



Infoblatt 2/2008

der Dienststelle für Selbsthilfegruppen



Vorankündigung Tagung am 12.09.08

Wie Selbsthilfe wirkt - was Selbsthilfe braucht

Kompetenzen, Potenziale und Ressourcen der Selbsthilfegruppen nutzen und fördern



PROGRAMM:

- 09.00: Präsentation der Tagung und Grußworte

Wie Selbsthilfe wirkt

- 09.30: Ruth Herzog-Diem (Schweiz): Mit Belastungen leben - selbstbewusst handeln: in der Selbsthilfegruppe mobilisieren Betroffene Ihre Ressourcen
- 10.00: Erfahrungsbericht von Selbsthilfegruppenteilnehmern
- 10.30: Diskussion

11.00: Pause: die Tagungsteilnehmer können sich bei einem kleinen Buffet persönlich bei Vertretern von Selbsthilfegruppen informieren.

Was Selbsthilfe braucht

- 12:00: Dr. Massimo Cecchi (Florenz): Welche Hilfen für die Selbsthilfe?
- 12.30: Runder Tisch: Die Stärkung der Selbsthilfe in Südtirol. Was gibt es - was fehlt?
- 13.15: Diskussion
- 14.00: Abschluss der Tagung

Die Tagung findet am Fr, 12.09.08 von 09–14 Uhr in Bozen, im Pastoralzentrum, Domplatz 2 statt.

Die Tagung wird simultan übersetzt - um Vergabe der ECM-Punkte wird angesucht.

Die offizielle Einladung und das endgültige Programm werden Ihnen noch rechtzeitig zugestellt.

Wir möchten alle Selbsthilfegruppen, alle Interessierten und alle Fachleute einladen und dazu anregen, an der Tagung teilzunehmen.



Neue Webseite der Dienststelle



Seit kurzem verfügt die Dienststelle für Selbsthilfegruppen über eine neue Webseite. Unter www.selbsthilfe.bz.it können alle Interessierten die jeweils aktuellsten Infos zum Thema Selbsthilfe in Südtirol einsehen.

Neu ist, dass alle Selbsthilfegruppen die Möglichkeit haben, ihr Falblatt auf der Webseite veröffentlichen zu lassen - es genügt wenn Sie uns ein Exemplar mailen bzw. zuschicken und eine entsprechende Ermächtigung unterschreiben.

Wir sind offen für Anregungen, Verbesserungsvorschläge usw.!

Info: Dienststelle für Selbsthilfegruppen, Tel. 0471 312424, E-Mail: info@selbsthilfe.bz.it

The screenshot shows the homepage of the 'Dienststelle für Selbsthilfegruppen'. The header includes the organization's name and a search bar. A navigation menu on the left lists various services like 'Selbsthilfesteile', 'Soziale Elemente', 'Informationsdienst', 'Presse', 'Medien', 'Sachverständigenrat', and 'Ermächtigungsdienst'. The main content area features a welcome message, a list of services, and a section for the upcoming conference 'Wie Selbsthilfe wirkt - was Selbsthilfe braucht' on September 12, 2008, in Bozen. Contact information for the service center is provided at the bottom.



Gründungsinitiativen und Kontaktsuchen



Selbsthilfegruppe für Angehörige von chronisch Kranken Bozen

Kontakt: Verein A.M.A. Bozen, Mariateresa,
Tel. 0471 201062 (in it. Sprache)

Selbsthilfegruppe für Menschen, die an einem Zeckenbiss erkrankt sind oder die den Verdacht haben, daran erkrankt zu sein

Kontakt: Tel. 346 5251715 (Mo und Do, 18-19 Uhr)
oder per E-Mail info.zecken@alice.it (in dt./it. Sprache)



Neue Selbsthilfegruppen



Selbsthilfegruppe für Angehörige und Freunde von Chorea Huntington Patienten Bruneck

Kontakt: Manuela, Tel. 348 5200760, E-Mail:
manuhofer@akfree.it (in dt. Sprache)

Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige Steinegg

Kontakt: Sozial- und Gesundheitssprengel Eggental-Schlern, Hauspflegedienst, Ursula Thaler, Tel. 0471 365244 (in dt. Sprache).

Artikel: Selbsthilfe und die Dienststelle für Selbsthilfegruppen in der Provinz Bozen



Die Jänner-Ausgabe der 3 mal jährlich erscheinenden Zeitschrift "Il seme e l'albero" der Fondazione Andrea Devoto beschäftigt sich mit dem Thema "Auto aiuto: l'incontro con l'altro".

Namhafte italienische Autoren haben dazu Stellung genommen.

Auch die Mitarbeiterinnen der Dienststelle für Selbsthilfegruppen haben in ihrem Artikel mit dem Titel: "Selbsthilfe und die Dienststelle für Selbsthilfegruppen in der Provinz Bozen" das Thema Selbsthilfe beleuchtet und neben einer Darstellung der Aufgabenbereiche der Dienststelle die Selbsthilfe realität in Südtirol skizziert.

Die Zeitschrift kann in der Dienststelle für Selbsthilfegruppen ausgeliehen werden oder gegen Gebühr bei der Fondazione Andrea Devoto bestellt werden: Tel. 055 602650, E-Mail: info@fondazioneandreadevoto.it

Selbsthilfetreff - Bezirkstreffen der Selbsthilfegruppen in Meran

Im März nahm ich zum ersten Mal an einem Treffen der Selbsthilfegruppen auf Bezirksebene teil. Ich war neugierig zu erfahren, wie viele und welche Selbsthilfegruppen es im Burggrafenamt gibt und wie es ihnen geht. Als ich den Raum betrat, waren Julia Kaufmann und Irene Gibitz, die ich schon kannte, und nur zwei andere Personen dort. „Ist das alles?“ habe ich gedacht. Es kam dann eine weitere Bekannte dazu, und so waren wir zu sechst.

Es entwickelte sich aber ein lebhaftes Gespräch und ein intensiver Austausch von Erfahrungen.

Wir konnten feststellen, dass die Erfahrungen und Probleme sehr ähnlich liegen. Es soll hier nicht im einzelnen dargelegt werden, was gesagt wurde. Aber die wesentlichen Erkenntnisse waren folgende: Es ist manchmal ein wenig mühsam, die einzelnen Teil-

nehmer bei der Stange zu halten und zu aktivieren, es macht aber Sinn und bewirkt doch einiges. Gemeinsam ist die Erfahrung, dass die ärztliche Betreuung manchmal schwierig oder nicht zufriedenstellend ist und dass es bürokratische Probleme gibt.

Infolgedessen wäre es angebracht, dass Selbsthilfegruppen sich gegenseitig stützen und manchmal ihre Anliegen gemeinsam vorbringen. Deshalb sind Treffen auf Bezirksebene wichtig und sollten gut genutzt werden. Und die Leiterinnen der Selbsthilfdienststelle geben sehr nützliche Anregungen, die zum Weitermachen ermutigen und das Arbeiten erleichtern.

Leo Matzneller

Gründung einer Selbsthilfegruppe für Menschen, die an einem Zeckenbiss erkrankt sind oder die den Verdacht haben, daran erkrankt zu sein



Frühsommermeningoencephalitis (FSME), Borreliose, Rickettsiose, Ehrlichiose.

Dies sind nur einige der Krankheiten, die Zecken auf den Menschen übertragen können.

Manchmal sind diese Krankheiten sehr schwer zu erkennen. Betroffene wissen häufig von einem langen Leidensweg und einer schlimmen Krankheitsgeschichte zu erzählen. Auf den ersten Blick zunächst unerklärliche körperliche und psychische Beschwerden können für diese von Zecken übertragenen Krankheiten kennzeichnend sein.

Das Gespräch, der Informations- und Erfahrungsaustausch in einer Selbsthilfegruppe von Betroffenen wird oft als unterstützend empfunden und bietet die Möglichkeit, mit der Erkrankung und deren Folgeschäden besser umzugehen.

Aus diesem Grund möchten einige Betroffene eine Selbsthilfegruppe für Menschen, die an einem Zeckenbiss erkrankt sind (Borreliose, Frühsommermeningoencephalitis (FSME), Rickettsiose, Ehrlichiose etc.) oder die den Verdacht haben, daran erkrankt zu sein, gründen.

Ein wichtiges Ziel der Gruppe ist, einen vernünftigen und konstruktiven Umgang mit dem Thema zu finden, um sowohl Panikmache, als auch Verharmlosung zu vermeiden. Jeder Teilnehmer kann sich in seiner Sprache ausdrücken.

Betroffene, die an einem Zeckenbiss erkrankt sind oder die den Verdacht haben, daran erkrankt zu sein und die daran interessiert sind, an der Selbsthilfegruppe teilzunehmen, können sich unter der Tel. 346 5251715 (Montag und Donnerstag, 18-19 Uhr) oder per E-Mail info.zecken@alice.it melden.

Vernetzungstreffen der Selbsthilfegruppen im Gadertal:



Die einzelnen Selbsthilfegruppen und ihre Tätigkeit vorstellen, auch um eine bessere Zusammenarbeit mit den Fachleuten zu ermöglichen: dies war das Ziel des Vernetzungstreffens, das im Gadertal kürzlich stattgefunden hat.

Mitglieder der im Gadertal tätigen Selbsthilfegruppen haben sich mit Vertreterinnen von Gesundheits-, Sozialdiensten und Freiwilligenorganisationen getroffen. Die Gruppen nutzten das Treffen, um Themen anzusprechen, die sonst oft tabuisiert werden.

Einleitend haben Julia Kaufmann und Irene Gibitz die Dienststelle für Selbsthilfegruppen vorgestellt, statistische Daten über die Selbsthilfegruppen in Südtirol und genaue Informationen über die Arbeitsweise von Selbsthilfegruppen vorgebracht.

Schwerpunkt des Abends war die Vorstellung der einzelnen Selbsthilfegruppen im Gadertal: die Selbsthilfegruppen des Alkoholkrankenverbandes, die Gruppe für pflegende Angehörige, die Gruppe

"Regenbogen" für Eltern von Kindern mit Down-Syndrom und die Gruppe für Menschen mit Depression.

Die Vertreter/innen der Selbsthilfegruppen haben erzählt, wie die einzelnen Gruppen funktionieren und über ihre Schwierigkeiten in der täglichen Arbeit gesprochen.

"Viele Betroffene schämen sich, an Treffen teilzunehmen, da die Mentalität im Tal noch sehr verschlossen ist. Diese Hemmschwelle führt oft zur Isolation, sobald Probleme auftreten", hat ein Mitglied einer Gruppe unterstrichen.

Der Hausarzt Aldo Marocci hat die Wichtigkeit der Zusammenarbeit zwischen den Selbsthilfegruppen und den Gesundheits-, Sozialdiensten und Freiwilligenorganisationen unterstrichen, da man dadurch Betroffene erreichen und ihnen helfen kann.

Am Ende des Treffens wurden Impulse für die Zukunft gesammelt: "Die Zusammenarbeit zwischen Selbsthilfegruppen, der Gesundheits-, Sozialdienste und der freiwilligen Organisationen soll verbessert und intensiviert werden.", sagte Michaela Taibon, Leiterin des Sozialsprengel Gadertal, "Die Informationen über Themen wie Alkohol, psychische Erkrankungen, Pflege zu Hause und Behinderung sollen vermehrt an Betroffene und an die Bevölkerung weitergeleitet werden".

Der Abend ist gut gelungen, vor allem, wenn die Teilnehmer die Informationen weitergeben und für diese Themen weiterhin im Gespräch bleiben.

Informationen zu den Selbsthilfegruppen erhalten Sie im Sozialsprengel Gadertal, Tel. 0474 524507 oder in der Dienststelle für Selbsthilfegruppen: Tel. 0471 312424, www.selbsthilfe.bz.it.

Dr. Michaela Taibon, Sozialsprengel Gadertal

Selbsthilfegruppe für Angehörige und Freunde psychisch Kranker - Leifers

Seit April 1995 gibt es in Leifers die Selbsthilfegruppe für Angehörige und Freunde psychisch Kranker Menschen.

Entstanden ist sie - wie alle Selbsthilfegruppen - aus der Notwendigkeit heraus, Rat und Hilfe zu finden, mit Menschen zu sprechen, die auch schwer am gleichen Leid tragen.

"Ich komme immer froh nach Hause nach einem Treffen. Hier kann man sein Herz öffnen, man spürt, dass man nicht alleine ist mit seinen Problemen, dass man nicht als einzige diese Probleme hat. Auch die Erfahrungen der anderen sind bereichernd und können einem weiterhelfen", sagt Frau E. Es ist ein schwerer Schlag, wenn ein nahes Familienmitglied seelisch erkrankt.

Über körperliche Krankheiten kann man reden, es gibt Therapien und Medikamente, fast alle sind in absehbarer Zeit heilbar - nicht so psychische Krankheiten. Es gibt zwar Beruhigungsmittel und Antidepressiva, aber sie lösen die Probleme nicht. Der Weg aus der Krankheit liegt im Patienten selbst. Er muss die Kraft aufbringen genesen zu wollen, einen neuen Sinn im Leben zu suchen und zu finden. "Der Kranke muss die Krankheit als Herausforderung sehen", sagt Herr F. Aber gerade das ist das Schwierige. Wer sehr sensibel ist, ist anfälliger für seelische Krisen; Enttäuschungen und Misserfolge können ihn leichter aus der Bahn werfen. Und in der Öffentlichkeit ist eine seelische Erkrankung mit einem Makel behaftet.

"Familienangehörige empfinden es oft als Schande, sie haben Angst vor dem Gerede der Leute, sie fühlen sich mit schuldig an der Erkrankung, versuchen sie zu verstecken und ziehen sich oft aus dem öffentlichen Leben zurück. Deshalb ist auch die Hemmschwelle so groß zur Selbsthilfegruppe zu kommen", sagt Frau Helene.

Sie leitet gemeinsam mit Sr. Agnes Pia die Gruppe,

die sich einmal im Monat im Pfarrheim trifft. Etwa 8-14 Leute kommen zu den abendlichen Treffen. "Sinn der Gruppe ist nicht der Dorfklatsch, sondern über sich selbst und das, was einen bedrückt zu sprechen", sagt Frau L., die schon seit Jahren Trost und Hilfe in der Gruppe gefunden hat. Der Erfahrungsaustausch ist für sie sehr wertvoll, ebenso die Informationen und Tipps, die von den Fachärzten geboten werden. In der Gruppe haben die Familienangehörigen erfahren, dass die Suche nach einem Schuldigen - die oft bei seelischen Erkrankungen angestellt wird - nutzlos ist, dass es vielmehr darauf ankommt, dem Betroffenen Mut zuzusprechen, ihm viel Liebe und Geduld zu schenken und sein Selbstbewusstsein zu stärken. Nur dies kann ihm helfen, aus seiner Krise herauszufinden. "Der Kranke muss selbst gesund werden wollen", sagt Frau M. "und wir müssen stark sein."

Es gibt kein generelles Rezept für den Umgang mit psychisch Kranken. Wir selbst müssen gesund und stark sein und Lebensmut ausstrahlen, damit er von uns lernt, das Positive im Leben zu sehen. Verschwiegenheit und gegenseitiges Vertrauen sind in der Gruppe oberstes Gebot. "Sie ist ein Ort der Begegnung, wo man sein kann, wie man ist, wo man verstanden wird und wo man die Möglichkeit hat zu reden", sagt Frau M. "Es ist ein Geben und Nehmen mit gegenseitiger Wertschätzung." Noch braucht es viel Öffentlichkeitsarbeit, damit die betroffenen Familienangehörige verstehen, wie wertvoll die Selbsthilfegruppe für sie ist. Jeder/e ist hier willkommen und kann jederzeit zur Gruppe kommen.

Kontakt: Selbsthilfegruppe für Angehörige und Freunde psychisch Kranker, Helene, Tel. 0471 950536

Fortbildung zum Thema „Rückfall in der Alkoholrehabilitation“



Für die freiwilligen Gruppenleiter von HANDS fand im Mai eine interne Fortbildung statt. Das Hauptthema war der Umgang mit Rückfällen in den Gruppensitzungen.

Die Referenten Dr. Paolo De`Lutti und Dr. Loris De Benedetti besprachen mit den zahlreichen Teilnehmern die Vorzeichen eines Rückfalls und den Umgang damit. Hauptaugenmerk war das Gespräch und der Austausch von jeweiligen Erfahrungswerten. Dabei wurden verschiedene Symbole und Bilder vorgestellt, die einen Zugang zu dieser schwierigen Situation erleichtern.

Eine weiteres Treffen ist für Oktober geplant.

Die Selbsthilfegruppen der Vereinigung Hands sind für Betroffene oder deren Angehörige gedacht, und finden wöchentlich in Bozen, Brixen, Meran statt, sowie in den Sprengeln von Klobenstein, Sarnthein, Lana, St. Walburg, Seis, Klausen und Sterzing.

Informationen unter der allgemeinen „Grünen Nummer“: 800 720 762

Oder jeweils:

Ambulatorium Bozen: 0471 270924

Beratungsstelle Meran: 0473 221793

Beratungsstelle Brixen: 0472 837112

Gesamtstaatliche Selbsthilfetagung in Turin



"L'auto aiuto nelle politiche di welfare" (Die Selbsthilfe in der Sozialpolitik): So lautete das Motto der 6. nationalen Selbsthilfetagung, die vom 16. bis 18. Mai in Turin stattfand.

An der Tagung nahm auch eine Delegation aus Südtirol teil, in der die zwei Mitarbeiterinnen der Dienststelle für Selbsthilfegruppen des Dachverbandes der Sozialverbände vertreten waren. Sie beteiligten sich aktiv an der Führung der bei der Tagung geplanten Arbeitsgruppen.

Auf dem Programm standen Arbeitsgruppen zu verschiedenen Themen, etwa die Zusammenarbeit

zwischen Selbsthilfe und Institutionen, die verschiedenen Formen der Selbsthilfe, die Weiterbildung, die Rolle des Selbsthilfegruppenleiters, Kommunikationsstrategien, Selbsthilfe zwischen Ethik, Laizismus und Konfession. Die Selbsthilfe ist ein Instrument und eine Kraft für den Sozialstaat - sie ist subsidiär, will sich beteiligen und einen Beitrag zum Gemeinschaftswesen leisten. Außerdem versucht die Selbsthilfe, das Bedürfnis nach Beziehungen zu anderen Menschen zu erfüllen und Emotionen und Gefühle zu teilen.

Ziel der Tagung war, ein Dokument zu verfassen, mit dem sich alle Selbsthilferealtäten in Italien identifizieren und das die Merkmale methodisch zusammenfasst, die eine gemeinsame Identität der Selbsthilfe fördern. Das Dokument kann in Zukunft als Basis für eine rechtliche und gesetzliche Anerkennung der Selbsthilfe in Italien verwendet werden.

Info: Koordinierung Selbsthilfe Piemont, Tel. 366 4177026, www.camap.org oder Dienststelle für Selbsthilfegruppen, Tel. 0471 312424, info@selbsthilfe.bz.it

Verein A.M.A.: Neuer Ausschuss

Während der jährlichen Vollversammlung der Mitglieder des Vereins A.M.A. am 09.05.08 wurde eine neue Präsidentin und ein neuer Ausschuss gewählt, der sich wie folgt zusammensetzt:

Präsidentin: Carla Leverato

Ausschussmitglieder: Anna Bologna, Vanda Farina, Mariateresa Polga e Silvana Zenorini.

Jede der Gewählten ist Ansprechperson einer Selbsthilfegruppe:

Carla Leverato: Angst und Depression (Bozen);

Anna Bologna: Angst, Depression und Panikattacken (Leifers);

Vanda Farina: Trauerarbeit (Bozen);

Mariateresa Polga: Angehörige, die chronisch Kranke pflegen (Bozen);

Silvana Zenorini: Angst, Depression und Panikattacken (Leifers).

Die Absicht, neue Gruppen in Bereichen wo es notwendig und möglich ist, zu gründen, wurde erneut bekräftigt.

Folgende Gruppen sollen gegründet werden:

in Bozen: für Eltern von Jugendlichen mit Problemen

in Leifers: für Jugendliche und ihre Schwierigkeiten

Der Verein wird ehrenamtlich geführt und möchte die Zusammenarbeit mit folgenden Diensten aus- bzw. aufbauen: den Zentren für Psychische Gesundheit (insbesondere das in Bozen Neubuchweg), der Caritas Hospizbewegung, dem Verein Freunde und Angehöriger psychisch Kranker, dem Dachverband der Sozialverbände Südtirols, dem Verein La Strada-Der Weg, (alle in Bozen), dem Verein A.M.A. (Trient) und mit allen anderen Vereinen und Diensten in Südtirol, die bereit sind, den Verein und seine Projekte zu unterstützen, die, wie die W.H.O. (Weltgesundheitsorganisation) sagt, als Ziel das Wohlergehen unserer Gesellschaft haben.

Aus der Ottawa Charta der W.H.O.: Selbsthilfe ist die Gesamtheit aller von Laien unternommener Maßnahmen, um die Gesundheit als psychisches, physisches und soziales Wohlergehen zu fördern, zu erhalten oder wiederherzustellen.

Carla Leverato

Für Informationen: Carla Leverato: Tel. 0471 916091, Anna Bologna, Tel. 0471 950816

Termine/Weiterbildungskalender

Die Termine werden nach Sprachgebrauch angeführt

Zusätzliche Termine im Internet unter <http://ma-sh.social-bz.net/487d503.html> oder unter <http://www.social.bz.it/events.php>

Datum	Veranstaltung	Ort
25.08.2008 - 30.08.2008	Corso di sensibilizzazione all'approccio ecologico-sociale ai problemi alcolcorrelati e complessi - metodo Hudolin Segreteria organizzativa: Roberto Cuni, Valerio Zanghellini. Quota: gratuito Info ed Iscrizione: APCAT Trentino - Centro Studi, Trento, tel. 0461391482; E-mail: csdpa@iol.it , http://www.apcattrentino-centrostudi.it/formazione.asp	Val di Ledro
12.09.2008	Selbsthilfetagung: wie Selbsthilfe wirkt - was Selbsthilfe braucht Kompetenzen, Potenziale und Ressourcen der Selbsthilfegruppen nutzen und fördern Auto aiuto come risorsa: efficacia e necessità Utilità e promozione di competenze, potenzialità e risorse dei gruppi di auto aiuto Info: Dienststelle für Selbsthilfegruppen - Servizio per gruppi di auto mutuo aiuto, Tel. 0471 312424, info@selbsthilfe.bz.it - info@autoaiuto.bz.it	Bozen-Bolzano Pastoralzentrum centro pastorale



Schönen Sommer

wünschen Ihnen
die Mitarbeiterinnen der Dienststelle für Selbsthilfegruppen
Irene Gibitz und Julia Kaufmann

In den Monaten Juli und August ist die Dienststelle für Selbsthilfegruppen von Mo bis Fr von 8.30 - 12.30 h für den Parteienverkehr geöffnet. Auf Anfrage können auch Termine am Nachmittag vereinbart werden.

Vom 11.08. - 17.08.2007 bleibt die Dienststelle für den Parteienverkehr geschlossen.

Redaktionsschluss für das nächste Infoblatt: 22.09.08

Das **Infoblatt** der Dienststelle für Selbsthilfegruppen erscheint 2 - 4-mal jährlich. Es kann im Internet unter: <http://ma-sh.social-bz.net/487d904.html> herunter geladen werden.

Nutzen Sie das Infoblatt, um eigene Beiträge zum Thema Selbsthilfe veröffentlichen zu lassen!

Wenn Sie das Infoblatt **kostenlos** erhalten möchten, schicken Sie bitte eine E-Mail an: info@selbsthilfe.bz.it

Aktuellste Informationen zum Thema Selbsthilfe finden Sie auf unserer Homepage: www.selbsthilfe.bz.it

Angaben und Daten werden überprüft, dennoch kann keine Gewähr für deren Richtigkeit gegeben werden. Jede Haftung ist ausgeschlossen.

Impressum:

Herausgeber:

Dienststelle für Selbsthilfegruppen
Dachverband der Sozialverbände Südtirols
39100 Bozen, Dr.-Streiter-Gasse 4
Tel. 0471 312424 - Fax 0471 324682
E-Mail: info@selbsthilfe.bz.it
Web: www.selbsthilfe.bz.it

Redaktion und Gestaltung:

Dr. Julia Kaufmann und Dipl. Soz. Ass. Irene Gibitz

Das Infoblatt wurde mit Unterstützung der Abteilung Sozialwesen der autonomen Provinz Bozen und des Sonderfonds für ehrenamtliche Tätigkeit realisiert.

