

Dienststelle für Selbsthilfegruppen

Dachverband für Soziales und Gesundheit

austausch condivisione

Beschreibung

Arbeitsschwerpunkte 2017

Programm 2018





**Dienststelle für Selbsthilfegruppen
des Dachverbandes für Soziales und Gesundheit
2017 - 2018**

Bozen, Jänner 2018

Dachverband für Soziales und Gesundheit

Dr.-Josef-Streiter-Gasse 4, 39100 Bozen
Tel. 0471 312424 - Fax 0471 324682
www.selbsthilfe.bz.it - info@selbsthilfe.bz.it

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag 9:00 bis 12:30 Uhr
Montag bis Donnerstag 14:00 bis 17:00 Uhr

Verantwortliche:

Soz. Ass Irene Gibitz, Sozialassistentin
Dr. Julia Kaufmann, Psychologin



Dienststelle für Selbsthilfegruppen

1. Beschreibung

Die Dienststelle für Selbsthilfegruppen wird vom Dachverband für Soziales und Gesundheit im Auftrag der Mitgliedsorganisationen und in enger Abstimmung mit den Behörden geführt. Seit 2001 wird die Tätigkeit der Selbsthilfegruppen in Südtirol erhoben, für Interessierte sichtbar gemacht und durch eine ständige professionelle Begleitung bestärkt.

Sie ist eine örtlich arbeitende, professionelle Beratungseinrichtung und Kontaktsteller rund um das Thema Selbsthilfe mit hauptamtlichem Personal und stellt bereichs- und themenübergreifend Dienstleistungsangebote zur Anleitung, Unterstützung und Stabilisierung von Selbsthilfegruppen bereit.

Sie unterstützt aktiv bei der Gruppengründung und bietet infrastrukturelle Hilfen, Beratung von Gruppen sowie Fortbildungs- und Sensibilisierungsangebote im Bereich Selbsthilfe an.





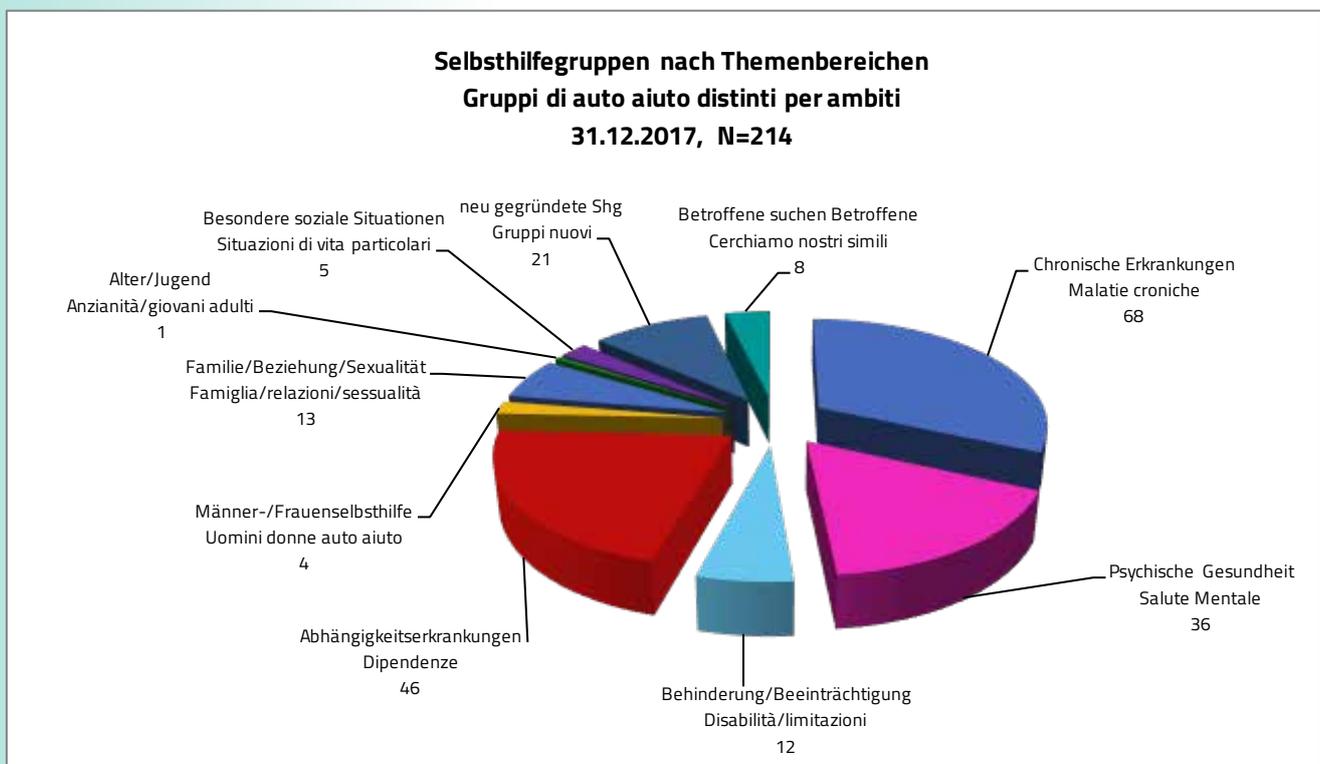
Selbsthilfegruppen:

In Selbsthilfegruppen treffen sich Menschen, die ein gemeinsames Anliegen verbindet bzw. die mit herausfordernden Lebenssituationen oder Krankheiten konfrontiert sind. Sie teilen ihre Erfahrungen und ihr Wissen miteinander. Sie verstehen, helfen und stärken sich gegenseitig und werden zusammen aktiv.

Selbsthilfegruppen haben sich in der gesundheitspolitischen Diskussion inzwischen neben Krankenhäusern, Praxen und den öffentlichen Gesundheitsdiensten als vierte Säule im Gesundheitssystem etabliert und ihre positive Wirkung auf das Wohlbefinden des Menschen wird weitgehend anerkannt. Sie sind eine wichtige ergänzende Ressource zu den Leistungen der Sozial- und Gesundheitsdienste. Damit Selbsthilfegruppen entstehen und gut arbeiten können, ist die Unterstützung durch Selbsthilfe-Kontaktstellen grundlegend, weshalb 2001 auch in Südtirol die Dienststelle für Selbsthilfegruppen eingerichtet wurde.

Selbsthilfegruppen in Südtirol

In Südtirol gibt es heute (Jahresanfang 2018) eine breit gefächerte Selbsthilfelandchaft von **214** Selbsthilfegruppen, die sich auf folgende Themenbereiche aufteilen.



Grafik 1: Selbsthilfegruppen nach Themenbereichen
Stand 31.12.2017 – N=214

Neu ist die Tendenz, dass einige Gruppen **zeitbegrenzt arbeiten** und nach 10-15 Treffen ihre Tätigkeit wieder einstellen. Gründe dafür sind vielfältig, wie z.B. sich ständig wechselnde Lebensentwürfe, dauerhaftes Engagement nicht vereinbar mit aktueller Lebenssituation, Themen erschöpfen und ändern sich nach einiger Zeit.



In der Selbsthilfe weiter präsent sind neue Formen - **Selbsthilfe wird bunter und vielfältiger**. Gesprächsaustausch und Aktivitäten, Selbsthilfe ist nicht nur problemorientiert, sondern v.a. ressourcenorientiert und wird immer mehr dafür genutzt, Positives gemeinsam in der Gruppe umzusetzen. Die Formen dabei sind vielfältig und reichen von der klassischen Gesprächsgruppe über Stammtische, Freizeitgestaltung, Übungsgruppe bis hin zur internetgestützten Selbsthilfe.

Insgesamt ist weiterhin wachsendes Interesse an Selbsthilfegruppen im **Bereich psychische und psychosomatische Erkrankungen** festzustellen. Hinzugekommen sind mehrere Betroffenensuchen im Bereich seltene Erkrankungen und z.T. auch im Bereich nicht anerkannter Erkrankungen.



2. Allgemeine Tätigkeiten

Aufgabenbereiche der Dienststelle:

Information, Beratung und Referate für Selbsthilfeinteressierte

Information, Beratung und Unterstützung von Menschen, die sich über bestehende Selbsthilfegruppen informieren oder sich einer Selbsthilfegruppe anschließen möchten. Referate zu verschiedenen Selbsthilfethemen für bestehende Selbsthilfegruppen.

Unterstützung bei der Gründung von Selbsthilfegruppen

Wenn der Entschluss zur Gründung einer Selbsthilfegruppe feststeht, wird gemeinsam mit den Interessierten die weitere Vorgehensweise besprochen, die Zielsetzungen und Schwerpunkte der Gruppe und der angesprochene Personenkreis festgelegt. Die Dienststelle ist bei der Raumsuche und der Bekanntmachung der Treffen behilflich und auf Wunsch auch bei der Strukturierung des/der ersten Gruppentreffen.

Unterstützung und Beratung von Selbsthilfegruppen

im organisatorischen Bereich durch:

- Tipps und Hilfestellungen bei der Raumsuche und –organisation
- Hilfe bei der Erstellung von Faltblättern
- Hilfe bei der Bekanntmachung der Gruppe/der Treffen
- Hilfe bei der Öffentlichkeits- und Pressearbeit

im inhaltlichen Bereich durch:

- Beratung und Begleitung bestehender Selbsthilfegruppen,
- Förderung eines Erfahrungsaustausches zwischen den Selbsthilfegruppen durch das Angebot von Treffen mehrerer Selbsthilfegruppen (Kollegiale Beratung),
- Fortbildungsangebote zu selbsthilfegruppenspezifischen Themen.

Zusammenarbeit mit Fachleuten im Sozial- und Gesundheitsbereich

Damit Selbsthilfegruppen umfassend unterstützt werden können, ist die Kooperation mit relevanten Einrichtungen im privaten und öffentlichen Sozial- und Gesundheitsbereich notwendig. Schwerpunkte können dabei sein: Information über Selbsthilfe, gegenseitige Vermittlung von Betroffenen und Angehörigen, Absprachen zur gemeinsamen Unterstützung von Selbsthilfegruppen, Durchführung gemeinsamer Veranstaltungen.



Information, Sensibilisierung und Öffentlichkeitsarbeit

Ziel ist es, ein selbsthilfefreundliches Klima zu schaffen und für die Möglichkeiten und Grenzen der Selbsthilfegruppentätigkeit zu sensibilisieren. Dazu gehören

- Pressearbeit.
- Infoblatt/Newsletter SelbsthilfeINFO Autoaiuto
- Pflege der beiden Webseiten www.selbsthilfe.bz.it und www.join-life.it (Junge Selbsthilfe)
- Pflege der Facebook-Seite
- Organisation von Veranstaltungen und Weiterbildungen
- Abhaltung von selbsthilfespezifischen Vorträgen und Sensibilisierungsveranstaltungen
- Präsenz bei Veranstaltungen anderer
- Regelmäßige Aussendung des überarbeiteten Infomaterials (Selbsthilfegruppen-Verzeichnis, Plakat, Faltblatt)

Organisation und Dokumentation

Voraussetzung für die Arbeit in der Dienststelle sind eine ausführliche Organisation und Dokumentation. Es bedarf einer ständig aktualisierten Datensammlung, wo unter Berücksichtigung des Datenschutzes, alle Selbsthilfegruppen, spezifische Anfragen von Interessierten, (kooperationswillige) Institutionen und Experten und die zur Verfügung stehenden Mittel und Ressourcen erfasst sind.

Zielgruppen der Dienststelle für Selbsthilfegruppen:

- interessierte Personen
- Selbsthilfegruppen in der Provinz Bozen
- Fachleute im Sozial- und Gesundheitsbereich
- Öffentlichkeit

Das Team

Die Sozialassistentin Irene Gibitz und die Psychologin Julia Kaufmann arbeiteten zusammen mit der Geschäftsführung, dem Sekretariat und anderen Diensten des Dachverbandes an der Umsetzung des Dienstes.

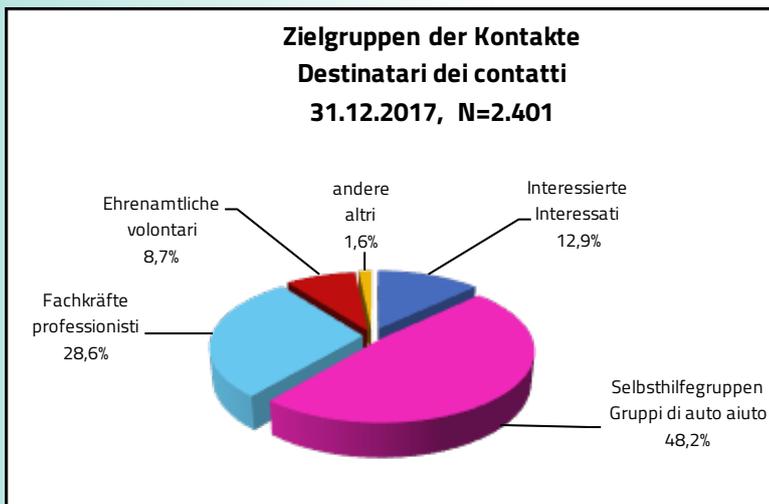


3. Arbeitsschwerpunkte 2017

Projekt Wegbegleiter

Das Jahr 2017 war neben der laufenden Tätigkeit geprägt durch die Abklärung der Umsetzbarkeit des Projektes Freiwillige Wegbegleiter für Selbsthilfegruppen, um eine Förderung, Stärkung und Entwicklung des Empowermentansatzes voranzubringen.

Viele Menschen sind an der Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe interessiert, wobei es aber nicht für alle angefragten Themen eine entsprechende Gruppe gibt. Häufig fühlen sich neu startende Gruppen auch unsicher, es fehlen oft die Erfahrungen und Kenntnisse, wie gemeinsam eine neue Gruppe auf den Weg gebracht werden kann. Deshalb ergibt sich weiterer Handlungsbedarf für die Dienststelle. Über das Projekt Freiwillige Wegbegleiter für Selbsthilfegruppen soll die Bereitschaft der Menschen sich einer Selbsthilfegruppe anzuschließen konstruktiv aufgenommen werden und der Weg zur Selbsthilfe geebnet und Zugangsbarrieren abgebaut werden.



Insgesamt hatte die Dienststelle für Selbsthilfegruppen **2.155** Kontakte im Jahr 2017 mit den verschiedenen Zielgruppen (Mehrfachnennungen möglich)

Grafik 2: Zielgruppen der Kontakte

Information und Beratung von Selbsthilfeinteressierten

Die Information und Beratung für Interessierte zu bestehenden Selbsthilfegruppen in Südtirol und zum Thema Selbsthilfe erfolgte im Jahr 2017 in insgesamt **656** direkten Kontakten. Zudem werden vermehrt Informationen zu den Gruppen über die Webseite der Dienststelle für Selbsthilfegruppen eingeholt.

Die Anfragen konzentrierten sich auf die Bereiche Seltene Erkrankungen, chronische Erkrankungen und Psychische Gesundheit (Bipolare Störung, Depression, Psychosen, ADHS),



Hochsensibilität, Senioren und junge Erwachsene, Elterngruppen. Vereinzelt gab es zu den Themen Neonazis, Transgender, Kinderwunsch/künstliche Befruchtung, Burn Out, nicht anerkannte Erkrankungen, Autoimmunerkrankungen.

Um die Selbsthilfegruppentätigkeit zu stärken und die Anfragen Interessierter aktiv aufzugreifen, wird 2018 die praktische Umsetzung des Projektes **freiwillige Wegbegleiter/innen für Selbsthilfegruppen** angestrebt, unter der Voraussetzung dass sich ausreichend Freiwillige für die Schulung und den Einsatz als Wegbegleiter /innen finden.

Unterstützung bei der Gründung von Selbsthilfegruppen

Die Dienststelle unterstützte im Jahr 2017 in **266** Kontakten insgesamt **33** Initiativen zur Gruppengründung, wobei mehrere Selbsthilfegruppen erfolgreich gestartet sind und einige Selbsthilfegruppen voraussichtlich im Laufe des Jahres 2018 starten werden. Für andere Thematiken dagegen hat sich gezeigt, dass ein Start vorläufig nicht sinnvoll oder dass die Gründung einer Selbsthilfegruppe nicht die anzustrebende Lösung ist.

Neu ist die Tendenz, dass aufgrund des Themenschwerpunktes „Seltene Erkrankungen“ immer mehr Betroffenensuchen hinzukommen.

Im Jahr 2017 neu gegründete Selbsthilfegruppen

- Selbsthilfegruppe Restless Legs - unruhige Beine Bruneck
- Selbsthilfegruppe für Schlaganfall und Schädel-Hirn-Trauma Meran
- Selbsthilfegruppe Fibromyalgie Meran
- Demenz (Alzheimer) Angehörigentreff Innichen
- Demenz (Alzheimer) Angehörigentreff Schlanders
- Samstagstreff für Alleinerziehende Bozen
- Angeleitete Gesprächsgruppe für Alleinerziehende Brixen
- Angeleitete Gruppe für Alleinerziehende Bozen
- Selbsthilfegruppe für Frauen in Gewaltsituationen Bruneck (Neustart)
- Osteogenesis imperfecta (Glasknochen) Südtirol - Betroffenensuche
- Multiple Chemikalien Sensitivität (MCS) - Betroffenensuche
- Klinefelter Syndrom - Betroffenensuche
- Let's talk - Austauschgruppe für Jugendliche Bozen (2017 gestartet & wieder beendet)
- Alkoholkrankenverband Südtirol - Club Bolzano (2017 gestartet & wieder beendet)
- 65 plus... Lachen ist meine liebste Übung (Start Jänner 2018)
- Depression und Angststörungen Meran (Start Februar 2018)
- Trigeminus Neuralgie (Start voraussichtlich Frühjahr 2018)
- Selbsthilfegruppe für junge Erwachsene mit Übergewicht/Adipositas (Start voraussichtlich Frühjahr 2018)
- Selbsthilfegruppe für Hochsensible (Start offen)

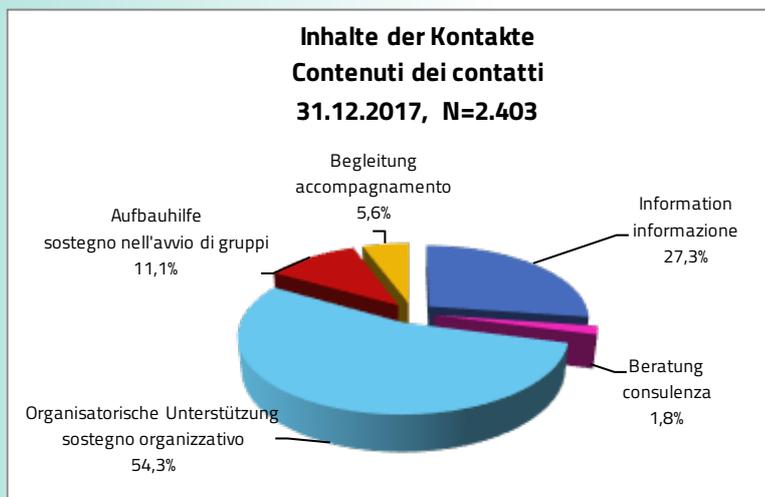


Unterstützung und Beratung von Selbsthilfegruppen

Insgesamt wurden im Jahr 2017 **141** Gruppen ein- oder mehrmals organisatorisch unterstützt, **36** Selbsthilfegruppen ein- oder mehrmals inhaltlich begleitet und **14** Gruppen beraten.

Organisatorisch ging es v.a. um Datenaktualisierungen, Erstellung von Faltblättern und Raumsuchen - inhaltlich konzentrierten sich die Themen auf: Konflikte, Gruppenprozesse, Beratung bei der Programmgestaltung, Rolle Begleiter, neue Teilnehmer, Generationenwechsel, neue Formen in der Selbsthilfe.

Im Jahr 2017 stattgefundenene Kontakte:



134 Kontakte fanden im Bereich Begleitung,

1304 Kontakte im Bereich Organisations- und Verwaltungshilfen und

43 Kontakte im Bereich Beratung statt.

Grafik 2: Inhalte der Kontakte

Neues Angebot: Gruppeninventur für Selbsthilfegruppen



Im Jahr 2017 wurde den Selbsthilfegruppen erstmals angeboten, eine „Gruppeninventur“ zu machen: Ähnlich wie bei der Jahresinventur einer Firma kann auch eine Selbsthilfegruppe darüber nachdenken, was in der Gruppe gut läuft, wie Aufgaben zukünftig verteilt werden können und wo es vielleicht etwas zu ändern gibt. Gemeinsam können neue Ideen für die Inhalte, die Struktur und die Aufgabenverteilung entwickelt werden. Bewährtes wird bestätigt, neue Themen und Rahmenbedingungen für die Gruppe können angedacht werden.

Die Moderation übernimmt eine erfahrene Mitarbeiterin der Dienststelle für Selbsthilfegruppen, die neutral und vertraulich das Gespräch moderiert und Impulse und Arbeitsmethoden anbietet. So können auch die Gruppenbegleiter und Ansprechpersonen der Gruppe ohne Vorbereitungsstress mit diskutieren. Zeit und Ort der Gruppeninventur sind individuell planbar. Voraussetzung ist, dass 2/3 der Gruppenteilnehmer mitmachen. Die Inanspruchnahme des Angebotes gestaltet sich im Moment noch zögernd, im Jahr 2017 fanden insgesamt 3 Gruppeninventuren statt.

Zusammenarbeit und Kooperation



Die Dienststelle für Selbsthilfegruppen strebte auch 2017 die kontinuierliche Zusammenarbeit und Vernetzung mit Fachleuten und -diensten im privaten und öffentlichen Sozial- und Gesundheitsbereich weiter an.

Insgesamt **687** Kontakte fanden mit Fachkräften statt.

Inhalte: Sensibilisierung, Ent-Stigmatisierung, Bündelung der Ressourcen, gemeinsame Arbeit an Projekten/Themen, Gründung neuer Selbsthilfegruppen, Begleitung bestehender Gruppen, gegenseitige Information und Unterstützung, Zusammenarbeit.

Kooperationspartner 2017

- Associazione A.M.A. Auto Mutuo Aiuto Bolzano
- Associazione A.M.A. Auto Mutuo Aiuto Trento
- Arbeitsgruppe Psychische Gesundheit
- Arbeitsgruppe Seltene Erkrankungen
- Arbeitskreis Eltern Behinderter
- Betrieb für Sozialdienste Bozen
- Bezirksgemeinschaften
- Coordinamento Nazionale Comunità di Accoglienza CNCA Trento
- Evviva - Selbstmanagement chronischer Erkrankungen
- Verein Frauen helfen Frauen
- Verein Hands Meran
- Jugenddienst Bozen & Obervinschgau
- Krankenhausseelsorge
- KVV Bruneck
- Verein La Strada – Der Weg
- Landesethikkomitee
- Landeskoordinationszentrum für seltene Erkrankungen
- Multiple Sklerose Vereinigung
- Netzwerk Spielsucht
- Projektleitung In Gang Setzer © Deutschland
- Psychologischer Dienst
- Rheumaliga
- Sanitätsbetrieb – Direktion (Evviva, Berez/AFA)
- SeKo – Selbsthilfekoordination Bayern
- Selbsthilfe Nordtirol
- Selbsthilfe Osttirol
- Seniorengemeinderat Bruneck
- Sozialsprengel des Landes
- Trialog – Betroffene-Angehörige – Fachleute Psychische Gesundheit
- Universität Brixen
- Verband Ariadne
- Verein für Sachwalterschaft
- Verein Lichtung
- Volksanwaltschaft
- Zentrum für Psychische Gesundheit



Mitarbeit in der Arbeitsgruppe des Dachverbandes für Soziales und Gesundheit **„psychische Gesundheit“**:

- Rückblick 2016 – Programmierung 2017 (Jänner)
- Selbsthilfe im Bereich psychische Gesundheit (März)
- Zwangsmaßnahmen in der Psychiatrie (Mai, Oktober, November)
- Tagung des Landesethikkomitee

Mitarbeit in der Arbeitsgruppe des Dachverbandes für Soziales und Gesundheit **„seltene Krankheiten“**:

- Abklärung des Aufbaus dieser Initiativgruppe im Dachverband
- Start und mehrere Treffen der Initiativgruppe
- Gemeinsame Ausarbeitung eines Entwurfs für ein eigenes Webportal zum Thema Seltene Krankheiten in Südtirol

Information, Sensibilisierung und Öffentlichkeitsarbeit

Im Jahr 2017 wurden mehrere spezifische Aktionen in der Öffentlichkeit gestartet, um für selbsthilferelevante Themen bzw. einzelne Selbsthilfegruppen zu sensibilisieren:

- Pressearbeit, Interviews mit verschiedenen Radiosendern und anderen Medien: zum Start von einzelnen Selbsthilfegruppen, zum Thema Selbsthilfe & seltene Erkrankungen und Selbsthilfe & Depression, zum Aufbauseminar für Selbsthilfegruppen, zum Gesamtiroler Treffen der Selbsthilfekontaktstellen, zu einzelnen Events
- Mitgestaltung der Pressekonferenz zur „Willkommenswoche“
- Vorträge (s.u.)
- 4 Ausgaben des Newsletters „SelbsthilfeINFO Autoaiuto“
- Kontinuierliche Bekanntmachung aller Initiativen über die Websites www.selbsthilfe.bz.it und www.join-life.it und über Facebook
- Aussendung des überarbeiteten Infomaterials im Winter

Aktion „Gruppe des Monats“

Im Laufe des Jahres 2017 wurde jeden Monat einer Gruppe, die an der Selbsthilfe-Matinee teilgenommen hatte, die Gelegenheit gegeben, sich vorzustellen durch ihr Bild von der Matinee, einem selbst verfassten Zitat zur Selbsthilfegruppe und durch ihr Faltblatt.

Die „Gruppe des Monats“ wurde vorgestellt auf:

- den Webseiten www.selbsthilfe.bz.it bzw. www.join-life.it (Selbsthilfe für Junge Erwachsene)
- auf der Facebook-Seite: www.facebook.com/joinlife.it
- durch ein Interview mit dem Radiosender Grüne Welle
- durch einen Artikel in der Zeitschrift Qui Bolzano

Für die Selbsthilfegruppen war dies eine gute Gelegenheit, um Öffentlichkeitsarbeit zu machen, auf die Gruppe aufmerksam zu machen und neue Teilnehmer zu gewinnen. Die Aktion wird daher auch 2018 fortgeführt.



Teilnahme an verschiedenen Messen:

Insgesamt hat das Team der Dienststelle für Selbsthilfegruppen im Jahr 2017 an verschiedenen Messen teilgenommen, um die Bevölkerung zum Thema Selbsthilfe zu sensibilisieren. Dabei wurden auch jeweils Selbsthilfegruppen eingeladen, mit auf der Messe präsent zu sein.

- Freizeitmesse Bozen, Mai
- Freiwilligenmesse Bozen, November
- Seniorenmesse Bruneck „Wir 60+ gesund und aktiv“ – November

Es hat sich gezeigt, dass die Präsenz auf themen- und zielgruppenspezifischen Messen auf lokaler Ebene die geeignetsten Rahmenbedingungen bietet, um Informationen zu geben, Vernetzung herzustellen und Kontakte zu knüpfen zwischen Vereinen, Selbsthilfegruppen, Diensten und Betroffenen.

Aktionen und Veranstaltungen

Eigenveranstaltungen

Seminar zum Aufbau von Selbsthilfegruppen:

Mut für neue Wege

10.02.-11.03.-19.05.2017, Cusanus Akademie Brixen



Kollegiale Beratungen

für Begleiter von Selbsthilfegruppen

3 Termine Brixen/Bruneck (dt.), 1 Termin in Bozen (it.)



Kooperationsveranstaltungen

Willkommenswoche - Settimana dell'Accoglienza

Beteiligung an der Pressekonferenz des Dachverbandes zusammen mit den anderen Südtiroler Akteuren, dem CNCA und der AMA Trento

- Postkartenaktion: Nimm Platz an meinem Tisch
- Sensibilisierungsveranstaltung mit Massimo Cirri



„Ich – Du – Wir: Aus der Beziehung wächst Gemeinschaft

Konferenz mit Massimo Cirri

Veranstaltung mit dem Verein A.M.A. Bozen am 07.10.2017, Bozen



Friede, Gerechtigkeit, emotionales Wohlbefinden und was uns dafür fehlt

Vortrag mit Claudio Naranjo

Veranstaltung mit dem Verein A.M.A. Bozen am 07.12.2017, Bozen





Sensibilisierungs- und Informationsinitiativen zum Thema Selbsthilfe

- **Selbsthilfe als Arbeitsressource** für das Fachpersonal im Sozialsprengel Eggental-Schlern
- **Selbsthilfe als Arbeitsressource** für das Fachpersonal im Gesundheitssprengel Überetsch
- **Veranstaltungsreihe Evviva Selbstmanagement „Stil ändern“** als Brücke zur Selbsthilfe: Teilnahme an 20 Infoabenden als Dachverband für Soziales und Gesundheit und als Dienststelle für Selbsthilfegruppen

4. Programm 2018



Aktionen und Kurse

Projekt: „Wege begleiten“

Aller Anfang ist schwer... Das trifft auch für die Anfangsphasen von Selbsthilfegruppen zu. Die neuen Teilnehmer fühlen sich häufig unsicher, es fehlen oft Erfahrungen und Kenntnisse, wie gemeinsam eine neue Gruppe auf den Weg gebracht werden kann. In diesen Situationen kann es für Selbsthilfegruppen hilfreich sein, eine Zeit lang begleitet zu werden.

Über das Projekt „Wege begleiten“ soll künftig eine zeitweilige Unterstützung und Begleitung für neue Selbsthilfegruppen in Start- und Übergangsphasen durch den Einsatz von dafür geschulten Freiwilligen Wegbegleitern bei professioneller Rückendeckung durch das Team der Dienststelle für Selbsthilfegruppen geboten werden.

Wegbegleiter/Innen für Selbsthilfegruppen sind gezielt geschulte freiwillige Mitarbeiter/Innen der Dienststelle für Selbsthilfegruppen im Dachverband für Soziales und Gesundheit. Sie werden Selbsthilfegruppen zeitlich begrenzt für 2-8 Treffen im Hinblick auf Kommunikation, Organisation und Gruppenprozesse unterstützen, helfen den Gruppenteilnehmern, miteinander vertraut zu werden und ins Gespräch zu kommen.

Die Schulung wurde in enger Absprache und in Abstimmung mit der Projektleitung „In Gang Setzer“ © in Deutschland konzipiert und konzentriert sich schwerpunktmäßig auf die Themenbereiche Selbsthilfe, Gruppendynamik, Kommunikation, Moderation und Rollenklärung als Wegbegleiter in Selbsthilfegruppen.

2018 geht es in erster Linie darum, interessierte und geeignete Freiwillige für die Tätigkeit als Wegbegleiter für Selbsthilfegruppen zu finden, sie über eine Schulung auf ihre Tätigkeit als Wegbegleiter vorzubereiten und in Austausch mit den Mitgliedsorganisationen des Dachverbandes, mit Multiplikatoren und Netzwerkpartnern mit den ersten Wegbegleitungen zu starten.

Suchtbereich

Die Unterstützung durch Selbsthilfegruppen und durch therapeutisch geleitete und angeleitete Gruppen stellen einen tragenden Pfeiler im Suchthilfesystem dar. Vor allem in der Nachsorge ist die Unterstützung durch das Angebot von Selbsthilfegruppen und therapeutisch angeleiteten Gruppen von großer Bedeutung und Wirksamkeit.





Im Jahr 2018 soll nun ein Faltblatt erstellt und verteilt werden, in welchem alle in Südtirol tätigen Selbsthilfegruppen und therapeutisch angeleiteten Gruppen im Suchtbereich mit ihren Kontaktdaten aufscheinen. Das Faltblatt soll dazu beitragen, dass Dienste, Selbsthilfegruppen, Betroffene und Interessierte eine umfassende und überschaubare Information über Selbsthilfegruppen und therapeutische Gruppenangebote im Suchtbereich haben und so auch betroffene Abhängige und Familienangehörige besser und bedürfnisgerechter informiert werden können.

Eigenveranstaltungen

Mut für neue Wege: Seminar zum Aufbau von Selbsthilfegruppen

In Selbsthilfegruppen treffen sich Menschen, die ein gemeinsames Anliegen verbindet bzw. die mit herausfordernden Lebenssituationen oder Krankheiten konfrontiert sind. Sie teilen ihre Erfahrungen und ihr Wissen miteinander. Sie verstehen, helfen und stärken sich gegenseitig und werden zusammen aktiv.

Für Menschen, die eine Selbsthilfegruppe aufbauen möchten, bietet dieses Seminar eine Anleitung zum Start, vermittelt Einblick in die Arbeitsweise der Gruppe und die Rolle der Begleiter/innen.

im Herbst 2018 in dt. Sprache; Dauer 2,5 Tage

NEU: auf Anfrage auch in it. Sprache

Kollegiale Beratungen – Lösungen gemeinsam entwickeln

In der Kollegialen Beratung können Begleiter von Selbsthilfegruppen konkrete, auf die Arbeit in der Selbsthilfegruppe bezogene Themen reflektieren und gemeinsam Lösungen erarbeiten. Alle Teilnehmer sind aktiv und gleichberechtigt an der Beratung beteiligt. Lösungen für Problemsituationen des Gruppenalltags werden entwickelt.

4 Termine Brixen/Bruneck (dt.), 4 Termine in Bozen (dt.),

4 Termine in Bozen (it.) - Dauer: jeweils 2 Stunden

„Miteinander Reden – Kommunikation in Selbsthilfegruppen“

Workshop für Selbsthilfegruppenbegleiter/innen

In Selbsthilfegruppen gibt es immer wieder herausfordernde Situationen: ein Mitglied redet viel, nimmt sehr viel Raum ein, andere kommen kaum aus sich heraus oder auch: neue Mitglieder kommen zum Treffen - wie geht die Gruppe mit ihnen um? In diesem Workshop Seminar können die Teilnehmer ihre Fragen und gruppenspezifischen Schwierigkeiten einbringen. Praxisnahe Lösungen werden erarbeitet.

Im Herbst 2018, in dt. Sprache, Dauer: 1 Tag

Gemeinschaftsveranstaltungen



Verantwortung teilen – Chancen vervielfältigen

Workshop für Selbsthilfegruppenbegleiter/innen

Sich in einer Selbsthilfegruppe zu engagieren bedeutet, dass sich alle Gruppenteilnehmer gemeinsam für die Gruppe verantwortlich fühlen und Aufgaben übernehmen. In der Praxis stößt dieses ideale Modell von Selbsthilfe aber immer wieder an seine Grenzen und nicht selten ist der/die Gruppenbegleiter/in sehr gefordert, da sich vieles auf ihn konzentriert. In diesem Workshop wird gemeinsam der Frage nachgegangen, welche Möglichkeiten, Strukturen und Arbeitsweisen zu mehr gemeinsamer Verantwortung und Aufgabenteilung führen?

Im Herbst, in it. Sprache, Dauer: 1 Tag,
in Zusammenarbeit mit Ass. AMA Bolzano

Mitarbeit bei anderen Veranstaltungen/Projekten

- Mitarbeit in der **Arbeitsgruppe Psychische Gesundheit** im Dachverband für Soziales und Gesundheit: Weiterführung der Treffen
- Mitarbeit in der **Arbeitsgruppe Seltene Erkrankungen** im Dachverband für Soziales und Gesundheit:
- Abklärung Realisierung und ggf. Ausarbeitung Webseite zum Thema seltene Erkrankungen
- **Evviva Selbstmanagement** Kurse als Brücke zur Selbsthilfe: Angebot des 7. Treffens auf Anfrage
- Noch abzuklären: **Aktion im Rahmen der Willkommenswoche** in Zusammenarbeit mit dem Verein A.M.A. Bozen

Neugründung von Selbsthilfegruppen

- 65 plus... Lachen ist meine liebste Übung (Start Jänner 2018)
- Depression und Angststörungen Meran (Start Februar 2018)
- Trigeminus Neuralgie (Start voraussichtlich Frühjahr 2018)
- Selbsthilfegruppe für junge Erwachsene mit Übergewicht/Adipositas (Start voraussichtlich Frühjahr 2018)
- Selbsthilfegruppe für Hochsensible (Start offen)
- und andere (nach Anfrage und Interesse)



A series of horizontal dashed lines for writing, arranged in a vertical column on the right side of the page.



A series of horizontal dashed lines spanning the width of the page, intended for writing.

Dachverband für Soziales und Gesundheit
Dienststelle für Selbsthilfegruppen

austausch - condivisione

2017 - 2018

Wir danken für die Unterstützung

den Mitgliedsorganisationen

und allen Personen, Organisationen und Behörden,
welche im Dachverband zusammenarbeiten
oder/und dessen Dienstleistungen nutzen

AUTONOME PROVINZ
BOZEN - SÜDTIROL



PROVINCIA AUTONOMA
DI BOLZANO - ALTO ADIGE

gefördert von
Stiftung Südtiroler Sparkasse
Fondazione Cassa di Risparmio
sostenuto da



Südtiroler
Gemeindevorband
Genossenschaft

Consorzio dei Comuni
della Provincia di Bolzano
Società Cooperativa



Città di Bolzano
Stadt Bozen

Assessorato alle Politiche Sociali e ai Giovani
Assessorat für Sozialpolitik und Jugend



STADTGEMEINDE MERANO
COMUNE DI MERANO

Referat für Sozialfürsorge
Assessorato all'Assistenza sociale

und allen weiteren fördernden Institutionen