



_ jugend am werk

Serviceleistungen

der Service- und Kontaktstelle
Selbsthilfe Steiermark



Inhalt

Präambel.....	2
1. Gründungsphase.....	4
2. Qualitätsentwicklung in Selbsthilfegruppen.....	4
3. Unterstützungsleistungen in Organisation und Administration	5
4. Informationsweitergabe	6
5. Öffentlichkeitsarbeit.....	8
6. Gesundheits- und Sozialbereich	9
Allgemeines.....	10

2



7. AUFLAGE März 2020

IMPRESSUM

Selbsthilfe Steiermark

Lauzilgasse 25/3
8020 Graz
050 7900 5910
office@selbsthilfe-stmk.at
www.selbsthilfe-stmk.at

durchgeführt von

jugend am werk –

– vielfalt wirkt

gefördert von



Präambel

Die Selbsthilfe Steiermark ist von der Stadt Graz und dem Land Steiermark (Gesundheit und Soziales) als parteiunabhängige Service- und Kontaktstelle eingerichtet und bietet 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.

Zu den Serviceleistungen der Selbsthilfe Steiermark gehören u. a. Unterstützung in der Gründungsphase einer Selbsthilfegruppe, die Übernahme administrativer und organisatorischer Leistungen für bestehende Selbsthilfegruppen und -organisationen in der Steiermark, Öffentlichkeitsarbeit zum Thema „Selbsthilfe“ und Brückeninstanz zu Einrichtungen im Sozial- und Gesundheitsbereich auf Stadt- und Landesebene.

3

Unter der Voraussetzung, dass in der Selbsthilfe Steiermark die notwendigen personellen, finanziellen und strukturellen Ressourcen vorhanden sind, stehen die nachfolgend angeführten Unterstützungsleistungen den steirischen Selbsthilfegruppen und -organisationen – siehe Anlage – zur Verfügung.

1. Gründungsphase

	Serviceleistung der Selbsthilfe Steiermark	Was wir von Ihnen benötigen?
1.1	Erstinformation	Terminvereinbarung
1.2	Gründungsgespräch (Abklärung der Vorstellungen & Erwartungen, klären von Positionen und Rollen; Unterstützungsmöglichkeiten)	Terminvereinbarung für ein persönliches Gespräch
1.3	Unterstützung bei der organisatorischen Vorbereitung des ersten Gruppentreffens und, wenn gewünscht, auch Moderation durch eine Vertretung der Selbsthilfe Steiermark	Terminabstimmung

4

Notizen:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. Qualitätsentwicklung in Selbsthilfegruppen

	Serviceleistung der Selbsthilfe Steiermark	Was wir von Ihnen benötigen?
2.1	Beratung und Information	Terminvereinbarung
2.2	Themenübergreifende Weiterbildungen für Kontaktpersonen und Selbsthilfegruppen-Teilnehmer*innen	Kooperationsvereinbarung und fristgerechte Anmeldung
2.3	Organisation & Durchführung des Austauschforums/Tag der Selbsthilfe	Anmeldung erbeten
2.4	Information in den steirischen Regionen	Anmeldung erbeten
2.5	Leitfäden & Informationsmaterial für die Arbeit in der Selbsthilfe	
2.6	Teilnahme an Gruppentreffen durch eine Vertretung der Selbsthilfe Steiermark	Einladung erfolgt zeitgerecht
2.7	Moderation von Gruppenprozessen und Konfliktmanagement in schwierigen Gruppensituationen durch eine Vertretung der Selbsthilfe Steiermark	Vorgespräch und Terminabsprache

5

Notizen:

.....

.....

.....

3. Unterstützungsleistungen in Organisation und Administration

	Serviceleistung der Selbsthilfe Steiermark	Was wir von Ihnen benötigen?
3.1	Unterstützung bei der Organisation von Räumlichkeiten und techn. Hilfsmitteln (Beamer, Flipchart,) für die Gruppentreffen	Zeitgerechte Terminbekanntgabe
3.2	Unterstützung bei der Suche nach Referent*innen und Recherche zu themenbezogenen Informationen	Thema wird von der SHG vorgegeben
3.3	Erstellung und Vervielfältigung von Informationsunterlagen (Informationsmaterial, Folder, Plakate ...)	Informationsmaterial in geringer Menge (10 Stück) kann sofort kopiert werden, größere Mengen können nach einer vereinbarten Zeit abgeholt werden
3.4	Adressdatenbankverwaltung	Bekanntgabe von Kontaktdatenänderungen
3.5	Ankündigung von Gruppentreffen und Veranstaltungen	Zeitgerechte Terminbekanntgabe
3.7	Auszahlungen aus dem Kleinfördertopf	Förderantrag
3.8	Fördermanagement der Projektanträge aus dem Selbsthilfe-Fördertopf der Steiermärkischen Gebietskrankenkasse	Fristgerechte Einreichung der Projektanträge

6

Notizen:

.....

4. Informationsweitergabe

	Serviceleistung der Selbsthilfe Steiermark	Was wir von Ihnen benötigen?
5.1	Aktive Information über bestehende steirische Selbsthilfegruppen und -organisationen, z. B. im Rahmen von Gesundheitsmessen (nach Maßgabe der vorhandenen Ressourcen)	Aktuelle Informationen (Kontaktdaten, Gruppentermine und -aktivitäten) liegen der Selbsthilfe Steiermark vor
5.2	Bei konkreten Anfragen Weitergabe von Kontaktdaten einzelner Selbsthilfegruppen und -organisationen bzw. Veröffentlichung der Gruppentreffen und Gruppenveranstaltungen	Umgehende Information über Änderungen der Kontaktdaten und Gruppentreffen und -veranstaltungen

7

Notizen:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

5. Öffentlichkeitsarbeit

	Serviceleistung der Selbsthilfe Steiermark	Was wir von Ihnen benötigen?
6.1	Unterstützung bei der gruppenspezifischen Öffentlichkeitsarbeit und beim Internetauftritt	Vorgespräch und Auftragsklärung
6.2	Organisation von gemeinsamen Veranstaltungen (Selbsthilfe Steiermark und Selbsthilfegruppen und -organisationen)	zeitgerechte Abstimmung notwendig
6.3	Selbsthilfe Steiermark Newsletter	Themen und Termine werden zeitgerecht vor Aussendung bekanntgegeben
6.4	Druckverzeichnis der steirischen Selbsthilfegruppen und -organisationen, das Verzeichnis wird an Krankenhäuser und relevante Organisationen im Sozial- und Gesundheitsbereich verteilt	Bekanntgabe der aktuellen Daten
6.5	Onlineverzeichnis der steirischen Selbsthilfegruppen und -organisationen, Termine der Gruppentreffen und -veranstaltungen auf der Website der Selbsthilfe Steiermark	laufende Bekanntgabe der aktuellen Kontaktdaten, Gruppentreffen und Veranstaltungen
6.6	Homepage der Selbsthilfe Steiermark	
6.7	Facebook-Seite der Selbsthilfe Steiermark	

6. Gesundheits- und Sozialbereich

	Serviceleistung der Selbsthilfe Steiermark	Was wir von Ihnen benötigen?
7.1	Einbringen von kollektiven Interessen (Anliegen und Bedürfnisse der Gruppenteilnehmer*innen) in relevante Gremien auf sozial- und gesundheitspolitischer Ebene	Es handelt sich nachweislich um Gruppeninteressen – Einzelinteressen können nicht berücksichtigt werden
7.2	Brückeninstanz zu Entscheidungsträgern (Landesregierung, Behindertenanwaltschaft, Sozialversicherungsträger...), damit die Erfahrungen aus dem Selbsthilfebereich in der Diskussion berücksichtigt werden	Themen/Anregungen können laufend in der Selbsthilfe Steiermark eingebracht werden
7.3	Kooperationen und Netzwerkarbeit	Anregungen werden von der Selbsthilfe Steiermark gerne angenommen
7.4	Fachliche und sozialwissenschaftliche Auseinandersetzung mit dem Thema Selbsthilfe	Bei Interesse, Mitarbeit an Projekten

Notizen:

.....

.....

.....

Allgemeines

Unterstützt werden

- Selbsthilfegruppen – lose Zusammenschlüsse von Betroffenen/Angehörigen, die mit nach innen orientierten Gruppenaktivitäten eine Veränderung ihrer persönlichen Lebenssituation anstreben.
- Selbsthilfeorganisationen – vereinsmäßig organisierte Zusammenschlüsse, deren Aktivitäten vielfach auch nach außen orientiert sind, z. B. Interessensvertretung der Mitglieder, Einflussnahme auf die Gesundheits- und Sozialpolitik und die Versorgung.
- Selbsthilfegruppen und -organisationen, die nicht professionell geleitet werden und keinen kommerziellen Hintergrund erkennen bzw. vermuten lassen.
- Selbsthilfegruppen und -organisationen, deren Aktivitäten sich an den „Funktionen von Selbsthilfegruppen“ (Studie „Wirkung von Selbsthilfegruppen auf die Persönlichkeit und Lebensqualität“, 2005 – siehe nächste Seite) orientieren.
- Aktivitäten von Selbsthilfegruppen und -organisationen mit der Zielsetzung, die Teilnehmer*innen und Mitglieder im Umgang mit ihrer schwierigen Lebenssituation zu stärken (Empowerment) und die Erfahrungskompetenz zu erhöhen und zu festigen.
- Selbsthilfeorganisationen, die kollektive Interessen umsetzen, in dem sie sich am Bedarf und an den Bedürfnissen der Gruppenteilnehmer*innen und Mitglieder orientieren.
- Selbsthilfegruppen und -organisationen, die sich als Ergänzung der professionellen medizinischen, sozialen, juristischen und /oder therapeutischen Versorgung bzw. Beratung sehen. Grundlage für die Beratung in Selbsthilfegruppen ist die Erfahrungskompetenz durch die unmittelbare (persönlich betroffen) bzw. mittelbare (Angehörige) Betroffenheit.

Das AEIOU von Selbsthilfegruppen

Die Funktion von Selbsthilfegruppen kann aufgrund der Aussagen von Selbsthilfegruppen-Verantwortlichen mit fünf Begriffen umschrieben werden.

A – wie einander Auffangen

Betroffene, die sich alleingelassen und desorientiert fühlen, werden in der Gruppe aufgefangen und finden wieder neuen Mut. Außerdem kann das freiwillige Bündnis der Gruppe auch bestehende Netze, Beziehungen, Familie und Freunde entlasten und so einer Isolation oder Vereinzelung entgegenwirken.

E – wie sich gegenseitig Ermutigen

Betroffene werden durch das Gespräch in der Selbsthilfegruppe ermutigt und gestärkt. Passive Patient*innen können so aktiv handeln und übernehmen Verantwortung für sich und den eigenen Gesundheitsprozess.

I – wie Informieren und informiert werden

In der Selbsthilfegruppe findet Erfahrungsaustausch statt. Dieser findet auf Augenhöhe statt, jeder ist betroffen, alle sind Schicksalsgefährte*innen und vor allem Expert*innen in eigener Sache. In SHG wird aber auch Fachwissen zusammengetragen und ergänzt mit Erfahrungswissen entsteht ein facettenreiches und ganzheitliches Wissen.

O – wie einander Orientierung geben

Betroffene lernen Menschen mit gleichen oder ähnlichen Krankheitsbildern kennen, können sich so aneinander orientieren und gemeinsam Bewältigungsstrategien entwickeln und gewinnen wieder damit mehr oder auch eine neue Lebensqualität.

U -wie einander Unterhalten

Neben dem fachlichen Austausch, der sich auf die Erkrankung und deren Bewältigung bezieht, spielen auch gesellschaftliche und freundschaftliche Sozialkontakte eine wichtige Rolle bei der Krankheitsbewältigung.

Auszug aus der Zusammenfassung der österreichischen Studie „Wirkung von Selbsthilfegruppen auf Persönlichkeit und Lebensqualität“, die 1999 von Univ. Prof. Dr. Herbert Janig (Universität Klagenfurt) im Auftrag des Fonds Gesundes Österreich durchgeführt