



An die Redaktionen
von Presse, Radio und Fernsehen

Bozen, 25.08.08
Prot. Nr. 277

Pressemitteilung

Selbsthilfe: eine Form von bürgerlichen Engagement, die Wirkung auf das Wohlbefinden der Menschen und auf die Gesundheitsversorgung hat. Die Wirkung der Selbsthilfe und die Möglichkeiten, die Selbsthilfe zu stärken, stehen im Mittelpunkt einer Tagung am 12. September in Bozen. Sie wird von der Dienststelle für Selbsthilfegruppen organisiert.

An einer Selbsthilfegruppe teilzunehmen wirkt sich positiv auf das Wohlbefinden aus. Dies bestätigen viele Menschen, die in einer solchen Gruppe Erfahrungen austauschen und Unterstützung finden. Es sind Menschen, die sich in einer schwierigen Lebens- oder Familiensituation befinden, physisch oder psychisch krank oder süchtig sind.

Die Wirkung der Selbsthilfe und die Möglichkeiten, die Selbsthilfe zu stärken, stehen im Mittelpunkt einer Tagung, welche die Dienststelle für Selbsthilfegruppen im Dachverband der Sozialverbände Südtirols am 12. September im Pastoralzentrum in Bozen veranstaltet.

Zur Tagung mit dem Titel "Wie Selbsthilfe wirkt - was Selbsthilfe braucht. Kompetenzen, Potenziale und Ressourcen der Selbsthilfegruppen nutzen und fördern" sind Teilnehmer von Selbsthilfegruppen, Fachleute aus dem In- und Ausland, lokale Vertreter aus dem Sozial- und Gesundheitswesen und alle Interessierten eingeladen.

"Selbsthilfearbeit besteht darin, seine eigenen Möglichkeiten zu ergreifen, die eigenen Ressourcen zu nutzen und Verantwortung für sein Leben zu übernehmen, um es selbst in die gewünschte Richtung zu lenken," erklären Julia Kaufmann und Irene Gibitz von der Dienststelle für Selbsthilfegruppen, die den Gruppen in Südtirol Unterstützung und Beratung bietet. Durch den regelmäßigen Erfahrungs- und Informationsaustausch werden die Teilnehmer von Selbsthilfegruppen zu "Experten in eigener Sache", die einerseits neue Wege im Umgang mit der Erkrankung finden, andererseits aber auch professionelle Hilfe gezielter in Anspruch nehmen können.

"Unter Gleichbetroffenen erleben die Teilnehmer Integration statt Ausgrenzung, durch die wechselseitige Identifikation trägt man gemeinsam die eigene Last und es bildet sich ein neues Netzwerk von Beziehungen aus", erläutern die zwei MitarbeiterInnen der Dienststelle.

Studien belegen, dass die Selbsthilfegruppen gesundheitsrelevante Effekte haben: durch die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe bessert sich das seelische Wohlbefinden, die Akzeptanz des Problems und das Selbstvertrauen steigen, soziale Kontakte und Aktivitäten nehmen zu.



In Südtirol gibt es rund 200 Selbsthilfegruppen zu den verschiedensten Themenbereichen: Depression und Angststörungen, Alter, chronische Krankheiten, Alkohol, Trauer, Behinderung, Erziehungsprobleme, pflegende Angehörige usw.

Auskunft darüber erhält man in der Dienststelle für Selbsthilfegruppen. Diese versteht sich als zentrale Informationsstelle für alle am Thema Selbsthilfe interessierten Personen, als eine Einrichtung zur Stärkung, Unterstützung und Koordinierung der Selbsthilfetätigkeit in der Provinz Bozen.

Weitere Informationen zur Dienststelle für Selbsthilfegruppen, zum Thema Selbsthilfe, und zur Tagung "Wie Selbsthilfe wirkt - was Selbsthilfe braucht" unter der Tel. 0471 312424 oder auf der Webseite www.selbsthilfe.bz.it