

20 Jahre Begegnungen Lebensraum Bregenz Jahresbericht 2015

GiB - Gemeinsam in Bregenz



Selbsthilfeausflug



Aktion Demenz



Ausgabestelle



Paninitauschbörse



20 Jahre Lebensraum
20 Jahre Begegnungen



Vereinsvorstände



Club 85 plus



Weltspielletag

Adventmärktle



Schach im Park

Lebensraum

Drehscheibe im Sozial- und Gesundheitsbereich.

Der Lebensraum Bregenz hat den Auftrag und das Ziel, die Lebensqualität in der Landeshauptstadt zu erhalten und weiter zu verbessern.

Ehrenamt

Eine groß angelegte Studie hat gezeigt, dass Freiwilligkeit vor allem ganz lokal im direkten Lebensumfeld stattfindet (zu 80 %). Erneut wurde belegt, dass mit Freiwilligenarbeit und Vereinsarbeit der „soziale Kitt“ in und für die Gesellschaft ganz wesentlich gefördert wird.

Selbsthilfe

Eine wichtige und erfolgreich umgesetzte Aufgabe ist die Unterstützung von Selbsthilfegruppen und Initiativen, die dem Gemeinwohl zugute kommen.

Wichtige Telefonnummern

Amt der Landeshauptstadt Bregenz	410-0
Betreuungspool	05522/78101
Bezirkshauptmannschaft	4951-0
Sozialministeriumservice Vorarlberg	6838
Case Management Lydia Hagspiel	0664/9252735
Case Management Ursula Marte	0664/6141086
Familienhelferinnen	0676/83373340
Hospizbewegung	0664/8240020
ifs - Institut für Sozialdienste	051755510
ifs - Schuldenberatung	051755580
Info-Hotline (Dienste: Apotheken, Ärzte...)	410-8000
Sozialhilfe, Rollender Esstisch	410-1631
Krankenpflegeverein	77400
Krankentransport	201
Landeskrankenhaus Bregenz	401-0
Lebensräume für Jung und Alt „Mariahilf“, Günther Willi	410-1639
mobile Seniorenberatung Edith Ploss	0699/12378440
Mobiler Hilfsdienst	77400-13
ÖZIV - Landesverband Vorarlberg	45579
Pflegeheim Mariahilf	79646
pro mente V - Psychosoziale Gesundheit	45167
Rotes Kreuz	05522/77000
Seniorenbörse Bregenz	52700-5
Seniorenheim Tschermakgarten	4936-11
SMO neurologische Rehabilitation	52933
Sozialzentrum Weidach	46107-922
Stadtpolizei Bregenz	410-1231
EURO . NOTRUF	112
FEUERWEHR	122
POLIZEI	133
HAUSÄRZTE NOTDIENST	141
TELEFON-SEELSORGE	142
ROTES KREUZ	144

Inhaltsverzeichnis

Telefonnummern	2
Inhaltsverzeichnis	3
Vorwort	3
20 Jahre Lebensraum 20 Jahre Begegnungen	4 - 5
Generalversammlung	6
Koordination und Vernetzung	7
Care Management	8
Aktion Demenz	9
Meldestelle für Glücksmomente	10
Bürgerschaftliches Engagement	11
Veranstaltungen	12 - 15
Öffentlichkeitsarbeit	15
Lebensraum in Zahlen	16 - 17
Selbsthilfe	18 - 19
Danke	20

Vorwort



„Es sind die Begegnungen mit Menschen, die das Leben lebenswert machen!“ (Guy de Mompasant). Das war das Motto unserer 20 Jahrfeier und der Ausstellung im Foyer des Lebensraumes. Für mich ist es überhaupt ein Motto vom und im Lebensraum. Im Jahr 2015 wurde dies bei „unzähligen“ Veranstaltungen und Begegnungen deutlich.

Herausragende Begegnungen waren für mich jene mit den Initiatoren und Initiatorinnen vom Lebensraum Bregenz. Natürlich bin ich mit ihnen schon mehrfach zusammen gekommen. Aber mit dem Thema der Gründung und

Initiierung vom Lebensraum Bregenz war es in dieser Form und so gebündelt erstmals der Fall. Elisabeth Lugmayr als damalige Sozialstadträtin, Dr. Dietger Mader als Vizebürgermeister und Sozialsprecher, sowie Willi Hagleitner, ebenfalls als Sozialsprecher seiner Fraktion haben einfach erneut und diesmal als kongeniales „Dreigestirn“ beeindruckt. Das wurde in der Geburtstagsfeier am 23. im Theater Kosmos für alle Gäste überzeugend deutlich. Wenn sich „die Drei“ nicht so wertschätzend, vertrauensvoll, mit dem gemeinsamen, überparteilichen Ziel begegnet wären, hätten wir wohl kein Geburtstagsfest zu feiern gehabt. Daher war die Ernennung zu Ehrenmitgliedern auf unserer Generalversammlung im Juni die logische Folge. Gemeinsam mit Dr. Leo Wagner, der 50 % des Bestehens vom Lebensraum als umsichtiger Vereinsobmann fungierte, wurden Willi Hagleitner und Dr. Dietger Mader zu Ehrenmitgliedern ernannt. Die bisherigen Ehrenmitglieder Elisabeth Lugmayr und Dr. Walter Pfefferkorn freuten sich über diese Ergänzung. In dem Jahresbericht folgen natürlich weitere Details zu unseren 20 Jahren.

Auch sonst war das Jahr 2015 von Begegnungen in so vielen Kooperationen wie noch nie, positiv geprägt. Beispielsweise mit dem Theater Kosmos, dem Weltladen, der Gemeinwesenarbeit, dem Schachklub, der Seniorenbörse, der Aktion Demenz, um nur einige zu nennen. Immer zu erwähnen sind hier die Selbsthilfegruppen (17 im Jahr 2015), bei denen vielfach sehr persönliche Kontakte stattfinden. Machen Sie sich doch auf den folgenden Seiten selbst ein Bild von dem „Begegnungsjahr 2015“!

Peter Weiskopf

Personal

Peter Weiskopf DSA

Geschäftsführer
Mitarbeiterführung und Coaching, Planung und Erstellung des Jahresprogramms in Abstimmung mit der Stadt Bregenz; Prozessplanung im Auftrag der Stadt Bregenz; Aktion Demenz Projektkoordination; Bürgerschaftliches Engagement, Betreuung/Begleitung der Fachbereiche, von Projekten und Gruppen; Koordination der Leistungsanbieter; Öffentlichkeitsarbeit

Magdalena Meraner

Assistentin der Geschäftsführung, Sitzungsräume/ Verwaltung/Statistik, Finanzbuchhaltung und Kassaführung, Projektarbeit, Infostelle

Elisabeth Metzler

Informationsvermittlung bei Kundenanfragen und Anfragen zu Institutionen, Informationsrecherche, Führen der Datenbank, Betreuung/ Unterstützung von Selbsthilfegruppen, Projekte, Öffentlichkeitsarbeit (Lebensraumnachrichten, Betreuung der Lebensraum-Website)

Maria Köllemann

Bürgerschaftliches Engagement, Begleitung der Seniorenbörse, Projektarbeit, Öffentlichkeitsarbeit (Jahresbericht und Betreuung der Website www.gib.bregenz.at), Infostelle, Hilfestellung bei Anträgen

Elisabeth Schertler

Rechnungswesen – außer Haus

Vereinsvorstand: Lebensraum Bregenz



GF Peter Weiskopf, Alexandra Kargl M.S.M. Dr.in Annette Fritsch, Mag.a Susanne Lang, DI Dr. Leo Wagner, Mag. Markus Schrott, Peter Kopf DSA, Bernd Dragosits

20 Jahre Lebensraum 20 Jahre Begegnungen

„Es sind die Begegnungen, die das Leben lebenswert machen!“ Guy de Maupassant

Wir haben Geburtstag gefeiert! Am 23. war unser 20. Geburtstag als Lebensraum Bregenz und unsere Feier im vollen Theater KOSMOS. Das Motto lautete: „20 Jahre Lebensraum – 20 Jahre Begegnungen“. Es waren sehr viele und vor allem schöne Begegnungen, die im perfekten Ambiente vom Theater KOSMOS stattfanden.

Vereinsvorsitzender Leo Wagner konnte ein „volles Haus“ begrüßen. Bürgermeister Markus Linhart, Soziallandesrätin Katharina Wiesflecker, StadträtInnen und Landtagsabgeordnete. Vor allem auch die InitiatorInnen vom Lebensraum, Elisabeth Lugmayr, Dietger

Mader und Willi Hagleitner, sowie den damaligen Bürgermeister Siegfried Gasser und die bisherigen Vereinsvorsitzenden, Dr. Wolfgang Pfefferkorn und Dr. Christoph Hackspiel. Neben VertreterInnen „der 1. Stunde“ waren viele aktuelle Partner und Freunde vom Lebensraum mit dabei. VertreterInnen unserer 19 Selbsthilfegruppen und freiwillige HelferInnen.

Die Grußworte wurden zu „flamenden Reden“ – eine 1 m lange Wunderkerze hat parallel gebrannt und sollte die Redezeit symbolisieren. Herzlichen Dank unserem Bürgermeister Markus Linhart für die netten und motivierenden Grußworte und die beinahe punktgenaue Einhaltung der Redezeit. Ebenfalls herzlichen Dank unserer

Soziallandesrätin Katharina Wiesflecker für Ihre persönlichen Worte und Wünsche. Landesrätin Katharina Wiesflecker hat eine lange persönliche Verbindung zum Lebensraum. Ihr Ehemann, Peter Swozilek, war 7 Jahre Geschäftsführer und als persönliches Glücksmoment im Zusammenhang mit dem Lebensraum hat sie die Geburt ihrer Tochter Hanna formuliert, die in dieser Zeit war. Die dritten Grußworte wurden uns von Nadine Preßl übermittelt. Nadine ist die Initiatorin der Selbsthilfegruppe Epilepsie und gleichzeitig eine engagierte freiwillige Helferin bei mehreren unserer Projekte. Sie hat sich ganz persönlich für die Unterstützung im Bereich Selbsthilfe bedankt und berührend geschildert, weshalb sie so gerne ehrenamtlich tätig ist.



DI Dr. Leo Wagner und Bürgermeister
DI Markus Linhart



Gründungsmitglieder: Dr. Wolfgang
Pfefferkorn, Willi Hagleitner,
Dipl. Vw Siegfried Gasser, Elisabeth
Lugmayr, Dr. Dietger Mader



Soziallandesrätin
Katharina Wiesflecker

In einem Podiumsgespräch mit den 3 InitiatorInnen wurde der Pioniergeist und das überparteiliche Engagement deutlich. Viele BesucherInnen haben danach gesagt, wie sie die drei beeindruckt haben, was das für ein tolles Gespann sei – es fiel der Ausdruck: „Die 3 Musketiere für Bregenz“.

Nach dem Podiumsgespräch überraschte Bürgermeister Markus Linhart den Vereinsvorsitzenden Dr. Leo Wagner mit der Verleihung vom Bregenzer Stadtsiegel.

Als Bürgermeister hat er sich ganz persönlich für das 10-jährige Engagement von Leo Wagner im und für den Lebensraum Bregenz bedankt.

Anschließend führte GF Peter Weiskopf digital durch die Ausstellung im Lebensraum. Dabei wurden einige Projekte der letzten 20 Jahre wieder sichtbar.

Der Überraschungsgast Sepp Gröfler hat als „ältester Nachwuchskabarettist Österreichs“ (Eigendefinition) ein sensationelles

„Lebensraum Bregenz Kabarett“ abgeliefert. Dabei mussten - oder den Gesichtern nach zu urteilen - durften die Gäste mitmachen und haben dabei ihrem Nachbarn etwas nettes gesagt, haben sämtliche Gesichtsmuskeln gelockert, einen kleinen Stehtanz aufgeführt und Nachbars Zeigefinger versucht zu fangen. Verblüffend war seine Hypnosenummer, der sich kaum jemand entziehen konnte. Über eine Rechenaufgabe (jede/r hat sich selbst eine geheime Zahl ausgesucht) kamen 99 % zum gleichen Ergebnis: Dänemark und Datteln! Anschließend wurden alte Begegnungen erneuert und neue geschlossen - beim feinen Buffet vom und im Kesselhaus. Auch hier musikalisch fein begleitet von „Bartlis“.

Wie immer hängt das Gelingen eines Festes von den Gästen ab. Die vielen, vielen schönen Rückmeldungen haben ein klares „Bild“ ergeben. Wir hatten wunderbare Gäste und ein tolles Geburtstagsfest – DANKE allen die gekommen sind und zu dieser tollen Stimmung beigetragen haben!



GF Lebensraum Bregenz
Peter Weiskopf



Lebensraum Team mit Regina
Rossi, Diabetiker Stammtisch



vl. Landtagsabgeordneter Roland
Frühstück, StR Michael Rauth, StR
Ingrid Hopfner, StR Elisabeth Mathis



20 Jahre Lebensraum, 20 Jahre Begegnungen - Feier im Theater KOSMOS



Sepp Gröfler

Generalversammlung mit teilweiser Neuwahl des Vorstandes



v.l. Peter Kopf DSA, Mag. Markus Schrott, Mag. Manfred Baldauf, Alexandra Kargl M.S.M., Dr. Leo Wagner, Willi Hagleitner, Mag.^a Susanne Lang, Dr. Dietger Mader, StR Elisabeth Mathis, Vereinsobfrau Elisabeth Schäfer, GF Peter Weiskopf, Elisabeth Lugmayr

Am 22. Juni fand die Generalversammlung statt. Dr. Leo Wagner und Mag.^a Susanne Lang haben nach zehn engagierten Jahren als Vereinsvorsitzender, bzw. als Finanzreferentin ihre Funktionen zurück gelegt. Als Nachfolgerin von Leo Wagner wurde Elisabeth Schäfer zur ersten Frau als Vereinsvorsitzende gewählt und Manfred Baldauf zum neuen Finanzreferenten. Elisabeth Schäfer war schon jahrelang im Vereinsvorstand engagiert, u.a. als Stv. Vereinsvorsitzende und ist vor 10 Jahren auf eigenen Wunsch, wegen anderer zeitintensiver ehrenamtlicher Tätigkeiten ausgeschieden. Mag. Manfred Baldauf war bis zum Ende des Vorjahres als „Kämmerer“ für die Finanzen in der Landeshauptstadt verantwortlich.

Die erste Handlung von Elisabeth Schäfer als neue Vereinsvorsitzende war der Vorschlag, Dietger Mader, Willi Hagleitner und Leo Wagner zu Ehrenmitgliedern zu ernennen, für die besonderen Verdienste bei der Gründung und die anhaltende Verbundenheit und Unterstützung der Aktivitäten vom Verein, bzw. die umsichtige, engagierte und langjährige Vereinsführung. Mit großem Applaus wurde dies einstimmig angenommen. Die Verleihung der Mitgliedschaft wurde bei der „Finissage“ am 5.II. vorgenommen.



v.l. Vereinsvorsitzende Elisabeth Schäfer, Willi Hagleitner, Dr. Dietger Mader, DI Dr. Leo Wagner, Bürgermeister DI Markus Linhart

Mit der „Finissage“ am 5.II. wurde das Jubeljahr offiziell beendet und die Ehrenmitgliedschaften verliehen. Davor hielt DI Helmut Krappmeier einen spannenden und höchst interessanten Impulsvortrag mit dem Titel:

„Leben – Raum – Zeit“ und führte damit kurzweilig durch weit mehr Zeit als unsere 20 Jahre Lebensraum Bregenz.

Ehre wem Ehre gebührt. Bgm. DI Markus Linhart und Vereinsvorsitzende Elisabeth Schäfer haben unsere drei neuen Ehrenmitglieder begrüßt und die Urkunden der Ehrenmitgliedschaft verliehen.

Anschließend „ein letzter Blick“ auf die Ausstellung mit Bildern aus den 20 erfolgreichen, spannenden, interessanten Jahren vom Lebensraum Bregenz und anschließendem pflegen des Mottos: „Es sind die Begegnungen die das Leben lebenswert machen“.

Koordination und Vernetzung

Vernetzung mit der Selbsthilfe in Vorarlberg

Die Vernetzung und der Austausch zwischen Lebensraum Bregenz und Service- und Kontaktstelle der Selbsthilfe Vorarlberg wurde 2015 fortgesetzt. Gemeinsam mit der Service- und Kontaktstelle der Selbsthilfe Vorarlberg in Dornbirn konzipierten und organisierten wir drei Fortbildungsseminare. Zwei zu je eineinhalb Tagen und ein eintägiges Seminar. Fast vollständig finanziert durch den FGÖ (Fonds Gesundes Österreich), die Differenz teilten sich die Service- und Kontaktstelle und der Lebensraum Bregenz.

Der erste gemeinsame Ausflug der Vorarlberger Selbsthilfe(gruppen) führte uns nach Latschau und zu einer Führung im Lünenseekraftwerk. Anschließend führen wir mit dem Bus zum Silvretta Stausee auf der Bieler Höhe. Gemeinsames Mittagessen, Spaziergänge, Gespräche und Bestaunen der Radprofis, die im Rahmen der „Tour de Suisse“ den Pass erradelten und weiter ins Ötztal strampelten.

Vernetzung in Bregenz

Lebendige Begegnungen fanden im Jahr 2015 in 19 verschiedenen Selbsthilfegruppen statt. Beim „Neujahrshock“ (mit Austausch, Feedback und Anregungen) können nicht mehr alle Gruppenmitglieder teilnehmen (Platzgründe), sondern nur noch ein bis drei Vertreterinnen und Vertreter. Diese haben sich am 15. Jänner im Lebensraum getroffen. Wir sind stolz auf unsere Gruppen und deren vielfältiges Engagement. Hier wird so viel an wichtiger Arbeit geleistet – ergänzend zu ärztlichen und/oder therapeutischen Angeboten. Selbstverantwortung wird übernommen und mit den Aktivitäten wird ein großes Angebot für die Lebensqualität und das Gemeinwohl in Bregenz geleistet.

Wenn sich die Parkinsongruppe trifft, dann sehen wir deutlich über dreißig Betroffene und Angehörige die zu den Treffen kommen.

Einem Außenstehenden würden eventuell die vielen gut gelaunten Menschen auffallen. Es ist auf einen Blick sichtbar und spürbar, dass sich diese große Gruppe gerne begegnet und sich aufeinander freut.

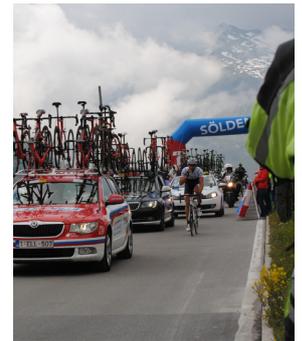
Beim Thema Selbsthilfe(gruppen) sind Neugründungen und die eine oder andere „Stilllegung“ ein normaler Prozess. Manchmal bedauern wir das sehr, gerade wenn es eine Gruppe gäbe und diese dennoch „stillgelegt“ werden muss. Dies kommt vor, wenn niemand die SprecherInnenfunktion und damit manches Organisatorische übernimmt, dann muss leider auch eine bestehende Gruppe vorläufig aufgegeben werden. Wenn die Zeit wieder reif ist, wird eine neue Person von uns unterstützt um wieder regelmäßige Meetings organisieren und durchführen zu können.

Vernetzung Gemeinwesenarbeit (GWA)

Die Büronachbarschaft mit dem Leiter der Dienststelle GWA wurde fortgesetzt. Immer wieder ein kurzer Austausch und gegenseitiges Mitdenken in alltäglichen Situationen. Die Kooperation bei der 5. Auflage von „Schach im Park“ wurde erfolgreich fortgesetzt (Schachclub, GWA, Lebensraum). Auf einen Blick passen Schach und „Open Air“ nicht unbedingt zusammen. Auf den zweiten Blick ist das eine ganz besondere Veranstaltung. Der Park ist gut gefüllt und immer wenn eine Spielrunde beginnt, herrscht für 25 Minuten höchste Konzentration und Ruhe. Das Blitzschachturnier fand am 12. September im Park Mariahilf statt.



SH-Treff im Lebensraum 2015



Tour des Suisse - SH Ausflug



Turbinenkraftwerksbesichtigung beim Selbsthilfeausflug



Schachturnier im Park Mariahilf
Mag. Günther Willi, Stadtteilbüro



Schachturnier im Park Mariahilf

Vernetzung anlässlich „10 Jahre Weltladen“ Bregenz

Der Austausch war ja immer vorhanden und gut. Unsere beiden Geburtstage waren Anlass für eine intensivere Vernetzung und Kooperation. Vier Vorträge wurden organisiert und führten engagierte Menschen zusammen. „Anleitung zum Mächtigsein“ – „Nachhaltige Grundlagen für Weltveränderer“ von Dr. Michael Striebel am 24.4.

Aus der Frage einer Teilnehmerin „Was kann ICH tun?“ stellten drei Persönlichkeiten ihr Engagement vor. Unter dem Titel „Anleitung zum Mächtigsein“ – und „Wer zeigt wie es gehen kann“?

9.6. „Yanapawi-Pacha“ wurde von Karin Vogler aus Altsch initiiert. Sie war in der Entwicklungshilfe in El Alto, ärmste Bolivianische Stadt auf 4.100 m. Das Ziel ist es, die sehr armen Menschen in den Bereichen Erziehung, Bildung, Ökologie und Sozialwesen zu unterstützen. Durch den Verkauf von Produkten, welche von Frauen aus eben diesem Stadtteil

hergestellt werden, wird versucht dieses Ziel zu erreichen. Inzwischen sind 45 Frauen damit beschäftigt und produzieren wunderbare „Fingerpuppen“ und Glückwunschkarten.

16.6. TALENTE-Netzwerk für faire Ökonomie mit Gernot Jochum Müller

Mitglieder des Vereins tauschen sich aus, bezahlen mit eigenem Geld, den Talenten, das demokratisch, dezentral hergestellt wird. In täglich etwa 50 Tauschgeschäften tauschen Mitglieder des Vereins selbstgemachte Lebensmittel, Kunsthandwerk, Praktisches, Second-Hand, Nachhilfe, Sprachunterricht oder zahlen ihren Einkauf mit Talenten. Gärtnern ist gleich viel Wert wie Computer reparieren und Obst auflesen ist so viel Wert wie eine Massage. Etwa 2.000 Menschen fühlen sich angesprochen und machen mit. Denn die eigenen Talente einzusetzen, mit anderen zu teilen ist wirklicher Reichtum, schon der Beziehungen wegen.

23. 6: „Jute Dreams“ nachhaltige Jute-Geschenktaschen mit Dr. Margot Pires

Margot Pires hat ihre Dissertation über Burmesische Flüchtlinge in Indien geschrieben. Sie war vor Ort und hat festgestellt, dass diese Flüchtlinge in Indien selbst für ihr Überleben sorgen müssen.

Da hat sie sich einiges überlegt und initiiert. Diverse Initiativen im Bereich Bildung (Schulpatenschaften um Zugang zum Bildungssystem zu erhalten), Gesundheit, (Brillenaktion, österreichischer Kinderarzt besucht Flüchtlingslager und rettet Kinder; Verteilung von Seifen, Zahnbürsten, Zahnpasta, Kondomen), Sicherheit (Solarlampen), Nothilfe (Küchenpakete, Babypakete, Decken, Kleidung). Mit fair produzierten Jute-Geschenktaschen wird vieles finanziert, u.a. 5 vollzeitangestellte Frauen. Sie stellt vor, wie sie vor rund 10 Jahren aktiv wurde und hier auf Märkten und mit Firmenpartnerschaften die Produkte verkauft und so die diversen Projekte finanziert hat.

Hunger auf Kunst und Kultur

Als Ausgabestelle vom Kulturpass haben wir anlässlich der Kooperation mit dem Weltladen diese Initiative ebenfalls eingebunden. 6 Skulpturen, von Vorarlberger Künstlern und Künstlerinnen gestaltet, wurden vom Lebensraum bis zum Weltladen im öffentlichen Raum aufgestellt und haben sehr positiv gewirkt, viel Aufmerksamkeit und Rückmeldungen produziert. Der „Kulturpass“ ermöglicht Menschen mit geringem Einkommen den Besuch von Kulturveranstaltungen.

Care Management

Beim „Care Management“ geht es um die Vernetzung und Netzwerkpflge der unterschiedlichen Dienstleister/Organisationen und die Bedarfsplanung im Pflege- und Gesundheitsbereich einer Region, bzw. der Stadt Bregenz. Die Gesamtplanung und Steuerung erfolgt in der Landeshauptstadt durch die Abteilungsleiterin Alexandra Kargl (Soziales, Gesundheit, Senioren, Bildung).

Schon Jahre vor dem Projekt des Landes – „Case Management und Care Management“ – hat der Lebensraum Bregenz einen Vorläufer dazu umgesetzt. Die Erhaltung der professionellen Zusammenarbeit und Vernetzung der beteiligten Einrichtungen fördert bei der „Fallarbeit“, die Koordination der unterschiedlichen Helferinnen und Helfer.

In Bregenz organisierte bisher der Lebensraum Bregenz einen Teil dieser Vernetzung über den „Runden Tisch“ der ambulanten Einrichtungen.

Im Jahr 2016 wird das Care Management von der Stadt umfassend überarbeitet (der Lebensraum ist beteiligt) und wird sich in der Folge auf die Tätigkeit vom Lebensraum auswirken.

Aktion Demenz

Im Mittelpunkt der „Aktion Demenz“ steht die Vision, dass in Vorarlberg Menschen mit Demenz am öffentlichen und sozialen Leben ungehindert teilhaben können. Wir wollen damit einen Beitrag zur würdigen Versorgung und Integration von Menschen mit einer demenziell bedingten Veränderung und zur Unterstützung von deren Angehörigen in Vorarlberg leisten. In Bregenz koordiniert und organisiert der Lebensraum Bregenz die Aktivitäten.

Dieses Jahr sind wir eine neue, grenzüberschreitende Kooperation eingegangen. Lindau hat sich ebenfalls intensiv dem Thema Demenz angenommen. Bei der Schwerpunktwoche stieß der „mobile Gedächtnisparcours“ am 18.9. auf großes Interesse. Er war auf dem Platz vor dem Rathaus ideal positioniert und lockte zahlreiche Menschen an. Das Schöne an Kooperationen ist die Wechselseitigkeit. Lindau hat die Tischsets und den Gedächtnisparcours vorgestellt. Im Gegenzug konnten wir die Fotoausstellung des Künstlers Michael Hagedorn (aus Hamburg) im Landhaus zeigen und Fotos von Menschen mit Demenz im Park Mariahilf, sowie rund 200 Bilder in den Seeanlagen ausstellen. Dieses Kunstprojekt im öffentlichen Raum hat viel Aufmerksamkeit erregt und wurde in einem Filmbeitrag in „Vorarlberg Heute“ gesendet.

2015 wurde die neue Schwerpunktaktion vom Vorjahr, rund um den „Weltalzheimerstag“ (21.9.) erfolgreich fortgesetzt. In Kooperation mit 18 Gastronomiebetrieben wurden rund 2.500 Personen erreicht. Tischsets mit kurzen Geschichten von Menschen mit Demenz haben informiert, sensibilisiert und teils eine völlig neue Zielgruppe erreicht. Erfreulich wie im Vorjahr, ist die gute Zusammenarbeit mit den beteiligten Gastronomieunternehmen und deren positive Rückmeldungen, dass Tischsets und Leporellos auf viel Interesse stießen.

Das Projekt „Spaziergänger“ (Start 2013) bewährt sich und wöchentlich sind diese ehrenamtlichen Begleitpersonen für Menschen mit Demenz im Einsatz. Das bedeutet einen Nachmittag in der Woche Entlastung für die Angehörigen, Abwechslung für die demente Person und einen Beitrag zur Integration in das alltägliche Leben. Konzipiert, umgesetzt (2013) und liebevoll begleitet werden die „Spaziergänger“ von Regina Brunmayr, Caritas Seniorenarbeit.

2014 wurde die Erstellung/Umsetzung eines „mobilen Gedächtnisparcours“ initiiert und in Kooperation mit den Partnergemeinden Hard, Lustenau und Lauterach angeschafft. Der Gedächtnisparcours war ca. 11 Wochen an 5 verschiedenen Standorten öffentlich zugänglich.

2015 erreichten die Aktivitäten der Aktion Demenz rund 6.000 Personen! Betroffene, Angehörige, Pflegende, Ehrenamtliche, begleitete Spielenachmittage, Gedächtnisparcours, Leporello- und TischsetleserInnen, Selbsthilfegruppe für Pflegende, Vortrags- Kino- TheaterbesucherInnen. In den letzten 6 Jahren waren damit rund 14.140 Menschen bei themenspezifischen Veranstaltungen dabei oder wurden auf die Thematik und Unterstützungsmöglichkeiten aufmerksam gemacht.



Weltalzheimerstag 21.9.2015 - Fotoausstellung von Michael Hagedorn in den Seeanlagen

MELDESTELLE FÜR GLÜCKSMOMENTE

Die Meldestelle für Glücksmomente hat das Ziel, die kleinen, oft flüchtigen Glücksmomente des Alltags bewusst(er) zu machen. Hier wird alles gesammelt was glücklich macht, Freude bereitet, zum Lachen bringt, das Herz erwärmt, Angst verringert, Stress reduziert.

Anliegen der Meldestelle sind Achtsamkeit und Aufmerksamkeit für die kleinen Glücksmomente im Alltag. Diese wahrnehmen, sich ihrer bewusst werden und sie schätzen und nicht einfach als selbstverständlich „hinnehmen“. Das Positive soll beachtet, gefördert und gestärkt werden. Diese kleinen Glücksmomente sind auf einen Blick oft flüchtig. Sie aufzuschreiben macht sie bewusster und nachhaltiger!

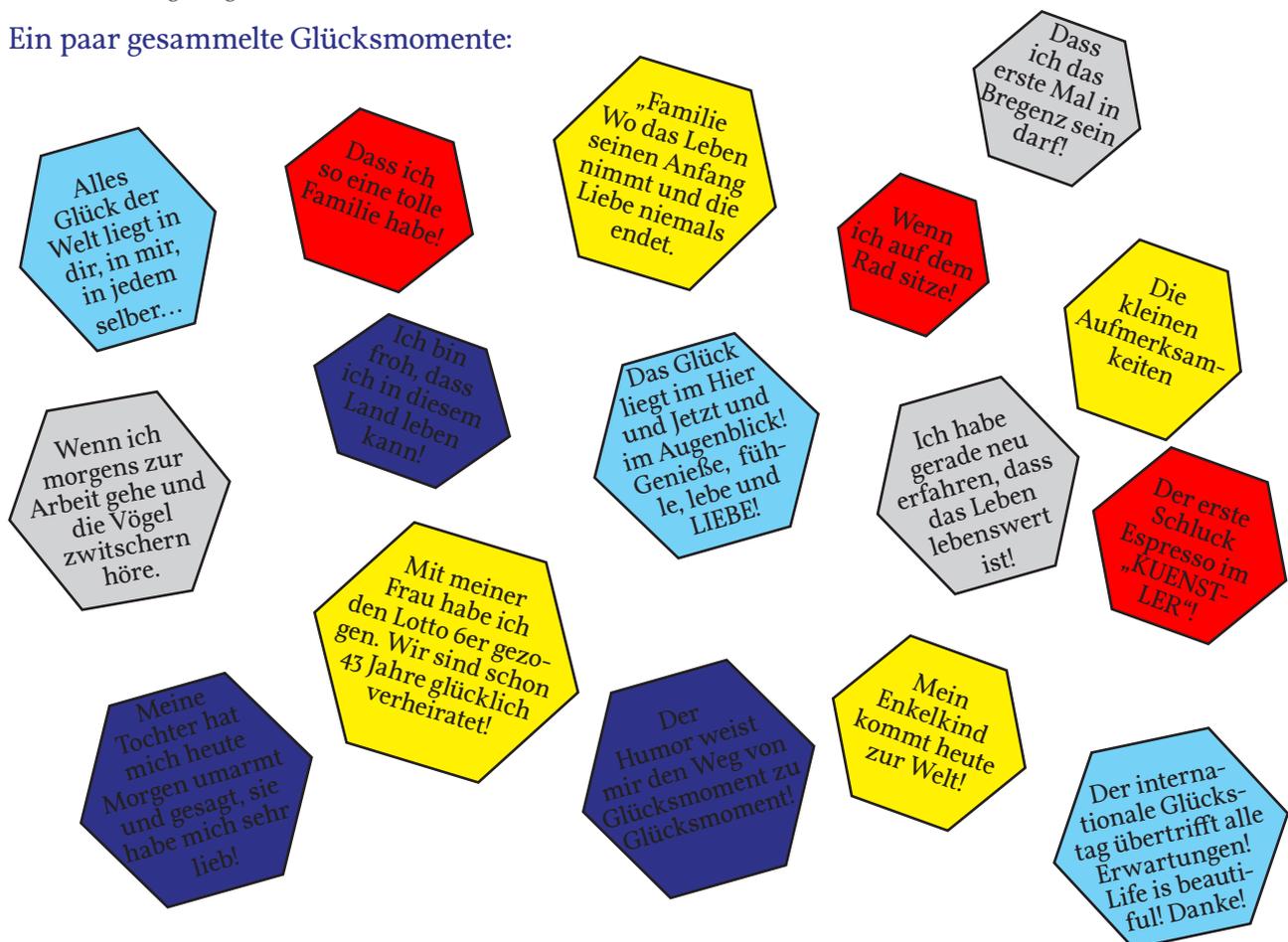
Die Meldestelle ist im Foyer des Lebensraums das ganze Jahr über geöffnet (Schreibmaschine auf einem Stehtisch). Jede/r kann seine Glücksmomente im Foyer des Lebensraum Bregenz, Clemens Holzmeister-Gasse 2, selbst „in die Schreibmaschine“ tippen. 365 Tage „Rund um die Uhr“ kann dies auch elektronisch erfolgen: Glücksmoment senden an: gluecksmomente@lebensraum-bregenz.at

Am 20. März 2013 war erstmals der „Internationale Tag des Glücks“, der „Weltglückstag“. Die UNO hat dies 2012 beschlossen und diesen Tag gezielt mit dem 20. März verbunden. Der Tag an dem Tag und Nacht gleich lang sind. Die Sonne überquert an diesem Tag den Himmelsäquator von Süden nach Norden. Der internationale Tag des Glücks soll in besonderem Maße für Aktivitäten auf der ganzen Welt genutzt werden, die dem Glück besondere Aufmerksamkeit schenken.

Angeregt wurde dieser Tag wohl vom Staat Buthan, das mit seinem Ministerium für das „Brutto Inlandsglück“ ein faszinierendes Beispiel dafür darstellt, dass Glück etwas ganz Wesentliches ist und bei einer nachhaltigen Betrachtung von Sozialem, Wirtschaft und Umwelt gemehrt wird. Jedes staatliche Projekt, jeder Straßenbau wird geprüft, ob es das Glück mehrt, und nicht einseitig nur die Wirtschaft profitiert.

Wir in Bregenz, sind mit der Meldestelle am 20. März in die Fußgängerzone gegangen und haben Passanten und Passantinnen gefragt, ob sie einen Glücksmoment melden wollen:

Ein paar gesammelte Glücksmomente:



Inspiration: Tage der Utopie, April 2013, Mark Riklin, (Rorschach/St.Gallen, CH)
http://www.tagederutopie.org/audios/2013/TageDerUtopie_LetzterTag.mp3
Peter Weiskopf

Bürgerschaftliches Engagement!

„GiB“ Gemeinsam in Bregenz. Gemeinsam für Bregenz.

Ehrenamtsdankefest am 26. Jänner 2015 im Lebensraum Bregenz



vorne links Herbert Pruner, Herbert Hammerschmidt, Anna Veigl, Dr. Josef Bachmann, Brigitte Flinsbach

Das Amt der Landeshauptstadt Bregenz und der Lebensraum haben zu einem Danke- und Austauschtreffen eingeladen. Dabei hat sich Bürgermeister Markus Linhart und Frau Stadträtin Elisabeth Mathis persönlich bei allen anwesenden ehrenamtlich tätigen Mitbürgerinnen und Mitbürgern von Bregenz für ihr hervorragendes und wertvolles Engagement bedankt. Große Anerkennung und Wertschätzung gilt auch all jenen die verhindert waren oder aus Platzgründen nicht teilnehmen konnten.

Bei diesem Treffen zeigte sich einmal mehr, wie wichtig und wie breit gefächert das bürgerschaftliche Engagement in Bregenz aufgestellt und aus der heutigen Gesellschaft nicht mehr wegzudenken ist.

Denn ohne den freiwilligen Einsatz, z.B. in Vereinen, sozialen Einrichtungen, in der Nachbarschaftshilfe, überall wo Engagement stattfindet, wäre vieles nicht möglich, bzw. nicht in dieser Qualität. Beim Austausch haben einige Initiativen berichtet, dass sie durchaus weitere Helferinnen und Helfer benötigen könnten. Wenn Sie Interesse haben, wenden Sie sich an den Lebensraum Bregenz, Maria Köllemann.

Auch der anschließende gemütliche Teil konnte sich sehen lassen. Bei einem köstlichen Buffet kam der gesellige Teil nicht zu kurz und es wurde noch ein langer und unterhaltsamer Abend.

Ein großes Dankeschön an unsere zahlreichen, ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer vom Lebensraum Bregenz



Dank unserer ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer und Ihrer großartigen Unterstützung, können wir jedes Jahr unsere Projekte, wie den Spielenachmittag, die KinderFlohMärkte, die Weihnachts- und Ostermärkte bis hin zum Versand der Lebensraum Nachrichten, durchführen. Als kleines Dankeschön fand im Dezember an zwei Terminen ein „Danke-Essen“ statt.

Veranstaltungen



Vorklöschtner Ostermärktle

22.3.2015 10 - 17 Uhr

- zum 8. Mal durchgeführt
- 30 Stände in den Räumlichkeiten Sozialzentrum Mariahilf, Haus I, Haus II, Pfarrsaal Mariahilf
- Hobbyhandwerker verkaufen ihre selbstgemachten Produkte
- In allen Häusern Bewirtung mit Kaffee, Kuchen, Wienerle und Getränken, Mittagessen im Haus I



Spielefest im Park Mariahilf 2015

Im Park Mariahilf

Kinderspielefest anlässlich des Weltspieletages
27.5.2015

- im Park Mariahilf
- Kinderspielefest durchgeführt am Mittwoch, 27.5.2015
- der Lebensraum Bregenz organisierte anlässlich des Weltspieletages ein Spielefest (finanzieller Beitrag „Kinder in die Mitte“, Land Vorarlberg)
- 10 Seniorinnen und Senioren der Seniorenbörse Bregenz spielten mit 3 Klassen (52 Kinder) der Volksschule Bregenz Rieden „alte Spiele“.
- Spiele: „Ochs am Berg“ und „Wer fürchtet sich vor'm weißen Hai“, Gummitwist, Himmel und Hölle, Hula Hoop, Stelzenlaufen und Fadenfingerspiel
- gemeinsame Jause rundete das Programm ab
- Senioren, Kinder, Lehrerinnen und das Team vom Lebensraum Bregenz freuten sich über das gelungene Spielefest
- Einladung der Senioren zum gemeinsamen Mittagessen

Seniorenerholung

„Ferien ohne Kofferpacken“ 4. - 8.5.2015

- Salvatorkolleg in Hörbranz
- Urlaubswoche für Seniorinnen und Senioren
- 15 Seniorinnen und Senioren wurden jeden Tag mit dem Taxi zuhause abgeholt, nach Hörbranz gefahren und am Abend wieder zurückgebracht
- Gemeinschaft, Erholung, Abwechslung, ein Mittagsschläfchen, wenn es gewünscht wurde
- täglich 3 gemeinsame Mahlzeiten
- Begleitung: Elisabeth Metzler
Maria Kölleman und 4 Ehrenamtliche
- Selbstkosten für 5 Tage Euro 170,-/Person
- Die Stadt Bregenz unterstützte diese Aktion finanziell und durch den Besuch von Frau StR Elisabeth Mathis



Vorträge und Aktionen

24 Stunden-Betreuung zu Haus

- Information und Orientierungshilfen mit Alfred Widtmann, Sozialministerium-service Bregenz, Mag.a Angela Jäger, VlbG Betreuungspool gGmbH
9.4.2015, 18 Uhr

Anleitung zum Mächtigen

- Nachhaltige Grundlagen für Weltveränderer mit Dr. Michael Striebel, Psychologe, ehemals Direktor der Akademie für Sozialarbeit, in Kooperation mit dem Weltladen Bregenz
24.4.2015, 19 Uhr

Kids und Knete

- Kinder und Jugendliche im Umgang mit Geld. Referent, Ottmar Krämer von der ifs-Schuldenberatung.
7.5.2015, 19 Uhr

Aktion Demenz

- Fotokunst im Landhaus, in den Seeanlagen und im Park Mariahilf vom 21.9. bis 5.10.2015

Demenz - eine Krankheit?

- Leben mit verwirrten Menschen mit Thomas Monitzer, Validationsanwender
Beide Vorträge in Kooperation mit dem Bildungshaus Batschuns
23.9.2015, 18 Uhr

Aktion

- Meldestelle für Glücksmomente sammelte in der Fußgängerzone Glücksmomente
20.3.2015

Ausstellung

- Hunger auf Kunst und Kultur, Figuren von Vorarlberger Künstlern vom Lebensraum Bregenz bis zum Weltladen präsentiert
24.4. bis 11.5.2015

Yanapawi-Pacha

- Sozialprojekt in Bolivien mit Karin Vogler, in Kooperation mit dem Weltladen Bregenz
9.6.2015, 19 Uhr

Talente

- Netzwerk für faire Ökonomie mit Gernot Jochum Müller, in Kooperation mit dem Weltladen Bregenz
16.6.2015, 19 Uhr

Jute Dreams

- nachhaltige Jute-Geschenktaschen mit Dr. Margot Pires, in Kooperation mit dem Weltladen Bregenz
23.6.2015, 19 Uhr

Rückblick 2015

Selbsthilfe Neujahrshock

Donnerstag 15. 1.2015
im Lebensraum Bregenz

Ehrenamts-Dankfest

Montag 26.1.2015
Im Auftrag der Landeshauptstadt Bregenz organisierte der Lebensraum Bregenz ein Dankfest für ehrenamtlich Engagierte.

20 Jahre Lebensraum Bregenz, 20 Jahre Begegnungen

Montag 23.2015
Festakt, Theater KOSMOS

Club 85 plus

Donnerstag 12.3.2015
14.30 Uhr, Treffen bei Kaffee
und Kuchen mit musikalischer
Begleitung
Lebensraum Bregenz

Vorklößchner Ostermärkte

Sonntag 22.3.2015
im Lebensraum Bregenz
Pfarre Mariahilf und im
Sozialzentrum Mariahilf,
Haus I und II

KinderFlohMarkt

Samstag 11.4.2015
von 10 bis 14 Uhr
beim Lebensraum Bregenz

GiB-Tour

Freitag 17.4.2015
von 9 bis 12 Uhr
Infos zum bürgerschaftlichen
Engagement in
Bregenz

Club 85 plus

Ausflug, Dienstag 28.4.2015
nach Sulzberg
Treffpunkt 14 Uhr beim
Sozialzentrum Mariahilf

Rückblick

2015

Selbsthilfe-Fortbildung

Freitag 29.5.2015 und
Samstag 30.5.2015
„Arbeiten in Selbsthilfegruppen mit Gerlinde Grohotolsky“

Ferien ohne Kofferpacken

im Salvatorerkolleg
in Hörbranz
Montag 4.5. bis
Freitag 8.5.2015

Spielefest im Park Mariahilf

mit Schülern der 2. Klassen
Volksschule Rieden, unterstützt von Helferinnen und Helfern der Seniorenbörse Bregenz, organisiert vom Lebensraum Bregenz
Mittwoch 27.5.2015

Arbeiten in Selbsthilfegruppen

mit Gerlinde Grohotolsky
29., 30.5.2015

KinderFlohMarkt

Samstag 19.9.2015 von
10-13 Uhr beim Lebensraum
Bregenz

Selbsthilfe-Fortbildung

„Wenn die Seele den Körper berührt“ Freitag 9.10.2015
und Samstag 10.10.2015 mit
Ildiko Aczel, Kolpinghaus
Bregenz

Club 85 plus

Ausflug nach Schetteregg am
6.10.2015

Finissage „20 Jahre Lebensraum Bregenz“

Donnerstag 5.11.2015

Vorklöschner Adventmärkte

Sonntag 22.11.2015
von 9 bis 17 Uhr

Veranstaltungen

KinderFlohMarkt:

Frühling: 11.4.2015 10 - 13 Uhr

Herbst: 19.9.2015 10 - 13 Uhr

- durchgeführt mit jeweils 50 Ständlerinnen und Ständlern
- jeweils gut besucht

Club 85 +

- Frühlingskaffee 6.3.2015 Sketch, 51 Teilnehmerinnen und Teilnehmer
- Ausflug Sulzberg 28.4.2015, 83 Teilnehmerinnen und Teilnehmer
- Ausflug Schetteregg 6.10.2015, 69 Teilnehmerinnen und Teilnehmer
- Herbstkaffee 2.11.2015, Lesung mit Martha Küng und Erich Franz am Klavier
- 54 Besucherinnen und Besucher

Vorklöschner Adventmärkte

Sonntag, 22.11.2015 von 9 - 17 Uhr

Vorplatz der Kirche Mariahilf, Clemens-Holzmeister-Gasse, Mariahilfstraße und Friedhofgasse

- Insgesamt 58 Marktstände
- zum 15. Mal durchgeführt
- vielseitiges Angebot von Hobbykünstlerinnen und -künstlern, reichhaltiges, kulinarisches Angebot an Speisen und Getränken
- Die Stadtkapelle Bregenz Vorkloster spielte in der Mittagszeit stimmungsvolle voradventliche Lieder
- Kuchen und Kaffee im Pfarrsaal Mariahilf und im Lebensraum Bregenz
- für Kinder: Kerzen ziehen, Kutsche fahren, basteln, Kinderbetreuung der Pfadfinder Bregenz
- unterstützt von der Landeshauptstadt Bregenz, der Raiffeisenbank und Bregenzer Unternehmen



Kinderflohmarkt 2015



Stadtkapelle Bregenz Vorkloster



Veranstaltungen außerhalb des Sozialzentrums 2015

- 2 Märkte (Vorklöschner Oster- und Adventmärkte) mit geschätzten 4700 Personen
- 2 KinderFlohMärkte mit geschätzten 750 Personen
- 2 Ausflüge Club 85 + mit 157 Personen
- Spielefest der Generationen mit 52 Kindern und 10 Pensionisten
- Ferien ohne Kofferpacken 5 Tage mit je 15 Personen
- GiB-Tour 2 x durchgeführt, mit geschätzten 460 Personen
- 20 Jahre Lebensraum Theater Kosmos 160 Personen
- Theater: Du bist meine Mutter 140 Personen
- Mehl in der Schublade 145 Personen
- Film: 2 mal gespielt „Still Alice“ 245 Personen
- Gesamtanzahl der TeilnehmerInnen: 6834

Öffentlichkeitsarbeit

Websites: www.lebensraum-bregenz.at
und www.gib.bregenz.at
Website des Lebensraum Bregenz seit 2005
GiB Website seit 2011

Lebensraum Nachrichten

Vier Ausgaben pro Jahr
Redaktionsteam: Elisabeth Metzler, Peter Weiskopf, Magdalena Meraner, Maria Köllemann

Terminankündigungen

Alle Termine von Selbsthilfetreffen und Veranstaltungen finden Sie im Veranstaltungsteil der VN, des Bregenzer Blättle, auf der Homepage der Stadt Bregenz unter „Vereine“, auf der Homepage des Bregenzer Stadtmarketing, auf der Homepage vol.at unter „Freizeit- wohin“ und huet.at

Einschaltung im „Bregenzer Blättle“
Einschaltung in der „VN-Heimat“

Folder und Plakate

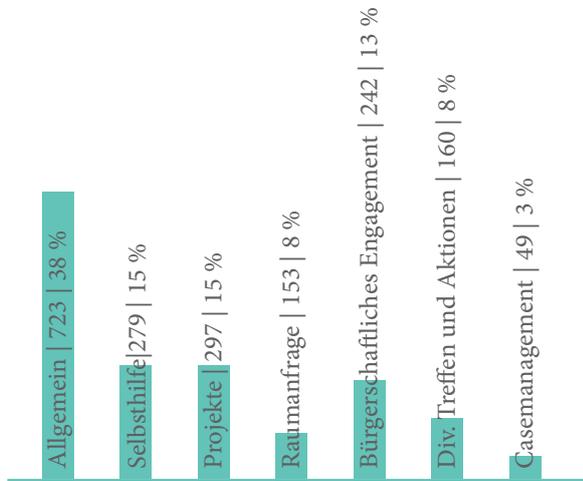
Lebensraum Bregenz mit Information der einzelnen Angebotsbereiche Selbsthilfegruppen – Information und Gruppen; Unterstützungsangebote für ältere Menschen und pflegende Angehörige in Bregenz – wird laufend ausgegeben; Plakate und Folder für sämtliche Projekte und Veranstaltungen des Lebensraum Bregenz und für Veranstaltungen der Aktion Demenz

Versand von Infomaterial

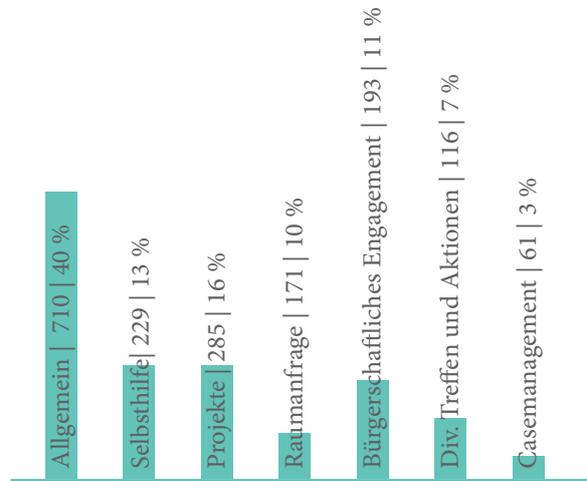
An alle praktische Ärzte, Internisten und Psychologinnen und Psychologen in Bregenz



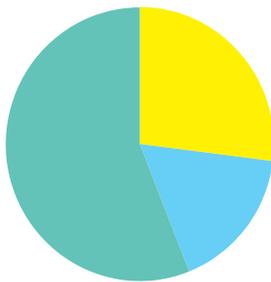
2015 | Der Lebensraum in Zahlen.



Anfragen 2014

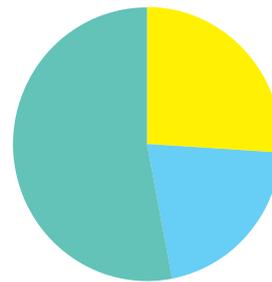


Anfragen 2015



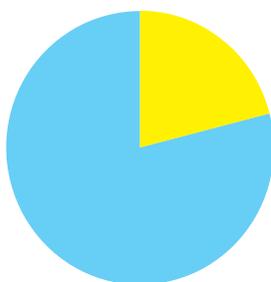
Kontakte 2014

■ 56 % telefonische Kontakte | 1059
■ 27 % persönliche Kontakte | 509
■ 17 % Mailkontakte | 317



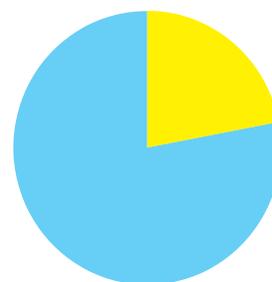
Kontakte 2015

■ 53 % telefonische Kontakte | 934
■ 26 % persönliche Kontakte | 452
■ 21 % Mailkontakte | 379



Kontakte 2014

■ 79 % weiblich | 1481
■ 21 % männlich | 404

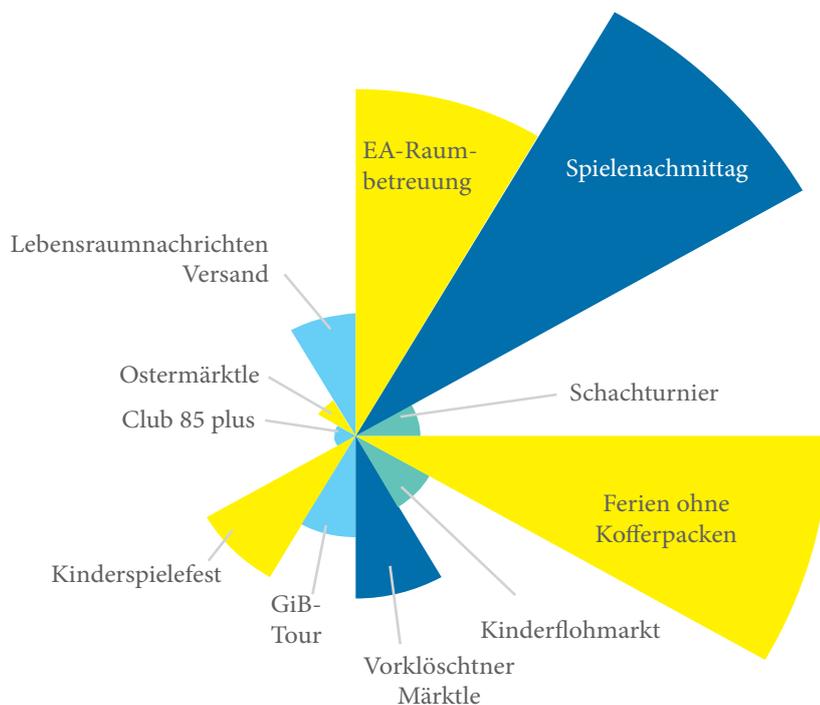


Kontakte 2015

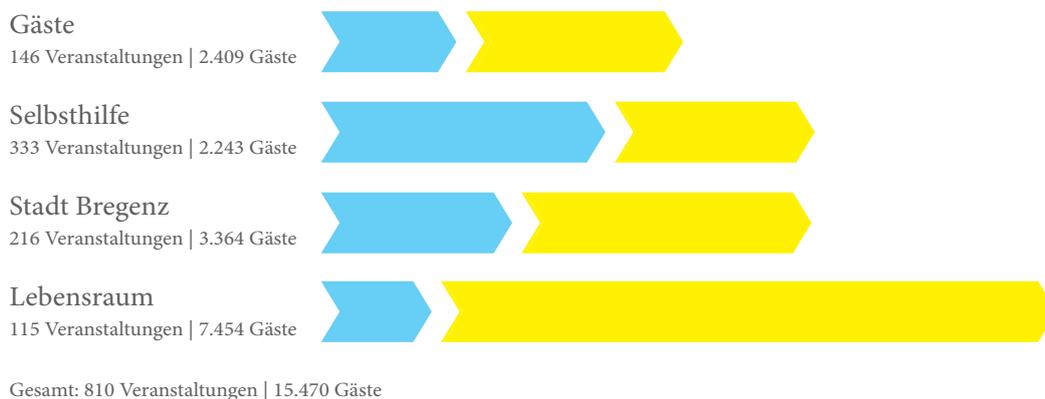
■ 78 % weiblich | 1373
■ 22 % männlich | 392

Unsere ehrenamtlichen HelferInnen setzten sich in folgenden Bereichen ein:

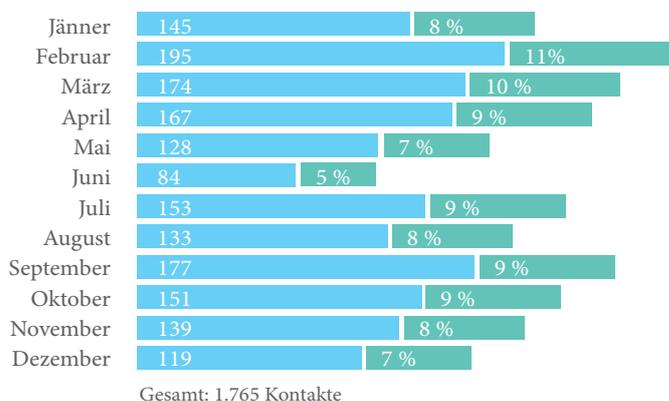
das sind insgesamt 834 Stunden ehrenamtlichen Einsatzes



Raumnutzung 2015 im Lebensraum



Infostelle: Kontakte



Selbsthilfe 2015

Selbsthilfegruppe AA (Anonyme Alkoholiker)

T 0664/4888200
erreichbar täglich von 19 bis 22 Uhr
Treffen jeden Freitag, 19.30 Uhr

Selbsthilfegruppe Angst / Panik / Depression

T 05574/52700 Lebensraum Bregenz
Treffen jeden 1. und 3. Montag im Monat
17.30 Uhr

Selbsthilfegruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz

T 05574/52700
Treffen jeden 1. und 3. Montag im Monat
14 Uhr

Selbsthilfegruppe Timeout statt Burnout

für Betroffene und Angehörige
Treffen jeden 2. Donnerstag im Monat
19 Uhr
derzeit nicht aktiv

Diabetikerstammtisch

T 05574/52700 Lebensraum Bregenz, Heidi Weiss,
Treffen jeden 2. Freitag im Monat
15 Uhr

Selbsthilfegruppe Epilepsie

(von Montag bis Freitag, 12 bis 19 Uhr)
Treffen jeden 1. Samstag im Monat
10 Uhr
derzeit nicht aktiv

Selbsthilfe Herzintakt

T 0664/4306869 und seit Dezember 2015
T 0664/5059199 OA Dr. Ingrid Haderer-Matt
Treffen auf Anfrage jeden Donnerstag
nach auskuriertem Herzerkrankung
Training unter ärztlicher Betreuung

Selbsthilfegruppe HPE Vereinigung von Angehörigen/ Freunden psychisch Kranker

T 0664/7805085
Treffen jeden 1. Mittwoch im Monat
19.30 Uhr

Selbsthilfegruppe MachMit Menschen mit Gewichts- und Essproblemen

T 05574/52700 Lebensraum Bregenz
Treffen jeden 3. Mittwoch im Monat
19 Uhr

Selbsthilfegruppe Schädel-Hirn-Trauma Betroffene und Angehörige von Personen mit neurologischen Erkrankungen

T 0699/18119114 Ruth Leutgeb
Treffen jeden 2. Montag im Monat
18 Uhr

Selbsthilfegruppe Neurofibromatose-Tumorerkrankung

Uwe Zufelde (ertaubt, nur über E-Mail)
nf-v@aon.at
Treffen jeden 1. Samstag im März, Juni,
September, Dezember
14 Uhr

SOB Selbsthilfegruppe Osteoporose Bregenz

T 0664/5764420 Christine Oberforcher
Treffen jeden 2. Mittwoch im Monat
17.30 Uhr

Selbsthilfegruppe Parkinson für Betroffene & Angehörige

T 0664/1402980 Helmut Schatz
Treffen jeden 1. Dienstag im Monat
14 bis 16 Uhr

Selbsthilfegruppe CMT Erkrankung der peripheren Nerven

Treffen jeden 3. Dienstag im Monat
17.30 Uhr

Selbsthilfegruppe Frauen mit Missbrauchserfahrungen

Treffen jeden 2. Mittwoch im Monat
19 Uhr

Selbsthilfegruppe Rauchfrei bis November

Treffen jeden Montag
19.30 Uhr
derzeit nicht aktiv

Restless Legs Syndrom Die unruhigen Beine

T 05574/52700 Lebensraum Bregenz

Netzwerk Arbeitssuchende

T 05574/52700 Lebensraum Bregenz
Treffen jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat
15 Uhr

Treffpunkt für Trauernde

Hospizbewegung Vorarlberg
T 0664/8240020 oder 05522/200-1100 Annelies Bleil
hospiz.trauer@caritas.at
www.hospiz-vorarlberg.at
Treffen jeweils an einem Samstag im Pfarrheim
Lochau
Info bei Frau Bleil

Büro für Selbsthilfegruppen

Für die SHG wird durch die Landeshauptstadt Bregenz und das Land Vorarlberg die Infrastruktur finanziert. Damit stehen den Gruppen ein Büro mit PC, Telefon, Kopierer und die Nutzung der Räumlichkeiten (inkl. Küche) für die Gruppentreffen im Hause gratis zur Verfügung. Dieses Angebot wird von den SHG sehr geschätzt und intensiv genutzt. Insgesamt gibt es 19 Selbsthilfegruppen. Im Sozialzentrum Mariahilf – Haus II sind 17 Selbsthilfegruppen angesiedelt. Die Selbsthilfegruppen Herzintakt und Trauernde treffen sich außerhalb vom Lebensraum Bregenz.

Neujahrstreffen und Austausch

mit den GruppensprecherInnen und jeweils 1 bis 2 Mitgliedern, Montag 15. Jänner 2015
Besprechung und Dank an die Selbsthilfegruppensprecherinnen und -sprecher, danach Einladung zum Essen und gemütliches Beisammensein im Lebensraum Bregenz.
30 Personen

Unterstützung der Selbsthilfegruppen (SHG) durch den Lebensraum Bregenz

Mit-Initiierung von neuen Selbsthilfegruppen
Beratung von Interessierten
Unterstützung von Gruppen in der Gründungsphase (Erst-Treffen fixieren, etc.)
Förderung und Unterstützung von bestehenden Gruppen (Fortbildung, Vernetzung, Öffentlichkeitsarbeit, Berichte, Folder)

Fortbildungen Selbsthilfe 2015 in Zusammenarbeit mit der Selbsthilfe Vorarlberg

42 AktivistInnen der Selbsthilfe nahmen teil

Arbeiten in Selbsthilfegruppen

mit Gerlinde Grohotolsky
29./30. Mai
Kolpinghaus Bregenz

„Wenn die Seele den Körper berührt“

Atmung und Körperwahrnehmung
mit Ildiko Aczel
9./10. Oktober
Kolpinghaus Bregenz

Ausflug der Selbsthilfegruppen von Vorarlberg

Lünerseekraftwerk, Führung
Silvretta, Bielerhöhe
17.6.2015



Lünerseekraftwerk



Silvrettastausee

DANKE...

dem Vorstand des Lebensraum Bregenz für sein ehrenamtliches Engagement unter dem Vorsitz von DI Dr. Leo Wagner und neu ab Juni Frau Elisabeth Schäfer. | ...den ehemaligen Vorstandsmitgliedern und Mitbegründerinnen/Mitbegründern des Lebensraum Bregenz, die uns wohlwollend begleiten. | ... der Stadt Bregenz, dem Bürgermeister, den Stadträtinnen und Stadträten, Stadtvertreterinnen und Stadtvertretern, sowie Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern für die gute Zusammenarbeit. | ... der Abteilungsleiterin der Abt. VI, Alexandra Kargl M.S.M., mit der es seit Anbeginn eine gute, sach- und fachorientierte Zusammenarbeit gibt und ihren Dienststellenleiter/innen Monika Meyer, Necla Günstörmus, Günther Willi. | ... dem Land Vorarlberg, das uns über den Sozialfond finanziell unterstützt, sowie den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, über die die Anträge unkompliziert abgewickelt werden. | ... allen, die mit ihrem Interesse und ihrem Kommen Veranstaltungen wie dem KinderFloh-Markt, das Vorklöschtnr Adventmärktle und Aktion Demenz erst erfolgreich werden ließen. | ... unseren Kundinnen und Kunden, die sich vertrauensvoll an uns wenden. | ... den Selbsthilfegruppen, die wichtige Arbeit leisten und mit ihren Aktivitäten eine große Bereicherung sind. Sie sind mit ein Indikator für einen „blühenden Lebensraum Bregenz“. Alles Gute den bestehenden und besonders auch den im Jahr 2015 neu gegründeten Selbsthilfegruppen. | ... den vielen Ehrenamtlichen in den unterschiedlichen Arbeitsgruppen und Fachbereichen, ohne die vieles nicht oder nicht in dieser Form möglich gewesen wäre. | ... den Partnern im Sozialzentrum Mariahilf sowie der Pfarre Mariahilf für die gute Zusammenarbeit. | ...unseren Vereinsmitgliedern – ihre Anregungen und ideelle Mitarbeit begleiten uns. | ... den hauptamtlichen Mitarbeiterinnen, die sich voll engagieren, kompetent, kreativ und gerne ihren Beitrag zur Wahrung und Verbesserung der Lebensqualität der Bregenzerinnen und Bregenzer leisten.



Lebensraumteam vlnr: Elisabeth Metzler, GF Peter Weiskopf, Magdalena Meraner, Maria Köllemann

Lebensraum Bregenz Clemens-Holzmeister-Gasse 2 | 6900 Bregenz
T 05574/52700 | F 05574/ 52700-4 | lebensraum@lebensraum-bregenz.at

Öffnungszeiten: Mo - Do 9.00 - 16.00 Uhr | Freitag 9.00 - 12.00 Uhr
und nach telefonischer Vereinbarung

Sommeröffnungszeiten: Während der Schulferien Mitte Juli - Mitte
September: Montag - Donnerstag 9.00 - 13.00 Uhr | Freitag 9.00 - 12.00 Uhr

Unser Angebot ist für die NutzerInnen kostenlos. Dies wird ermöglicht durch unsere Leistungsvereinbarung mit der Landeshauptstadt Bregenz und finanzielle Unterstützung durch den Sozialfond vom Land Vorarlberg

BREGENZ
BBEGENZ

sozialfonds
gemeinden
und land  Vorarlberg
unser Land