in 2 Module, 2 Einheiten Nachbereitung
Leitung: Mag.ª Ute Maria Winkler, Soziologin
Kosten: € 375,-

Anmeld.: Termine mit dem Frauennetzwerk Rohrbach vereinbaren

Gewaltprävention/Angebote für Schulen

Mein Selbstbild als junge Frau

TA-CCO Tandem Creativ Coaching

wird geleitet von einer DI Lebens- und Sexualberaterin, und einer Künstlerin aus dem Mühlviertel.

- Ein innovatives Lernmodell für Mädchen, zur eigenen Körperwahrnehmung.
- Fördert kooperatives, lösungsorientiertes Handeln.
- Steigert das Selbstvertrauen.
  Erweitert den Selbstlernprozess und es entstehen dauerhafte Werthaltungen, wie Selbstmotivation, Zielstrebigkeit und effektive Informationsverarbeitung.

Mit Schülerinnen im Alter von 14 - 16 Jahren werden innere Bilder reflektiert und kreative Arbeiten zum Thema „Weibsbilder" entstehen.

- Lebe wie du bist
- Grenzen und Selbstbehauptung
- Privat/Betreten verboten
- Schönsein
- Schönfinden
- Spieglein, Spieglein an der Wand
- Du und Dein Körper
- Herzklopfen - Liebe, Sex und so...

Es gilt Auswirkungen von Ängsten und Blockaden bewusst zu machen und Strategien zu entwickeln, mit denen Mädchen ihre Fähigkeiten entdecken.

TA-CCO ist ein schöpferischer Prozess

Durch das Empowerment der Methoden entstehen neue Ideen und Umsetzungsstrategien.
Ihre Stärken können Mädchen besser erkennen und ihre Selbstwirksamkeit erhöhen.
Dieser kreative Prozess eignet sich bestens dafür, sich auszuprobieren und sich zu präsentieren. Dadurch wird auch das eigene Selbstvertrauen gesteigert.

Unter Berücksichtigung der eigenen Stärken und Schwächen erfahren die Teilnehmerinnen einen Selbstlernprozess und erhöhen somit die Fähigkeit zum selbstbestimmten Lernen.

Mit der Möglichkeit einer Präsentation der Objekte im Rahmen einer Ausstellung, werden Anwendungen und Präsentationstechniken in der Praxis erprobt.

Dauer: 2 Termine, jew. 3 UE
Optional: Abschlusspräsentation
Leitung: Dagmar Raimund, DI Lebens- und Sexualberaterin, Sexualpädagogin, Klin. Sexologin
Anne Bé Talirz, Künstlerin
Kosten: kostenfrei!
Anmeld.: Termine mit dem Frauennetzwerk Rohrbach vereinbaren

Stolpersteine - auf dem richtigen Weg ins Erwachsenenleben

Sich Hilfe und Unterstützung zu holen ist immer ein Zeichen von Stärke.
Erwachsenwerden stellt uns vor zahlreiche Herausforderungen.

Für junge Mädchen und Frauen von 15 bis 25 Jahren.

Hier geht es um rechtlich relevante Fakten:

- Eingehen einer Lebensgemeinschaft
- Frauen und Geld
- Sicherheit im täglichen Geschäftsleben
- Worauf ich achten muss

Dauer: 1 Termin, 2 UE

Leitung: Mag.ª Maria Grabner
Juristin, Mediatorin

Kosten: freiwillige Spende, gefördert vom Land OÖ
Anmeld.: Termine mit dem Frauennetzwerk Rohrbach vereinbaren

Beratung für Frauen und Mädchen

kostenfrei - vertraulich - kompetent

Herzlich Willkommen in unserer Servicestelle für Frauen und Mädchen! Wir sind für Sie da, wenn Sie

- Informationen,
- Unterstützung und
- Hilfe brauchen.

Wo?
Frauennetzwerk Rohrbach,
Stadtplatz 16/2, 4150 Rohrbach-Berg

Wann?
Telefonische oder persönliche Terminvereinbarung während unserer Öffnungszeiten.
Mo – Fr von 8 – 12 h unter 07289/6655 oder unter office@frauennetzwerk-rohrbach.at

Zu den angegebenen Sprechstunden, siehe unten, sind die jeweiligen Beraterinnen persönlich zu erreichen.

Kosten?
Freiwillige Spende

Da wir ein gemeinnütziger Verein sind, freuen wir uns über jede Spende und natürlich auch über Ihre Mitgliedschaft mit einem Förderbeitrag in der Höhe von € 24,-.

Ihre Mitgliedschaft endet nach einem Jahr, indem Sie den Beitrag nicht mehr einzahlen.

Sie erhalten als Mitglied automatisch unsere Vereinszeitschrift „DONNA Wetter" mit den laufenden Angeboten zugeschickt, sowie einen Preisnachlass bei unseren Seminarangeboten. Ein Abo unserer Zeitung ist auch ohne Mitgliedschaft möglich.

Wir bedanken uns für Ihr Vertrauen und wünschen Ihnen gutes Gelingen bei Ihren Aufgaben und Vorhaben.

Psychologische Beratung

Psychologische Beratung gibt Orientierungshilfe in schwierigen und unsicheren Lebensabschnitten.

Lösungsansätze und Handlungsmöglichkeiten werden individuell erarbeitet.

Das Ziel liegt in der Stärkung der eigenen, persönlichen Kompetenzen und Fähigkeiten.

Mag.ª Monika Hartl
Klinische- und Gesundheitspsychologin
psychologischeberatung@frauennetzwerk-rohrbach.at

Sprechstunden:
jew. von 12 - 13 h
26. Sept., 24. Okt., 28. Nov., 19. Dez., 23. Jän., 27. Feb., 26. März, 23. April, 28. Mai, 25. Juni

Lebens- und Sozialberatung

Ich unterstütze und begleite Frauen in Krisen, Konflikt- und Entscheidungssituationen.

Systemische Beratung in Krisensituationen wie Trennung, Erziehungsfragen und inneren und äußeren Konflikten.

Ich möchte dabei den Frauen helfen ihre
- Selbsthilfekompetenz zu stärken,
- Handlungsmöglichkeiten zu finden,
- und Lösungsstrategien zu entwickeln.

Eveline Amerstorfer, BEd
Dipl. Lebens- und Sozialberaterin, Mentaltrainerin
lebensberatung@frauennetzwerk-rohrbach.at

Sprechstunden:
jew. von 16 - 17 h
19. Sept., 17. Okt., 21. Nov., 19. Dez., 16. Jän., 20. Feb., 19. März, 16. April, 28. Mai, 18. Juni, 16. Juli

Gefördert von:
Bundeskanzleramt
Bundesministerin für Frauen, Familien und Jugend

Beratung für Frauen und Mädchen

Rechtsberatung

Im Bereich der Frauenberatung können folgende Fragen geklärt werden:

- Ehe- und Scheidungsrecht
- Scheidungsfolgen
- Auflösung einer Lebensgemeinschaft und Sorgerechtsvereinbarungen
- Besuchsregelungen, Lebensunterhalt, Alimente usw.

Mag.ª Maria Grabner
Juristin, Schuldnerberaterin
rechtsberatung@frauennetzwerk-rohrbach.at

Sprechstunden:
jew. von 18 - 19 h
9. Sept., 7. Okt., 4. Nov., 2. Dez., 13. Jän., 3. Feb., 2. März, 6. April, 4. Mai, 8. Juni, 6. Juli

Opfer von Gewalt Beratung

Ziele der Beratung sind:

- Konstruktive Bewältigung von aktuellen Krisen und Konflikten
- Stärkung der Selbstbestimmung, der Stabilität und der Sicherheit
- Information über medizinische, rechtliche und psychosoziale Unterstützungsangebote
- Bei Bedarf zielgerichtete Weitervermittlung

Juristin vom Gewaltschutzzentrum
Interventionsstelle Linz
opferberatung@frauennetzwerk-rohrbach.at
Sprechstunden:
nach telefonischer Vereinbarung

Bildungsberatung - Besuchsbegleitung - Elternberatung

Bildungsberatung:
- Erst- und Wiedereinstieg
- Berufsorientierung mit MetaCards
- Bewerbungscoaching mit Ressourcen Analyse
- Individuelle Bewerbungsunterlagen
- Berufliche Aus- und Weiterbildung
- Bildungsplan - Fördermöglichkeiten

Sprechstunden:
jew. von 9 - 10 h
3. Sept., 1. Okt., 5. Nov., 7. Jän., 4. Feb., 3. März, 7. April, 5. Mai, 2. Juni, 7. Juli

Besuchsbegleitung:
- Begleitung bei schwierigen Besuchs- und Trennungssituationen
- Begleiteter Kontakt für Kinder und Eltern

Elternberatung nach § 95 Abs.1aAußStrG:
- Verpflichtende Elternberatung nach einvernehmlicher Scheidung

Einzeltermine und Gruppentermine nach telefonischer Vereinbarung

Jutta Müller, Dipl. EBin,
Geschäftsführung
leitung@frauennetzwerk-rohrbach.at

Rosemarie Falkner,
Bildungs- und Berufsberaterin,
stv. Geschäftsführung
office@frauennetzwerk-rohrbach.at

Online Beratung für Frauen und Mädchen

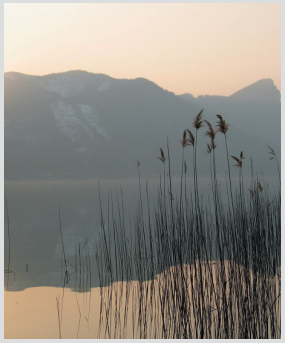
- **Sie können nicht in unsere Sprechstunde kommen?**
- **Sie möchten lieber über Ihr Problem schreiben als reden?**

Wir beantworten Anfragen möglichst binnen 3 Tagen.
Online Beratung hat Grenzen!

Online-Beratung ist **keine** Heilbehandlung. Bei tiefer liegenden oder chronischen Störungen sowie komplexen Herausforderungen bedarf es einem direkten persönlichen Kontakt.

E-Mail Adresse:
beratung@frauennetzwerk-rohrbach.at

Gefördert von:
LAND OBERÖSTERREICH
FRAUENREFERAT



Begleitung

Treffpunkt für Alleinerziehende

Alleinerziehende sind hier nicht allein!

Mit einem offenen Treffpunkt für Alleinerziehende wollen wir Raum schaffen für soziale Kontakte und Ideen zur leichteren Alltagsbewältigung.
Durch den Austausch werden Informationen und Hilfestellungen sichtbar, um Alleinerziehende zu stärken.

Wo drückt der Schuh?
Was möchte ich gerne (mit)teilen?
Womit wäre mir am meisten geholfen?
Kann ich mein Kind mitnehmen?
Hier gibt es auch einen ersten Faktencheck für Bezüge und Förderungen. Ebenso gibt es Kontakte und Tipps für den Wiedereinstieg, Wohnungssuche, Kinderbetreuungsmöglichkeiten.Die größte Herausforderung ist meist die Koordination von Kinderbetreuung und Beruf. Überlastungsgefühle durch die Mehrfachbelastung sowie die finanzielle Lage dürfen hier besprochen werden. Astrid Gahleitner wird diese Gruppe begleiten und mit ihrem Wissen und ihrem Know-How unterstützen.

Termine: jeden 1. Do im Monat, jew. von 14 - 16 h

Themen:
3. Okt. Was unserem Kind gut tut
7. Nov. Elternschaft trotz Trennung
5. Dez. Patchworkfamilie - Chance und Herausforderung
Jänner Keine Gruppe
6. Feb. Wie schaffe ich eine Auszeit für mich

Kosten: gefördert von der Kinder- und Jugendhilfe Rohrbach.

Leitung: Astrid Gahleitner, Akad. Psychosoziale Beraterin, Diplomierte Jugend und Sozialpädagogin, Sexualpädagogin

Anmeld.: keine Anmeldung erforderlich! Kinder dürfen natürlich zum Treffen mitgenommen werden.

Termine und Themen von März bis Juli 2020 sind ab Februar auf unserer Homepage zu finden.

Gefördert von:
Kinder- und Jugendhilfe Rohrbach

Angebot der OÖ Gebietskrankenkasse

„Babys erstes Löffelchen“

Beikostworkshops für Eltern und Schwangere im letzten Trimester!

Stillen ist die natürlichste Art einem Baby alles an Nahrung zur Verfügung zu stellen, was es benötigt. Doch nach etwa 6 Monaten kommt der Zeitpunkt, an dem das Baby mehr braucht, um gesättigt zu sein. Doch gerade beim Thema Beikost treten häufig Unsicherheiten auf.

Wie lange soll noch gestillt werden?
Wann soll man mit der Beikost anfangen?
Welche Lebensmittel sollen für den ersten Brei ausgewählt werden?
In speziellen Ernährungsworkshops gibt die OÖGKK frischgebackenen Eltern und Schwangeren im letzten Trimester wertvolle Tipps für die Beikosteinführung.

Themen:
Was ist Beikost?
Der Geschmack entwickelt sich
Jetzt geht's los!
Was soll drin sein?
Zubereitung
Alternative Ernährungsformen
Prävention
Nahrung für die Seele
Gesunde Zähnchen

Die Workshops finden im Frauennetzwerk Rohrbach statt:

Termine: Mi 18. Sept., von 9 - 11.30 h, Mi 13. Nov., von 9 - 11.30 h

Anmeld.: Tel.: 05 78 07 - 10 35 24 oder online - https://www.ooegkk.at

OÖGKK FORUM GESUNDHEIT

Eltern-Kind Angebote

Unsere Stillgruppenleiterin

Hallo, ich heiße Gudrun Füreder!

Ich bin Kinderkrankenschwester, Still- und Laktationsberaterin IBCLC, sowie La Leche Liga Stillberaterin.

Ich leite die Baby- und Stillgruppen, stehe bei Eltern-, Mutterberatungen und bei dringenden Fragen zur Ernährung und zum Leben mit dem Baby auch telefonisch zur Verfügung.

Telefonnummer: 0680/20 88 678
E-Mail: gudrun.fuereder@gmail.com

Termine für die Baby- und Stillgruppe

Termine:	Themen:
5. Sept.	Ernährung in der Stillzeit
12. Sept.	Eltern als kraftvolles Team
19. Sept.	Austausch zu aktuellen Themen
26. Sept.	Was du stillst noch?!? Wie lange stillen - abstillen
3. Okt.	Weltstillwoche - Eltern stärken für das Stillen
10. Okt.	Alles unter einem Hut
17. Okt.	Kuscheln erlaubt! Das Baby ins Leben tragen
24. Okt.	Beikost für einen entspannten Essbeginn
31. Okt.	Austausch zu aktuellen Themen
7. Nov.	Gras wächst nicht schneller wenn man daran zieht ...
14. Nov.	Mit dem Baby durch den Winter
21. Nov.	Gute Rat"schläge" - welche machen Sinn?
28. Nov.	Auf und Ab der Gefühle nach der Geburt
5. Dez.	BINGO! Das Quiz zum Stillen
12. Dez.	Entfällt
19. Dez.	Entfällt

Termine:	Themen:
9. Jän.	Austausch zu aktuellen Themen
16. Jän.	Schlaf Kindlein schlaf !!!
23. Jän.	Wenn das Baby krank ist
30. Jän.	Mein Körper nach der Geburt
6. Feb.	Können wir unser Baby verwöhnen
13. Feb.	Ernährung in der Stillzeit
20. Feb.	Austausch zu aktuellen Themen
27. Feb.	Allergien - die neue Volkskrankheit

Termine: jew. Do von 10 - 12 h

Leitung: Gudrun Füreder, Still- und Laktationsberaterin, IBCLC, DKKS, 3-fache Mutter

Kosten: kostenfrei!

Anmeld.: keine Anmeldung erforderlich

Termine März bis Juli auf unserer Homepage www.frauennetzwerk-rohrbach.org

Baby- und Stillgruppe für „Große"

Ab dem Krabbelalter bieten wir die Gruppe für Große an.

Hier wird ganz individuell auf Fragen eingegangen und die Kinder können Kontakte zu Gleichaltrigen knüpfen.

Die Babygruppe für Große findet jeden 2. und 4. Montag im Monat von **9 - 11 h** bei uns im Frauennetzwerk statt.

Termine: 9. Sept., 23. Sept., 14. Okt., 28. Okt., 11. Nov., 25. Nov., 9. Dez., 13. Jän., 27. Jän., 10. Feb., 24. Feb.,

Leitung: Gudrun Füreder, Still- und Laktationsberaterin IBCLC, DKKS

Kosten: kostenfrei!

Anmeld.: keine Anmeldung erforderlich

Termine März bis Juli auf unserer Homepage

Gefördert von:

Kinder- und Jugendhilfe Rohrbach

Bundesministerium
Verfassung, Reformen,
Deregulierung und Justiz

kija.at

Einvernehmliche Scheidung

Elternberatung gemäß § 95 Abs. 1a Außerstreitgesetz

Es gibt seit 1. Feb. 2013 bei einvernehmlichen Scheidungen die Verpflichtung, vor Abschluss oder Vorlage einer Regelung der Scheidungsfolgen, dem Gericht zu bescheinigen, dass Sie sich über die spezifischen, aus der Scheidung resultierenden Bedürfnisse Ihrer minderjährigen Kinder, bei einer geeigneten Person oder Einrichtung beraten haben lassen.
Die Beratung führt Eltern in den Prozess für die gemeinsame Obsorge der Kinder nach der Scheidung ein.

Wir erarbeiten individuelle und persönliche Lösungsansätze für Familienfeiern, jährlich wiederkehrende Feste und Rituale, uvm.
Im Speziellen geht es um einen Perspektivenwechsel, damit auf die Bedürfnisse der minderjährigen Kinder eingegangen wird.

Kosten: € 60,- pro Elternteil

Dauer: 90 Minuten

Termin: telefonische Vereinbarung

Kinder mit ihren Eltern zusammenführen

Bundesministerium
Arbeit, Soziales, Gesundheit
und Konsumentenschutz

Besuchsbegleitung gemäß § 111 Außerstreitgesetz

Wir wünschen allen Kindern, dass sie ihre beiden Elternteile besuchen können und Mama und Papa lieben dürfen!

Bei Problemen bei der Vereinbarung oder der Abwicklung des Besuchskontaktes können betroffene Eltern beim örtlich zuständigen Bezirksgericht den Antrag auf Besuchsbegleitung gemäß § 111 Außerstreitgesetz (AußStrG) stellen.
Sie können sich auch unverbindlich in unserer Einrichtung informieren und einen Termin für ein **kostenloses Erstgespräch** vereinbaren.

Bei diesem Erstgespräch werden der Ablauf, die Dauer, die Möglichkeiten und die finanzielle Situation besprochen.
Für das Kontaktrecht gibt es qualifizierte Mitarbeiterinnen, die bei den oftmals schwierigen Ausgangslagen zur Seite stehen, und auf das Wohl und die Sicherheit der Kinder achten.
Unser Ziel ist die Zusammenführung von Eltern und Kindern.
Erstgespräche finden mit jedem Elternteil getrennt statt.

Kosten: € 36,-/Std. und Elternteil *(in bestimmten Fällen förderbar)*

Termin: telefonische Vereinbarung

Rainbows-Gruppe für Kinder nach Trennung/Scheidung

„Trennung der Eltern oder Todesfall"

Die Trennung oder Scheidung der Eltern ist für viele Kinder ein sehr belastendes Ereignis. Eine RAINBOWS-Gruppe bietet ihnen einfühlsame Unterstützung, kreative Methoden, Austausch unter Gleichaltrigen und neue Perspektiven, um mit der veränderten Familiensituation besser zurecht zu kommen.

Eine RAINBOWS-Gruppe für Kinder nach Trennung der Eltern kann im Frauennetzwerk Rohrbach starten, wenn 4 Anmeldungen vorliegen.

Nach dem Tod einer geliebten Bezugsperson reagieren Kinder und Jugendliche altersabhängig unterschiedlich und manchmal auch zeitverzögert.

Sie trauern anders als Erwachsene, ihr Schmerz über den Verlust ist jedoch nicht geringer. Hilfe und Begleitung in dieser schwierigen Zeit, individuell auf das Kind und seine Situation abgestimmt, ist im Bezirk Rohrbach jederzeit möglich.

Information und Anmeldung:
RAINBOWS Oberösterreich,
Tel. 07612/63056 oder www.rainbows.at

RAINBOWS
FÜR KINDER IN STÜRMISCHEN ZEITEN

Allgemeine Infos

Seriös und qualitativ

Das Frauennetzwerk Rohrbach ist eine geprüfte Ö-Cert Einrichtung der österreichischen Erwachsenenbildung.

LQW ist eine lernorientierte Qualitätstestierung in der Weiterbildung und Beratung und als meistverbreitetes Qualitätsmanagement-Modell im deutschsprachigen Raum anerkannt.

Die Zertifikate Ö-Cert und LQW attestieren dem Frauennetzwerk österreichische und europäische Qualitätsstandards in der Erwachsenenbildung.

ECTS - European Credit Transfer System

Die Weiterbildungsakademie ist ein modulares Zertifizierungs- und Anerkennungsverfahren für ErwachsenenbildnerInnen. Durch den Abschluss eines Qualitätssicherungsvertrages zwischen der wba und dem Frauennetzwerk werden ins Curriculum passende Bildungsveranstaltungen des Frauennetzwerkes akkreditiert.

Allgemeine Geschäftsbedingungen

Teilnahmegebühr:
Die angeführten Kurskosten sind vor Kursbeginn fällig. Wir sind als Verein nicht vorsteuerabzugsberechtigt, d.h. Brutto = Nettopreis.

Stornierung:
Bei Rücktritt von einer Anmeldung bis eine Woche vor Beginn wird keine Stornogebühr verrechnet. Bei einem späteren Rücktritt werden 50 % des Kursbeitrages als Stornogebühr in Rechnung gestellt.

Ausfall eines Seminars:
Bei Ausfall eines Kurses, z.B. durch Krankheit der Trainer, wird dieser zu einem späteren Zeitpunkt nachgeholt. Sie werden zeitgerecht telefonisch verständigt.

Leistungen:
Die Durchführung der Kurse liegt im Verantwortungsbereich der TrainerInnen. Die EDV-Kurse werden nach den derzeitigen aktuellen Standards durchgeführt.
In den Kurs- und Seminargebühren sind bei gesonderten Angaben auch Schulungsunterlagen enthalten.

Teilnahmebestätigung:
Bei 75 % Anwesenheit besteht Anspruch auf Ausstellung einer Teilnahmebestätigung. Diese kann auch für zurückliegende Jahre als Duplikat ausgestellt werden.

Unsere Garantie:
Sollten Sie wegen Krankheit oder sonstigen gewichtigen Gründen Teile der Weiterbildung versäumen, können Sie diese Lehrgangsteile in späteren Lehrgängen kostenlos nachholen.

Besondere Hinweise:
Mit der Teilnahme an einem Seminar wird der Veröffentlichung von Fotos und Filmaufnahmen, die im Rahmen der Veranstaltung entstehen, zugestimmt.
Wir ersuchen um Verständnis, dass Tiere zu den Kursen nicht mitgenommen werden können. Alle Räumlichkeiten des Frauennetzwerkes sind Nichtraucherzonen.

Bildungskonto des Landes Oberösterreich

Das Bildungskonto des Landes OÖ ermöglicht die Rückerstattung eines Teils der Kurskosten nach Antragstellung und Prüfung durch das Amt der OÖ Landesregierung.

Was wird gefördert:
Kurskosten für Bildungsmaßnahmen zur berufsorientierten Weiterbildung und Umschulung.

Wie wird gefördert:
Durch Rückerstattung eines Teils der Kurskosten nach Kursende, sowie nach Antragstellung und Prüfung durch das Amt der OÖ Landesregierung.

Weitere Infos bei uns im Frauennetzwerk Rohrbach oder direkt beim Amt der OÖ Landesregierung unter 0732/7720.

Jahresbericht

Unser Jahr 2018

Unser Team

Fünf Damen werden unterstützt von 11 ehrenamtlich mitarbeitenden Frauen, die aus unterschiedlichsten beruflichen und privaten Umfeldern kommen.

Ehrenamtliches Team:
Johanna Pfoser: Obfrau
Eveline Amerstorfer: Dipl. LSB und Beirätin
Eva Bayer: 1. Rechnungsprüferin
Astrid Gahleitner: Schriftführerin
Mag.ª Maria Grabner: Juristin, Mediatorin und Beirätin
Ingrid Grzesiczek: 2. Rechnungsprüferin
Renate Günthör: Kassierin-Stellvertreterin
Mag.ª Silke Köppl: Beirätin
Christine Laban: Kassierin
Brigitta Leitner: Beirätin
Anne Bé Talirz: Schriftführerin-Stv.

Team und Beraterinnen im FNW:
DI EB[in] Jutta Müller: Geschäftsführerin
Rosemarie Falkner: Stv. Geschäftsführung Budget, Beratung, Besuchsbegleitung
Poldi Keplinger: Raumpflegerin
Regina List: Seminarplanung und -betreuung, Öffentlichkeitsarbeit
Mag.ª Maria Grabner: Juristin
Mag.ª Monika Hartl: Klinische- und Gesundheitspsychologin
Mag.ª Sylvia Klaffenböck: Juristin, Gewaltberatung
Tanja Oberngruber: Besuchsbegleiterin
Christine Steininger: Dipl. Legasthenie- und Dyskalkulietrainerin
Birgit Traunfellner: EDV Trainerin

Kernkompetenz
Mädchen- und Frauenberatung:

Im vergangenen Jahr wurden **956** Beratungen und Begleitungen für Mädchen und Frauen und Eltern geleistet. Wir bieten kostenfreie, kompetente, spezifische und absolut vertrauliche Beratungen in schwierigen Lebenssituationen.
In den Beratungen geht es um Bewältigung und Unterstützung bei belastenden Situationen. Es geht auch um Stabilisierung, wenn die Gesundheit bereits gelitten hat. Finanzielle Probleme, Ängste, psychische

oder körperliche Gewalt in der Familie, Doppel- oder Dreifachbelastung durch Beruf, Erziehung und Haushalt sind für viele Frauen im Bezirk Rohrbach tagtägliche Realität.

Wir bieten und vermitteln:

Rechtsberatung
Psychologische Beratung
Lebensberatung
Beratung für Opfer von Gewalt in Kooperation mit Gewaltschutzzentrum OÖ
Karenz- und Karrieremanagement
Besuchsbegleitung gem. § 111 AußStrG
Elternberatung bei einvern. Scheidung gem. § 95 Abs. 1a AußStrG
Stillberatung
Online Beratung -
Wir beantworten Anfragen binnen drei Tagen

Unsere Angebote im Frauennetzwerk:

EDV Kurse für Frauen

ECDL Basisausbildung
ECDL Komplettausbildung
EDV Basisausbildung
Digitale Kompetenzen / Medienkompetenz

Vorträge und Workshops

- Frauen und Geld „Kooperationsveranstaltung mit der kfb Ulrichsberg“
- „Voi Lebm“ Projekt mit der Leader Region Donau Böhmerwald
- Workshopreihe „Entspannungstraining“
- Lesung aus dem Tagebuch von Sexdienstleisterinnen anläßlich des Internationalen Frauentages - Kooperation mit Lena Caritas, Frauentrainingszentrum, kbw-Treffpunkt Bildung, Treffpunkt Mensch und Arbeit, ÖGB Frauen
- Vortrag „Die erste Zeit zu dritt“

Jahresbericht

Unser Jahr 2018

- Vortrag „Legasthenie“
- Vortrag „Trennung und Scheidung“
- Vortrag „Die Kraft der Frau sitzt im Becken“
- Vortrag „Bewusst durchs Leben gehen“
- Vortrag „Pubertät - Wenn Eltern schwierig werden“

Gesundheit

- Yoga als Weg
- Entspannungstraining / Gesundheitstag
- Brusttastseminar / Gesundheitstag
- Shiatsu / laufendes Angebot / 2mal monatlich / Gesundheitstag
- Orientalischer Tanz - Bauchtanz

Mutter - Kind Angebote

- Babys erstes Löffelchen - Kooperation mit der OÖGKK
- Homöopathie für Eltern
- Stillberatung
- Baby- und Stillcafe
- Mutterberatung / Kooperation mit Kinder- und Jugendhilfe Rohrbach
- Workshopreihe „Legasthenie“
- Treffen für Alleinerziehende / Gefördert von der Kinder- und Jugendhilfe Rohrbach
- Vortrag „Schwangerschaft und Geburt aus Sicht des Kindes“

Interne Veranstaltungen

- Internationaler Frauentag / Lesung aus dem Tagebuch von Sexdienstleisterinnen
- Sicherheitstag mit einem Profi
- Generalversammlung
- Mutterberatung
- Baby- und Stillcafe

Öffentlichkeitsarbeit

- Vereinszeitschrift DONNA Wetter mit Jahresprogramm
- Newsletter 2mal monatlich
- Facebook
- Plakate und Werbefolder
- Zeitungsartikel in den Tips, der Rundschau und in den OÖ Nachrichten

Unsere Arbeit in Zahlen:

EDV-Kurse:	14 TN
Vorträge und WS:	177 TN
Projekte mit AMS:	73 TN
Stillgruppe:	365 TN
Projekte mit Schulen:	15 TN
Interne Veranstaltungen:	249 TN

GESAMT: 893

Beratungen für Frauen und Mädchen:

Erstkontakte:	2612
Persönliche Kontakte:	755
Einzelberatung:	898
Besuchsbegleitung:	35
Elternberatung:	23

GESAMT: 4323

Besucherinnen im Frauennetzwerk:

Bücherzelle:	14
BesucherInnen durch Raumbenützungen:	1533

GESAMT: 1547

BesucherInnen / Kontakte im Jahr 2018:

Gesamt: 6763 Kontakte

Aus unserem Leitbild:

Wir bieten seit 30 Jahren allen Frauen und Mädchen einen geschützten Raum, in dem sie ihre Interessen und Bedürfnisse artikulieren können. Unsere Angebote in den Bereichen Bildung, Beratung und Kultur unterstützen die Entwicklung weiblicher Perspektiven.

Wir verwirklichen unsere Ziele in Zusammenarbeit mit anderen Sozial- und Bildungseinrichtungen sowie durch Kooperation und Vernetzung mit der regionalen Wirtschaft und Kultur.

Termine September 2019 bis Juni 2020

Wir wünschen Ihnen/Euch eine schöne Zeit und freuen uns auf Ihren/Euren Besuch!

September 2019					
Mi	18.	9 - 11.30 h	Babys erstes Löffelchen - Angebot der OÖGKK	Seite	28
Oktober 2019					
Do	3.	14 - 16 h	Treffpunkt für Alleinerziehende	Seite	28
Mi	9.	13 - 14 h	Vortrag - Legasthenie / Rechtschreibschwierigkeiten	Seite	15
Mi	9.	16 - 17 h	Vortrag - Legasthenie / Rechtschreibschwierigkeiten	Seite	15
Mi	16.	13 - 15 h	Brusttastseminar - Gesundheitstag	Seite	19
Mi	16.	15 - 18 h	Shiatsu zum Kennenlernen - Gesundheitstag	Seite	19
Mi	16.	19 - 21 h	Entspannung pur - Burnon statt Burnout - Gesundheitstag	Seite	19
Do	17.	8.30 - 15.30 h	Start ECDL Basis, ECDL Komplett und EDV Basisausbildung	Seite	16
Mi	23.	8.30 - 15.30 h	Fotobuch gestalten	Seite	16
November 2019					
Mo	4.	13.30 - 15 h	Start Workshopreihe - Legasthenie	Seite	15
Di	5.	9 - 12 h	Start Workshopreihe - Homöopathie Modul 1	Seite	21
Mi	6.	9 - 15 h	Start Digitale Kompetenzen / Kurs Nr. 1	Seite	18
Do	7.	14 - 16 h	Treffpunkt für Alleinerziehende	Seite	28
Mi	13.	9 - 11.30 h	Babys erstes Löffelchen - Angebot der OÖGKK	Seite	28
Do	21.	19 - 21 h	Vortrag - Rechtliche Stolpersteine und Sicherheit im Alter - 60plus	Seite	23
Do	28.	19.30 - 21.30 h	Vortrag - Frauen und Geld / Meine finanzielle Unabhängigkeit	Seite	23
Dezember 2019 **Wir wünschen Ihnen/Euch einen besinnlichen Advent und alles Gute zum Jahreswechsel**					
Do	5.	14 - 16 h	Treffpunkt für Alleinerziehende	Seite	28
Jänner 2020					
Mi	8.	9 - 15 h	Digitale Kompetenzen	Seite	18
Di	28.	9 - 12 h	Workshop - Homöopathie Modul 2	Seite	21
Februar 2020					
Do	6.	14 - 16 h	Treffpunkt für Alleinerziehende	Seite	28
Do	13.	19 - 21 h	Themenabend - Mit Kindern über Sexualität reden	Seite	20
Mi	26.	9 - 15 h	Start Digitale Kompetenzen / Kurs Nr. 2	Seite	18
März 2020					
Do	5.	8.30 - 15.30 h	Start ECDL Basis, ECDL Komplett und EDV Basisausbildung	Seite	17
Fr	6.	19 h	Vernissage und Lesung zum Internationalen Frauentag	Seite	14
Do	12.	15.45 - 19.15 h	Start Fotobuch gestalten	Seite	17
Do	12.	19 - 21 h	Themenabend - Pubertät "Wenn Eltern schwierig werden"	Seite	20
Fr	20.	14 - 17 h	Sicherheitstag - Selbstbehauptungskurs - Altersgruppe / 6 bis 10-jährige	Seite	22
Fr	20.	17.30 - 21 h	Sicherheitstag - Selbstschutzkurs - Altersgruppe / 11 bis 99-jährige	Seite	22
Di	24.	19 - 21 h	Themenabend - Homöopathie in den Wechseljahren	Seite	21
April 2020					
Mi	1.	9 - 15 h	Digitale Kompetenzen	Seite	18
Di	21.	9 - 12 h	Start Workshopreihe - Homöopathie Modul 1	Seite	21
Do	23.	19 - 21 h	Vortrag - Trennung und Scheidung	Seite	23
Mai 2020					
Mi	6.	9 - 15 h	Start Digitale Kompetenzen / Kurs Nr. 3	Seite	18
Juni 2020					
Mi	10.	9 - 15 h	Digitale Kompetenzen	Seite	18

Sprechstunden der Beraterinnen auf Seite 26 und 27
Termine der Still- und Babygruppe auf Seite 29

Wir danken unseren SponsorInnen

Mit Unterstützung von Bund, Land und Europäischer Union

ENERGIE AG
Vertrieb
Wir denken an morgen

ROHRBACH BERG
Voller Leben

SPARKASSE
Mühlviertel-West
Was zählt, sind die Menschen.

Inserate:

Durch Ihr Inserat unterstützen Sie Frauen im Bezirk Rohrbach.

Kostenbeitrag pro Inserat:

Innenseite	€ 60,-
Außenseite	€ 100,-

Auflage:
1200 Stück

FRAUEN NETZWERK ROHRBACH

Frauennetzwerk Rohrbach
Interessensverband Frauenkultur
4150 Rohrbach-Berg - Stadtplatz 16/2
Tel. 07289/6655
office@frauennetzwerk-rohrbach.at
www.frauennetzwerk-rohrbach.org

Eine Mitgliedschaft bzw. ein Abo zahlt sich aus!

♀ Mitgliedschaft im Frauennetzwerk
♀ Anspruch auf 10 bis 20 % Ermäßigung bei allen Veranstaltungen des Frauennetzwerkes Rohrbach inkl. DONNA Wetter Jahres-Abo Euro 24,-

♀ DONNA Wetter Jahres-Abo Euro 10,-

IBAN: AT33 2033 4000 0001 6691

Danke, dass Sie Frauen im Bezirk Rohrbach unterstützen.
Sparkasse Mühlviertel-West
Frauennetzwerk Rohrbach
Interessensverband Frauenkultur
IBAN: AT33 2033 4000 0001 6691

Wir bedanken uns bei unseren FördergeberInnen und SponsorInnen.
ZVR-Zahl: 852228582

Bundesministerium
Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz

Bundeskanzleramt
Bundesministerin für Frauen, Familien und Jugend

Land Oberösterreich Frauenreferat

AMS Arbeitsmarktservice Oberösterreich

arge region kultur.at

SHV Sozialhilfeverband Rohrbach

Bundesministerium
Bildung, Wissenschaft und Forschung

Land Oberösterreich

Kinder- und Jugendhilfe Rohrbach

NEUBURGER FLEISCHLOS GMBH
Dreisesselbergstraße 6, 4161 Ulrichsberg, Österreich
Telefon +43.7288.7001
willkommen@hermann.bio
www.hermann.bio
ATU 67957614

Nr. 63 September 2019

DONNA Wetter

JUBILÄUMSAUSGABE MIT NACHLESE ZUR FACHTAGUNG ***BERATUNG WIRKT***

Mit Veranstaltungskalender von September 2019 bis Juni 2020

HERBST 2019 und FRÜHLING 2020

30 JAHRE
FRAUENNETZWERK

www.frauennetzwerk-rohrbach.org - E-mail: office@frauennetzwerk-rohrbach.at - Tel: 07289/6655 - A-4150 Rohrbach-Berg, Stadtplatz 16/2

Unsere Legasthenie-Trainerin

Christine Steininger stellt sich vor

Liebe LeserInnen,

ich freue mich sehr, dass ich mich heute als neue Mitarbeiterin des Frauennetzwerkes bei Euch/Ihnen vorstellen darf.

Mein Name ist Christine Steininger.

Ich wohne mit meiner Familie, in der Nähe von Arnreit, in einem kleinen Haus mit großem Garten. Als Kind wuchs ich, mit zwei Geschwistern, auf einem großen landwirtschaftlichen Betrieb auf. Die Volksschule besuchte ich in Oberkappel und die Hauptschule in Hofkirchen. Meine Jugendjahre verbrachte ich in Linz, machte eine Ausbildung zur Friseurin und arbeitete noch einige Jahre als Gesellin.

Aus gesundheitlichen Gründen begann ich meinen zweiten Bildungsweg, mit der Ausbildung in der HAK Rohrbach. In den weiteren Jahren widmete ich mich meiner Familie und begann mit der Ausbildung zur diplomierten Legasthenie- und Dyskalkulietrainerin.

Ende 2013 schloss ich die Ausbildung zur diplomierten Legasthenie- und Dyskalkulietrainerin erfolgreich ab und begann mit einem Lehrgang in praktischer Psychologie. Nach Abschluss dieses Lehrganges erweiterte ich mein Wissen im Bereich AD(H)S und/oder Lernstörungen durch einen weiteren Lehrgang, den ich Ende 2016 erfolgreich abschloss.

Angereichert habe ich mein Wissen durch weitere Fortbildungen im pädagogischen Bereich. Anschließend konnte ich mein pädagogisches Wissen in die Schülernachmittagsbetreuung einfließen lassen. Seit 2018 bin ich im Frauennetzwerk als Legasthenietrainerin beschäftigt und ich freue mich immer, wenn ich für Betroffene und Angehörige eine Unterstützung sein kann.

Das Phänomen des „Lernens“ erweckt immer noch mein Interesse und schürt

meine Neugier. Ich versuche so viel wie möglich in Erfahrung zu bringen, mich immer wieder fortzubilden und mein Wissen stetig zu erweitern.

Wichtig ist für mich, das Kind in seiner Persönlichkeit zu achten, es als ganzen und vollwertigen Menschen zu sehen. Das Kind nicht auf seine Schwierigkeiten zu reduzieren. Dem Kind Raum zum selbstständigen Denken und Handeln zu geben. Ihm Gelegenheit zu bieten, den eigenen Lernbedürfnis zu folgen und ihm zu helfen Schwierigkeiten zu überwinden, statt ihnen auszuweichen.

Ausgleich und Entspannung finde ich beim Tanzen, Sport und Lesen.

Liebe LeserInnen, abschließend bedanke ich mich bei meinen Kolleginnen, dem Vorstand des Frauennetzwerkes, den Eltern und Kindern für die herzliche Aufnahme und die gute Zusammenarbeit.

„Niemand ist perfekt,
aber jeder ist einzigartig!“

Impressum

Herausgeberinnen & Medieninhaberinnen:

Frauennetzwerk Rohrbach
Interessensverband Frauenkultur
4150 Rohrbach-Berg
Stadtplatz 16/2
Tel 07289/6655

www.frauennetzwerk-rohrbach.org
ZVR-Zahl 852228582

Öffnungszeiten:
Mo bis Fr von 8 - 12 h,
und Do von 13 - 16 h

Arge Region Kultur
www.argeregionkultur.at
leitung@frauennetzwerk-rohrbach.at

An dieser Zeitung haben mitgearbeitet:

Regina List
Jutta Müller

Layout und Satz:
Regina List
Jutta Müller

Druck:
Druckerei Rohrbach
Harrauerstraße 31
4150 Rohrbach

Jahresabo: € 10,-
Erscheint jährlich
Redaktionsschluss der nächsten Ausgabe:
16. Juni 2020

Wir freuen uns über eingesandte Beiträge, können jedoch nicht für eine Veröffentlichung garantieren und behalten uns eine redaktionelle Bearbeitung vor.

Wir danken unseren SponsorInnen

Mit Unterstützung von Bund, Land und Europäischer Union

ENERGIE AG
Vertrieb
Wir denken an morgen

ROHRBACH BERG
Voller Leben

SPARKASSE
Mühlviertel-West
Was zählt, sind die Menschen.

Inserate:

Durch Ihr Inserat unterstützen Sie Frauen im Bezirk Rohrbach.

Kostenbeitrag pro Inserat:

Innenseite	€ 60,-
Außenseite	€ 100,-

Auflage:
1200 Stück

FRAUEN NETZWERK ROHRBACH

Frauennetzwerk Rohrbach
Interessensverband Frauenkultur
4150 Rohrbach-Berg - Stadtplatz 16/2
Tel. 07289/6655
office@frauennetzwerk-rohrbach.at
www.frauennetzwerk-rohrbach.org

Eine Mitgliedschaft bzw. ein Abo zahlt sich aus!

- ♀ Mitgliedschaft im Frauennetzwerk
- ♀ Anspruch auf 10 bis 20 % Ermäßigung bei allen Veranstaltungen des Frauennetzwerkes Rohrbach inkl. DONNA Wetter Jahres-Abo Euro 24,-
- ♀ DONNA Wetter Jahres-Abo Euro 10,-

IBAN: AT33 2033 4000 0001 6691

Danke, dass Sie Frauen im Bezirk Rohrbach unterstützen.
Sparkasse Mühlviertel-West
Frauennetzwerk Rohrbach
Interessensverband Frauenkultur
IBAN: AT33 2033 4000 0001 6691

Wir bedanken uns bei unseren FördergeberInnen und SponsorInnen.
ZVR-Zahl: 852228582

Bundesministerium
Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz

Bundeskanzleramt
Bundesministerin für Frauen, Familien und Jugend

Land Oberösterreich Frauenreferat

AMS Arbeitsmarktservice Oberösterreich

arge region kultur.at

SHV Sozialhilfeverband Rohrbach

Bundesministerium
Bildung, Wissenschaft und Forschung

Land Oberösterreich

Kinder- und Jugendhilfe Rohrbach