



# **INNSBRUCK – ENTSPANNT GENIESSEN**

Der praktische WC-Stadtplan  
für Innsbruck



[www.blasengesundheit.at](http://www.blasengesundheit.at)

## ENTSPANNT UND UNBESCHWERT GENIEßEN!

Es ist leider immer noch ein Tabuthema, obwohl mindestens 1 Million Menschen allein in Österreich darunter leiden: Inkontinenz. Von der sehr häufigen Harninkontinenz, oft als ‚Blasenschwäche‘ verharmlost, sind schätzungsweise jede 4. Frau und jeder 10. Mann im Laufe des Lebens betroffen.

Allen Betroffenen raubt diese Störung oft nicht nur den Schlaf, sondern auch ein Stück Lebensqualität: Viele ‚mauern‘ sich ein und wenn sie ihre Wohnung überhaupt verlassen, kreisen die Gedanken immer um die Frage, ob schnell genug ein WC erreichbar ist. Ausflüge werden vielfach gar nicht erst geplant – aus Sorge, am Ziel lange und womöglich vergeblich nach einem ‚stillen Ort‘ suchen zu müssen.

Der Verzicht auf Spaziergänge, Stadtwanderungen und Einkaufstouren ist auch deshalb bedauerlich, weil es gerade in Innsbruck so viele bemerkenswerte Sehenswürdigkeiten gibt: prächtige Schlösser, imposante Kirchen, großartige Museen, berühmte Kunst- und Kulturschätze sowie schöne Landschaften.

Um auch Menschen, die an Inkontinenz leiden, ein Stück Lebensqualität zurückzugeben, haben wir diesen speziellen Stadtplan zusammengestellt – in dem öffentliche WCs eingezeichnet sind. So kann jeder Ausflug zu einem entspannten und unbeschwertem Erlebnis werden.

Ein großer Teil der von Inkontinenz betroffenen Menschen schweigt übrigens aus Scham – oder weil die Blasenschwäche immer noch als unabwendbare Folge des natürlichen Alterungsprozesses und als nicht heilbare Krankheit angesehen wird. Das ist falsch! Denn in rund 90 Prozent aller Fälle ist eine Heilung oder zumindest deutliche Besserung möglich.

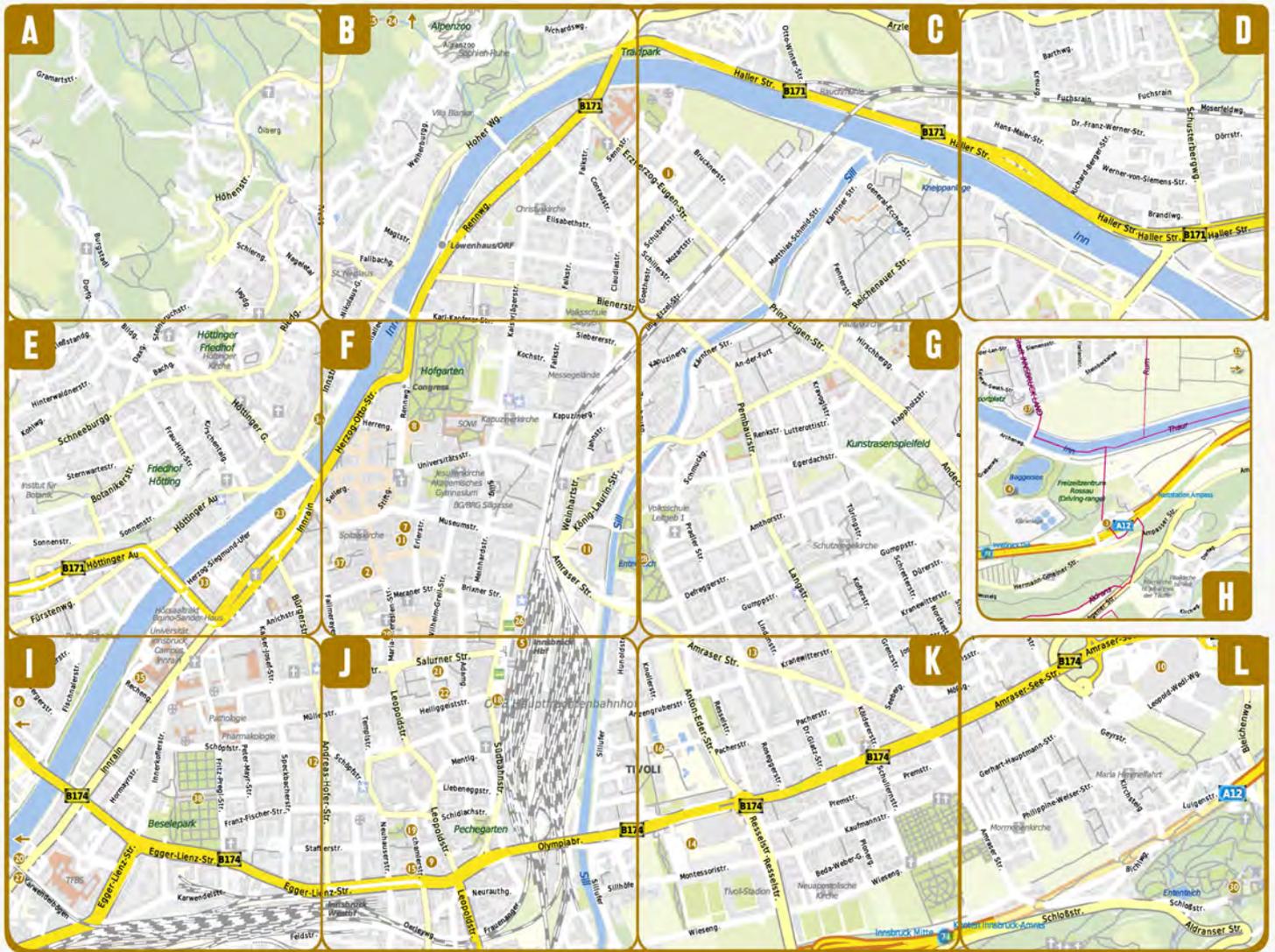
Einige Informationen dazu finden Sie auf der Rückseite dieses Wegweisers.

Weitere Exemplare dieses WC-Stadtplans können sie unter [www.blasengesundheit.at](http://www.blasengesundheit.at) bestellen oder im Service-Bereich downloaden.

Werden Sie aktiv! Wir wünschen Ihnen viele schöne und unbeschwerte Erkundungswege durch Innsbruck.

*un Bundeslich*  
Univ.-Prof. Dr. Max Wunderlich FRCS  
Präsident der MKÖ





© Kartografie 2015: mapz.com – Map Data: OpenStreetMap ODbL

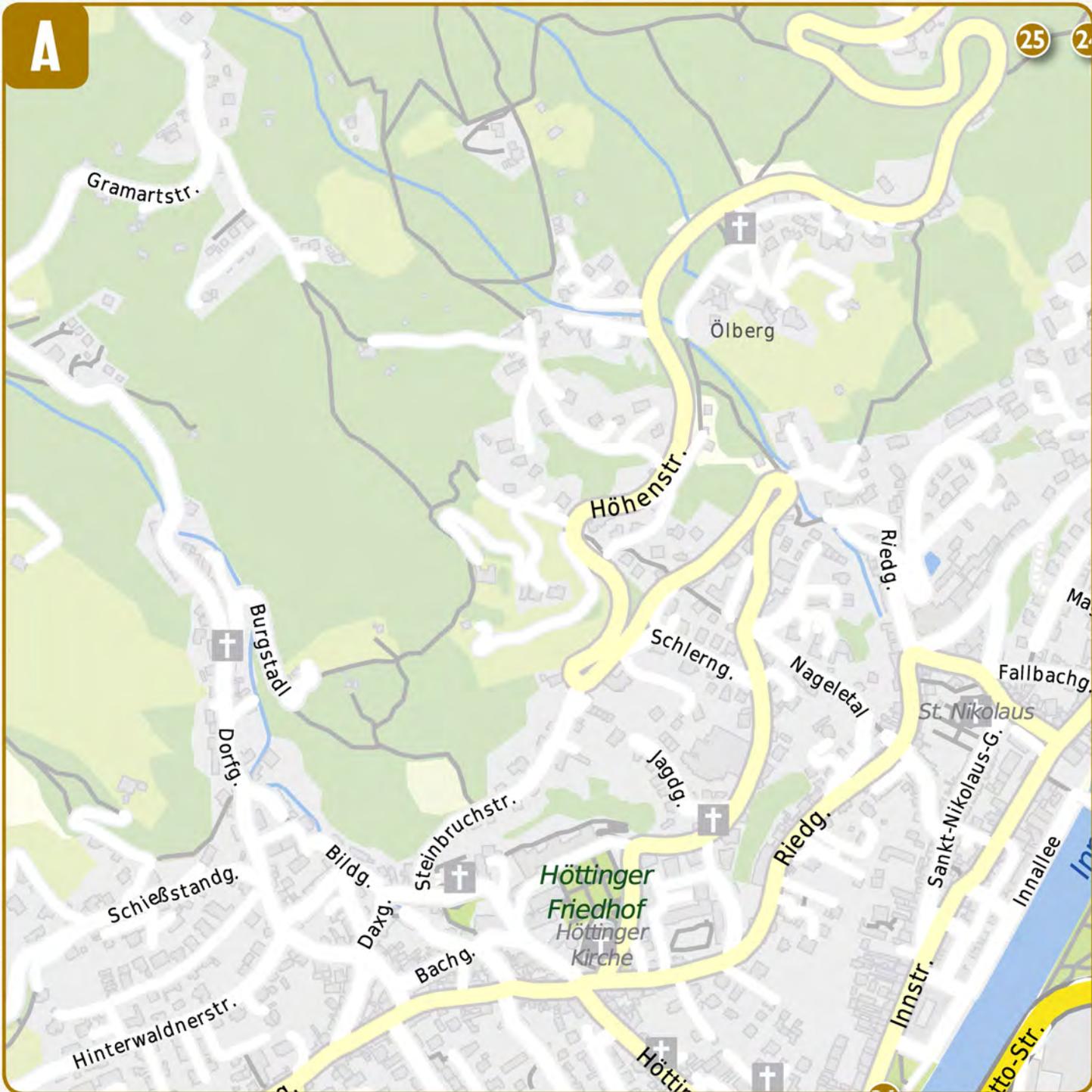
Karten zur Verfügung gestellt von:



A

25

2



Gramartst.



Ölberg

Höhenstr.

Riedg.

Schlerng.

Nageletal

Fallbachg.

St. Nikolaus

Sankt-Nikolaus-G.

Burgrastl

Dorfgr.

Schießstandg.

Bildg.

Daxg.

Steinbruchstr.

Bachg.

Jagd.

Höttinger  
Friedhof  
Höttinger  
Kirche



Riedg.

Innstr.

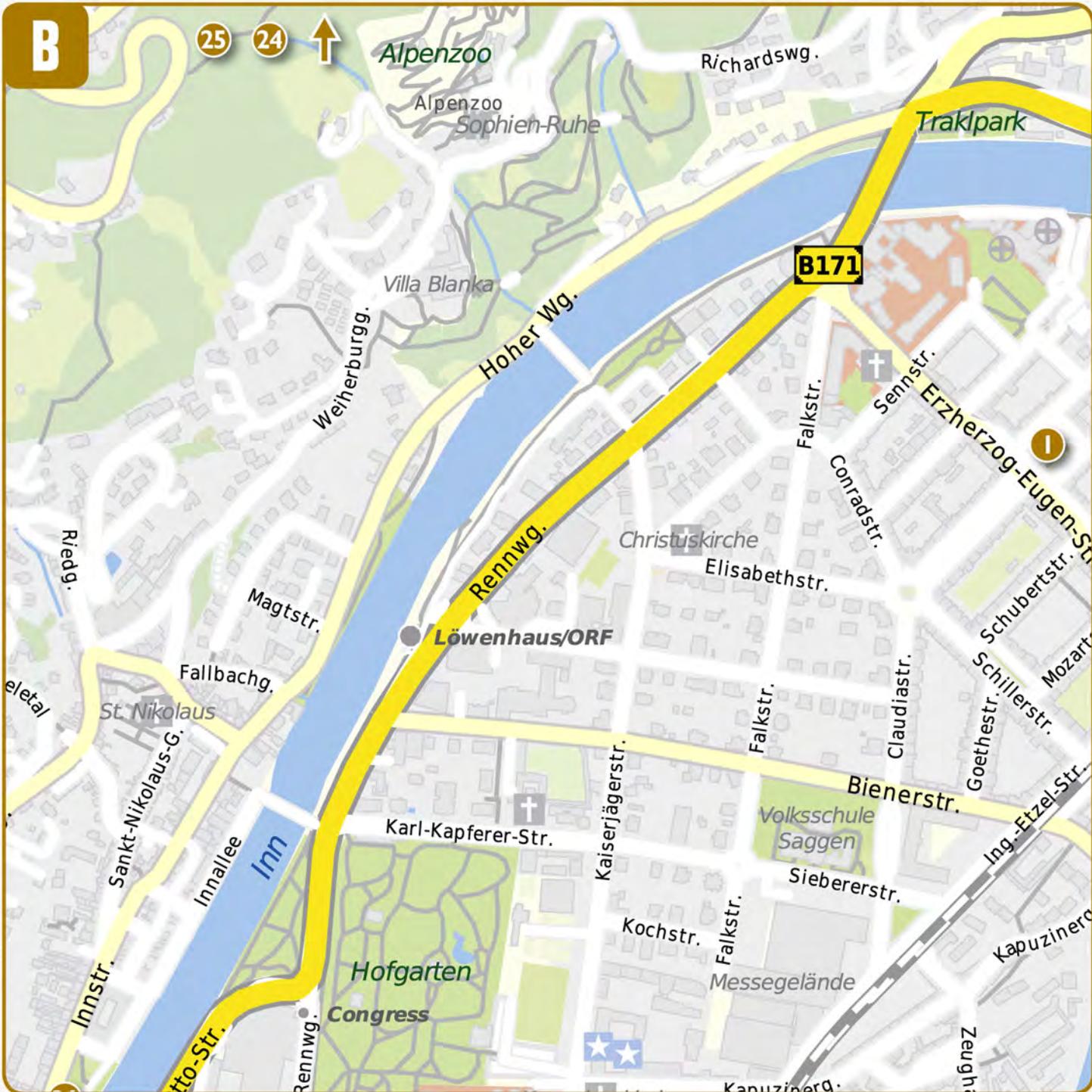
Sankt-Nikolaus-G.

Innallee

Hinterwaldnerstr.



tto-Str.



B

25

24



Alpenzoo

Richardswg.

Alpenzoo  
Sophien-Ruhe

Trakpark

Villa Blanka

B171

Weherburgg.

Hoher Wg.

Falkstr.

Sennstr.

Erzherzog-Eugen-Str.

Riedg.

Magtstr.

Christuskirche

Elisabethstr.

Löwenhaus/ORF

Fallbachg.

Conradstr.

Schubertstr.

St. Nikolaus

Sankt-Nikolaus-G.

Falkstr.

Claudiastr.

Schillerstr.

Mozart

Karl-Kapferer-Str.

Kaiserjägerstr.

Volksschule  
Saggen

Bienerstr.

Goethestr.

Schubertstr.

Innstr.

Innallee

Inn

Hofgarten

Congress

Kochstr.

Falkstr.

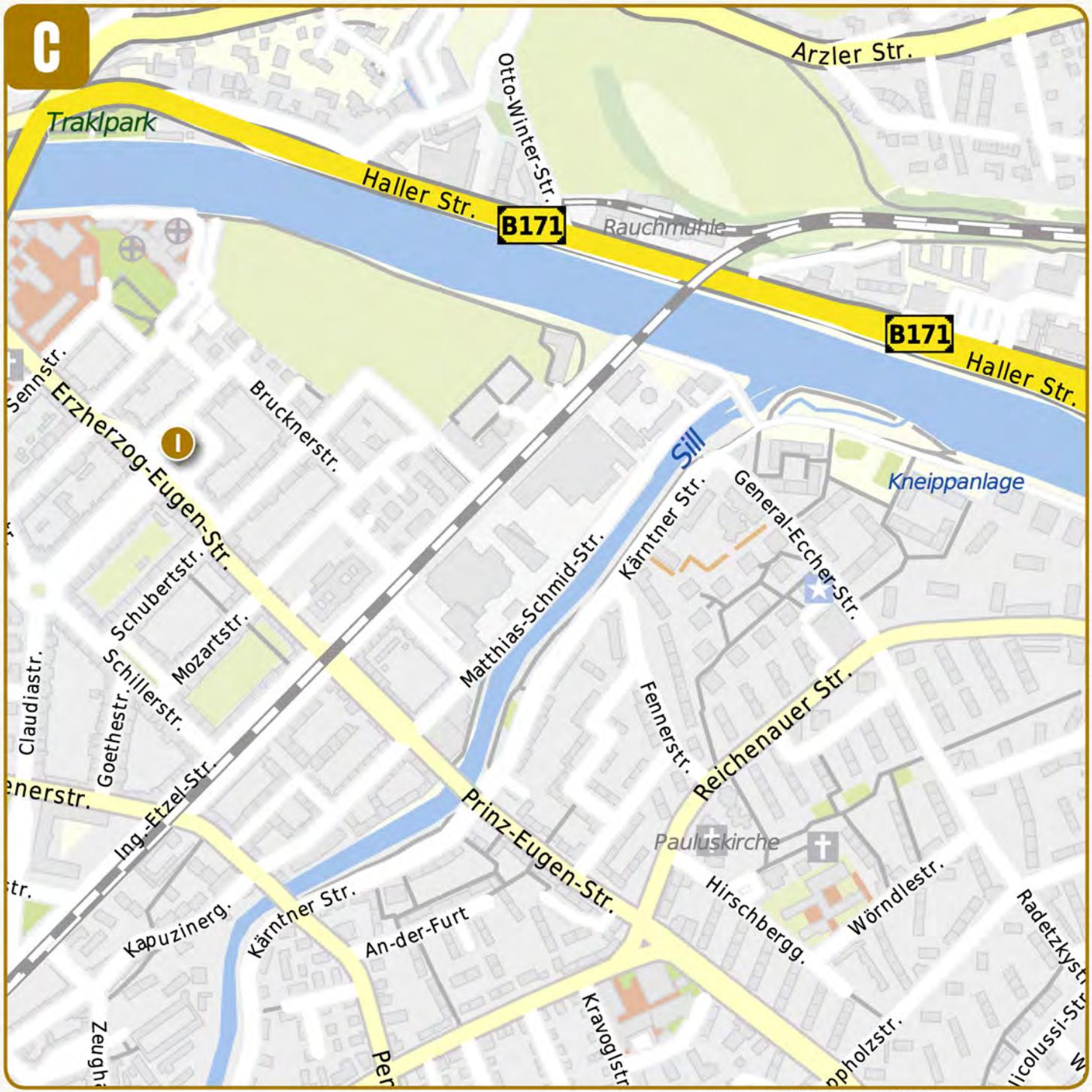
Siebererstr.

Kapuzinerq.



Kapuzinerq.

Zeughu



**C**

Trakpark

Arzler Str.

Haller Str.

**B171**

Rauchmühle

**B171**

Haller Str.

**1**

Kneippanlage

Sill

Sennstr.

Erzherzog-Eugen-Str.

Brucknerstr.

Schubertstr.

Mozartstr.

Matthias-Schmid-Str.

Kärntner Str.

General-Eccher-Str.

Claudiastr.

Goethestr.

Schillerstr.

enerstr.

Ing.-Etzel-Str.

Prinz-Eugen-Str.

Fennerstr.

Reichenauer Str.

str.

Kapuzinerg.

Kärntner Str.

An-der-Furt

Pauluskirche

Hirschbergg.

Wörndlestr.

Zeugh

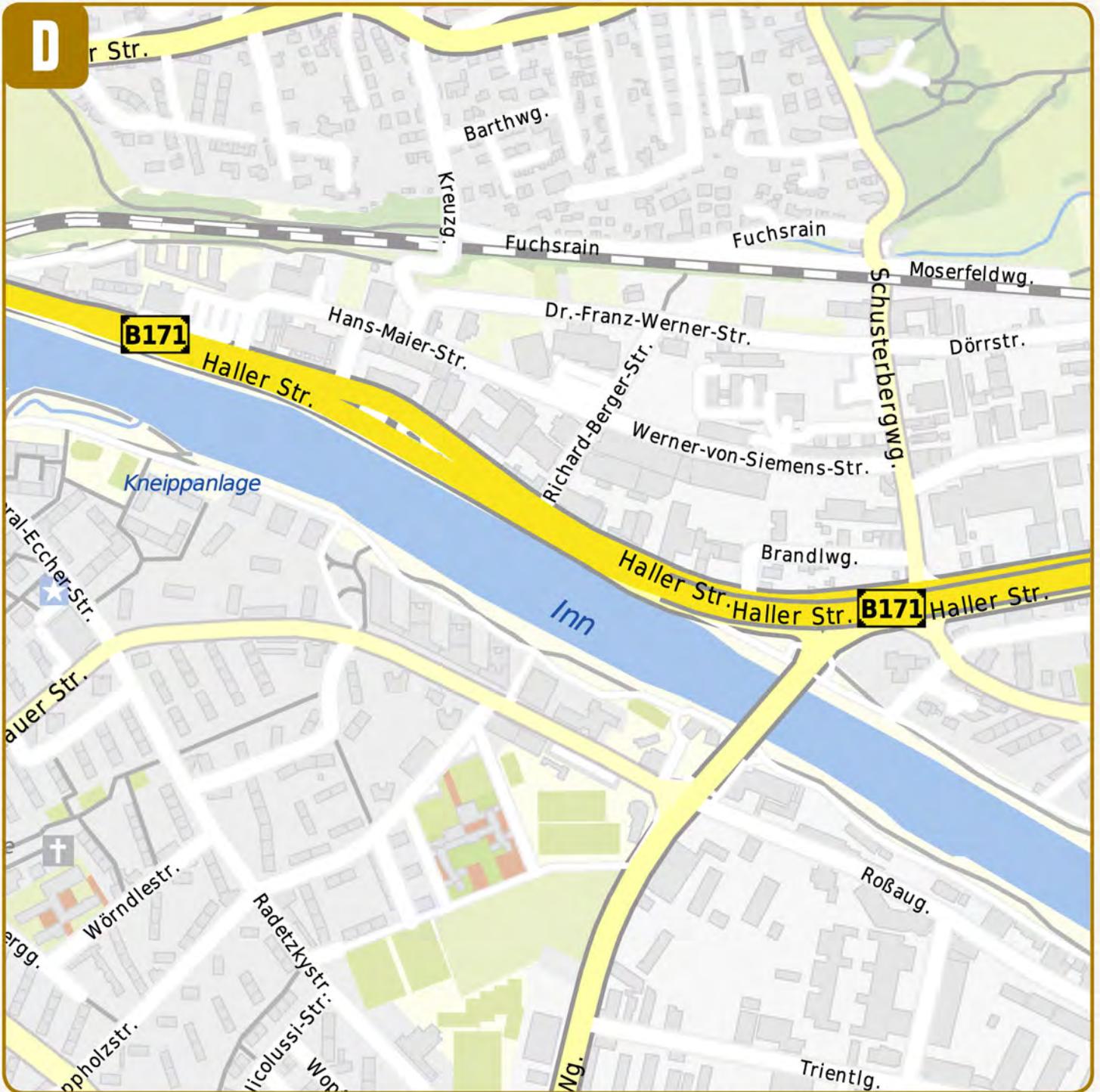
per

Kravoglstr.

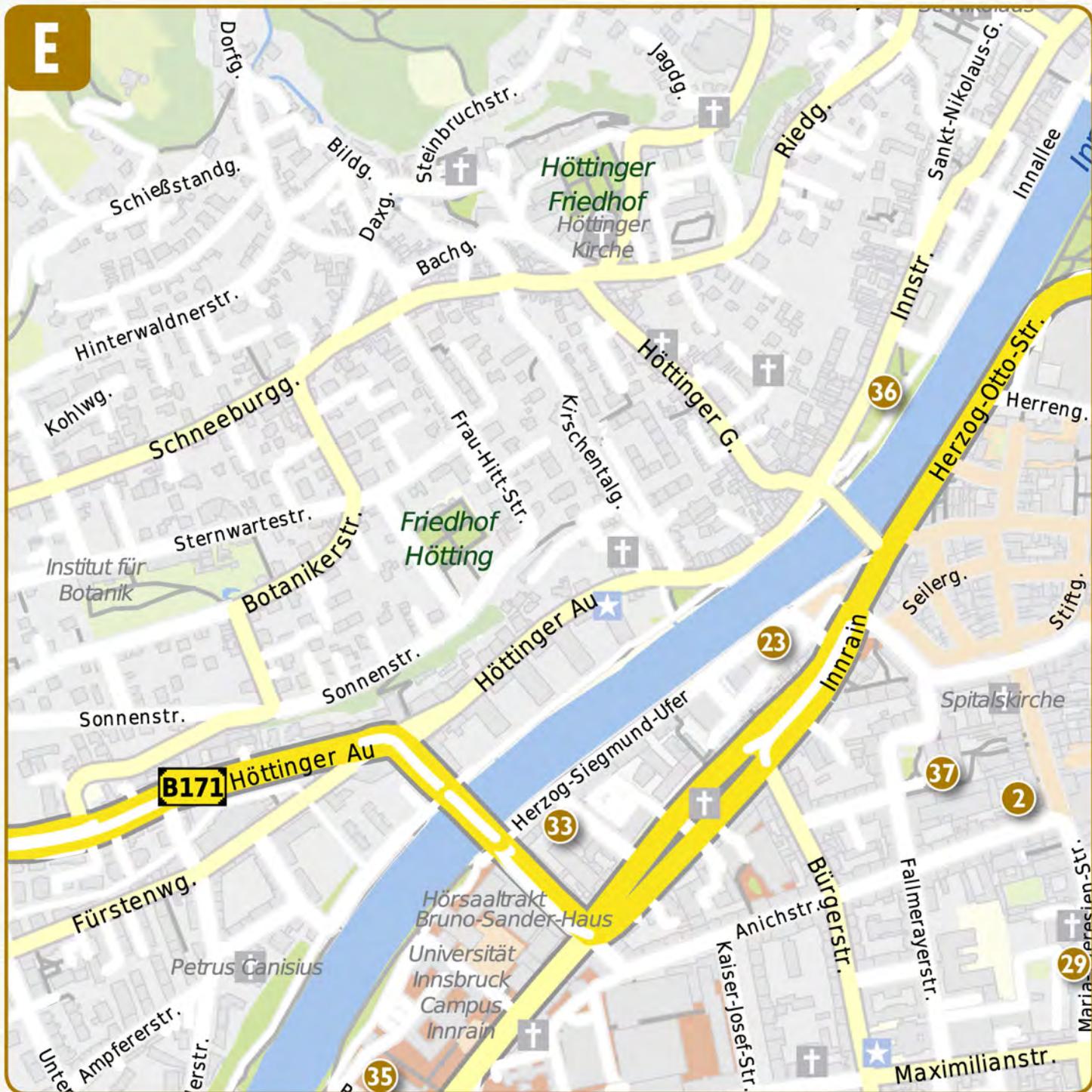
ppholzstr.

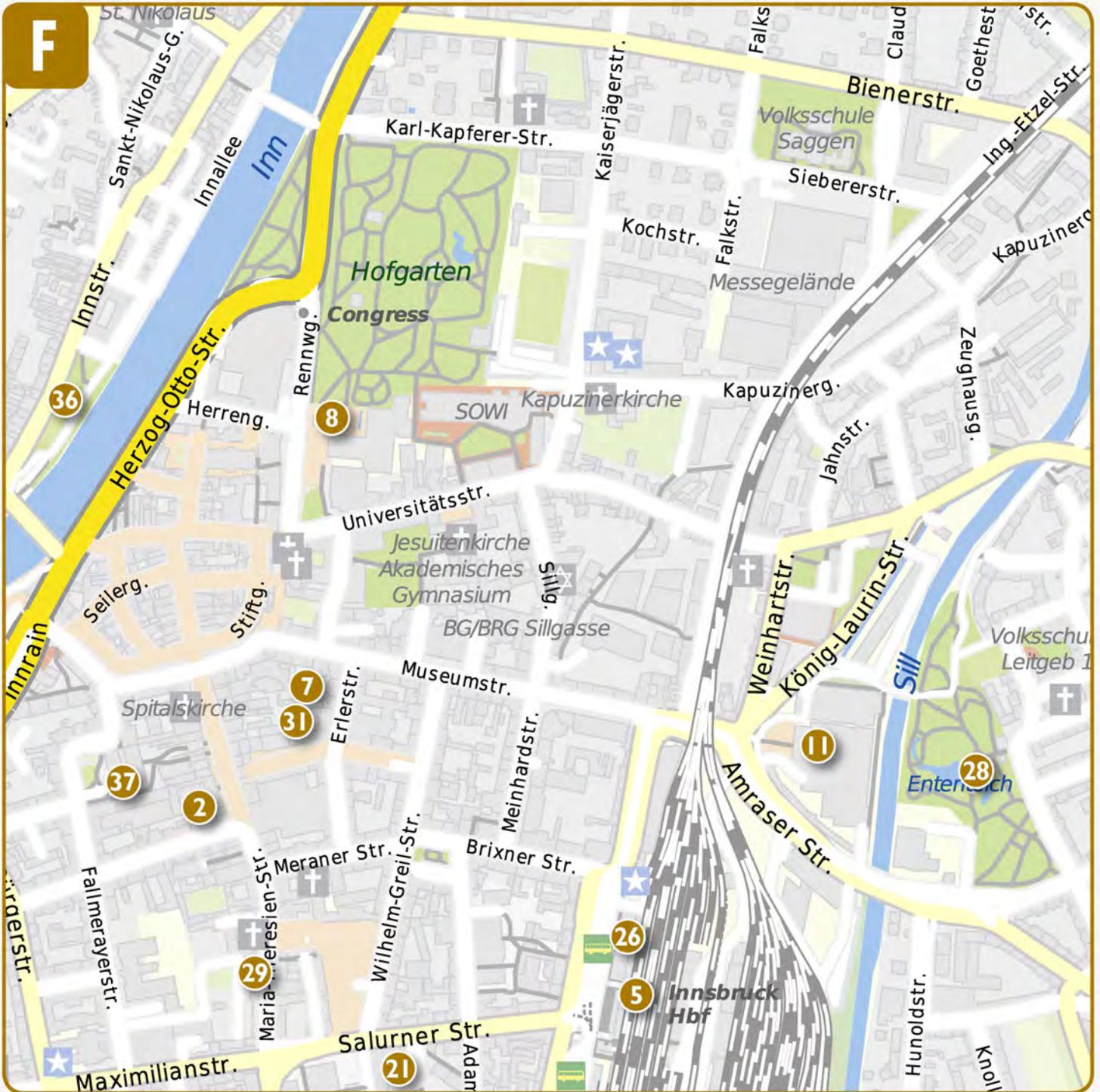
Radetzkystr.

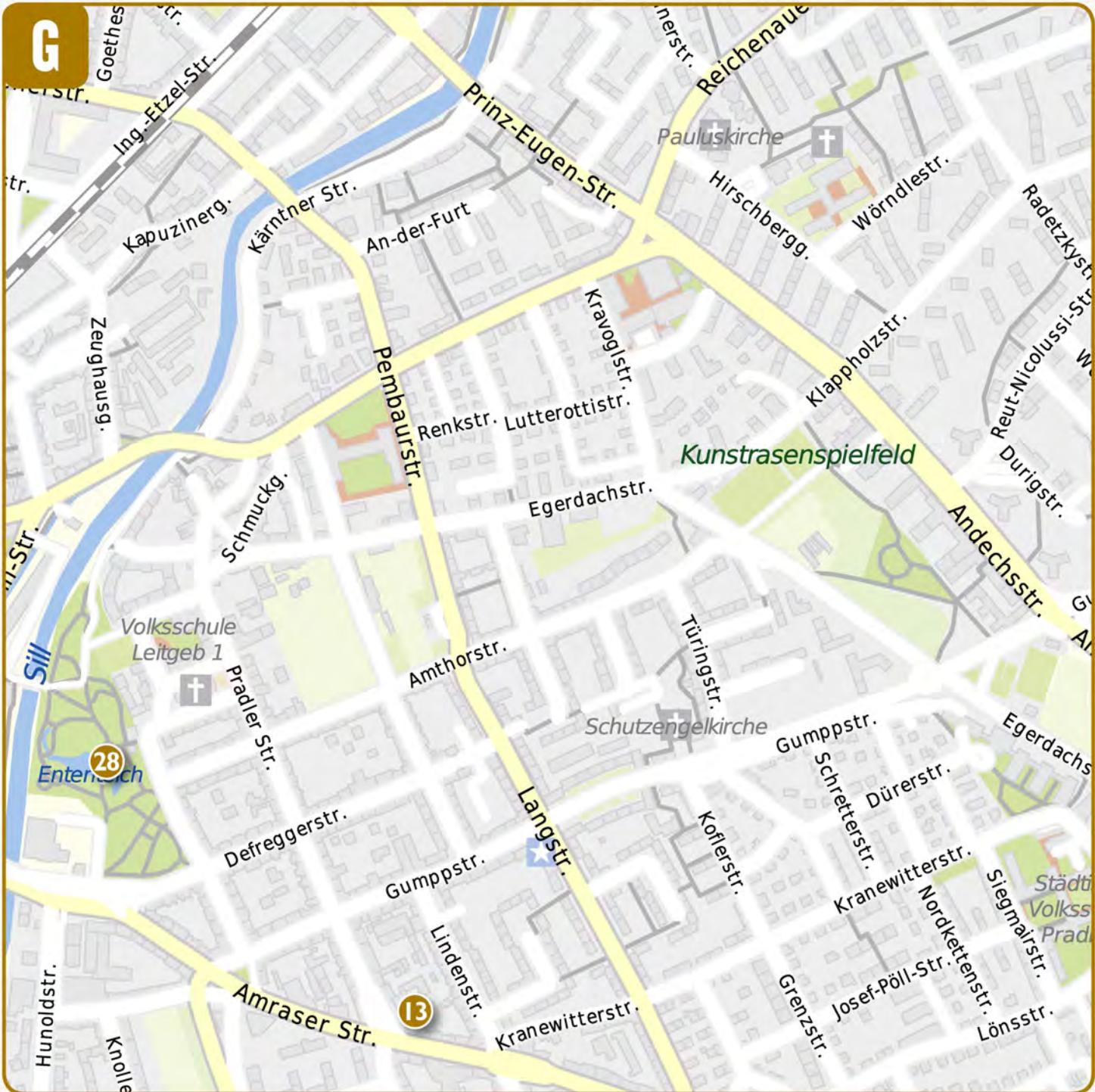
icolussi-Str.

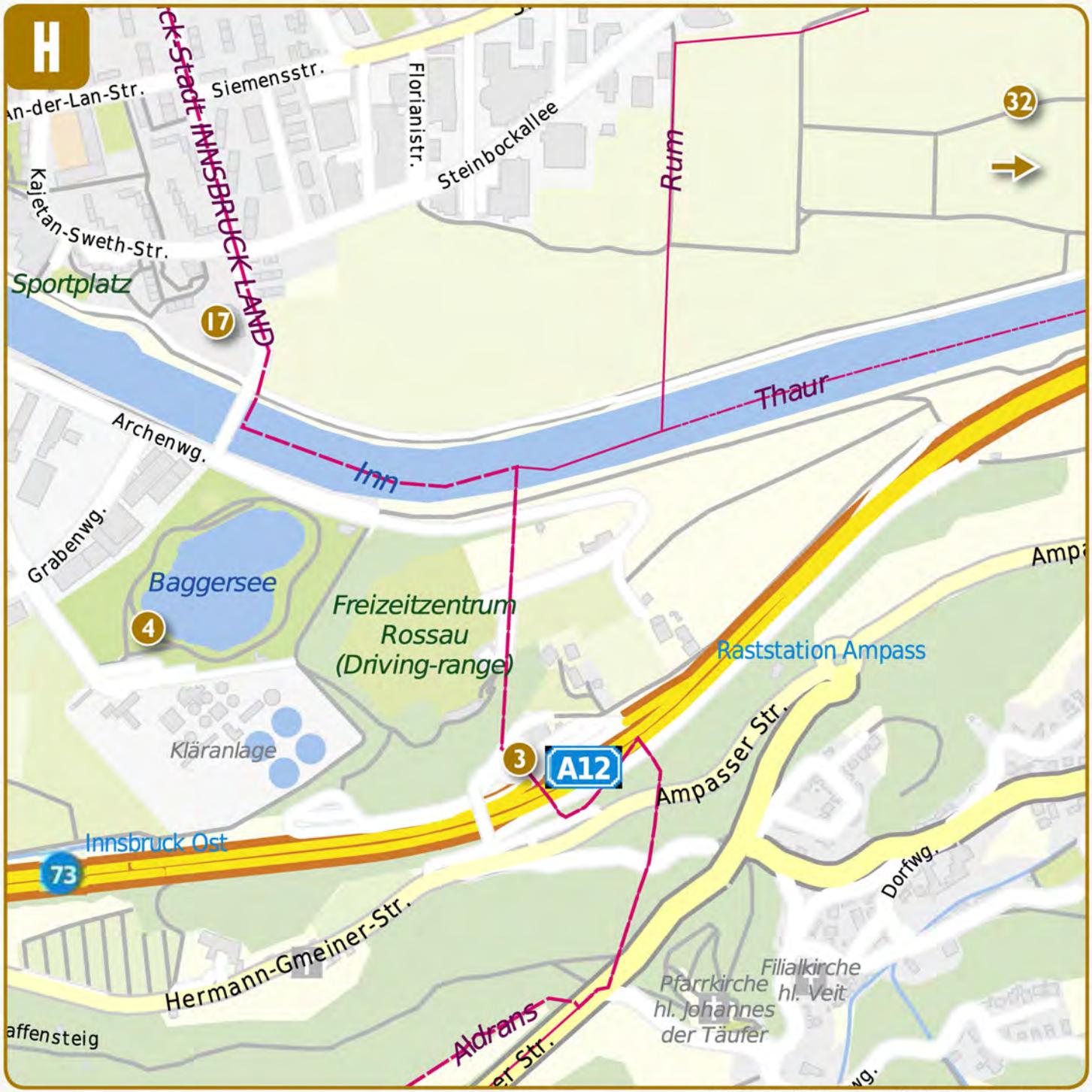


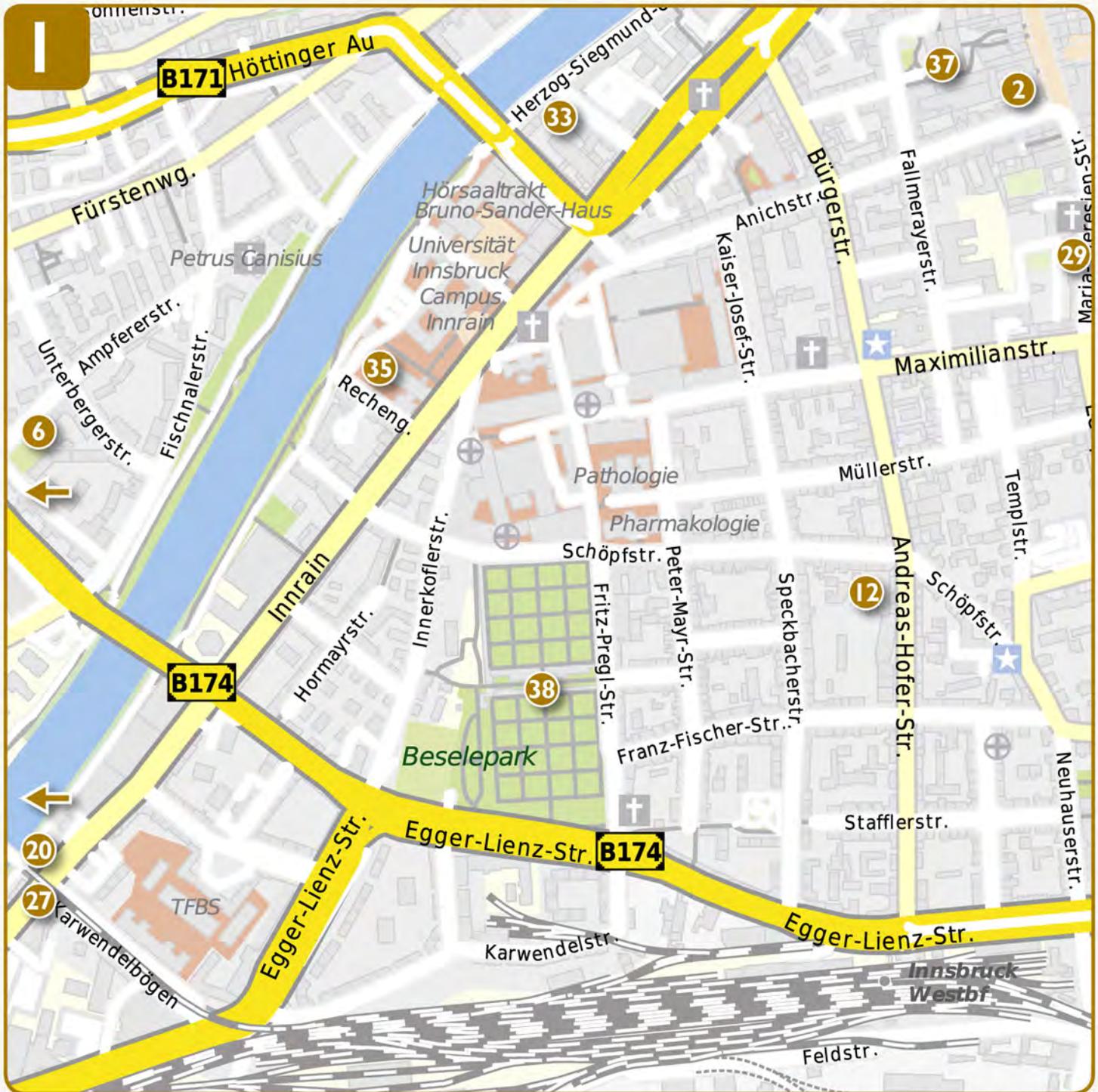
E

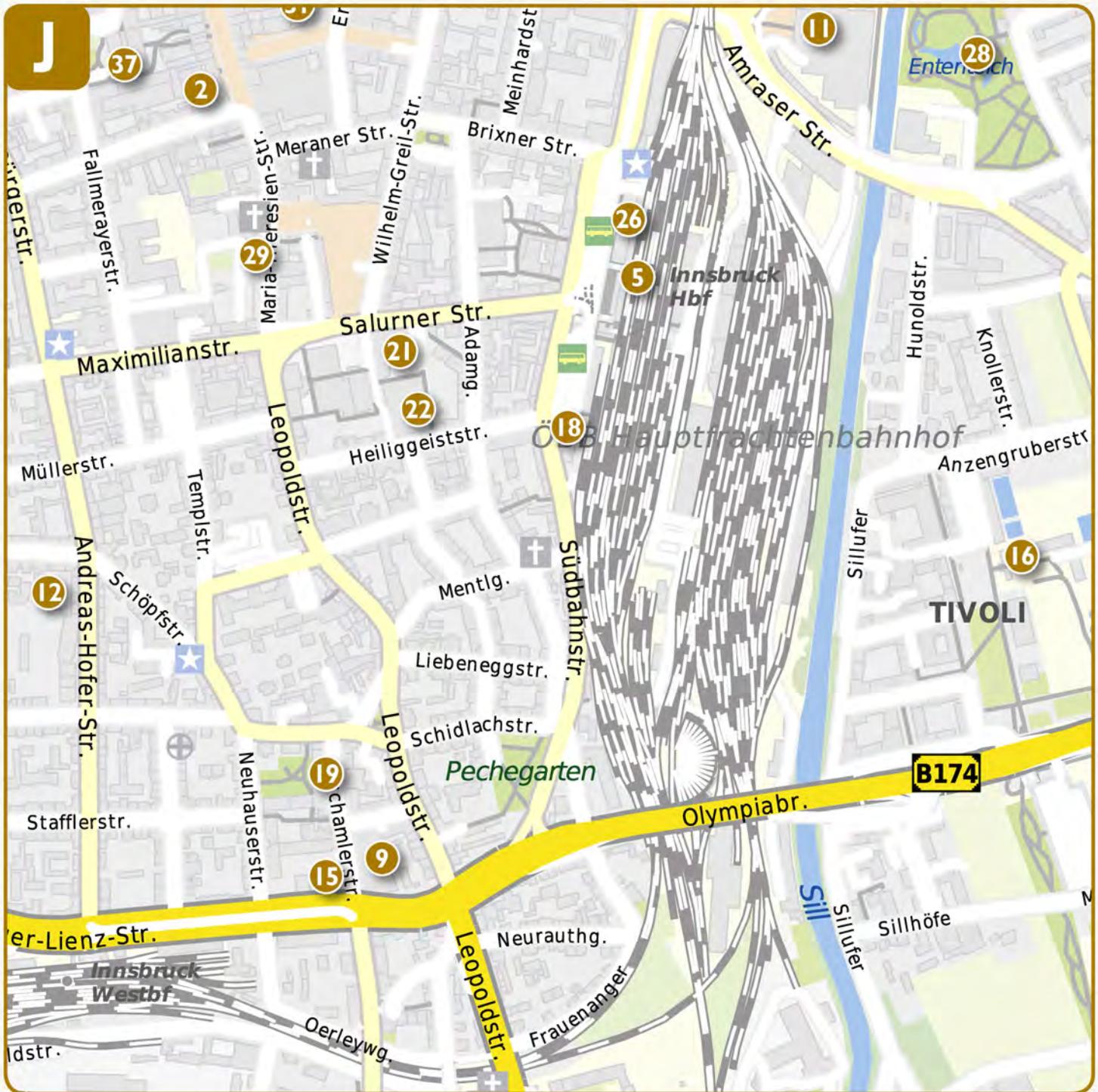


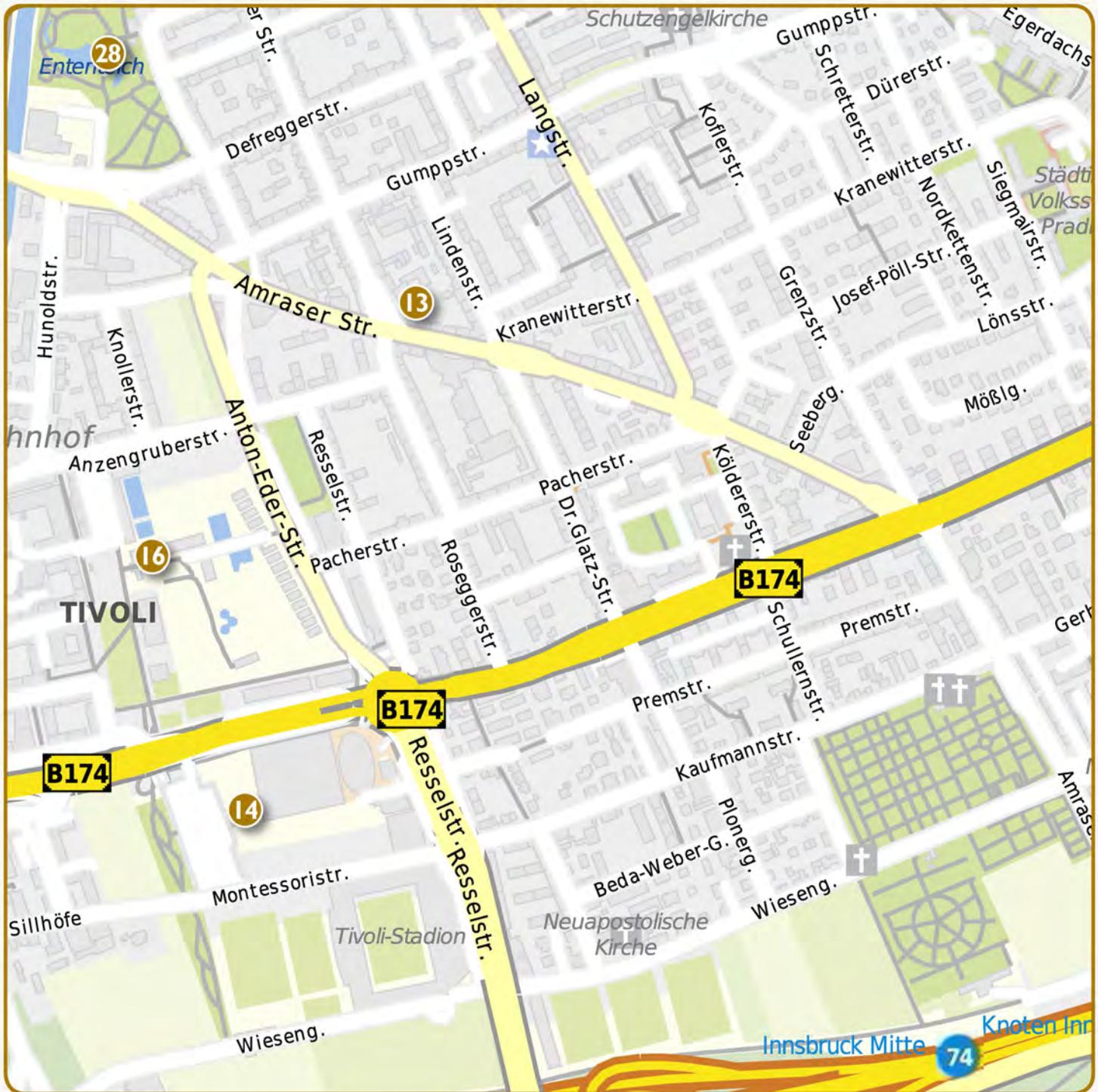


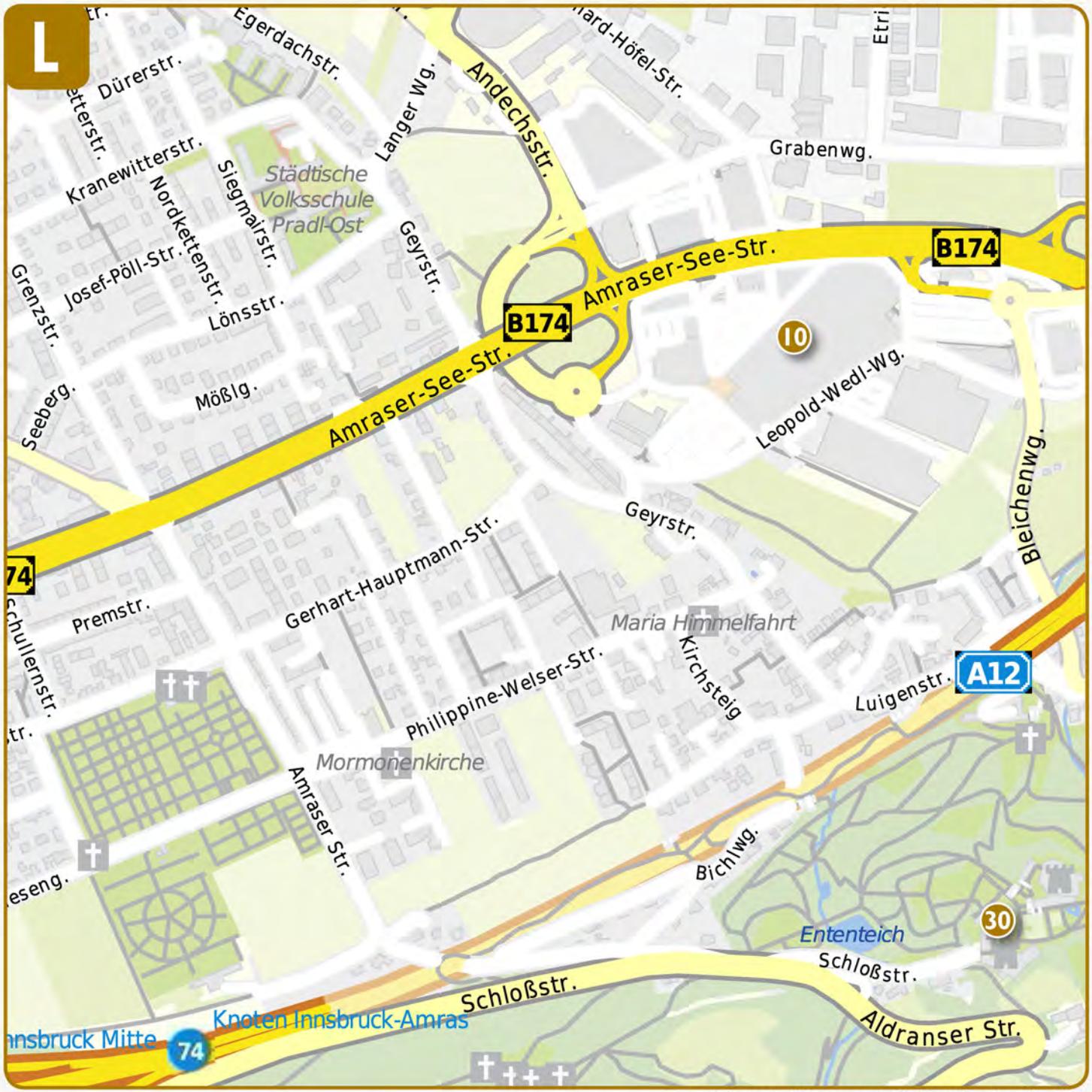












## INFORMIEREN SIE SICH ÜBER INKONTINENZ!

Alles zum Thema Blase: aktuelle Themen, anonyme Experten-Fragestunden, Service-material, Selbsttest u.v.m.

[www.blasengesundheit.at](http://www.blasengesundheit.at)

## SPRECHEN SIE ÜBER INKONTINENZ!

Der erste und einer der wichtigsten Schritte zur Kontinenz: Aktiv Beratung und Hilfe suchen!

[www.kontinenzgesellschaft.at](http://www.kontinenzgesellschaft.at)

## NEHMEN SIE MIT UNS KONTAKT AUF

Die Hotline **0810 / 100 455** der Medizinischen Kontinenzgesellschaft steht Ihnen zum Ortstarif aus ganz Österreich für allgemeine Anfragen zur Verfügung.

Anfragen per E-Mail: [info@kontinenzgesellschaft.at](mailto:info@kontinenzgesellschaft.at)

## MKÖ – LANDESSTELLE TIROL

Dr.-Glatz-Straße 1, 6020 Innsbruck

Telefon: +43(0)664/8902398

E-Mail: [mkoe-tirol@gmx.at](mailto:mkoe-tirol@gmx.at)

Beratungen nach telefonischer Voranmeldung  
jeweils Donnerstags 17.00 – 18.00 Uhr