



An die Redaktionen  
Von Presse, Radio und Fernsehen

Bozen, 19.06.09  
Prot. Nr. 161

## **Pressemitteilung**

### **Selbsthilfe begegnet sich:**

#### **Leiter/innen und Ansprechpersonen von Selbsthilfegruppen trafen sich in Bozen, Bruneck und Brixen zu den Selbsthilfetreffs.**

Menschen mit vergleichbaren gesundheitlichen oder sozialen Problemen schließen sich in Selbsthilfegruppen zusammen, wo sie mit vereinten Kräften Probleme zu bewältigen versuchen.

In Südtirol gibt es ca. 203 solcher Selbsthilfegruppen zu den verschiedensten Themenbereichen wie Sucht, chronische und psychische Erkrankungen, Behinderung, Familie- Beziehung und Sexualität, Frauen und Männer selbsthilfe und Alter.

Leiter und Ansprechpersonen dieser Gruppen trafen sich im Mai zu den regelmäßig stattfindenden "Selbsthilfetreffs" in den Bezirken Brixen, Bozen – Meran und Bruneck.

Diese Zusammenkünfte bieten neben der Behandlung von Themen der Selbsthilfe die Möglichkeit, andere Selbsthilfegruppen kennen zu lernen und Informationen und Erfahrungen in der Gruppenarbeit auszutauschen, gemeinsame Ideen für die Selbsthilfearbeit vor Ort zu entwickeln und die neuen Informationen über die "Selbsthilfelandchaft" in Südtirol zu erhalten.

Schwerpunkt der Frühjahrestreffen war: "Wie bringe ich Neues, frischen Wind in die Selbsthilfegruppe? Welche Methoden und Impulse können mir dabei behilflich sein?"

Helene Plaikner, Leiterin der Selbsthilfegruppe "Fallschirm" für Schädel-Hirn-Trauma und Schlaganfall Brixen, beschreibt mit diesen Worten die Selbsthilfetreffs: "Es geht um Geben und Nehmen: Es werden Informationen und Erfahrungen ausgetauscht, man hat das Gefühl, dass die eigene Arbeit eine Wertigkeit hat und man geht gestärkt nach Hause". Tolerant sein, Vertrauen entstehen lassen, Zuhören können, damit sich alle Teilnehmer/innen eingebunden und wohl fühlen können, zählen zu den wesentlichen Kennzeichen des Leiters einer Selbsthilfegruppe.



Laut den Mitarbeiter/innen der Dienststelle für Selbsthilfegruppen Irene Gibitz und Stefania Ledonne kann das Öffnen einer Tür für den Austausch mit anderen, für neue Ideen und Anregungen einen wichtigen Schritt in Richtung Wachstum und Bereicherung darstellen, sei es für die Leiter/innen wie auch innerhalb der Selbsthilfegruppen.

Beim Selbsthilfetreff in Brixen am 6. Mai waren die Mitarbeiter/innen der Dienststelle für Selbsthilfegruppen und die Selbsthilfegruppen Gäste der Südtiroler Krebshilfe. Für den Selbsthilfetreff Bozen-Meran stellten der Sozialsprengel Eggental Schlern die Räumlichkeit zur Verfügung; für das Pustertal der Sozialsprengel Bruneck. Dieses Entgegenkommen wird sehr geschätzt und die Dienststelle ist sehr dankbar dafür.

Informationen zum Thema Selbsthilfe und den Selbsthilfegruppen erteilt die: Dienststelle für Selbsthilfegruppen, Tel: 0471 312424, [info@selbsthilfe.bz.it](mailto:info@selbsthilfe.bz.it), [www.selbsthilfe.bz.it](http://www.selbsthilfe.bz.it)