

Wie wirken Selbsthilfegruppen?

Teilnehmer*innen berichten

- » Ich bin **motivierter** im Umgang mit meiner Erkrankung.
- » Ich kann die Qualität von **Gesundheitsinformationen besser beurteilen**.
- » Ich bin **zuversichtlicher** im Umgang mit der Erkrankung.
- » Ich bin **selbstsicherer** im Umgang mit Fachpersonal im Gesundheitswesen.
- » Ich **profitiere** von den Erfahrungen anderer Betroffener.

Selbsthilfe bietet

Selbsthilfe bedeutet für verschiedene Teilnehmer*innen viele unterschiedliche Dinge. Aber Selbsthilfe bedeutet für fast alle auch eines: Sich nicht alleine fühlen.

Gemeinschaft

Freude und Leid teilen

Kommunikation

gegenseitiges Verständnis

Wissen

über Krankheit und Patientenrechte

Kompetenz

in der Krankheitsbewältigung

Durchsetzungsfähigkeit & Rückhalt

Partnerschaft mit Fachpersonal

Der Tätigkeitsbereich erstreckt sich auf die gesamte Steiermark – unser Büro befindet sich in Graz.



– jugend am werk

Lauzilgasse 25, 8020 Graz
Tel. +43 (0) 50 / 7900 5910
Mobil +43 (0) 664 / 8000 6 4015
office@selbsthilfe-stmk.at
www.selbsthilfe-stmk.at

Bürozeiten:

Mittwoch 14:00–16:00 Uhr
Dienstag und Donnerstag 09:00–12:00 Uhr
oder Termine nach Vereinbarung



Die Selbsthilfe Steiermark wird von Jugend am Werk Steiermark durchgeführt.



– jugend am werk



Service- & Kontaktstelle

www.selbsthilfe-stmk.at

Was bietet die Selbsthilfe Steiermark?

Selbsthilfe Steiermark bietet als Service- und Kontaktstelle einen organisatorischen Rahmen für die Selbsthilfeangebote in der Steiermark.

Unser zentrales Anliegen ist es, Selbsthilfestrukturen und -aktivitäten zu unterstützen und für Betroffene leichter zugänglich zu machen.

„ Wir schaffen Rahmenbedingungen, die ein effektives Arbeiten und eine Aktivierung der Selbsthilfe ermöglichen. “

Information

für Betroffene, Angehörige und Interessierte und aktuelles Gruppenverzeichnis

Servicestelle

für Selbsthilfegruppen und Gründungsservice für neue Gruppen

Sensibilisierungs- und Öffentlichkeitsarbeit

in Form von Broschüren, Newslettern, Website und Veranstaltungen

Qualitätsentwicklung

in der Selbsthilfe durch Weiterbildungen und Dialogforen

Netzwerkarbeit

in den steirischen Regionen

Unterstützung

von Projekten und Initiativen der Selbsthilfegruppen im Bereich der Gesundheitsförderung

