



Servizio per Gruppi di auto aiuto

Indice

| | |
|--|----|
| Relazione 2021 | 3 |
| 1. Informazione e consulenza | 3 |
| 2. Cooperazione e collaborazione | 4 |
| 3. Sensibilizzazione e relazioni pubbliche | 5 |
| 4. Eventi | 5 |
| 5. Dati statistici sull'attività svolta | 6 |
| 6. Progetto Auto Aiuto online | 8 |
| | |
| Programma 2022 | 10 |
| 1. Informazione e consulenza | 10 |
| 2. Cooperazione e collaborazione | 11 |
| 3. Sensibilizzazione e relazioni pubbliche | 11 |
| 4. Eventi | 12 |



Federazione per il Sociale
e la Sanità OdV
Servizio per Gruppi
di auto aiuto



Con il sostegno di



Servizio per Gruppi di auto aiuto

Il Servizio per Gruppi di auto aiuto, fondato nel 2001, è uno sportello sul territorio provinciale di consulenza professionale gestito dalla Federazione per il Sociale e la Sanità (FSS). Le attività sono svolte per conto delle Organizzazioni socie e in stretto coordinamento con le autorità locali. Attualmente sono circa i 200 gruppi di auto aiuto in Alto Adige. In questi ultimi anni i gruppi di auto aiuto - affianco agli ospedali, ambulatori e servizi sanitari pubblici - si sono affermati nella discussione delle politiche sanitarie come quarta colonna del sistema sanitario: la loro efficacia positiva e preventiva sul benessere delle persone è ampiamente riconosciuta.

| | |
|-----------|---|
| Obiettivi | L'obiettivo del Servizio è di sostenere, consolidare e affiancare mediante consulenza professionale i gruppi di auto aiuto già esistenti o da avviare in Alto Adige, al fine di evidenziare le energie e le potenzialità dell'auto aiuto per il sostegno reciproco. |
| Risorse | I costi sono coperti da contributi della Ripartizione provinciale Politiche sociali e da mezzi propri, mentre il finanziamento di progetti avviene tramite la Ripartizione provinciale Presidenza. |
| Contatti | Telefono 0471 1888110 - mail info@autoaiuto.bz.it - 39100 Bolzano, Via Dr. Streiter 4 |
| Team | Julia Kaufmann, Laura Harzenmoser, Günther Sommia |

Mission

Il Servizio per Gruppi di auto aiuto si considera un punto di riferimento qualificato per l'auto aiuto in Alto Adige: sostiene nelle fasi di avvio di un gruppo di auto aiuto e fa in modo che questo gruppo diventi un **luogo di incontro e di scambio** per sostenersi e consigliarsi a vicenda. L'intensa e qualificata cura di contatti a tutti i livelli, in tutte le reti e sistemi, è in questo senso tra le attività più importanti del Servizio.

Ambiti di attività

Informazione e consulenza

Ci rivolgiamo a persone che intendono avviare un gruppo di auto aiuto, conoscere altri gruppi di auto aiuto esistenti o unirsi a un gruppo di auto aiuto. Offriamo consigli pratici, per esempio, sulla gestione delle dinamiche di gruppo e su questioni organizzative o comunicative (es. realizzare un volantino o trovare una sala per gli incontri).

Cooperazione e collaborazione con professionisti del settore sociale e sanitario

Per fornire consulenza e sostegno mirati per i gruppi di auto aiuto è necessaria la cooperazione con le istituzioni di riferimento nel Sociale e nella Sanità sia private che pubbliche. Gli aspetti alla base di queste cooperazioni sono: informazione generali sull'auto aiuto, contatti reciproci di persone e familiari, accordi sul sostegno condiviso per i gruppi di auto aiuto, organizzazione di eventi collettivi.

Lavoro di sensibilizzazione e pubbliche relazioni

L'obiettivo è di creare un clima favorevole all'auto aiuto e far conoscere l'auto aiuto a un pubblico sempre più ampio. Questo avviene, tra l'altro, nel lavoro con i media locali e l'organizzazione di incontri ed eventi, attraverso la Newsletter del Servizio e il suo materiale informativo.

Attività ed eventi

Il Servizio per Gruppi di auto aiuto organizza seminari online, incontri online per i gruppi di auto aiuto e incontri formativi in presenza, riunioni per il lavoro in rete e consulenza tra pari per la facilitazione nei gruppi.

La pandemia ha fortemente influenzato il lavoro del Servizio nel 2021. Il percorso di digitalizzazione intrapreso nel 2020 è comunque proseguito, i servizi offerti sono stati adattati di conseguenza e i gruppi di auto aiuto sono stati motivati ove possibile a utilizzare forme alternative di comunicazione digitale per mantenere i contatti.

A questo proposito, è stato realizzato un pacchetto completo di indicazioni pratiche con il progetto 'Progetto Auto Aiuto Online' (vedi pag. 8): webinar, incontri online dell'auto aiuto, formazioni, consulenza individuale fino alla pubblicazione di un opuscolo con linee guida per le riunioni online, al fine di agevolare i gruppi di auto aiuto nel continuare la loro significativa attività.

Le quattro principali aree di attività del Servizio per Gruppi di auto aiuto:

1. Informazione e consulenza

Coronavirus: sondaggio tra i gruppi di auto aiuto su esperienze, riflessioni e richieste

Alla fine del 2021, il Servizio ha avviato una serie di contatti telefonici con tutti i gruppi di auto aiuto – con un terzo di gruppi già raggiunti su un totale di 180.

Con questa iniziativa, il team del Servizio desidera ottenere un quadro completo dello stato d'animo nei gruppi di auto aiuto dopo oltre un anno e mezzo dall'inizio della pandemia, ma anche consolidare e mantenere aperto il contatto e lo scambio tra il Servizio e i gruppi.

"A quale punto si trova il gruppo oggi, come è andata nella prima metà del 2021, come andrà avanti ora, quali esigenze di sostegno hanno i gruppi" sono alcune tra le domande poste nel corso del sondaggio.

Oltre a controllare i dati attuali negli archivi, il team del Servizio intende inoltre verificare se e a chi inviare via WhatsApp informazioni su corsi, eventi ecc. Il sondaggio proseguirà nel 2022 (vedi anche Programma 2022).

Persone interessate all'auto aiuto

L'informazione e la consulenza per le persone interessate ai gruppi di auto aiuto esistenti in Alto Adige e al tema dell'auto aiuto è stata fornita nel 2021 per un totale di 674 contatti diretti.

Le richieste si sono focalizzate principalmente sulle seguenti aree d'interesse:

- Salute mentale, es. depressione, disturbi d'ansia, disturbo bipolare
- Malattie rare
- Situazioni di vita particolari, es. solitudine, assenza di figli/e
- Gruppi di parenti e genitori su vari argomenti
- Malattie croniche
- Dipendenze, es. alcool, droga

Avvio di nuovi gruppi di auto aiuto

Un totale di 286 contatti ha avuto luogo in quest'area e sono state accompagnate 21 iniziative per avviare nuovi gruppi: alcuni sono partiti con successo e continuano ad esistere, altri hanno iniziato ma si sono fermati oppure non sono ancora partiti. Il sostegno per l'avvio di gruppi di auto aiuto nel 2021 si è confermato approssimativamente al livello dell'anno precedente.

Nuovi gruppi di auto aiuto attivati nel 2021:

- Gruppo di auto aiuto: Quando essere soli diventa solitudine - parlarne aiuta
- Lichen Sclerosus - Gruppo di auto aiuto per donne in Alto Adige
- Poliposi familiare adenomatosa (FAP) - Persone malate cercano altre persone colpite dalla malattia
- Sindrome di Maffucci - malattia di Ollier - Persone malate cercano altre persone colpite dalla malattia
- Narcotici Anonimi Bolzano
- Gruppo di auto aiuto per genitori di bambini autistici Bressanone
- Gruppo di auto aiuto "Vivere più liberamente" - Donne abusate sessualmente nell'infanzia, vicino a Bolzano

- Gruppo di auto aiuto “Desiderio di un figlio” Bolzano
- Gruppo di auto aiuto “Involontariamente senza figli e comunque felici” Lana
- Gruppo di auto aiuto per disturbi d'ansia e attacchi di panico a Sarentino
- Gruppo di auto aiuto per manie / depressione / psicosi

Lavori preliminari per l'avvio nel 2022

- Gruppo di auto aiuto per parenti e assistenti di persone ospiti in case di cura
- Gruppo di auto aiuto per genitori di adolescenti con AD(H)S

Gruppi di auto aiuto

Nel 2020, un totale di 127 gruppi ha ricevuto una o più volte supporto organizzativo, 48 gruppi di auto aiuto hanno ricevuto una o più volte supporto su contenuti specifici e 12 gruppi consulenze mirate.

In termini di contenuto, la consulenza si è concentrata sui temi: svolgimento e moderazione/contenuto delle riunioni online, conflitti, processi di gruppo, consigli sulla progettazione del programma, ruolo del facilitatore, nuovi/troppo pochi partecipanti, ricambio generazionale, nuove forme nell'auto aiuto.

Trovare sale per le riunioni di gruppo si è rivelato estremamente difficile anche nel 2021: molti servizi e organizzazioni non hanno potuto mettere a disposizione i loro locali a causa delle restrizioni anti Covid, o le sale disponibili non erano conformi alle norme igieniche obbligatorie, oppure troppo piccole per i gruppi e con norme igieniche difficili da rispettare o altrimenti richiedendo impegno eccessivo. Altre sale erano inutilizzabili anche perché diverse strutture sono rimaste a lungo chiuse al pubblico esterno.

Fortunatamente, da maggio fino all'autunno del 2021 è stato possibile svolgere incontri in presenza, per lo più all'aperto. Dopodiché, il Servizio ha consigliato ai gruppi di tenere le riunioni al chiuso solo con Green Pass validi e, in ogni caso, rispettando le regole introdotte - dal 24 dicembre 2021 il Green Pass è diventato obbligatorio con Decreto d'emergenza n. 39 del Presidente della Giunta Provinciale.

2. Cooperazione e collaborazione

Il Servizio per Gruppi di auto aiuto nel 2021 ha proseguito il suo impegno a favore di una continua cooperazione e rete con professionisti e servizi nazionali e internazionali del Sociale e della Sanità sia privati che pubblici. **Sono stati in totale 504 i contatti con esperti di altri servizi e organizzazioni.**

I contenuti trattati con i partner di cooperazione hanno riguardato digitalizzazione, informazioni su riunioni di gruppo, sensibilizzazione, destigmatizzazione, ottimizzazione delle risorse, lavoro collettivo per progetti/temi, avvio di nuovi gruppi di auto aiuto, accompagnamento di gruppi esistenti, informazione e sostegno reciproco, collaborazioni.

In tema “Auto aiuto per giovani”, uno scambio online tra professionisti, in forma di consulenza tra pari, ha avuto luogo da ottobre 2021 due volte al mese. Inoltre, sono stati promossi diversi gruppi di lavoro per affrontare vari argomenti come, per esempio, questioni legali o relazioni pubbliche.

Da novembre 2021, si è svolto inoltre uno scambio regolare con i colleghi germanici del servizio per gruppi di auto aiuto “SH Tirol, Osttirol und München”.

3. Sensibilizzazione e relazioni pubbliche

Il Servizio per Gruppi di auto aiuto utilizza i propri canali comunicativi per sensibilizzare e informare il pubblico: **nel 2021 sono state pubblicate nel sito web 36 notizie di attualità e 26 appuntamenti, inoltre sono state realizzate 3 Newsletter e inviate a circa 1.600 destinatari.**

Ai media locali sono stati inviati 8 comunicati stampa in lingua tedesca e 2 comunicati stampa in lingua italiana. È stata realizzata 1 conferenza stampa per promuovere il progetto "Auto Aiuto Online" - il Servizio ha organizzato anche alcune interviste con le persone coinvolte nel progetto.

Il team del Servizio ha svolto incontri e presentazioni sul tema alla Libera Università di Bolzano, all'Istituto tecnico per le professioni infermieristiche e durante un convegno internazionale sull'auto aiuto a Dresda in Germania.

4. Eventi

Webinar: Incontri online per gruppi di auto aiuto – partecipare a gruppi di auto aiuto online

online - in italiano 25.01.2021, 1,30 h

online - in tedesco 27.01.2021, 1,30 h

Incontro di auto aiuto online

come offerta a bassa soglia per lo scambio e la consulenza reciproca dei gruppi di auto aiuto

online - in tedesco 22.02.2021, 1,30 h

online - in italiano 24.02.2021, 1,30 h

online - in tedesco 03.05.2021, 1,30 h

online - in tedesco 15.11.2021, 1,30 h

Formazioni per facilitatori volontari, con particolare attenzione alle riunioni online

online - in tedesco 04.02.2021, 3,30 h

S. Paolo/Appiano, in presenza - 01.10.2021, 3,30 h

Seminari sull'avvio di gruppi di auto aiuto

online - in tedesco 28.05.2021, 7 h

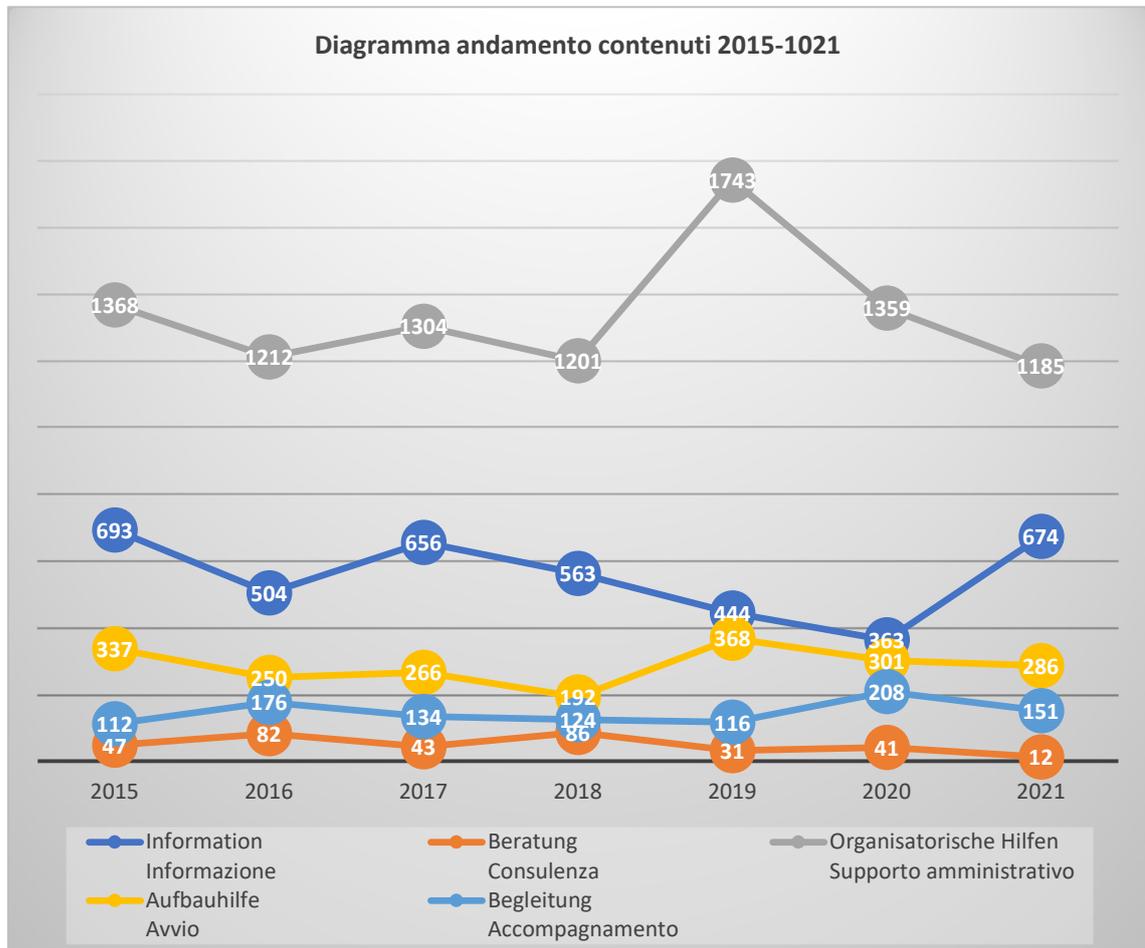
online - in tedesco 11.06.2021, 7 h

Contenuti: caratteristiche dei gruppi di auto aiuto, regole, efficacia e limiti, ruolo dell'iniziatore e/o del facilitatore, progettazione del lavoro di gruppo, esperienze nelle pratiche di gruppo

5. Dati statistici sull'attività svolta

Il Servizio per Gruppi di auto aiuto documenta e raccoglie in un database le sue attività. Ciò consente di compilare varie statistiche: il grafico 1 illustra i contenuti dei contatti negli anni 2015 -2021, distinguendo tra cinque diverse aree tematiche.

In totale, nel 2021 il Servizio per Gruppi di auto aiuto ha avuto 2055 contatti.

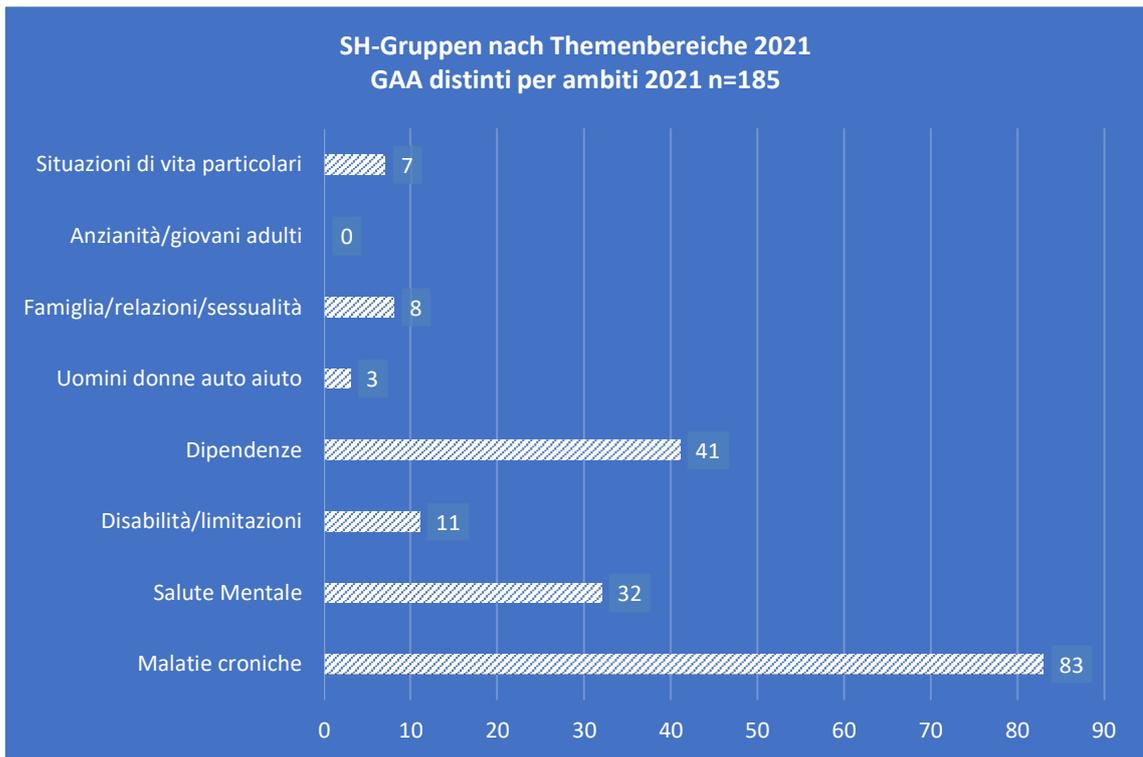


Grafica 1: Quali sono gli argomenti dei contatti? È possibile indicare più risposte.

Mentre tra il 2020 e il 2021 il numero di persone che hanno espresso una domanda di natura organizzativa è diminuito da 1.359 a 1.185, è aumentato il bisogno di informazioni - il numero di contatti inerenti a questo contenuto è infatti quasi raddoppiato da 363 a 674.

In Alto Adige al 31.12.2021 risultavano 185 gruppi di auto aiuto (al 31.12.2020 erano 183), con un panorama sull'auto aiuto ampiamente diversificato e suddiviso in diverse aree tematiche (vedi grafico 2).

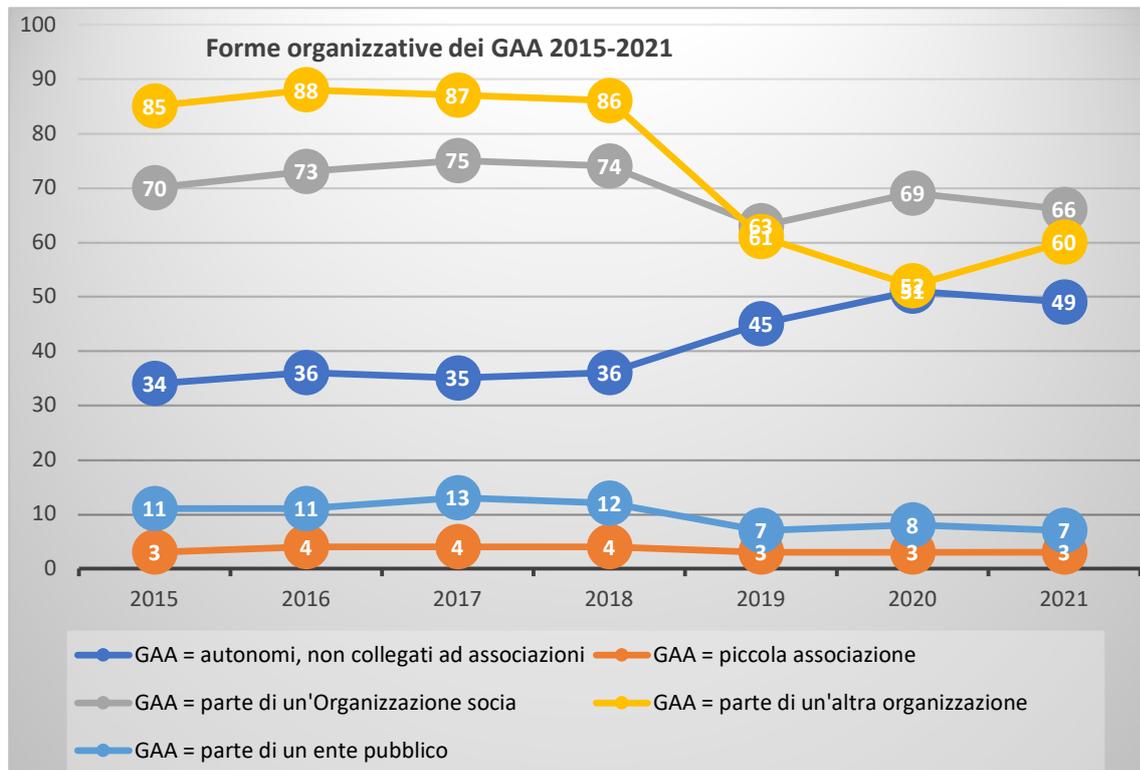
Il grafico 2 mostra i gruppi di auto aiuto per area tematica al 31.12.2021: l'area con il maggior numero di gruppi di auto aiuto è "Malattie croniche" con 83 (incluso anche Malattie rare), seguita dall'area "Dipendenze" con 41 gruppi e dall'area "Salute mentale" con 32 gruppi.



Grafica 2: A quali ambiti tematici corrispondono i Gruppi di auto aiuto?

Il grafico 3 sintetizza come sono organizzati i gruppi di auto aiuto: nel 2021, la maggior parte dei gruppi (66) si trova ancora all'interno delle Organizzazioni socie della Federazione, seguita dai gruppi organizzati all'interno di un'associazione (60). Il grafico illustra anche come sia diminuito in dati assoluti il numero di gruppi di auto aiuto in associazioni non socie della Federazione: da 86 nel 2018 a 60 nel 2021.

Anche il numero di gruppi gestiti da Organizzazioni socie della Federazione è leggermente diminuito.



Grafica 3: Come sono organizzati i Gruppi di auto aiuto?

6. Progetto Auto Aiuto Online¹²

Situazione di partenza

I gruppi di auto aiuto contribuiscono in modo essenziale al mantenimento della salute e del benessere psicosociale delle persone. Durante la pandemia Covid-19, era evidente che i gruppi avevano bisogno di forme particolari di sostegno per proseguire le loro attività: fino a marzo 2020 la maggior parte delle riunioni dei gruppi di auto aiuto si era svolta in presenza e ora bisognava invece trovare nuove forme che permettessero di continuare a incontrarsi.

Pertanto, il Servizio per Gruppi di auto aiuto nella Federazione per il Sociale e la Sanità ha promosso il progetto "**Auto aiuto online – Coronavirus: sostegno ai gruppi di auto aiuto in Alto Adige con un focus sulla digitalizzazione**".

Obiettivo del progetto era di mantenere e ampliare le possibilità d'incontro e il campo d'azione dei gruppi di auto aiuto in tempi di Covid nel periodo dicembre 2020 - novembre 2021.

Risultati auspicati:

- I gruppi di auto aiuto si avvicinano al mondo online e sono in grado di affrontarlo, conoscendo così vantaggi e limiti della digitalizzazione per utilizzarla al meglio per le loro attività.
- Il team del Servizio utilizza la digitalizzazione per offrire i propri servizi ancora più a bassa soglia.
- Informazioni e consulenze per l'avvio di un Gruppo di auto aiuto potranno essere forniti anche online.

Report 2021

Il progetto ha previsto **4 aree principali di attività**:

A Analisi della situazione attuale, dei bisogni e delle risorse necessarie

Il lavoro preparatorio per il progetto è iniziato già nell'autunno 2020 con l'informazione delle persone e dei gruppi di auto aiuto. Per definire la distribuzione dei compiti, la documentazione e i passaggi decisionali hanno avuto luogo periodiche riunioni, determinando e acquisendo anche le risorse tecniche necessarie. Allo stesso tempo, è stata svolta un'indagine per trovare locali disponibili e, in tempi di pandemia, adeguati alle riunioni dei gruppi di auto aiuto.

B Consulenza specialistica

È avvenuta in modo continuo la consulenza individuale di singoli gruppi di auto aiuto sulla situazione attuale - a seconda delle specifiche situazioni di vita/aree tematiche e del corrispondente grado di coinvolgimento - e i gruppi di auto aiuto hanno ricevuto sostegno mirato su come affrontare la pandemia, ovvero

- i gruppi di auto aiuto sono stati informati sugli spazi d'incontro disponibili, sui regolamenti da applicare e sullo svolgimento delle riunioni online - il supporto organizzativo si è concentrato sulla ricerca di locali adatti o loro alternative, la disponibilità gratuita di sale virtuali per gli incontri online dei gruppi di auto aiuto e il supporto tecnico per usarle; inoltre, i gruppi di auto aiuto hanno ricevuto consulenze sui contenuti per poter continuare il loro lavoro nel miglior modo possibile durante la pandemia
- un altro punto importante è rappresentato dalla consulenza per chi intendeva avviare nuovi gruppi di auto aiuto, tenendo conto delle misure preventive contro il Covid-19 (incontri online o in presenza)
- inoltre, 12 facilitatori volontari hanno ricevuto una formazione approfondita sul tema degli incontri online per gruppi di auto aiuto e sostenere i gruppi di auto aiuto in questo modo quando necessario.

¹ Progetto finanziato dalla Provincia autonoma di Bolzano, Presidenza, Ufficio Relazioni estere e volontariato

² Per la realizzazione del progetto come presentato all'Ufficio provinciale competente è disponibile un report apposito.

C Formazione

- Sono stati svolti 5 webinar sulle riunioni online, in cui i partecipanti hanno ricevuto le informazioni essenziali su questa tipologia di incontri e un'idea chiara su come applicarla alle loro riunioni di gruppo.
- Inoltre, sono stati organizzati 5 incontri online sull'auto aiuto, dove i partecipanti hanno potuto avvicinarsi alla formula digitale degli incontri attraverso un accesso semplificato e provarla nella pratica, per poterla utilizzare poi con il proprio gruppo di auto aiuto.
- Per quanti desiderano avviare un gruppo di auto aiuto, è stato offerto il seminario online "Pronti per avviare nuovi percorsi! Seminario per persone interessate ad avviare un gruppo di auto aiuto" che ha fornito un'idea chiara su come iniziare con un gruppo, come funziona il gruppo e il ruolo dei facilitatori.

D Pubblicazioni

- Il manuale "Auto Aiuto Online" è stato ideato, creato, progettato graficamente e stampato in lingua tedesca e in lingua italiana tra la primavera e l'estate 2021, per essere poi presentato ufficialmente in autunno con una conferenza stampa e pubblicato attraverso vari canali. In termini di contenuto, affronta il tema delle riunioni online: vantaggi-svantaggi, requisiti tecnici, assistenza e moderazione, supporto a domande e problemi tecnici, esperienze di gruppi di auto aiuto, privacy e regole del gruppo.
- Inoltre, sono state create informazioni pratiche sull'uso delle piattaforme di videoconferenza e i moduli per la protezione dei dati sono stati ampliati per includere il tema delle riunioni online.

Conclusioni sulle attività svolte

La pandemia ha richiesto una grande flessibilità e capacità di adattamento da parte dei gruppi di auto aiuto. I regolamenti in continuo cambiamento hanno reso necessario per i gruppi di auto aiuto passare da incontri online a incontri in presenza e di nuovo online.

È emerso chiaramente che si tratta di un processo in cui si devono distinguere due livelli essenziali: il livello "posso/possiamo" legato ai requisiti tecnici e il livello "voglio/vogliamo" legato alle attitudini personali verso le riunioni online. Il progetto ha riguardato entrambi i livelli.

In primo luogo, ai gruppi di auto aiuto è stata offerta l'opportunità di acquisire i prerequisiti tecnici al fine di ridurre in un secondo momento la soglia di inibizione per partecipare alle riunioni online, anche attraverso consulenze individuali come ulteriore formazione integrativa a bassa soglia, l'opuscolo "Auto Aiuto Online" e "Istruzioni passo dopo passo" su come utilizzare lo spazio di incontro virtuale.

La pratica ha dimostrato che i servizi online di auto aiuto sono particolarmente adatti a precise tipologie di persone: a seconda della situazione di vita personale, per alcune è difficile partecipare alle riunioni (es. per motivi di salute), oppure non vogliono o non possono assentarsi da casa (es. se un loro familiare ha bisogno di assistenza 24 h).

Quindi ci sono ottime ragioni e motivi per utilizzare le possibilità di auto aiuto online, ma c'è ancora bisogno di ulteriori locali in tutto il territorio dove i gruppi possano continuare a incontrarsi in presenza. L'appello va quindi alle istituzioni pubbliche, ai Comuni, ai Distretti sociali e sanitari, perché mettano a disposizione un maggior numero di sale. Inoltre, è necessario che le sale siano anche dotate di computer, schermi, webcam e connessioni internet veloci per agevolare la comunicazione. In seguito alla digitalizzazione, è importante creare possibilità per incontri di gruppo anche in forme ibride, dove alcune persone si incontrano in presenza e altre possono partecipare a distanza attraverso il pc.

Il compito principale del Servizio per Gruppi di auto aiuto, come sportello territoriale mirato al potenziamento, al sostegno e al coordinamento delle attività dei gruppi di auto aiuto in Alto Adige, è di proseguire nel 2022 le attività generali come descritte, al fine di consolidare le attività dei gruppi di auto aiuto nella nostra provincia, di facilitare l'accesso ai gruppi da parte delle persone interessate, di sostenere i nuovi gruppi nella loro formazione, di accompagnare su richiesta i gruppi esistenti e di rafforzare la cooperazione tra i professionisti socio-sanitari e i gruppi di auto aiuto.

1. Informazione e consulenza

La situazione attuale dei gruppi di auto aiuto: chiarire i bisogni e aggiornare i dati

Sondaggio tra i gruppi di auto aiuto per chiarire le seguenti domande:

- A quale punto si trovano i gruppi?
- Quali sono i motivi per i quali un gruppo si scoglie?
- Quali sono i bisogni e le preoccupazioni dei gruppi?
- Hanno facilitatori/facilitatrici, ecc.?
- Quali dati sono da aggiornare?

Obiettivi:

- riflettere e calibrare le offerte di consulenza
- offrire formazioni mirate
- svolgere la consulenza tra pari
- garantire la qualità del lavoro.

Ampliare i canali di informazione

Obiettivo: utilizzare WhatsApp come canale di comunicazione/informazione per quei gruppi di auto aiuto che sono d'accordo nel ricevere informazioni del Servizio tramite questa via. Altri canali d'informazione, come l'e-mail, continueranno ad essere utilizzati.

Covid-19: sostegno ai gruppi di auto aiuto in Alto Adige con particolare attenzione alla digitalizzazione

Obiettivi:

- consulenza individuale per gruppi di auto aiuto in riferimento alla situazione attuale: valutazione dei rischi e dei bisogni, supporto nella ricerca di locali o/e consulenza tecnica e di contenuto e supporto per incontri online
- sostegno agli iniziatori per l'avvio di nuovi gruppi di auto aiuto nel contesto delle misure di prevenzione Covid-19 ovvero per incontri online o in presenza
- Zoom
- Incontri ibridi
- WhatsApp

Facilitatori/trici volontari per gruppi di auto aiuto

Accompagnamento, supporto e valutazione dei processi di accompagnamento - prosecuzione del progetto:

- concludere gli affiancamenti iniziati e/o promuoverne altri, a seconda del bisogno rilevato e della compatibilità di tutte le persone coinvolte
- realizzare 2 seminari per facilitatori e 1 colloquio individuale per riflettere sul proprio operato e sulla situazione attuale
- incontri e consulenze con altri servizi di auto aiuto e con i promotori del progetto in Germania, come rinforzo alle le attività in tal senso del team del Servizio per Gruppi di auto aiuto.

Seminari online

2 date: 1 in primavera, 1 in autunno

Offerta aggiuntiva: focus su comunicazione e gestione dei conflitti nei gruppi

2. Sensibilizzazione e relazioni pubbliche

Intensificare il lavoro dei e con i media

- Realizzare un Media Plan
- Consolidare la presenza sui media con 12 comunicati stampa all'anno (1 x al mese)
- Integrare con 1 contatto stampa per trimestre in forma di intervista, programma radiofonico, ecc.

Rivedere/ripubblicare il materiale informativo del Servizio

- L'elenco dei gruppi di auto aiuto non verrà più pubblicato in forma di opuscolo.
- I gruppi di auto aiuto esistenti sono tutti raggiungibili dal sito web del Servizio, compresi gli opuscoli esistenti sui rispettivi gruppi (vantaggi: informazioni più dettagliate sui singoli gruppi di auto aiuto e dati sempre aggiornati).
- L'opuscolo esistente sul Servizio sarà rivisto, ampliato e ripubblicato, stampato e inviato nel corso dell'estate.
- Argomenti integrativi: contenuti rilevanti sui gruppi di auto aiuto, presentazione dei siti web/ricerca di gruppi di auto aiuto, contatto e prestazioni del Servizio (formato busta, es. find.bz.it, o biglietto da visita da aprire).

3. Cooperazione e collaborazione

Mantenere ed espandere la rete

Contatto/sensibilizzazione/scambio/collaborazione con moltiplicatori e partner della rete

Scambio reciproco e apprendimento con altri servizi per l'auto aiuto regionali e all'estero:

- a livello di servizi specializzati intensificare i contatti secondo la divisione interna del lavoro con riunioni ed eventualmente iniziative comuni
- a livello di servizi generali (per esempio Distretti) svolgere incontri ed eventi informativi (nei comprensori)
- svolgere eventi informativi presso istituti scolastici selezionati
- intensificare i contatti con altri servizi per gruppi di auto aiuto.

Valutare il Servizio

Riflessione e valutazione della sua struttura interna per affrontare nel miglior modo possibile i cambiamenti in atto.

Le seguenti misure saranno quindi adottate per utilizzare in modo più efficace le risorse disponibili di personale:

- suddivisione tematica dei gruppi di auto aiuto
- assegnazione delle attività con chiare responsabilità tra i membri del team
- incontri settimanali per monitorare ed esaminare i progressi e coordinare i processi di lavoro
- adattamento del database.

4. Eventi

Webinar: incontri online per gruppi di auto aiuto via Zoom

19/01/2022, ore 17.30, incontro online in tedesco

25/01/2022, ore 17.30, incontro online in italiano

Durata: 1,30 h ciascuno

Obiettivo: gestire gruppi di auto aiuto online con prove di immersione nel mare delle riunioni online

Argomenti:

- Arrivare, immergersi e provare
- Riunioni online: dinamiche, facilitazione, regole consigliate
- Verifica della tecnologia e possibili applicazioni per le riunioni online
- Scambio di esperienze

Incontro dell'auto aiuto e consulenza tra pari online

08/03/22, ore 17.30, in tedesco 1,30 h

novembre 2022, in tedesco 1,30 h

09/03/22, ore 17.30 in italiano 1,30 h

novembre 2022, in italiano 1,30 h

Obiettivo: offerta a bassa soglia per lo scambio online e la consulenza reciproca dei gruppi di auto aiuto, sviluppo di nuove idee per il lavoro nel gruppo di auto aiuto, consulenza tra pari

Focus Online: comunicazione e conflitti (introduzione)

Regole della comunicazione

06/04/2022 ore 17.30 incontro online in tedesco 1,30 h

Gestire i conflitti

10/05/2022 ore 17.30 incontro online in tedesco 1,30 h

Seminario: Comunicazione e conflitti

Autunno 2022, in presenza a Bolzano, 2 pomeriggi ca. 3,30 h

"Pronti per avviare nuovi percorsi!" - seminario online sull'avvio di gruppi di auto aiuto

September und Oktober 2022, in Präsenz 2 Nachmittage ca. 3,5 Std.

"Pronti per avviare nuovi percorsi!" - seminario online sull'avvio di gruppi di auto aiuto

18/03/2022 ore 09.00 - 12.30 & 14.00 - 17.30, incontro online, in tedesco 7 h

29/04/20 offerta aggiuntiva: pomeriggio di riflessione comune (online o ibrido in Federazione se necessario) o supporto individuale

Obiettivo: per le persone che desiderano avviare un gruppo di auto aiuto, questo seminario offre una guida su come iniziare, fornisce informazioni su come funziona il gruppo e sul ruolo dei facilitatori.

Giornata delle malattie rare: Medicina narrativa

Comunicato stampa Malattie rare e Medicina narrativa il 28.2.2022

Chiarimenti sulla possibilità di avviare un gruppo sulla Medicina narrativa nell'autunno 2022–
Accompagnamento Dr. Windisch (medico di base)

Partecipazione ad altri eventi/progetti:

- Evento informativo LFS Hannah Arendt, primavera 2022
- Info evento Liceo Bolzano in collaborazione con Young & direct, primavera 2022
- Incontro di rete Bad Bachgart, primavera 2022
- Partecipazione alla Fiera d'autunno/Fiera del volontariato, autunno 2022