

Selbsthilfe-Fachtagung

Eine geistreiche, emotionale Berührung
mit der Selbsthilfe Vorarlberg

Herzlich Willkommen

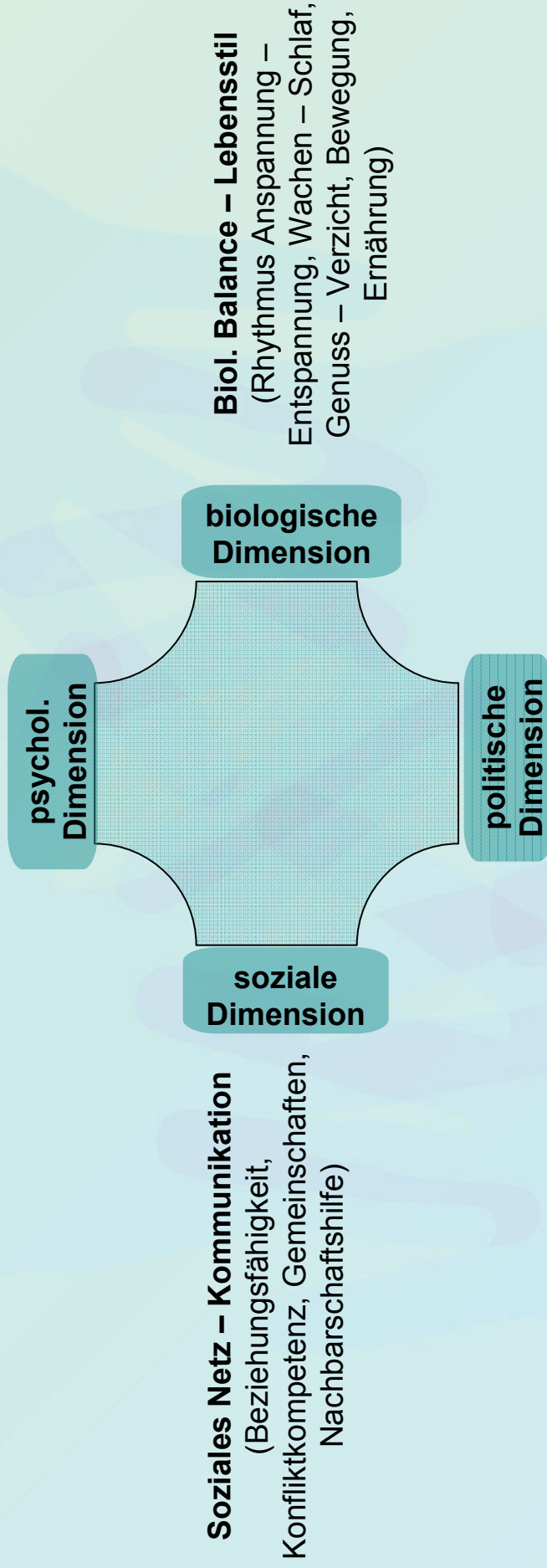
Eine Veranstaltung des SelbsthilfeClub Antenne, im Auftrag des Landes Vorarlberg unter Mitwirkung von 40 Selbsthilfegruppen, -initiativen, -vereinen aus Vorarlberg
Mit freundlicher Unterstützung von



Das Lebensqualitäts-Modell Q²:

Selbstverwirklichung – Lebenskultur

(Kreativität, Emotionale Bewegtheit, Integration von Schwächen, Rituale, Risikokompetenz, Umgang mit Grenzen, Reflexionsrahmen, Sinnggebung)



Soziales Netz – Kommunikation
(Beziehungsfähigkeit, Konfliktkompetenz, Gemeinschaften, Nachbarschaftshilfe)

biologische Dimension

Biol. Balance – Lebensstil
(Rhythmus Anspannung – Entspannung, Wachen – Schlaf, Genuss – Verzicht, Bewegung, Ernährung)

politische Dimension

Erfüllung von ökon./ ökol. und gesellschaftl.

Grundbedürfnissen – Rechte

(Grundrechte, Partizipation, Arbeit, ökon. Absicherung, Bildungsprozesse, ökologische Balance, natürliches Umfeld)

Selbsthilfe-Fachtagung

Eine geistreiche, emotionale Berührung
mit der Selbsthilfe Vorarlberg

Jürgen Matzat

Entwicklung der Selbsthilfe in den Letzten 30 Jahren

Eine Veranstaltung des SelbsthilfeClub Antenne, im Auftrag des Landes Vorarlberg unter Mitwirkung von 40 Selbsthilfegruppen, -initiativen, -vereinen aus Vorarlberg.
Mit freundlicher Unterstützung von



HISTORISCHER WANDEL

➔ Wandel im Krankheitsspektrum

von *akut* und *infektiös* zu *chronisch* und *psychosozial*

➔ Zerfall sozialer Netze

z.B.: Familie
Nachbarschaft
Kirchengemeinde
Vereine
Partei, Gewerkschaft

Einsamkeit, Isolation, Beziehungslosigkeit sind

bedeutsame RISIKOFAKTOREN !!!

*Bindung, Zuwendung, soziale Anerkennung
sind Puffer gegen Streß*

➔ Wertewandel ("68" / "89")

Soziale Bewegungen, z. B. Frauen-, Friedens-, Umwelt-,
Demokratisierung, Bürgerbeteiligung, Emanzipation,
Selbst-Bestimmung, -Bewußtsein, -Verantwortung,

➔ Bildungsniveau, Informationstechnologien

**ÜBER-, UNTER- UND
FEHLVERSORGUNG
CHRONISCH KRANKER.....
(SVR 2002)**

Defizite und Fehlsteuerungen :

- **Dominanz akutmedizinischer Versorgung**
- „Somatische Fixierung“ des Gesundheitssystems
- Vernachlässigung der Prävention
- Vernachlässigung der Rehabilitation
- Unzureichende Patienten - Schulung,
Patienten - Information und Partizipation

nach: Prof. Rolf Rosenbrock,
IPPNW-Kongress, Nürnberg, 21.10.2006

**ENTWICKLUNGSPHASEN
DER SELBSTHILFE-BEWEGUNG
IN DEUTSCHLAND**

etwa ...	Phase der
bis 1977	Ignoranz (1953 erste AA-Gruppe, 1968 Gründung der BAGH)
1977 - 82	Neugier // Widerstand (Forschungsprojekte in GI, HD, HH)
1982 - 87	Akzeptanz, Idealisierung (DAG SHG; NAKOS; Kontaktstellen)
1987 - 92	Institutionalisierung, Professionalisierung (Modellprogramme des Bundes)
1992 - ??	Finanzierung, "Legalisierung" (§ 20 SGB V)
1.1.2000	Gesundheitsreform 2000 (§ 20, Abs. 4, SGB V)
1.7.2001	Reha-Gesetz (§ 29, SGB IX)
1.1.2004	Modernisierungsgesetz (§ 140 f SGB V)

ZUSTIMMUNG IN REPRÄSENTATIVEN UMFRAGEN

1983 35 % (GRUNOW et al.)

1998 76 % (DAK)

2004 84 % (JANSSEN CILLAG)

TEILNAHME

2003 8,9 % (Gesundheits-
survey des RKI)

VERBREITUNG DER SELBSTHILFE

(DEUTSCHLAND: 80 MILL. EINWOHNER)

ca. 70.000 bis 100.000 *Gruppen* in der BRD

ca. 75% der Gruppen im *Gesundheitsbereich*

ca. 1.000 Selbsthilfegruppen in Österreich ?

ca. 100 *Organisationen* in BAGS, DPWV, DHS

(chronische Erkrankung, Behinderung, Sucht)

ca. 300 *Selbsthilfe-Kontaktstellen* in der BRD

11 Dachverbände und Kontaktstellen in der ARGE

ca. 84 % der Bevölkerung *potentielle*
Selbsthilfegruppen – Nutzer

"Vierte Säule des Gesundheitswesens"

(Horst Seehofer, Gesundheitsminister)

⇒ *Selbsthilfe kein "Leistungserbringer" !!!!!*

DEFINITION

**In Selbsthilfegruppen *kommen Menschen zusammen,*
die unter einem gemeinsamen *Problem leiden,*
um mit *vereinten Kräften*
ohne professionelle Leitung
etwas zu dessen Überwindung *beizutragen.***

TYPLOGIE

1) *Anonymous* - Gruppen
(AA, BA, EA, EKS, GA, OA, . . .)

2) Selbsthilfe - *Organisationen*
(Allergie / Asthma, Colitis / Crohn, Diabetes, Krebs,
Neurodermitis, Psoriasis, MS, Rheuma, . . .)

3) *Gesprächs* - Selbsthilfegruppen
(Angst / Panik, Depression,
Kontakt- / Beziehungsstörungen,
Trauer, Trennung / Scheidung
psychosomatische Symptome, . . .
"für seelische Gesundheit")

KONTAKTSTELLE FÜR SELBSTHILFEGRUPPEN

Dokumentation der örtlichen SHG-Landschaft
Information über Idee und Konzept von SHG
Zugang zu bestehenden Gruppen („*Clearing*“)
Unterstützung bei der *Gründung* neuer SHG
Beratung von / mit SHG
Vernetzung von SHG
Vermittlung von *Räumen*, Finanzen etc.
Hilfe bei *Öffentlichkeitsarbeit*
Drehscheibe zwischen professionellem
Versorgungssystem und Selbsthilfesystem
Sprachrohr-Funktion

Finden Sie bitte in der ersten Zeile der Tabelle die angebotenen Themengruppen. In den ersten drei Spalten finden sie "aktive" Gruppen, in den zwei rechten Spalten Gruppen zum zusehen, zuhören... Je Spalte gibt es zwei Gruppen zur Auswahl, an denen Sie ganz nach Ihrem Interesse teilnehmen können. Bitte wählen Sie nun Ihre zwei Gruppen...

Themengruppe:	Selbsthilfegruppen, Methoden die helfen	Sich selbst helfen, Selbsthilfe als Lebensstil	Politische Selbsthilfe	Selbsthilfe erleben	Geschichten die gefallen (Fallgeschichten)
Ort:	Bühne großer Saal	Großer Saal	Blasmusiksaal, Keller Ost	Foyer Keller, Stiege Haupteingang	Pfarrsaal, Keller Stiege Haupteing.
Moderation:	Peter Wetzler	Gerald Koller	Karl-Heinz Marent	Isabella	Manusch
FachreferentInnen:	Jürgen Matzat und Aktivisten	Aktivisten	Michael Lederer und Aktivisten	Vereine, Initiativen, ...	mit Gunzi und Betroffenen
14.00 – 14.45	<p>Wie wird aus einem Flämmchen ein brennendes Feuer?</p> <p>Förderliche Maßnahmen für das Leben und Überleben von Selbsthilfegruppen.</p> <p>In diesem Workshop wollen wir der Frage nachspüren was ist der Treibstoff (fördernde Faktoren) einer Selbsthilfegruppe, von der Gründung bis zur Etablierung einer ganzen Bewegung.</p>	<p>Meine eigenen heilenden Kräfte?</p> <p>Von Wicklungen zu Entwicklungen, erfolgreiche Wege zu mehr Lebensqualität</p> <p>Die Vielfalt der Klavertasten, die das Spielen einer reichhaltigen Lebensmelodie ermöglichen, wollen wir hier gemeinsam mit den Besuchern des Workshops festhalten. Wieso die „kleinen Dinge im Leben genießen“ so eine große Widerstandskraft entfalten kann und was es mit "dem Mut zu versagen" auf sich hat.</p>	<p>Wider die Ausgrenzung?</p> <p>Wege zu mehr Solidarität. In diesem Workshop möchten wir Instrumente kennenlernen, die geeignet sind mehr Solidarität in der Gesellschaft zu fördern. Wir möchten Möglichkeiten und Grenzen von Interessensvertretungen und Selbsthilfe aufzeigen.</p>	<p>Eine beispielhafte Selbsthilfegruppe</p> <p>Ja, was tut Mann/Frau denn so, beim Besuch einer Selbsthilfe-gruppe? Was soll das bringen? Und überhaupt! Ich hab' mit meinen eigenen Problemen genug zu tun! Erleben Sie "live", wie sich diese Form des Miteinanders anfühlt!</p>	<p>Fallgeschichten</p> <p>Jugendliche mit Down Syndrom musizieren und erzählen, eine Betroffene berichtet über ihre Erfahrungen mit Fibromyalgie in der SH, Ein anonym Alkoholiker erzählt</p>
15.00 – 15.45	<p>Die heilenden Kräfte von Selbsthilfegruppen?</p> <p>Die Zutaten, Methoden die in Gruppen ihre heilende Wirkung entfalten.</p> <p>Lernen Sie in diesem Workshop die Hintergründe, Methoden in Selbsthilfegruppen kennen, die mit dazu beitragen, dass Selbsthilfegruppen bei TeilnehmerInnen zu mehr Lebensqualität führen.</p>	<p>Gesund und Krank gemeinsam?</p> <p>Heilungswege – lifestyle Wege! Die Burnout-Prophyaxe der „gesunden Gesellschaft“!</p> <p>Wie können wir gemeinsam voneinander lernen? Wie kommen wir zusammen, wer läßt "Anderer/Neue" Teilhaben an den alltäglichen Ritualen, wo ist die Böse der Laienhilfe, des Miteinanders?</p>	<p>Die strukturelle Nahrung der Selbsthilfebewegung?</p> <p>Förderliche Rahmenbedingungen für mehr Bürgerengagement und Solidarität. Was sind die politischen Möglichkeiten Selbsthilfe und Bürgerengagement zu fördern. Welche Widerstände gibt es, die eine Stärkung der Selbsthilfe bzw. eine aktive Mitsprache und Mitgestaltung von Bürgern verhindern.</p>	<p>12 Schritte zu mehr Lebensqualität?</p> <p>Wer glaubt wird seel-ig. Eine Höhere Macht ist spürbar in unser aller Leben. Manchmal deutlich. Manchmal eher diffus. Der Verlust religiöser Rituale und des Haltes, den sie geben, führt oftmals in andere Abhängigkeiten. Beziehungssucht, Esssucht, Alkoholsucht, Medikamentensucht ... Doch was ist eigentlich mit unserer SEHN-SUCHT?</p>	<p>Fallgeschichten</p> <p>Wege aus der Depression - eine Betroffene berichtet, wie funktioniert der Triolog, die Geschichte einer Co-Abhängigen, eine Fibromyalgie Betroffene berichtet, AI/Anon dargestellt von einer Angehörigen, ein Betroffener über das Thema Prostatakrebs</p>
16.15 - 17.00	Rückmeldungen im großen Saal				

Übersicht Messestände

Messestand Nr.	Gruppe / Initiative
Saal	
	1 People First
	2 REIZ - Selbstbestimmt leben
	3 ÖZIV
Foyer	
	4 Schlafapnoe
	5 Transidente Menschen
	6 Depressionen
	7 Angst Panik Depressionen
	8 Arbeitsuchende
	9 Tauschkreis
	10 CliniClowns
	11 Anonyme Alkoholiker
	12 AL - ANON
	13 HPE
	14 Emotion Anonymus
	15 Beratungsstelle <Omnibus>
	16 Trialog
	17 Autistenhilfe
	18 CODA - Beziehungsstörung
	19 Scheidung / Trennung
	20 Prostata Männer SH nach Krebs
	21 Frauenselbsthilfe nach Krebs
	22 Neurofibromatose
	23 Epilepsie
	24 Huntington
	25 Multiple Sklerose
	26 Morbus Bechterew
	27 NOAH - Albinismus
	28 Tinitus
	29 Rheuma-Liga
	30 Fibromyalgie
	31 Polyarthritis
	32 Osteoporose Bludenz
	33 Osteoporose Bregenz
	34 SHG Angehörige v. Menschen mit Neurologischen Erkrankungen
	35 Zöliakie
	36 Lebensraum Bregenz
	37 Parkinson
1. Stock	
	Netzwerk ElternSelbsthilfe
	38 Verein Integration
	39 Lippen-Kiefer-Gaumen-Spalten
	40 Lotsendienst - Rettet das Kind
	41 SHG Frühgeborene
	42 Elternverein für Menschen mit Behinderungen
	43 Elternselbsthilfe für sehgeschädigte Kindern
	44 Lega VlbG.
	45 AG Down-Syndrom
Galerie, 1.Stock	
	46 Hinterbliebene Angehörige nach Suizid
	47 Sexueller Missbrauch
	ohne Stand EVA
	ohne Stand Frauencafe
beim Tagungsbüro	
	Ich bin dabei - Chancen geben
	Selbsthilfe Vorarlberg
	Zukunftsbüro
beim Eingang	
	Tagungsbüro