

verbindet Menschen

dialog

MITTEILUNGSBLATT DER ÖSTERREICHISCHEN
SELBSTHILFE-INITIATIVE STOTTERN (ÖSIS)
www.stotternetz.at



Termine und Aktivitäten 2021

- Weltstottertag am 22. Oktober 2021
- Tag der offenen Tür im Büro in Innsbruck am 22. Oktober 2021
- Selbsthilfegruppentreffen wieder persönlich
- Neugründung SHG Kärnten
- Traditionelle Weihnachtsfeier



Dialog Nr. 2/2021 – September 2021

Impressum:

Herausgeber und Medieninhaber:

ÖSTERREICHISCHE SELBSTHILFE-INITIATIVE
STOTTERN (ÖSIS),
ZVR 024333437

Redaktion und Layout: Martina Assmus

Buchvorstellung: Demosthenes Verlag

Lektorat: Markus Preinfalk, Norbert Kriechbaum

Anschrift: ÖSIS, Brixner Straße 3, 6020 Innsbruck, Telefon: 0512 584869, Mail: dialog@stotternetz.at

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben die Ansichten der AutorInnen wieder und müssen sich nicht mit der Meinung der Redaktion bzw. des Herausgebers decken. Die Rechte verbleiben bei der bzw. bei dem jeweiligen AutorIn. Die Redaktion behält sich das Recht vor, Beiträge abzulehnen, welche die Persönlichkeitsrechte Dritter verletzen oder den Verein schädigen können. LeserInnenzuschriften können auch gekürzt wiedergegeben werden. Selbsthilfegruppen, die einen Artikel übernehmen möchten, bitten wir um Kontaktaufnahme. Alle Rechte vorbehalten.

Inhalt:

Thema Selbsthilfe	3
Die Idee der Selbsthilfe (Homepage BVSS, Neue SGH Kärnten, Weihnachtsfeier 2022)	4
Buchvorstellung	5
Bericht von der 30. Mitgliederversammlung, Begegnungswoche 2022	5
Einladung zum Weltstottertag	6
24. Internationale Online-Konferenz zum Stottern, DVD-Vorstellung	7
TVB-Attersee-Attergau – Bericht	8
Rückblick Feriencamp 2021	9/10/11
Rückblick Begegnungswochenende 2021, Erfahrungsbericht	12
Feriencamp 2022 – Ausschreibung und Programmablauf	13/14
Selbsthilfegruppen	15
Kalender und Kontaktadressen	16

Bildnachweise:

Seite 1/5/10/11/12/13: ÖSIS

Seite 7: ISAD

Seite 8: TVB Attersee-Attergau

Seite 12: Lisa Bauernfeind

Seite 13: Sophie Stemmer

Die ÖSIS ist Mitglied folgender Organisationen:

ELSA (European League of Stuttering Associations)

ISA (International Stuttering Association)

Selbsthilfe Tirol (Dachverband der Tiroler Selbsthilfegruppen und -vereine im Gesundheitsbereich)



Mitglied bei
Selbsthilfe Tirol

Thema Selbsthilfe! Informationen der ÖSIS und der BVSS!

Oft werden wir gefragt, wofür eine Selbsthilfegruppe überhaupt gut ist, welchen Sinn sie macht und ob sie „Heilung vom Stottern“ garantieren kann. Nachfolgend informieren wir kurz über den Vorteil der Selbsthilfegruppen und warum es sehr hilfreich sein kann, eine solche zu besuchen und daran teilzunehmen. Wir freuen uns über jede/n, der/die mitmachen, sich einbringen, aktiv arbeiten oder sich einfach nur informieren möchte. Wir bieten zur Zeit Angebote in **Linz, Graz, Wien, Vorarlberg und Salzburg** an. Die Kontaktdaten finden sich auf der letzten Seite unserer Zeitschrift oder direkt über unser ÖSIS-Büro, wir leiten die Anfrage dann weiter. Bei der Linzer Gruppe besteht auch die Möglichkeit, virtuell teilzunehmen. Zurzeit haben wir Anfragen und InteressentInnen aus dem Bundesland **Kärnten** (Klagenfurt) und hoffen, dass wir auch dort eine aktive Selbsthilfegruppe gemeinsam mit dem Dachverband Kärnten gründen können. Bei Interesse an einer Gruppengründung in einem nicht genannten Bundesland sind wir gerne behilflich!

WARUM SELBSTHILFE? (Auszug www.stotternetz.at)



Es gibt Tausende stotternde Männer und Frauen in Österreich. Stottern ruft verschiedenste Reaktionen hervor und gibt Anlass zu Vorurteilen. Das erschwert die Lebenssituation von stotternden Menschen. Durch die Selbsthilfegruppe stehen Betroffene mit ihren Problemen nicht mehr allein da.

WER KANN BEI UNS MITMACHEN?

Jede/r, der/die Interesse an dem Problem Stottern hat. Also stotternde Erwachsene, stotternde Jugendliche, Eltern stotternder Kinder, PädagogInnen, LogopädInnen, SprachheillehrerInnen und alle anderen TherapeutInnen.

WAS GESCHIEHT IN EINER SELBSTHILFEGRUPPE?

Die Selbsthilfegruppe führt stotternde Menschen zusammen. Es werden Informationen über das Stottern gegeben und falsche Vorstellungen darüber korrigiert. Die einzelnen Therapiemöglichkeiten werden besprochen, um nachteilige Erfahrungen auf diesem Gebiet zu vermeiden. Aus Einzel-Erfahrungen werden Gruppen-Erfahrungen. Dadurch können alle Mitglieder am Lernen aus Fehlern und an der Freude über den Erfolg teilhaben. Darüber hinaus wird noch ein zusätzlicher therapeutischer Effekt erzielt, wenn TeilnehmerInnen sich gegenseitig mit neuen Verfahren vertraut machen, die helfen, mit Stottermomenten und angespannten Situationen fertig zu werden. Ein/e TherapeutIn kann als gleichgestellte/r TeilnehmerIn eines Treffens diesen Prozess fördern.

WAS IST DAS BESONDERE AN EINER SELBSTHILFEGRUPPE?

Selbsthilfe heißt auch, sein gegenwärtiges Stottern zu akzeptieren, es in der Gruppe zuzulassen und nicht zu vermeiden. Wir alle haben den Willen, uns langfristig zu verändern. Das große Ziel sollte aber nicht „Symptomfreiheit in allen Lebenslagen“ lauten, sondern ein besseres Leben mit der jeweiligen Situation des Stotterns. Von anderen Gruppenmitgliedern kann man sich gegebenenfalls auch etwas „abschauen“: Wie geht jemand mit bestimmten schwierigen Situationen um, wie kann man an seinem Stottern arbeiten? Und man wird auch feststellen: Es gibt Sichtweisen auf die Problematik Stottern, die sich von der eigenen unterscheiden.

SELBSTHILFE UND THERAPIE - EIN WIDERSPRUCH?

Nein. An einer Selbsthilfegruppe teilzunehmen, heißt nicht, sich von einer professionellen Therapie abzuwenden, es stellt vielmehr eine sinnvolle Ergänzung dar. Die Teilnahme kann eine Therapie vorbereiten, sie begleiten und bei Rückfällen eine große Stütze darstellen. Die Gruppe stellt einen Schonraum zur Einübung von Sprechtechniken dar. Selbsthilfe ist jedoch kein Therapieersatz!

WAS KANN SELBSTHILFE NICHT LEISTEN?

Wir nehmen unsere Anliegen selber in die Hand, sind uns aber bewusst, dass wir bei vielen Problemen unbedingt Hilfe von außen brauchen. Man muss sich vor allem von dem Gedanken lösen, die anderen werden einen vom Stottern befreien. Ohne eine gewisse Eigeninitiative geht gar nichts. Es gibt keine fertigen Problemlösungen.

Die Idee der Selbsthilfe (Auszug Homepage <https://www.bvss.de/selbsthilfe/idee>)

Selbsthilfegruppenarbeit bedeutet, sich mit Gleichbetroffenen auszutauschen und einander zu unterstützen. Eine gesundheitsbezogene Selbsthilfegruppe ist unabhängig von Therapien und findet ohne fachliche Leitung statt. Die Teilnehmenden sind Expertinnen und Experten in eigener Sache, die Gruppen sind selbständig und demokratisch aufgebaut.

- In einer Selbsthilfegruppe möchten Menschen etwas für sich verändern.
- Die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe ist immer kostenfrei.
- Eine Selbsthilfegruppe gibt Zeit und Raum, sich auszusprechen, ohne Sprechzwang.

In der Selbsthilfegruppe bekommst du:

- Zeit und Raum, (dich) auszusprechen
- Möglichkeit zum Üben und Ausprobieren
- Tipps und Strategien für den Alltag
- Infos über Stottern in allen Lebenslagen
- Kontakt zu anderen Stotternden



Sich selbst und Neues ausprobieren

Manche bezeichnen die Selbsthilfe sogar als „Fitnessclub für meine Sprechflüssigkeit“. Gemeint ist damit, dass man sich hier mit seinem Stottern auseinandersetzen kann, sich bewusst wird, was individuell hilft oder eben nicht und einfach am Ball bleibt-

Neue Selbsthilfegruppe Stottern in Kärnten/Klagenfurt

Der Dachverband Selbsthilfe Kärnten hat momentan eine Gruppengründungsanfrage zum Thema Stottern und ist gemeinsam mit der ÖSIS auf der Suche nach InteressentInnen für diese Gruppe. Eine Kontaktperson ist zurzeit noch nicht persönlich erreichbar, die Anfragen für die Gruppenteilnehmer werden vorerst über den Dachverband Selbsthilfe Kärnten laufen. Als Ort für die Treffen ist Klagenfurt vorgesehen.

Dachverband (DV) Selbsthilfe Kärnten, Kempfstraße 23/3, Postfach 27, 9021 Klagenfurt am Wörthersee

Tel.: +43 (0) 463 504871, Fax: +43 (0) 463 504871-24

E-Mail: selbsthilfe@selbsthilfe-kaernten.at, Web: www.selbsthilfe-kaernten.at



Informationen auch über das ÖSIS-Büro:

E-Mail: oesis@stotternetz.at

Tel.: 0512 584869

Liebes Mitglied!

Nachdem wir im letzten Jahr unsere traditionelle Weihnachtsfeier leider absagen mussten, hoffen wir, dass in diesem Jahr unter der organisatorischen Leitung von Florian Edlinger – Selbsthilfegruppe Wien – unser geplantes Essen stattfinden kann!

Ort: Gasthaus „Hansy“, Heinestraße 42, 1020 Wien, am Samstag, den 27. November 2021 um 18.00 Uhr

Unsere Mitglieder werden natürlich zum Essen eingeladen, die Getränke gehen wie üblich auf eigene Rechnung.

Gerne können wir uns wieder am frühen Nachmittag auf einem der Weihnachtsmärkte treffen, und für unsere Nachteulen ist die Innenstadt nach dem Weihnachtsessen gut erreichbar. Informationen über den genauen Ablauf schicken wir nach erfolgter Anmeldung aus.

Anmeldeschluss ist der 31. Oktober 2021!

Wir freuen uns über Eure Rückmeldungen!



BERICHT VON DER 30. MITGLIEDERVERSAMMLUNG

Am 1. August 2021 fand im Erlebnishaus Litz/ÖRK am Attersee im Rahmen des jährlichen Begegnungswochenendes wieder die Mitgliederversammlung statt. Ein wichtiger Punkt war die Neuwahl von Vorstand und Rechnungsprüfern. Folgende Personen wurden einstimmig für die nächsten zwei Jahre gewählt:

Obmann: Thomas Kupetz

Kassier: Reinhard Wieser

Schriftführer: Markus Preinfalk

Bundeslandvertreter OÖ: Lisa Bauernfeind

Bundeslandvertreter Salzburg: Stefan Nothnagel

Bundeslandvertreter Vorarlberg: Alexander Schertler

Rechnungsprüferin: Dorothea Preinfalk

Rechnungsprüfer: Anton Prabitz



v. l. n. r.: Thomas Kupetz, Markus Preinfalk

Petra Şaşmaz

Rike oder Das Gestüt am Waldrand

Ein Pferdekrimi

Rike hat endlich ein eigenes Pferd. Und sie hat gerade ihre Stottertherapie hinter sich gebracht. Doch damit ist längst noch nicht alles in Butter. Nicht nur, dass ihre ehemalige Erzrivalin Angela ebenfalls ein eigenes Pferd bekommt – Rike soll ihr Pferd auch noch mit dieser Judith teilen, die sie doch gar nicht kennt. Und das nur, weil es in der Schule nicht so rund läuft, wie ihre Eltern sich das vorstellen. Dann taucht Enzos Ex-Freundin Monika plötzlich wieder auf und im Internet suchen verzweifelte Besitzerinnen nach ihren verschwundenen Pferden. Immer mehr seltsame und verrückte Dinge passieren in diesem spannenden Pferdekrimi – doch Rike lässt nicht locker!

Ein Buch für Mädchen ab 10 Jahren

Demosthenes Verlag, Köln, 2020, 340 Seiten

Preis: 9,50 € | Mitglieder: 7,50 €



22. Begegnungswochenende der ÖSIS von Donnerstag, 16. Juni, bis Sonntag, 19. Juni 2022

Im Juni 2022 zu Fronleichnam findet unser 22. Begegnungswochenende im Erlebnishaus Litz am Attersee statt. Zu diesem langen Wochenende wird das Organisatorenteam ein umfangreiches Programm mit einem Seminar, Workshops und Freizeitangeboten zusammenstellen. Weitere Infos gibt's im kommenden dialog, schon bald auf unserer Homepage und im Newsletter.

Die unverbindliche Vormerkung ist bereits jetzt per Mail an oesis@stotternetz.at möglich.



„Speak the change you wish to see“

Die Österreichische Selbsthilfe-Initiative Stottern (ÖSIS)
lädt am 24. Welttag des Stotterns zu folgender Veranstaltung ein:

„Tag der offenen Tür“

Donnerstag, 22. Oktober 2021, von 9.00 Uhr bis 17.00 Uhr

im ÖSIS-Büro in Innsbruck, Brixner Straße 3, 1 Stock (Lift vorhanden), Nähe Hauptbahnhof
mit unserem Obmann Thomas Kupetz, unseren Vorstandsmitgliedern, Mitgliedern u. v. m.

Sprechen – über den Wandel, den wir uns wünschen: *Wandel passiert ständig, auf allen Gebieten. Auch in der Art und Weise, wie Stottern wahrgenommen wird. Diesen Wandel mitzubestimmen und in unserer Sache selbst zu sprechen, ist eines der Ziele, die wir uns als Selbsthilfe gesetzt haben. Wohin soll der Wandel gehen? Vor einigen Jahren lautete ein anderes Motto der ISA, der International Stuttering Association: "Eine Welt, die Stottern versteht".*



Seit 2009 ist das „Stuttering Awareness Ribbon“, ein zur Schleife gelegtes meergrünes Band, das Symbol des Welttags des Stotterns. Diese Farbe steht für Beruhigung, die der Stotternde erfährt, wenn er respektvollen, würdevollen und anerkennenden Umgang findet.

Die ÖSIS hat für Stotternde und deren Angehörige, LehrerInnen, Eltern, TherapeutInnen und für alle Interessierten viele Angebote. Unsere MitarbeiterInnen beantworten gerne Ihre Fragen und informieren Sie über die Aktivitäten und Arbeit der ÖSIS.

Wir bieten:

- Informationen und Beratung persönlich und online
- Seminare und Workshops
- Feriencamp für stotternde Kinder und Jugendliche
- Selbsthilfegruppen österreichweit
- Vernetzung
- Zeitschrift „dialog“
- Öffentlichkeitsarbeit
- Bibliothek Verkauf und Verleih

Anregungen und Vorschläge sind erwünscht!

Wir freuen uns über Ihren Besuch

Der Vorstand



24. Internationale Online-Konferenz zum Stottern

Wir freuen uns auf Euren Beitrag zur diesjährigen ISAD-Online-Konferenz!

Das Team der Online-Konferenz zum Internationalen Tag des Stotterns / <https://isad.isastutter.org/>

Willkommen zur Online-Konferenz zum Internationalen Stuttering Awareness Day (ISAD) mit der die 24. Online-Konferenz gefeiert wird!

In diesem Jahr beginnt die Online-Konferenz am 1. Oktober und endet am 31. Oktober und würdigt die vielen Veranstaltungen auf der ganzen Welt am 22. Oktober, dem Internationalen Tag der Sensibilisierung für Stottern.

Das diesjährige Thema lautet: „Speak the change you wish to see“

(„Sprechen – über den Wandel, den wir uns wünschen“)

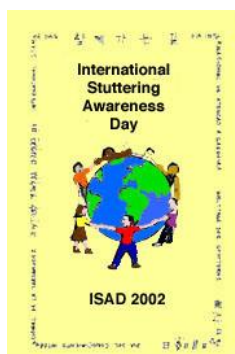
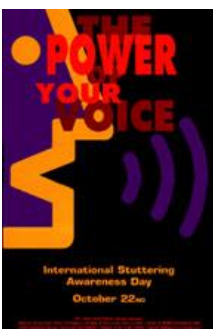
Wenn wir uns in der heutigen Welt umschauen, müssen wir nicht weit gehen, um Dinge zu sehen, von denen wir uns wünschen, dass sie anders wären. Das mag für jeden von uns anders sein, aber eine ernste Wahrheit bleibt. Veränderung beginnt bei uns. Es ist schwierig für die Welt, sich zu ändern, ohne dass jemand eine führende Kraft ist oder eine neue Idee liefert.

Während viele der Ideen rund um das Bewusstsein für Stottern ein ähnliches Thema haben können, laden wir Euch dieses Jahr ein, über Eure Erfahrungen und die Veränderung, die Ihr in der Welt sehen möchtet, zu schreiben und diese zu teilen. Und im weiteren Sinne, wie Ihr diesem Standard gerecht geworden seid, oder wie Ihr uns vorschlagen würdet, dies zu erreichen. Wir alle gewinnen Einsicht und weiteres Verständnis, wenn wir die Reise und den Standpunkt des anderen teilen.

Teilt Euch uns auf beliebige Weise mit: schriftliche Arbeiten, grafische Forschungsergebnisse, Videos, Fotodias, Cartoons, Gedichte, Kinderzeichnungen und andere ausdrucksstarke Kreationen zum Thema. Durch die diesjährige Konferenz bieten wir Euch eine Bühne, um „über den Wandel zu sprechen, den Ihr Euch wünschen würdet“.

Die ersten Logos des Weltstottertages

<https://isad.isastutter.org/>



DVD/Buchvorstellung

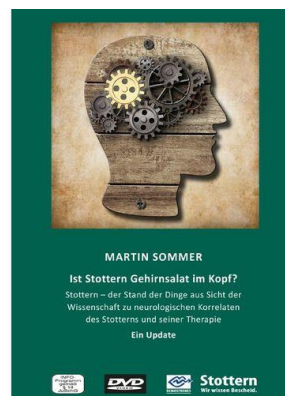
Prof. Dr. Martin Sommer
Ist Stottern Gehirnsalat im Kopf? (DVD)

Stottern – der Stand der Dinge aus Sicht der Wissenschaft zu neurologischen Korrelaten des Stotterns und seiner Therapie.

Ein Update. Demosthenes Verlag, Köln 2020,

DVD Video 65 Minuten

Preis: 9,50 € | Mitglieder: 7,50 €



Wir danken dem Tourismusverband Attersee-Attergau für diesen Bericht!

ATTERSEE-ATTERGAU

salzkammergut

Florian Schnetzer zu Besuch im ÖSIS Camp

SEEWALCHEN/LITZLBERG: Einen spannenden Nachmittag mit Profi-Beachvolleyballer Florian Schnetzer konnten die Kinder des ÖSIS- Camp im Erlebnishaus „Das Litz“ in Seewalchen am Attersee verbringen. Im Rahmen des Feriencamps für stotternde Kinder und Jugendliche wurde ein persönliches Training gemeinsam mit dem Tourismusverband Attersee-Attergau organisiert. Wie wichtig das Camp für die Teilnehmer*innen ist erläutert Stefan Nothnagel, Bundeslandvertreter der ÖSIS in Salzburg, im Gespräch.

Jährlich werden vom Verein ÖSIS- Österreichische Selbsthilfeinitiative Stottern– ein Feriencamp für stotternde Kinder und Jugendliche in Litzlberg organisiert. Das Feriencamp bietet den Teilnehmern die Chance, methodenkombinierte Stottertherapie in einem geschützten Rahmen auszuprobieren. „Dieses Jahr nehmen 7 Kindern und Jugendliche aus Deutschland und Österreich an dem Feriencamp teil“, so Stefan Nothnagel. Neben der Therapie zählt für Nothnagel aber vor allem eins: „Wir möchten den Kindern und Jugendlichen aufzeigen, dass sie mit ihrem Stottern nicht alleine sind.“ Seit 2005 werden die Feriencamps im Erlebnishaus „Das Litz“ in Litzlberg veranstaltet, hier finden sie ideale Bedingungen für ein unbeschwertes Sommercamp.

Abseits der Therapien darf auch das passende Rahmenprogramm mit jeder Menge Spaß nicht fehlen. Der Tourismusverband Attersee- Attergau überraschte dieses Jahr mit einem ganz besonderen Erlebnis für die Jugendlichen. Der gefragte Profi-Beachvolleyballer Florian Schnetzer, konnte für ein Training gewonnen werden. Einen Nachmittag lang spielte er gemeinsam mit den Kindern und Jugendlichen auf dem Beachvolleyballplatz des Erlebnishauses „Das Litz“, lehrte einige Tricks und Tipps und zeigte sich von den Teilnehmer*innen begeistert: „Es freut mich immer sehr, wenn ich mit Jugendlichen zusammenarbeiten darf, vor allem hier an meinem Heimatsee! Alle Kinder und Jugendliche haben wirklich super mitgemacht und waren sehr nett.“ so Schnetzer.

Nach dem Training wurde allen Camp Teilnehmern noch kleine Geschenke der Region Attersee - Attergau überreicht. Als Überraschungsgast schaute auch das Regionsmaskottchen Perlfisch „Perla“ direkt beim Beachvolleyballplatz vorbei und wollte unbedingt mit aufs Foto.

Text/Verfasser: Simone Süß am 02. August 2021

Rückfragehinweis

TVB Attersee-Attergau

Simone Süß

Presse

Tourismusverband Attersee-Attergau

suess@attersee.at

www.attersee-attergau.at

www.facebook.com/attersee

www.instagram.com/attersee_salzkammergut

© #attermoments f attersee



Tourismusverband Attersee-Attergau | Attergaustrasse 63 | 4880 St. Georgen im Attergau | Austria
Tel.: +43 7666 7719-0 | Fax: +43 7666 7719-19 | info@attersee.at | www.attersee-attergau.at

Attersee am Attersee | Berg im Attergau | Frankenmarkt | Nussdorf am Attersee | Seewalchen am Attersee | Schörfling am Attersee
St. Georgen im Attergau | Steinbach am Attersee | Straß im Attergau | Unterach am Attersee | Vöcklamarkt | Weyregg am Attersee



Rückblick – Feriencamp für stotternde Kinder und Jugendliche vom 24. Juli bis 31. Juli 2021

Wir freuen uns und sind dankbar, dass unser Feriencamp in diesem Jahr erfolgreich stattfinden konnte. Das diesjährige Team hat wunderbar miteinander harmoniert, und das Ausprobieren verschiedener Techniken, das Zusammenspiel von Therapie und Freizeit sowie die abwechslungsreiche Gestaltung der gesamten Woche mit Volleyball-Seminar, Besuchen von erwachsenen Betroffenen, Präsentation des selbst erstellten Projektbuches vor Publikum, Alpakawanderung, Bogenschießen, Spielen, Baden im See u. v. m. sorgten für ein interessantes Programm. Auch wenn es wie jedes Jahr harte Verhandlungen über die Nutzung der eigenen Handys und aus Sicherheitsgründen kein Lagerfeuer mit Stockbrot und Würstl gab, haben wir den Eindruck, dass jede/r TeilnehmerIn etwas für sich persönlich mitnehmen konnte. Wir freuen uns, wenn Ihr im nächsten Jahr wieder dabei seid. Ein ganz dickes Lob und vielen Dank den teilnehmenden Kindern und Jugendlichen sowie den Therapeutinnen und Betreuern, die in diesem Jahr das Camp zu einem erfolgreichen Erlebnis geführt haben. Danke!

Nachfolgend ein paar Seiten des diesjährigen Projekts der Kinder und Jugendlichen; Zitat: „Ein Buch, welches der Erinnerung an die Techniken dienen soll sowie der Aufklärung von Personen, die noch nichts über das Stottern wissen.“ Wir machen darauf aufmerksam, dass die ÖSIS diese Broschüre für die TeilnehmerInnen in gedruckter Form für den Privatgebrauch herstellen hat lassen und es kein käufliches Exemplar geben wird. Ein Buch wird im ÖSIS-Büro zur Einsicht aufliegen!



5. Infos für Lehrer und Lehrerinnen

Für stotternde Kinder und Jugendliche kann die Schulzeit sehr belastend sein. Lehrer*innen sind für ihre Schüler*innen Vorbild. Eine deutliche Aussprache und ein reduziertes Sprechtempo erleichtern dem stotternden Kind oder Jugendlichen, ein ihm angemessenes Sprechtempo zu finden. Absprachen zwischen Lehrkräften und Schüler*innen können hier hilfreich sein und u. folgende Fragen betreffen: Möchten die stotternden Schüler*inn aufgerufen werden oder sich selbst melden? Ich finde, dass in di Klasse öfter offen über das Stottern gesprochen werden sollte, v sonst fühlen sich manche Kinder unwohl, wenn sie denken, dass Stottern tabuisiert wird. Und seien wir alle mal ehrlich: Wir alle haben Probleme und, wenn dann jeder jedem hilft ist jedem geholfen. Das Ziel aller unterstützenden Maßnahmen ist, die Schüler*innen am Unterricht zu beteiligen und ein Verständnis für Stottern zu entwickeln.



1. Was ist Stottern eigentlich?

Stottern ist eine Redeflussstörung, die sowohl eine genetische Komponente hat, aber deren Ursache und Mechanismus noch nicht ganz herausgefunden wurde. Beim Stottern können es sowohl Blockaden, Dehnungen als auch Wiederholungen geben.

2. Stottern und die Begleitsymptome

Begleitsymptome sind Verkrampfungen z.B. im Rumpf, im Hals und in der Stimme. Aber manche Menschen haben auch Verzerrungen im Gesicht, das sie zum Beispiel den Mund weit auf machen bei einer Blockade oder ihre Augen zukneifen.



Person 3.

Mir ist Stottern eigentlich egal, es ist ein Teil von mir. Aber manchmal habe ich Situationen, wo es unangenehm ist, wie z.B. beim Halten von Referaten oder beim Vorlesen. Manchmal hab ich Phasen, wo es mir schlechter geht und dann ist es manchmal schon sehr anstrengend.

Person 4. Mir geht es momentan im Vergleich zu früher recht gut, weil ich die Techniken besser und öfters anwende. Stottern sehe ich als Teil von mir, weil ich finde, dass es zu meiner Persönlichkeit gehört.

Person 5. Mir geht es gut mit dem Stottern, weil ich sehr wenig stottere und weil ich weiß das es zwar nicht ganz weggeht, aber dass ich es so gut kontrollieren kann, dass ich kaum noch stottere. Ich denke, wenn ich stottere, an die Techniken, damit ich so wenig bis gar nicht stottere.

Person 6. Mir geht es eigentlich sehr gut mit dem Stottern, weil ich dadurch selbstbewusster werde und mehr an mich glaube. Wenn ich stottere, denke ich mir immer, dass ich das schaffen möchte, weil ich das sehr gut kann.

Person 7. Mir geht es mit meinem Stottern gut, weil ich mir daraus nichts mache zur Zeit. Für mich ist das Stottern ein Teil meiner Persönlichkeit. Wenn ich stottere denke ich mir, dass ich eigentlich nichts dafür kann, wenn ich in einen Block gerate. Meine Ziele beim Stottern sind, so flüssig wie möglich zu sprechen und wenn das nicht geht, die Sprechtechnik anzuwenden, damit es dann noch flüssig wird.

Person 8. Mir geht es mit dem Sprechen zurzeit relativ gut weil ich die Sprechtechniken anwenden kann und weil, dass diese mir dabei helfen können, flüssig zu sprechen. Wenn ich stottere, denke ich mir, dass es ein Teil von mir ist und es mir nichts ausmacht, wenn ich stottere.

3. Wie verhält man sich gegenüber einem stotternden Menschen?

Ich sage aus eigener Erfahrung, dass manche Menschen dann komisch gucken, wenn sie das Stottern das erste Mal hören und manchmal machen sie sogar komische Bemerkungen wie z.B. „Stotterhannes“, „sprich doch mal schneller“ oder „Sprachbehinderung“, aber das ist nicht fair. Aber wie man sich richtig verhält, erkläre ich jetzt: Man muss den stotternden Personen sagen, dass sie sich Zeit lassen und noch einmal tief durchatmen sollen und dann sollen sie noch einen Versuch starten. Das Wichtigste für mich ist, dass man einen stotternden Menschen ausreden lassen soll. Also man soll KEINEN Satz eines Stotternden BEENDEN.

4. Wie fühlen sich stotternde Menschen beim Stottern?

Alle, die stottern, fühlen sich anders, aber wir haben 8 Menschen gefragt wie es ihnen mit dem Stottern geht.

Person 1. Mir persönlich geht es relativ gut mit dem Stottern, manchmal wenn ich eine schlechte Phase habe, denke ich mir halt „warum ich?“. Aber wenn es eine gute Phase ist, interessiert mich das Stottern nicht wirklich, denn es ist ein Teil von mir wie zum Beispiel mein – wie manche sagen – „schlechter Humor“, aber manche sagen auch „witziger Humor“.

Person 2. Ich habe auch Phasen, wo es mir schlechter geht, da fühle ich mich unsicher und ich stottere ein wenig. Zusätzlich habe ich auch Blocks und es geht ja darum wie ich mich fühle, also ich fühle mich dann schwach und fühle einen Druck, denn ich möchte unbedingt die Wörter aussprechen, auch wenn ich stottere und insgesamt einen Druck, den man nicht beschreiben kann.



Wir bitten zu beachten, dass wir aus Platzgründen nur einige wenige Seiten veröffentlichen können, jede/r TeilnehmerIn hat ein eigenes Exemplar erhalten.

Rückblick Feriencamp für stotternde Kinder und Jugendliche 2021

So rasch gehen ein Jahr und damit auch das diesjährige Feriencamp wieder vorbei.

Dieses Jahr war das Feriencamp für mich eine besondere Herausforderung, da durch den Abschied von Cornelia Schablinger in die Babypause die Leitung auf mich übertragen wurde. An diesem Punkt möchte ich mich bei meinem großartigen Team, das mich dieses Jahr begleitet hat, bedanken – allen voran Christa Sinn-Zeba, die mich mit ihren Ideen und ihrem fachlichen Wissen in der Gestaltung und im Aufbau der Therapie großartig unterstützte sowie Lara Weber, die das Logopädie-Team als Praktikantin wundervoll komplettierte.

Die Freizeitbetreuung leitete Julian Bernauer, der die TeilnehmerInnen mit lustigen Spielen auf Trab hielt. Auch wenn Stefan Nothnagel kurzfristig nicht beim Camp dabei sein konnte, hat er doch im Vorhinein schon viel Arbeit übernommen – hier ein großes Dankeschön an Dich! Und an diesem Punkt ein riesengroßes Dankeschön an unseren Obmann Thomas Kupetz, der kurzfristig für Stefan eingesprungen ist und sich dieser neuen Herausforderung meisterhaft gestellt hat. Das Team kann noch so wundervoll sein – ohne TeilnehmerInnen kann das Feriencamp nicht stattfinden. Heuer hatten wir sieben TeilnehmerInnen, die sich mit viel Begeisterung und Motivation in den Therapieeinheiten einbrachten, mutig Techniken ausprobierten und mich mit ihrer Offenheit und Selbstsicherheit beeindruckten. Neben der Therapie konnten sie sich in der Freizeitgestaltung im Stand-Up-Paddeln, Bogenschießen und Volleyballspielen versuchen, lernten, wie störrische Alpakas auf den richtigen Weg gelotst und verzweifelte Waldschrate von ihrem Leiden erlöst werden können.

Mit diesen schönen Erinnerungen und bereits neuen Ideen im Kopf freue ich mich auf das nächste Jahr!

Sophie Stemmer, Logopädin



Lara Weber/Praktikantin 2021

Und wie war das Camp so? Zunächst einmal begann jeder Morgen mit einem Eintauchen in die kühlen Wogen des Attersees. Dann wusste man wieder, warum man früh aufgestanden war: Munter und motiviert konnte man so in den Tag starten – zumindest die FrühaufsteherInnen unter uns. ;)

In der Therapie tauschten wir uns über Wissenswertes zum Thema Stottern aus. Die TeilnehmerInnen erprobten Sprechtechniken, loteten die Grenzen ihres Mutes aus und stiegen auf ihren „Mutleitern“ teilweise gleich mehrere Sprossen nach oben. Dies zeigte sich beim Vorlesen vor der ganzen Gruppe, beim kreativen Darstellen in Rollenspielen, im Aufzeigen eigener Grenzen und dem offenen Sprechen über herausfordernde Erfahrungen – auch im Zusammenhang mit dem Stottern. So haben wir gemeinsam mit den Jugendlichen besprochen, wie man beispielsweise mit einem Referat in einer neuen Schule das Thema Stottern ansprechen kann. Wie weit der Mut der TeilnehmerInnen auf dem Camp ging, zeigte sich am letzten Tag mit der Präsentation ihres Projekts.

Mit Bravour stellten sie dem Publikum im kleinen Amphitheater des Hauses Litz ihr selbst gestaltetes Buch vor. Selbstbewusstsein, Kreativität, Mut und Zusammenhalt in der Gruppe, geballt in einer Aufführung.



Im Laufe der Woche wurden wir ein eingespieltes Team, die zwei Logopädinnen, ich als Praktikantin, die zwei Freizeitbetreuer und die sieben TeilnehmerInnen. Durch die intensive Woche – sowohl in Therapie als auch Freizeit – konnten wir einander gut kennenlernen, und am Ende der Woche hätte man sich gewünscht, man könnte noch eine dranhängen.

Am meisten haben mich die Persönlichkeiten der TeilnehmerInnen beeindruckt. Jede/r hat einen eigenen Umgang mit dem Stottern, eine eigene Geschichte, Stärken und Talente. Es war eine Freude, mit den Jugendlichen zu arbeiten und ich habe für mich und meine zukünftige Arbeit als Logopädin sehr viel mitnehmen können.



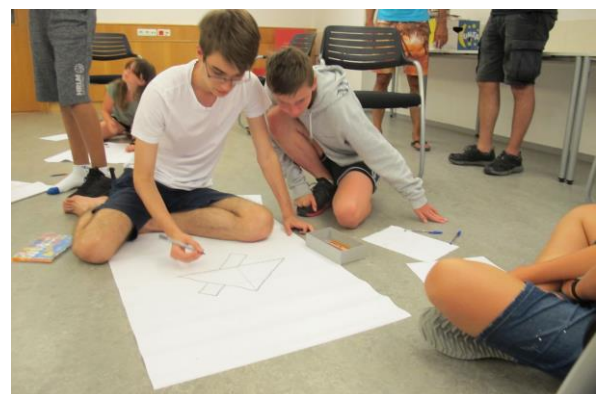
Einige hitzige Pokerabende, wilde Ligretto-Spielrunden und „energieraubende“ Wanderungen später war die Woche schon wieder vorbei. Dazwischen haben wir uns noch im Bogenschießen probiert, Volleyball gespielt, witterungsbedingt eine (Fackel)wanderung – ja, ohne Fackeln – gemacht und die Liebe zu Alpakas entdeckt. Und ja, manchmal flüssig, manchmal stotternd – alles gehört dazu!
Lara WeberPraktikantin



Alpaka-Wanderung



v. l. n. r. Thomas Kupetz/Obmann und Julian Bernauer/Pädagoge



Therapieinhalte



Geburtstag am letzten Tag

Rückblick Begegnungswochenende 2021 in Litzlberg am Attersee

Vom 30 Juli bis 1. August 2021 fand unser jährliches Begegnungswochenende wieder in Litzlberg am Attersee statt. Schön war in diesem Jahr, dass sich aufgrund der Verschiebung um einen Monat unser Treffen mit dem letzten Tag des Feriencamps überschneiden hat, sodass ein reger Austausch zwischen Kindern/Jugendlichen und unseren erwachsenen TeilnehmerInnen stattfinden konnte. Die „jungen“ konnten am letzten Tag ihr Gemeinschaftsprojekt, eine Broschüre über das Thema Stottern, den Umgang damit und mit vielen interessanten Einblicken, den „älteren“ im Rahmen einer sehr schönen Präsentation vorstellen und haben damit ein sehr verständnisvolles Publikum vor sich gehabt. Eine tolle Arbeit, vielen Dank!



Die Buchvorstellung „Die Säulen des flüssigen Sprechens“ am Samstag, dem 31. Juli war mit den anwesenden TeilnehmerInnen und zusätzlichen Tagesgästen gut besucht und sehr interessant. Wir freuen uns über das Engagement und den Erfolg der beiden Autoren sehr.



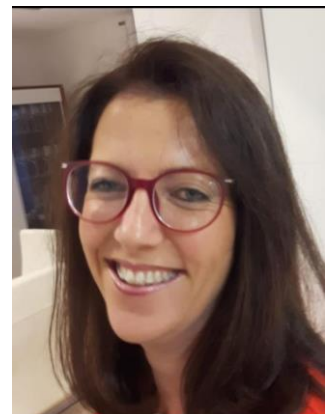
v. l. n. r. Alfred Sumetshammer, MBA und Dr. Kurt Pichler

Auch das Seminar am Nachmittag mit Hans Brinniger „Tönendes Sprechen in Abschnitten“ war sehr erfolgreich und interessant. Der Abend klang dann mit Spielen, vielen Gesprächen, Besuchen am See und einem kleinen Tänzchen gemütlich aus.



Erfahrungsbericht aus dem täglichen Leben von Lisa Bauernfeind /Bundeslandvertreterin der ÖSIS aus Oberösterreich

Ich möchte eine kleine Erfahrung weitergeben, die ich vor kurzem gemacht habe.



Ich führte ein Telefongespräch mit einer Dame in einem Warengeschäft, da ich mich erkundigen wollte, ob die von mir bestellte Ware bereits zur Abholung bereit sei. Bei diesem Gespräch bin ich in mein Muster des stockenden Sprechens gekommen. Man teilte mir sehr freundlich mit, dass die Ware bereits zur Abholung bereitstünde. Dieser Aussage folgte ich und wollte es gleich erledigt haben. Sie erkannte mich aufgrund meiner Sprechunflüssigkeit sofort. Die Verkäuferin kam mir sehr freundlich entgegen und betonte mit besonderem Ausdruck, wie toll sie es fände, dass ich trotz meiner Sprechablaufstörung alles selbst manage, und sie gab mir das Gefühl einer Akzeptanz gegenüber Menschen, die trotz ihres Handicaps keine Scheu haben, den Alltag selbstständig zu bewältigen.

Das macht mir Mut, nicht aufzugeben, daran zu arbeiten und immer wieder die Methode einzusetzen, die mir das Gefühl gibt, mit Ruhe zu sprechen.

Liebe Grüße
Lisa Bauernfeind

Wir sind dabei!

18. Feriencamp in den Sommerferien 2022

für stotternde Kinder und Jugendliche von 10 bis 18 Jahren im Erlebnishaus Litz
mit qualifizierter Begleitung in Therapie und Freizeit!
Samstag, 23. Juli, bis Samstag, 30. Juli 2022



Team Therapie:

Sophie Stemmer (Logopädin) und weitere!

Das Feriencamp für stotternde Kinder und Jugendliche bietet die große Chance, methodenkombinierte Stottertherapie in der großen Gruppe oder/und in Kleingruppen mutig auszuprobieren, sodass eventuelle Erfahrungen aus einer Einzeltherapie noch besser umgesetzt werden können. Im geschützten Rahmen dürfen die Kinder und Jugendlichen das Sprechen vor der Gruppe üben, was oft eine große Herausforderung ist.

Therapie soll Spaß machen: Neugieriges Erforschen des eigenen Stotterns und des der anderen. Je mehr Kinder und Jugendliche über ihr Stottern altersadäquat Bescheid wissen, desto größer ist die Chance, selbstbewusst mit dem Stottern umgehen zu lernen und angstfrei zu sprechen. Es gibt in der Zwischenzeit ganz viele Therapiemethoden, aber es gibt nicht die einzig richtige Therapie. Das Camp bietet die Möglichkeit

herauszufinden, welche Methode stimmig ist, um in ein weiches, leichtes und langsames Sprechen zu kommen. All das braucht Zeit und Übung. Damit diese Übungen lustvoll, interessant und motivierend verlaufen können, werden wir sie in verschiedene Spiele verpacken. Unser multiprofessionelles Team arbeitet verschränkt und hat eine ganzheitliche Betreuung zum Ziel. Die Kinder und Jugendlichen können lernen, mit viel Wertschätzung sich selbst und anderen gegenüber mutig und entspannt mit ihrem Stottern umzugehen.

Team Freizeitgestaltung:

Julian Bernauer (pädagogische Ausbildung) und weitere!



In unserem Freizeitprogramm, welches die Therapie ergänzt, bieten wir die Gelegenheit, neu Erarbeitetes auszuprobieren und zu festigen. Dies gelingt fast mühelos bei gruppenspezifischen Spielen und Übungen zur Stärkung der Selbstwahrnehmung und des Selbstvertrauens. Außerdem planen wir vieles, was einfach Spaß macht: Schwimmen, Ballspiele, Lagerfeuer, ev. Nachtwanderung (je nach Witterung) sowie einen Abenteuertag in freier Natur. Abwechslungs- und erfahrungsreich sowie spannend und auch erholsam soll es bei uns zugehen. Wir freuen uns auf jede/n TeilnehmerIn, der/die unser Programm bereichert!



Programmablauf:

Samstag (Ankunft):

- Anreise ab 14:00 Uhr (Die TeilnehmerInnen erhalten einen eigenen Zeitrahmen im Elternbrief.), Begrüßung der TeilnehmerInnen und der Eltern mit verpflichtendem Elterngespräch
- Abreise der Eltern
- Info- und Kennenlernabend mit Hausregeln und Abendessen der TeilnehmerInnen

Täglicher Ablauf während des Aufenthaltes:

- **Tägliche Therapie** von ca. fünf bis sechs Stunden inklusive individueller Reflexion in Klein- und Großgruppen, wenn notwendig auch Einzeltherapie
- **Freizeit** (unter qualifizierter Aufsicht mit Spiel und Spaß, Basteln, Malen, Schwimmen im See mit eigenem Anlegesteg, Musik und Sport) sowie **erlebnispädagogische Freizeitgestaltung** wie z. B. Bogenschießen, GeoCaching, Nacht-Fackelwanderung, Kanufahren, Floßbau und vieles mehr aus dem Angebot des Erlebnishauses Litz (**im Aufenthaltspreis mit eingerechnet und enthalten**) nach Wetterlage und Planung

Ein Tag ist therapiefrei (wetterabhängig nach Absprache):

Wir nutzen die gemeinsame Zeit zum mutigen Ausprobieren von verschiedenen Techniken mit viel Spaß und Freude an den gemeinsamen Unternehmungen.

Samstag (Abreise):

- 8:00 bis 12:00 Uhr verpflichtende Eltern-Abschlussgespräche (Die Eltern erhalten einen eigenen Zeitrahmen nach Absprache.), eventuelles Frühstück für die Eltern bitte selber mitbringen oder im Erlebnishaus Litz anmelden (7:30 bis 9:00 Uhr) und vor Ort bezahlen.
- Abreise im Laufe des Vormittages

Preise für die Therapie:

unabhängig von einer Mitgliedschaft für 25 Therapiestunden:

425,00 Euro

Preise für den Aufenthalt:

Beginn Samstag, den 23. Juli, mit dem Abendessen, Ende am Samstag, den 30. Juli, mit dem Frühstück, **inklusive Vollpension und Freizeitaktivitäten** nach Wetterlage und vorheriger Besprechung

für Mitglieder bis inkl. 2021

315,00 Euro

für Neumitglieder ab 2022

340,00 Euro

für Nichtmitglieder

365,00 Euro

Die Preise für die Therapie **und** für den Aufenthalt sind **an die ÖSIS** zu entrichten!

Der Verein ÖSIS möchte den TeilnehmerInnen eine qualitativ hochwertige Therapie-Woche mit umfassendem Freizeitprogramm bieten und ermöglicht es, die Preise in der Therapie und im Aufenthalt mit Freizeitgestaltung **möglichst kostengünstig** anzubieten!

TeilnehmerInnenzahl: maximal 16 Kinder/Jugendliche

Anmeldung:

Anmeldeformular und weitere Unterlagen sind im ÖSIS-Büro erhältlich.

Telefon 0512 584869, oesis@stotternetz.at, auch zum Download auf www.stotternetz.at

Anmeldeschluss: 31.05.2022

Ende der Erstgespräche bei Neuanmeldung: 30.06.2022

Selbsthilfegruppen

SHG Linz

Die Gruppentreffen finden zurzeit wieder monatlich persönlich statt.

Informationen und Beratung:

Thomas Kupetz, Tel. 0699 10081 093, E-Mail: thomas.kupetz@stotternetz.at

Ein „Reinschnuppern“ in die SHG ist auch mittels **Telefonkonferenz** möglich. Es wird jeder Abend unter einem Thema stehen, welches immer für das nächste Treffen ausgemacht wird. Kurzfristig vereinbaren wir auch Treffen für tönende Stadtführungen, gemeinsame Spiel- und Sportaktivitäten, Grillen und Essen, sofern die gesetzlichen Bestimmungen es zulassen. TeilnehmerInnen aus anderen Bundesländern sind willkommen!



SHG Dornbirn

(Alexander Schertler, Tel. 0512 584869/ÖSIS-Büro, E-Mail: vorarlberg@stotternetz.at)

Derzeit finden die Treffen nur bei Bedarf und auf Anfrage statt. Es werden auch Einzelgespräche angeboten, um eine eventuell vorhandene Hemmschwelle für Interessierte zu senken.

SHG Graz

Die Grazer Gruppe entscheidet nach Covid-19-Lage über die neuen Termine. Anfragen sind jederzeit möglich!

(Georg Stenzel, Tel. 06644908907, E-Mail: stottertselbsthilfegruppe.graz@gmail.com)

Elternberatung

Georg Faber, Graz

Beratungszeiten nach telefonischer Terminvereinbarung

Telefon 0676 7875700 (keine Mailbox) E-Mail: georg.faber@stotternetz.at

*"Nüsse knacken,
bevor sie hart sind!"*



SHG Wien

(Florian Edlinger, Tel. 0676 6135900, E-Mail: wien@stotternetz.at) Die Treffen finden wunschgemäß 1 x monatlich in wechselnden Räumlichkeiten/Gaststätten statt, welche gemeinsam besprochen und beschlossen werden. Unverbindliche Anfragen per Mail direkt an Florian Edlinger Tel. 0676 6135900 wien@stotternetz.at

SHG Salzburg *** NEU***

Wir freuen uns über die Neugründung der Selbsthilfegruppe Salzburg. Die Treffen finden ein bis zweimal monatlich nach Absprache statt. Einfach melden, wir freuen uns! Bestehende Whats-App-Gruppe!

(Severin Baumgartel, Telefon 0660 1083537, E-Mail: severin.baumgartl@stotternetz.at)

SHG Kärnten ***Neugründung geplant, bitte melden***

Wir freuen uns über die Anfrage des Dachverbands Selbsthilfe Kärnten bezüglich einer Neugründung einer Selbsthilfegruppe Kärnten, voraussichtlich in Klagenfurt. InteressentInnen können sich direkt an den Dachverband Selbsthilfe Kärnten, selbsthilfe@selbsthilfe-kaernten.at, Tel.: +43 (0) 463 504871 oder an unser ÖSIS-Büro, oesis@stotternetz.at, 0512 584869 wenden!

Aktiven Betroffenen, die Interesse haben, die Selbsthilfe und/oder eine Selbsthilfegruppe in ihrem Bundesland wieder zu aktivieren oder neu zu gründen, sind wir nach der Suche der Räumlichkeiten gerne behilflich. Bei Interesse bitte im ÖSIS-Büro melden!

Bücher, DVD's, Broschüren

Buchbesprechungen auf www.oesis.at und im dialog, Buchverleih/und -verkauf, Informationsmaterial.. Neue Bücher bestellen wir gerne auf Anfrage!

Bücherflohmarkt:

In unserem Büro in Innsbruck befinden sich Bücher aus einer Bibliotheksauflösung und können mit attraktiven Nachlässen erworben werden. Anfragen im ÖSIS-Büro unter oesis@stotternetz.at.

Kalender ab September 2021

Laufend	Selbsthilfegruppentreffen österreichweit
Angebot	Gründung einer neuen SHG Kärnten
22. Oktober 2021	Weltstottertag/Tag der offenen Tür in Innsbruck
27. November 2021	Traditionelle Weihnachtsfeier in Wien

Unser Büro

	Österreichische Selbsthilfe-Initiative Stottern (ÖSIS)
Adresse	Brixner Straße 3, 6020 Innsbruck
Telefon	0512-584869 (Sekretariat <i>Martina Assmus</i>)
E-Mail	oesis@stotternetz.at
Öffnungszeiten	Montag bis Donnerstag 8:30 - 12:00 Uhr, Freitag geschlossen
	Aufgrund Covid-19 sind Besuche im Büro nur nach Voranmeldung möglich!

Kontaktadressen in Österreich und Südtirol:

Elternberatung	<i>Georg Faber</i>	Tel. 0676 7875700 / georg.faber@stotternetz.at nach telefonischer Terminvereinbarung
SHG Oberösterreich	<i>Thomas Kupetz (Obmann)</i>	Tel. 0699 10081 093 / thomas.kupetz@stotternetz.at
SHG Salzburg	<i>Severin Baumgartl</i>	Tel. 0660 1083537 / severin.baumgartl@stotternetz.at
Salzburg	<i>Stefan Nothnagel</i>	Tel. 06888 112783 / salzburg@stotternetz.at
Steiermark	<i>Mario Gusenbauer</i>	Tel. 0650 2272927 / mario.gusenbauer@stotternetz.at
SHG Graz	<i>Georg Stenzel</i>	Tel. 06644908907 / stotterselbsthilfegruppe.graz@gmail.com
SHG Wien	<i>Florian Edlinger</i>	Tel. 0676 6135900 / wien@stotternetz.at
Tirol	<i>ÖSIS-Büro</i>	Tel. 0512 584869 / oesis@stotternetz.at
Vorarlberg	<i>Alexander Schertler</i>	Tel. 0512 584869 (ÖSIS-Büro) / vorarlberg@stotternetz.at
Südtirol	<i>Gudrun Reden</i>	Tel. 0039 349 2970 566 / gudrun@reden.it

Die ÖSIS wird aus folgenden Mitteln gefördert:



Newsletter

In unserem monatlichen Newsletter informieren wir Sie über aktuelle Termine und Neuigkeiten rund um die Themen Stottern, Sprache, Sprachstörungen und Sprachentwicklung. Anmeldung über oesis@stotternetz.at. Anregungen sind willkommen!