



Dachverband für
Soziales und Gesundheit
Federazione per il
Sociale e la Sanità

Dienststelle für Selbsthilfegruppen

Dachverband für Soziales und Gesundheit

austausch **condivisione**

Arbeitsschwerpunkte 2018

Programm 2019





**Dienststelle für Selbsthilfegruppen
des Dachverbandes für Soziales und Gesundheit
2018 - 2019**

Bozen, Jänner 2019

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.

Sie ist eine örtlich arbeitende, professionelle Beratungseinrichtung/Kontaktstelle 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 gut entstehen und arbeiten können, ist die Unterstützung durch Selbsthilfe-Kontaktstellen fundamental, weshalb 2001 auch in Südtirol die Dienststelle für Selbsthilfegruppen eingerichtet wurde.

2. Allgemeine Tätigkeiten

Aufgabenbereiche der Dienststelle für Selbsthilfegruppen

Information und Beratung von Selbsthilfeinteressierten

Information, Beratung und Unterstützung von Menschen, die sich über bestehende Selbsthilfegruppen informieren oder sich einer Selbsthilfegruppe anschließen möchten.

Unterstützung bei der Gründung von Selbsthilfegruppen

Wenn der Entschluss zur Gründung einer Selbsthilfegruppe feststeht, wird gemeinsam 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 und Kooperation 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) und kontinuierliche Bekanntmachung aller Initiativen über die beiden Webseiten
- 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. Programmschwerpunkte 2018

Freiwillige Wegbegleiter/innen für Selbsthilfegruppen: Start des Projektes

Schwerpunkt des Jahres 2018 war der Start des Projektes freiwillige Wegbegleiter/innen für Selbsthilfegruppen.

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 versucht die Dienststelle für Selbsthilfegruppen über das Projekt Freiwillige Wegbegleiter für Selbsthilfegruppen die Bereitschaft der Menschen, sich einer Selbsthilfegruppe anzuschließen, aufzunehmen und dadurch den Weg zur Selbsthilfe zu ebnet und Zugangsbarrieren abzubauen.

Über das Projekt „Wege begleiten“ kann nun 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 freiwillige Mitarbeiter/Innen der Dienststelle für Selbsthilfegruppen im Dachverband für Soziales und Gesundheit. Sie unterstützen Selbsthilfegruppen zeitlich begrenzt für 2-8 Treffen im Hinblick auf Kommunikation, Organisation und Gruppenprozesse, helfen den Gruppenteilnehmern, miteinander vertraut zu werden und ins Gespräch zu kommen. Ziel ist, dass die Selbsthilfegruppe nach dieser zeitlich begrenzten Unterstützung aus eigener Kraft bestehen kann.

Projekttablauf:

Im Jänner fand ein 2tägiges Austauschtreffen mit Verantwortlichen des Projektes „In Gang Setzer“ in Norddeutschland (Emsdetten) statt, an das sich das

Projekt „Wegbegleiter für Selbsthilfegruppen in Südtirol unter Einbeziehung der Erfahrungen im italienischsprachigen Raum anlehnt.

Über Pressearbeit und einen Infoabend am 21.02.2018 in Bozen wurde auf das Projekt aufmerksam gemacht und in individuellen Auswahlgesprächen 13 Teilnehmer/innen für die Schulung zum/r Wegbegleiter/in gewonnen.

Von März bis September fand die Schulung der Wegbegleiter/innen im Umfang von fast 40 Stunden statt. Die Schulung konzentrierte sich schwerpunktmäßig auf die Themenbereiche Selbsthilfe, Gruppendynamik, Kommunikation, Moderation und Rollenklärung als Wegbegleiter in Selbsthilfegruppen und nach erfolgten individuellen Reflexionsgesprächen und Hospitationen in bestehenden Selbsthilfegruppen wurde am 07.11.2018 im Rahmen einer Pressekonferenz der Bevölkerung und den Mitgliedsorganisationen das Projekt vorgestellt.

Insgesamt sind nun 13 Wegbegleiter/innen als Freiwillige einsatzbereit. Interessierte, Betroffene, Angehörige und Vereine, die aktiv den Start einer Selbsthilfegruppe ins Auge fassen, können sich an die Dienststelle für Selbsthilfegruppen wenden, falls sie daran interessiert sind, die Startphase durch eine/n Wegbegleiter/in in allen 3 Landessprachen begleiten zu lassen.

Unerwartetes äußerst positives Nebenprodukt des Projektes Wegbegleiter für Selbsthilfegruppen ist die Multiplikatorenwirkung der neuen Wegbegleiter/innen zur Sensibilisierungs- bzw. Überzeugungsarbeit für die Selbsthilfe in ihrem jeweiligen privaten/beruflichen Umfeld.



Neue Datenschutz-Grundverordnung DSGVO

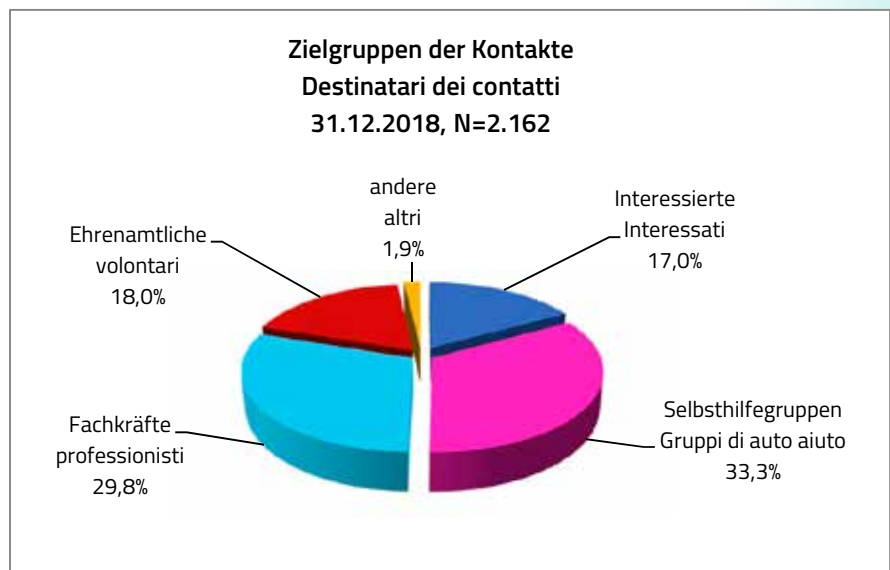
Die neue Datenschutz-Grundverordnung erforderte viele Ressourcen, um alle entsprechenden Vorgaben so gut als möglich zu erfüllen.

Dabei ist festzuhalten, dass die DSGVO sowohl für die Arbeit in der Dienststelle für Selbsthilfegruppen umgesetzt werden musste, als auch für die Selbsthilfegruppen selbst gilt und somit auch dort entsprechende Richtlinien in enger Zusammenarbeit mit der Geschäftsstelle und externen Experten ausgearbeitet werden mussten:

Für die Arbeit in der Dienststelle für Selbsthilfegruppen wurde der Erhebungsbogen zur Erfassung der Daten der Selbsthilfegruppen samt Informationsschreiben, ebenso wie das Anmeldeformular samt Informationsschreiben für Kurse und Veranstaltungen überarbeitet und angepasst. Neu ausgearbeitet wurde ein Formular für die Beratung von Einzelpersonen und das Formular und Informationsschreiben für die freiwilligen Wegbegleiter/innen.

Für die direkte Arbeit der Selbsthilfegruppen wurden das Datenverarbeitungsregister, das entsprechende Formular und Informationsschreiben in Anlehnung an die Vorlagen und Vorgaben der SeKo Bayern (Selbsthilfekoordination Bayern) und der NAKOS (Nationale Kontaktstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen) und in enger Abstimmung und Anpassung an die lokalen Gegebenheiten ausgearbeitet.

Insgesamt hatte die Dienststelle für Selbsthilfegruppen 1.938 Kontakte im Jahr 2018 mit den verschiedenen Zielgruppen (Mehrfachnennungen möglich).



Information und Beratung von Selbsthilfeinteressierten

Die Information und Beratung für Interessierte zu bestehenden Selbsthilfegruppen in Südtirol und zum Thema Selbsthilfe erfolgte im Jahr 2018 in insgesamt 563 direkten Kontakten. Zudem werden vermehrt Informationen zu den Gruppen über die Webseite der Dienststelle für Selbsthilfegruppen eingeholt.

Die Anfragen konzentrierten sich schwerpunktmäßig wie bereits letztes Jahr auf die Bereiche Seltene Erkrankungen, nicht anerkannte Erkrankungen, chronische Erkrankungen und Psychische Gesundheit (Depression, ADHS, Angststörungen, Angehörigengruppen), Hochsensibilität, Senioren, Elterngruppen. Vereinzelt gab es zu den Themen Sektenopfer, Hochbegabung.

Besondere Bedeutung bekommt die Selbsthilfe also vorwiegend in den Bereichen, die nicht oder nicht ausreichend durch öffentlich zugängliche Dienstangebote abgedeckt werden. Oft ist in diesen Fällen die Selbsthilfegruppe als Form der gegenseitigen Unterstützung unter Gleichbetroffenen allerdings nicht ausreichend und zielführend für diesbezüglichen Anliegen, da bei der Selbsthilfegruppe die Interessenvertretung nach außen nicht im Vordergrund steht und Selbsthilfe dem Ersatz von fehlenden/mangelnden Betreuungsangeboten nicht gerecht werden kann. Angedacht wird deshalb auch für Betroffene, die an der Gründung eines Vereines zur Interessenvertretung interessiert sind, eine intensivere Begleitung in diese Richtung durch die Dienststelle für Vereinsführung im Dachverband für Soziales und Gesundheit.

Unterstützung bei der Gründung von Selbsthilfegruppen

Die Dienststelle unterstützte im Jahr 2018 in 192 Kontakten insgesamt 26 Initiativen zur Gruppengründung, wobei mehrere Selbsthilfegruppen erfolgreich gestartet sind und einige Selbsthilfegruppen voraussichtlich im Laufe des Jahres 2019 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 festgestellt war die Tendenz, dass sich Betroffene zuerst aktivieren, um eine Selbsthilfegruppe aufzubauen und sich dann aber in einem 2. Moment von der Initiative wieder zurückziehen, wobei die Gründe vielfältig sind: fehlende Ressourcen, andere Ziele/Zielumorientierung in Richtung Interessensvertretung nach außen, fehlende Teilnehmer/innen.

Es ist zu sehen, inwieweit die nun mehr startklaren freiwilligen Wegbegleiter/innen für Selbsthilfegruppen in dieser sensiblen Startphase die nötige Unterstützung geben können, sodass die Gruppe effektiv starten kann.

Im Jahr 2018 neu gegründete Selbsthilfegruppen

- Trigeminus Neuralgie Schlanders (dt.)
- Depression und Angststörungen Meran (dt.)
- Multiple Chemikalien Sensitivität (MCS) – Betroffenenensuche (dt.&it.)
- Angeleitete Gesprächsgruppe für Alleinerziehende Bozen (dt.)
- Angeleitete Gesprächsgruppe für Alleinerziehende Brixen (dt.)
- Trauercafé Sterzing (dt.)
- La sfida dei cambiamenti Bolzano - Gruppo di auto mutuo aiuto (it.)
- 65 plus... Lachen ist meine liebste Übung (it. - 2018 gestartet & wieder beendet)

Vorarbeiten für einen anstehenden Start 2019

- CFS/ME Chronisches Erschöpfungssyndrom ME/CFS - Myalgic Encephalomyelitis - Chronic Fatigue Syndrome Bozen (dt.&it.)
- Gruppo auto mutuo aiuto per familiari di persone con problemi psichici Bolzano (it.)
- Solitudine nell'anziano Merano (it.)
- Gruppo di auto mutuo aiuto per genitori di figli con ADHD (it.)
- Demenz (Alzheimer) Angehörigentreff Schlanders/Pustertal (dt.)
- Selbsthilfegruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz in jüngeren Jahren (dt.)
- Salute e Benessere für Menschen mit Migrationshintergrund
- Selbsthilfegruppe für Frauen nach Abtreibung (dt.)
- Selbsthilfegruppe Patienten medizinisches Cannabis Bozen
- Mehrere Betroffenenensuchen im Bereich seltene Krankheiten

Vorarbeiten mit Selbsthilfegruppen, die nicht gestartet sind

- Selbsthilfegruppe für junge Erwachsene mit Übergewicht/Adipositas
- Neuropatia Autonoma- Singole persone che ne cercano altre (Start verschoben auf unbestimmte Zeit)
- Gruppo di auto aiuto per parenti curanti Bolzano
- Selbsthilfegruppe für Hochsensible 2 Gruppen - in dt. und it. Sprache
- 2 Selbsthilfegruppen im Bereich seltene Erkrankungen

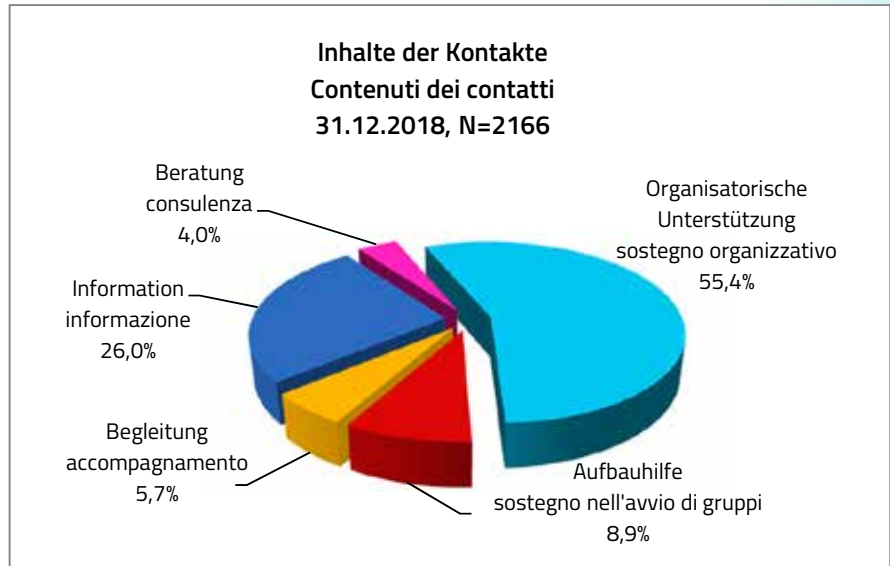
Unterstützung und Beratung von Selbsthilfegruppen

Insgesamt wurden im Jahr 2018 108 Gruppen ein- oder mehrmals organisatorisch unterstützt, 27 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.

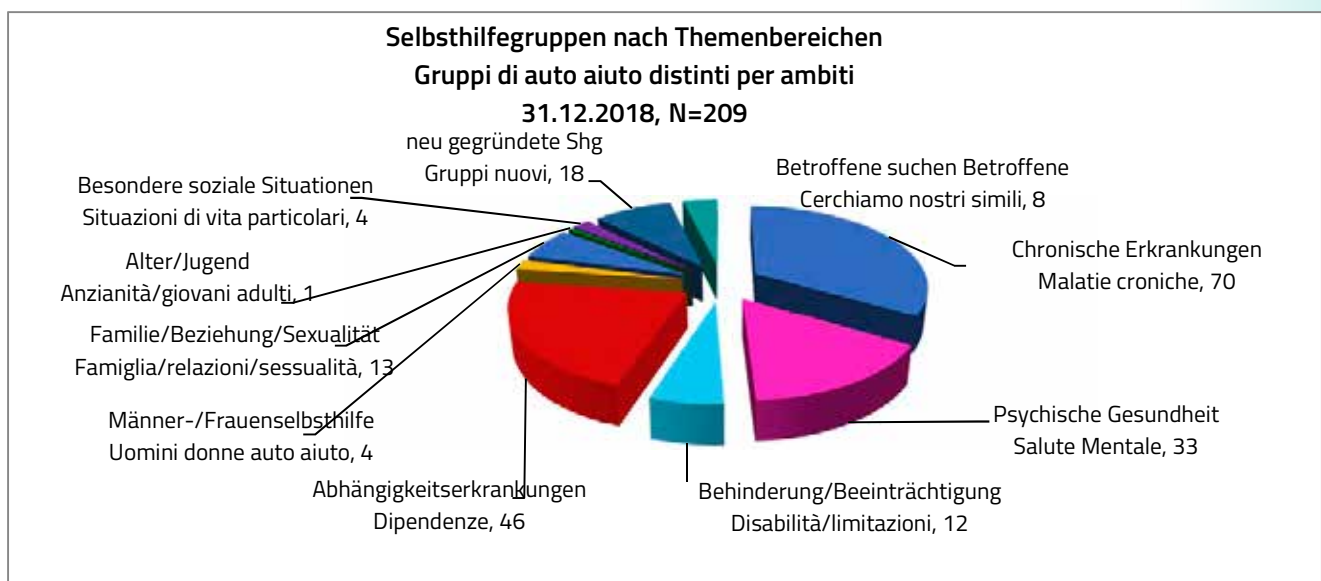
Im Jahr 2018 stattgefundene Kontakte:

- 124 Kontakte fanden im Bereich Begleitung,
- 1201 Kontakte im Bereich Organisations- und Verwaltungshilfen und
- 86 Kontakte im Bereich Beratung statt.



In Südtirol gibt es bereits heute eine breit gefächerte Selbsthilfelandchaft von 209 Selbsthilfegruppen, die sich auf folgende Themenbereiche aufteilen.

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. Nicht nur reden, sondern tun, Selbsthilfe ist nicht mehr 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.

Zusammenarbeit und Kooperation

Die Dienststelle für Selbsthilfegruppen strebte auch 2018 die kontinuierliche Zusammenarbeit und Vernetzung mit Fachleuten und -diensten im privaten und öffentlichen Sozial- und Gesundheitsbereich weiter an.

Insgesamt **645 Kontakte fanden mit Fachkräften** statt.

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

Kooperationspartner

- AMA Bolzano und AMA Trento
- Arbeitsgruppe Psychische Gesundheit im DSG
- Arbeitsgruppe Seltene Erkrankungen im DSG
- Arbeitskreis Eltern Behinderter
- Bezirksgemeinschaften
- Bildungshaus Lichtenburg
- CNCA – Willkommenswoche
- Frauen helfen Frauen
- Geriatrie, KH Meran
- Hands Meran
- Haus der Solidarität
- Jugenddienst Mittel- Obervinschgau
- Krebshilfe
- Landeskoordinationszentrum für seltene Erkrankungen
- Multiple Sklerose Vereinigung
- NAKOS – nationale Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen in Deutschland
- Projektleitung In Gang Setzer © Deutschland
- Psychologischer Dienst Meran
- Referat für Weltanschauungsfragen
- SeKo – Selbsthilfekoordination Bayern
- Selbsthilfe Nordtirol
- Selbsthilfe Osttirol
- Seniorengemeinderat Bruneck
- Sozialsprengel des Landes
- Südtiroler Parkinson Gesellschaft
- Trialog – Betroffene-Angehörige – Fachleute Psychische Gesundheit
- Universität Brixen
- Verband Ariadne
- Verein Lichtung
- Verein Neurofibromatose
- Verein für Sachwalterschaft
- Zentrum für Psychische Gesundheit

Arbeitsgruppe psychische Gesundheit:

Teilnahme am 1. Treffen der Arbeitsgruppe und Vereinbarung der zukünftigen nur mehr themenspezifischen Teilnahme seitens des Teams der Dienststelle für Selbsthilfegruppen

Arbeitsgruppe seltene Krankheiten:

Mitarbeit an den Treffen der Initiativgruppe

Gemeinsame Ausarbeitung der technischen und inhaltlichen Umsetzung des Portals Seltene Krankheiten Südtirol

Information, Sensibilisierung und Öffentlichkeitsarbeit

Im Jahr 2018 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 Projekt Wegbegleiter, zum Start von einzelnen Selbsthilfegruppen, zum Thema Selbsthilfe & seltene Erkrankungen, zum Aufbau-seminar für Selbsthilfegruppen, zu einzelnen Events
- Pressekonferenz „Freiwillige als Wegbegleiter für Selbsthilfegruppen“
- Pressekonferenz anlässlich der „Willkommenswoche“ im Oktober 2018
- Vorträge (s.u.)

Aktion „Gruppe des Monats“

Von Jänner – Mai 2018 wurde die über 1,5 Jahre laufende Aktion Gruppe des Monats fortgeführt und abgeschlossen und 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 Radiointerview mit dem Radiosender Grüne Welle

Teilnahme an verschiedenen Messen:

Insgesamt hat die Dienststelle für Selbsthilfegruppen im Jahr 2018 an 3 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 2018
- Freiwilligenmesse Bozen, November 2018
- Tag der offenen Tür in Salurn, psychiatrisches Rehabilitationszentrum Gelmini, BZG Überetsch-Unterland, Gemeinde Salurn (Welttag der psychischen Gesundheit, 10.10.2018)

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.

Projekt Peer education – Themenschwerpunkt psychische Gesundheit

des Jugenddienstes Mittelvinschgau/Obervinschgau und Schülern der 3. Klasse der beiden Oberschulen Sozialgymnasium und WFO Wirtschaftsfachschule

Vorstellung der Selbsthilfe als Ressource in Zusammenarbeit mit der Selbsthilfegruppe „Zusammen heller sehen – Depression Schlanders, 26.01.2018

Aktionen und Veranstaltungen

Schulung für Wegbegleiter/innen

- Modul 1: Selbsthilfegruppen & Gruppenphasen am 16.3.2018
- Modul 2: Rolle als Wegbegleiter/in für Selbsthilfegruppen am 6.4.2018 & 7.4.2018
- Modul 3: Moderation, Kommunikation und Konflikte in Gruppen am 20.4.2018
- Modul 4: Methoden für die Arbeit in Gruppen am 4.5.2018
- Modul 5: Vertiefung und Abschluss - 29.9.2018

Kollegiale Beratungen für Begleiter/innen von Selbsthilfegruppen

In der Kollegialen Beratung können Begleiter/innen einer Selbsthilfegruppe konkrete, auf die Arbeit bezogene Themen reflektieren und gemeinsam Lösungen erarbeiten.

Die Beratung folgt einem festen Ablauf. Alle Teilnehmer/innen sind aktiv und gleichberechtigt an der Beratung beteiligt. Lösungen für Problemsituationen des Gruppenalltags werden entwickelt. 3 Termine Brixen/Bruneck (dt.)

Seminar zum Aufbau von Selbsthilfegruppen: Mut zum Tun

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

Themenschwerpunkte:

- Was ist und wie wirkt eine Selbsthilfegruppe?
- Welche Rolle habe ich als InitiatorIn / BegleiterIn einer Selbsthilfegruppe?
- Wie wird die Gruppenarbeit gestaltet?
- Selbsthilfegruppenarbeit „live“ erleben

am 10.11.2018 und am 7.12.2018 im Bildungshaus Lichtenburg

Willkommenswoche - Settimana dell'Accoglienza

- Teilnahme an der Pressekonferenz unter Einbeziehung der Südtiroler Akteure, CNCA und AMA Trento
- Postkartenaktion: Nimm Platz an meinem Tisch
- Runder Tisch „Für eine solidarische Gemeinschaft“
In Selbsthilfegruppen wird Willkommenskultur, Angenommen werden, Austausch, Respekt und wirkliches Zuhören gelebt. Von diesen Grundwerten ausgehend möchten wir zum Nachdenken darüber anregen, dass es wesentlich ist, in all unseren Lebensbereichen Frieden zu leben.
In Zusammenarbeit mit dem Verein AMA Bozen, der Caritas Bozen-Brixen und Friedenszentrum Bozen am 1.10.2018 in Bozen



La sfida dei cambiamenti e l'arte di ricominciare Conferenza interattiva mit Cinzia Biasion

Im Laufe unseres Lebens sind wir immer wieder mit Veränderungen, Trennungen und Trauer konfrontiert. Es liegt an uns, diesen Situationen mit Mut zu begegnen und daraus eine Möglichkeit für persönliches Wachstum entstehen zu lassen.

In Zusammenarbeit mit dem Verein A.M.A Auto Mutuo Aiuto Bozen und Telefono amico am 13.11.2018 in Bozen

3 Gruppeninventuren mit Selbsthilfegruppen

Ähnlich wie bei der Jahresinventur einer Firma konnten die Selbsthilfegruppen im Rahmen einer Gruppeninventur gemeinsam darüber nachdenken, was in der Selbsthilfegruppe gut läuft, wie Aufgaben zukünftig verteilt werden können und wo es vielleicht etwas zu ändern gibt. Gemeinsam konnten neue Ideen entwickelt werden. Dauer: ca. 3 Stunden.



4. Programmschwerpunkte 2019

Fortführung der allgemeinen Tätigkeiten

Hauptaufgabe der Dienststelle für Selbsthilfegruppen als zentrale Einrichtung zur Stärkung, Unterstützung und Koordinierung der Selbsthilfegruppentätigkeit in Südtirol ist es auch 2019, die allgemeinen Tätigkeiten weiterzuführen (siehe Abschnitt 2), um die Selbsthilfegruppentätigkeit im Land zu stärken, Interessierten den Zugang zu Gruppen zu erleichtern, neue Gruppen in Ihrer Entstehung zu unterstützen (siehe eigene Auflistung), bestehende Gruppen auf Anfrage zu begleiten und die Zusammenarbeit zwischen soziosanitären Fachkräften und Selbsthilfegruppen zu stärken.



Freiwillige Wegbegleiter/innen für Selbsthilfegruppen:

Praktische Umsetzung des Projektes

2019 geht es in erster Linie darum, mit den ersten Wegbegleitungen zu starten – in Abhängigkeit vom angemeldeten Bedarf und der Vereinbarkeit aller beteiligten Partner.

Begleitend werden 4 Praxisworkshops für die Wegbegleiter/innen & einmal jährlich ein individuelles Reflexionsgespräch angeboten.

Zur diesbezüglichen Begleitung der Tätigkeit der Mitarbeiterinnen der Dienststelle für Selbsthilfegruppen sind Austauschgespräche mit den Projektträgern in Deutschland vorgesehen.





Vernetzungstreffen von themenspezifischen Selbsthilfegruppen im Bereich chronische Erkrankungen

Kontaktaufnahme mit Selbsthilfegruppen, Abklärung des Interesses an einem Austauschtreffen und ggf. der gemeinsamen Themen, um bei Interesse und Bedarf ein landesweites Vernetzungstreffen zu organisieren.



Datenaktualisierung nach den neuen Privacy-Bestimmungen und Versand des aktualisierten Infomaterials

Kontaktaufnahme mit allen Selbsthilfegruppen bzw. Trägerorganisationen zur Datenaktualisierung und Zusendung der überarbeiteten Erhebungsbögen, Aktualisierung und Postversand der Broschüre: „Selbsthilfegruppen-Verzeichnis Südtirol“ im Sommer 2019 – ggf. mit Unterstützung durch externe Mitarbeit



Portal seltene Krankheiten Südtirol - www.rare.bz.it

Realisierung, Ausarbeitung und Präsentation der Webseite zum Thema seltene Erkrankungen in Südtirol in Zusammenarbeit mit der Dienststelle für die Patientenorganisationen im Dachverband für Soziales und Gesundheit und des Landeskordinierungszentrums für seltene Krankheiten.

Gemeinsame Ausarbeitung der Texte, Kontaktaufnahme zu Selbsthilfegruppen und einzelnen Betroffenen.

Eigenveranstaltungen



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 2019 in dt. Sprache; Dauer 2 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.) und 2 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 2019, in dt. Sprache, Dauer: 1 Tag

Mitarbeit bei anderen Veranstaltungen/Projekten

- Noch abzuklären: Aktion/Veranstaltung in Zusammenarbeit mit dem Verein A.M.A. Bozen
- Noch offen: mögliche weitere Anfragen seitens interessierter Kooperationspartner zu einzelnen Veranstaltungen



Dachverband für Soziales und Gesundheit
Dienststelle für Selbsthilfegruppen

austausch - condivisione

2018 - 2019

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



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