



Servizio per Gruppi di auto aiuto

Federazione per il Sociale e la Sanità

condivisione austausch

Descrizione

Attività e novità 2017

Programmi 2018





**Servizio per Gruppi di auto aiuto
della Federazione per il Sociale e la Sanità
2017 - 2018**

Bolzano, gennaio 2018

Federazione per il Sociale e la Sanità

Via Dr. Streiter 4, 39100 Bolzano
tel. 0471 312424 - fax 0471 324682
www.autoaiuto.bz.it - info@autoaiuto.bz.it

Orari:

lunedì - giovedì ore 8.30 - 12.30 e ore 14.00 - 17.00
venerdì ore 8.30 - 12.30

Responsabili:

Irene Gibitz, Assistente Sociale
Julia Kaufmann, Psicologa



Servizio per Gruppi di auto aiuto

1. Descrizione

Il Servizio per Gruppi di auto aiuto è gestito dalla Federazione per il Sociale e la Sanità su incarico delle Organizzazioni socie e in stretta collaborazione con gli uffici pubblici competenti. Dal 2001 si impegna nella rilevazione delle attività dei gruppi di auto aiuto in Alto Adige, per renderne visibili i dati alle persone interessate e per offrire supporto ai gruppi tramite costante affiancamento qualificato.

Rappresenta uno sportello territoriale professionale di consulenza e un punto di contatto sul tema Auto aiuto, con personale qualificato e un'ampia offerta di servizi per vari ambiti e temi - a guida, supporto e consolidamento dei gruppi di auto aiuto.

Il supporto avviene concretamente per la fasi di avvio di un gruppo, per aiuto infrastrutturale, consulenza per i gruppi e offerte sia formative che di sensibilizzazione a favore dell'Auto aiuto.





Gruppi di auto aiuto

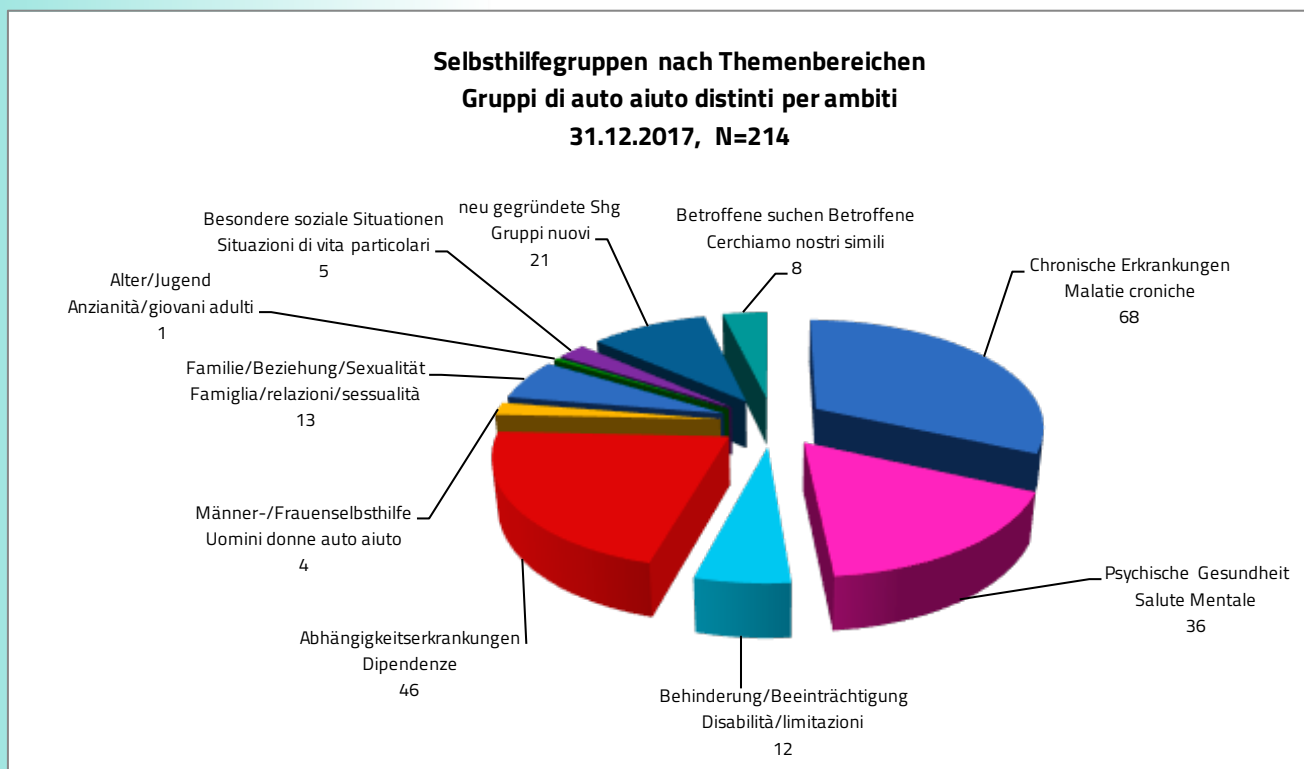
Nei gruppi di auto aiuto si incontrano persone accumulate da un bisogno ovvero che si confrontano nella loro vita con pressanti sfide o con una malattia. Condividono le loro esperienze e i loro saperi. Si comprendono, aiutano e rinforzano a vicenda, e insieme si mettono in moto.

I gruppi di auto aiuto si sono affermati in questi anni nella discussione sulle politiche sanitarie affianco a ospedali, ambulatori e servizi pubblici, come quarta colonna del sistema sanitario – la loro efficacia propositiva per il benessere delle persone è ampiamente riconosciuta. Rappresentano un'importante risorsa integrativa nelle prestazioni dei servizi sociali e sanitari.

Affinché i gruppi di auto aiuto prendano vita e possano lavorare bene, è basilare il sostegno tramite punti di contatto sull'Auto aiuto, motivo per cui nel 2001 è stato creato anche in Alto Adige il Servizio per Gruppi di auto aiuto.

Gruppi di auto aiuto in Alto Adige

In Alto Adige esiste oggi (inizio 2018) una grande panoramica sull'Auto aiuto composta da **214** gruppi di auto aiuto, distinti nei seguenti ambiti.



Grafica 1: Gruppi di auto aiuto distinti per ambiti stand 31.12.2017 – N=214



Nuovo è il fatto che alcuni gruppi di auto aiuto lavorano per un **tempo determinato** e dopo 10-15 incontri concludono la loro attività. I motivi sono diversi, per esempio progetti di vita che cambiano, continuità d'impegno che con difficoltà si concilia con l'attuale situazione di vita, temi che si esauriscono o modificano dopo un certo periodo.

L'Auto aiuto si presenta anche in altre nuove forme, creando una **realtà sempre più varia e vivace**. Dialogo, confronto e attività - l'Auto aiuto è orientato soprattutto a valorizzare risorse non solo sui problemi. Vi si ricorre sempre più frequentemente per mettere in pratica in gruppo positività e potenzialità. Le formule sono diverse e vanno dal classico gruppo di dialogo ai gruppi stabili d'incontro, a iniziative di tempo libero, per esercitare pratiche, fino all'Auto aiuto guidato via internet.

In generale si riscontra il costante aumento di interesse per i gruppi di auto aiuto nell'ambito delle **malattie psichiche e psicosomatiche**. Oltre a ciò si contano numerose richieste di ricerca di persone coinvolte nell'ambito delle malattie rare e in parte anche nell'ambito delle malattie non riconosciute.



2. Attività ordinaria

Aree di attività del Servizio

Informazione, consulenze e interventi per persone interessate all'Auto aiuto

Informazione, consulenze e supporto di persone che desiderano informarsi sui gruppi di auto aiuto esistenti oppure entrare in un gruppo di auto aiuto. Interventi su vari temi inerenti l'Auto aiuto per gruppi di auto aiuto già attivi.

Supporto nell'avvio di gruppi di auto aiuto

Una volta confermata l'intenzione di avviare un gruppo di auto aiuto, vengono discussi assieme alle persone interessate i successivi passi, gli obiettivi e gli aspetti principali sia del gruppo che della cerchia di persone cui si fa riferimento. Il Servizio aiuta nella ricerca di spazi e nella pubblicità degli incontri, su richiesta anche per la strutturazione dei primi incontri dopo la fase di avvio del gruppo.

Supporto e consulenza per gruppi di auto aiuto

per l'ambito organizzativo:

- nella ricerca di spazi e per l'allestimento
- nella realizzazione di volantini
- per rendere noto il gruppo o gli incontri
- per lavori di relazioni pubbliche e con Media locali

per l'ambito contenutistico:

- consulenza e affiancamento di gruppi di auto aiuto esistenti
- stimolo allo scambio di esperienze tra gruppi di auto aiuto tramite l'offerta di incontri tra più gruppi di auto aiuto (Consulenza tra Pari)
- offerte formative e di aggiornamento su specifici temi relativi all'Auto aiuto.

Collaborazione con professionisti del settore sociale e sanitario

Per poter supportare i gruppi di auto aiuto in modo completo, è necessaria la cooperazione con istituzioni importanti del settore sociale e sanitario sia privato che pubblico. Punti fondamentali possono essere: informazione sull'Auto aiuto, mediazione reciproca di persone coinvolte e familiari, accordi per supporto comune di gruppi di auto aiuto, svolgimento di eventi collettivi.

Informazione, sensibilizzazione e relazioni pubbliche



Obiettivo è creare un clima positivo verso l'Auto aiuto e sensibilizzare su opportunità e limiti dell'Auto aiuto. Corrisponde a

- Lavoro per e con i Media
- Bollettino informativo/Newsletter SelbsthilfeINFOAutoaiuto
- Cura dei due siti web www.autoaiuto.bz.it e www.join-life.it (Auto Aiuto per giovani)
- Cura della pagina Facebook
- Organizzazione di eventi e formazioni
- Conferenze sull'Auto aiuto ed eventi di sensibilizzazione
- Presenza a eventi di terzi
- Diffusione regolare di materiale informativo aggiornato (elenco dei gruppi di auto aiuto, manifesto, volantino)

Organizzazione e documentazione

Premessa per il lavoro del Servizio è dotarsi di un'adeguata organizzazione e documentazione. Necessita di una raccolta di dati costantemente aggiornata, nel rispetto del trattamento dei dati, in cui sono raccolti tutti i gruppi di auto aiuto, FAQ, istituzioni ed esperti (disposti a collaborare), i mezzi e le risorse messi a disposizione.

Destinatari del Servizio per Gruppi di auto aiuto

- persone interessate
- gruppi di auto aiuto in provincia di Bolzano
- personale specializzato del settore sociale e sanitario
- la cittadinanza

Il team

L'assistente sociale Irene Gibitz e la psicologa Julia Kaufmann lavorano assieme alla Direzione, alla Segreteria e ad altri Servizi della Federazione per realizzare le finalità del Servizio.

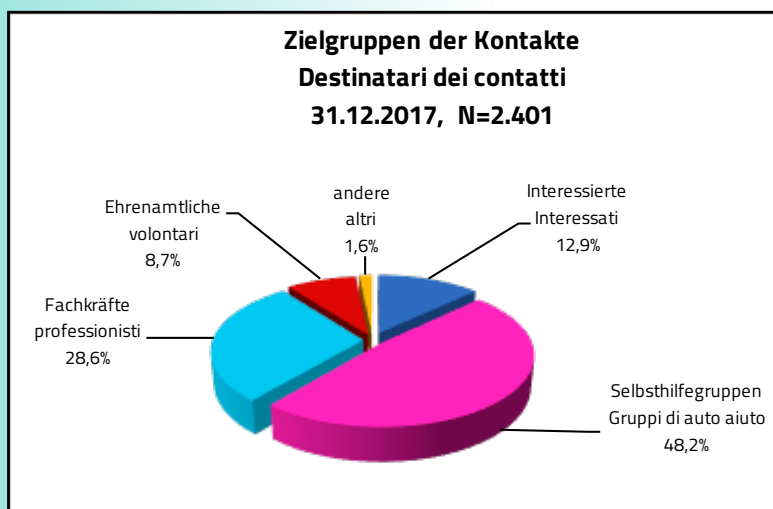


3. Attività e novità 2017

Progetto „Wegbegleiter“

L'anno 2017, affianco all'attività corrente, è stato caratterizzato dai lavori per la definizione e la fattibilità del progetto „Accompagnatori volontari per gruppi di auto aiuto“ formulato con l'obiettivo di Empowerment ovvero di promuovere, potenziare e sviluppare questa funzione.

Sono molte le persone interessate a far parte di un gruppo di auto aiuto, tuttavia non sempre sono attivi gruppi riferiti a tutte le tematiche richieste. Spesso i gruppi appena nati si sentono anche insicuri perché possono mancare esperienze e saperi su come accompagnare il nuovo gruppo nella sua prima fase. Da ciò risulta un'ulteriore esigenza di intervento per il Servizio. Grazie al progetto „Accompagnatori volontari per gruppi di auto aiuto“ la disponibilità da parte di persone interessate al gruppo viene potenziata in modo costruttivo, agevolando la via verso l'Auto aiuto e riducendo gli ostacoli per accedervi. Prevede un evento informativo e di ricerca di volontari, selezione dei candidati, percorso formativo e prime esperienze sul campo.



In totale il Servizio per Gruppi di auto aiuto ha avuto **2.155** contatti nel 2017 con i diversi destinatari (più risposte possibili)

Grafik 2: Destinatari

Informazione e consulenza per persone interessate

L'informazione e la consulenza per persone interessate a sapere quali gruppi di auto aiuto sono attivi in Alto Adige e sul tema Auto aiuto ha visto nel 2017 in totale **656** contatti diretti. Inoltre le informazioni sui gruppi vengono spesso consultate nel sito web del Servizio per Gruppi di auto aiuto.

Le richieste si concentrano sui temi Malattie rare, Malattie croniche e Salute mentale (Disturbo Bipolare, Depressione, Psicosi, ADHS), Alta Sensibilità, Anziani e Giovani adulti, Gruppi di genitori. Singole richieste hanno riguardato i temi Neonazismo, Transgender, Desiderio di maternità

e Inseminazione artificiale, Burn Out, Malattie non riconosciute, Malattie autoimmuni.



Per rafforzare l'attività dei gruppi di auto aiuto e affrontare attivamente le richieste, nel 2018 si intende passare alla realizzazione pratica del **progetto „Accompagnatori volontari per gruppi di auto aiuto“**, a condizione che si raggiunga un numero sufficiente di volontari per partire con il percorso formativo.

Supporto per l'avvio di gruppi di auto aiuto

Il Servizio nel 2017 ha offerto supporto mediante **266** contatti e un totale di **33** iniziative per l'avvio di gruppi, dopo cui hanno preso vita numerosi gruppi di auto aiuto e alcuni gruppi di auto aiuto probabilmente saranno avviati nel corso del 2018. Per altre tematiche invece si è dimostrato più opportuno sospendere temporaneamente l'avvio oppure l'avvio di un gruppo di auto aiuto non rappresentava la soluzione adatta.

Nuova è la tendenza derivata dal fatto che sul tema „Malattie rare“ è in aumento la richiesta di ricerca di persone in situazioni analoghe.

Nuovi gruppi di auto aiuto avviati nel 2017

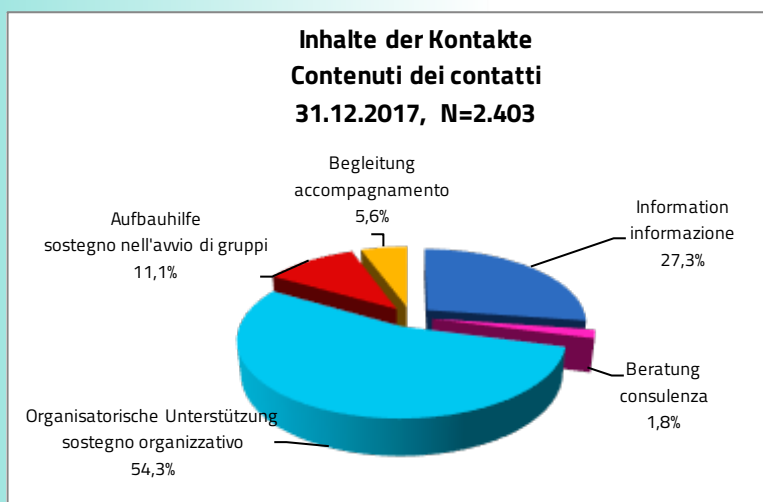
- Gruppo di auto aiuto Restless Legs a Brunico
- Gruppo di auto aiuto Ictus e Trauma cranico a Merano
- Gruppo di auto aiuto Fibromialgia a Merano
- Demenza (Alzheimer) Incontro per familiari a S. Candido
- Demenza (Alzheimer) Incontro per familiari a Silandro
- Incontri del sabato per famiglie monogenitoriali a Bolzano
- Gruppo guidato di conversazione per famiglie monogenitoriali a Bressanone
- Gruppo guidato per famiglie monogenitoriali a Bolzano
- Gruppo di auto aiuto per donne in situazione di violenza a Brunico (riavvio)
- Osteogenesis imperfecta (Fragilità ossea) Alto Adige – ricerca di altre persone malate
- Sensibilità chimica multipla (MCS) - ricerca di altre persone malate
- Sindrome di Klinefelter - ricerca di altre persone malate
- Let's talk – gruppo per giovani a Bolzano (avviato nel 2017 e concluso)
- Associazione dei Club Alcologici Territoriali Alto Adige a Bolzano (avviato nel 2017 e concluso)
- 65 e più... sorridere è il mio esercizio preferito a Bolzano (avvio 2018)
- Depressione e Ansia a Merano (avvio febbraio 2018)
- Nevralgia Trigemino (avvio probabile primavera 2018)
- Gruppo di auto aiuto per giovani adulti in sovrappeso/adipe (avvio probabile primavera 2018)
- Gruppo di auto aiuto per Alta Sensibilità (avvio da definire)



Supporto e consulenza di gruppi di auto aiuto

In totale nel 2017 è stato offerto supporto organizzativo una o più volte a **141** gruppi, sono stati affiancati **36** gruppi di auto aiuto una o più volte per aspetti relativi a contenuti, mentre per **14** gruppi sono state svolte consulenze.

Per aspetti organizzativi si è trattato soprattutto di aggiornamento di dati, creazione di volantini e ricerca di spazi d'incontro – mentre per aspetti relativi a contenuti i temi si sono concentrati su Gestione dei conflitti, Dinamiche di gruppo. Le consulenze hanno riguardato Struttura di programmi, Ruolo di chi accompagna il gruppo, Nuovi partecipanti, Ricambio generazionale, Nuove forme dell'Auto aiuto.



Contatti nel 2017:

134 contatti per quanto riguarda l'affiancamento

1304 contatti per quanto riguarda aiuti in ambito organizzativo e gestionale

43 contatti per quanto riguarda le consulenze.

Grafica 2: *Contenuti dei contatti*

Novità: Inventario per gruppi di auto aiuto

Nel 2017 è stata offerta per la prima volta ai gruppi di auto aiuto l'opportunità di „fare un inventario“: come in un'azienda ogni anno si fa l'inventario, così un gruppo di auto aiuto può cogliere l'occasione per riflettere su cosa funziona bene nel gruppo, come affidare incarichi e dove è possibile migliorare. Insieme si possono sviluppare nuove idee sui contenuti, sulla struttura e sulla distribuzione dei compiti. Ciò che è ben collaudato viene confermato, nuovi temi ed eventuali condizioni per il gruppo trovano nuova luce, vengono rilevate preventivamente alcune possibili criticità.

La moderazione per l'inventario è svolta da una collaboratrice esperta del Servizio per Gruppi di auto aiuto, che facilita il dialogo in modo neutrale e riservato, proponendo impulsi e metodi operativi. In tal modo anche chi accompagna i gruppi e le persone di riferimento del gruppo possono partecipare senza caricarsi dei lavori preparatori. Data e luogo per l'inventario è possibile concordarli individualmente, a patto che ne prenda parte almeno 2/3 dei componenti il gruppo. La richiesta dei gruppi in tal senso è ancora limitata e nel 2017 sono stati svolti 3 inventari per gruppi.

Collaborazioni e cooperazioni



Il Servizio per Gruppi di auto aiuto ha proseguito anche nel 2017 il suo impegno per una collaborazione continuativa e il lavoro in rete con personale e servizi specialistici del settore privato e pubblico in ambito sociale e sanitario.

In totale si sono svolti **687** contatti con professionisti.

Contenuti: sensibilizzazione, lotta allo stigma, ottimizzazione delle risorse, lavoro comune per progetti/temi, avvio di nuovi gruppi di auto aiuto, affiancamento di gruppi esistenti, reciproca informazione e supporto, cooperazione.

Partner nel 2017

- Assistenza spirituale ospedaliera
- Associazione A.M.A. Auto Mutuo Aiuto Bolzano
- Associazione A.M.A. Auto Mutuo Aiuto Trento
- Associazione AEB Genitori di persone in situazione di handicap
- Associazione Ariadne
- Associazione Frauen helfen Frauen
- Associazione Hands Merano
- Associazione Jugenddienst Bolzano & Alta Venosta
- Associazione KVV Brunico
- Associazione La Strada – Der Weg
- Associazione Lichtung Girasole
- Associazione per l'Amministrazione di sostegno
- Associazione Reuma Alto Adige
- Associazione Sclerosi Multipla – Rete Ludopatia
- Azienda dei Servizi Sociali di Bolzano
- Azienda Sanitaria – Direzione (Evviva, Berez/AFA)
- Centro di Salute mentale
- Centro provinciale di coordinamento per Malattie rare
- Comitato Etico Provinciale
- Comunità Comprensoriali
- Consulta degli Anziani di Brunico
- Coordinamento Nazionale Comunità di Accoglienza CNCA Trento
- Difensora civica
- Direzione del progetto In Gang Setzer® Germania
- Distretti Sociali provinciali
- Evviva - Self-management per malattie croniche
- Gruppo di lavoro Malattie rare
- Gruppo di lavoro Salute mentale
- SeKo – Selbsthilfekoordination Bayern
- Selbsthilfe Nordtirol
- Selbsthilfe Osttirol
- Servizio psicologico
- Trialogo – Persone con problemi psichici, familiari e professionisti
- Università di Bressanone



Collaborazione nel gruppo di lavoro della Federazione per il Sociale e la Sanità (FSS) „**Salute mentale**“:

- Retrospectiva 2016 – Programma 2017 (gennaio)
- Auto aiuto in ambito Salute mentale (marzo)
- Misure di contenzione nella Psichiatria (maggio, ottobre, novembre)
- Convegno del Comitato Etico Provinciale

Collaborazione nel gruppo di lavoro della FSS „**Malattie rare**“:

- Definizione dei lavori per l'avvio di questo gruppo nella Federazione
- Avvio e diversi incontri del gruppo
- Elaborazione comune della bozza per un apposito portale web sul tema Malattie rare in Alto Adige.

Informazione, sensibilizzazione, relazioni pubbliche

Nel corso del 2017 sono state avviate numerose azioni specifiche rivolte all'opinione pubblica, con l'obiettivo di sensibilizzare verso rilevanti temi nell'Auto aiuto e su singoli gruppi di auto aiuto:

- lavoro con i Media, interviste con diverse emittenti radiofoniche e altri Media: sull'avvio di singoli gruppi di auto aiuto, sul tema Auto aiuto & Malattie rare e su Auto aiuto & Depressione, sul seminario per l'avvio di gruppi di auto aiuto, sull'incontro interregionale dei centri tirolesi per l'Auto aiuto, per specifici eventi
- Collaborazione nella realizzazione della conferenza stampa sulla „Settimana dell'accoglienza“
- 4 edizioni della Newsletter „SelbsthilfeINFOAutoaiuto“
- Informazione continuativa per tutte le iniziative nel sito web www.autoaiuto.bz.it e www.join-life.it e sulle pagine Facebook
- Spedizione del materiale informativo aggiornato (inverno).

Azione „Gruppo del mese“

Nel corso del 2017 ogni mese è stato presentato un gruppo tra quelli che avevano preso parte al Matinee dell'Auto aiuto nel novembre 2016: questa esperienza ha permesso a ciascuno di presentarsi con l'immagine scelta per il Matinee, con una loro citazione creata appositamente per il loro gruppo e con il loro volantino.

Il „Gruppo del mese“ è stato quindi presentato:

- nelle pagine web www.autoaiuto.bz.it e www.join-life.it (Auto aiuto per giovani adulti)
- nella pagina www.facebook.com/joinlife.it
- nel corso di un'intervista con Radio Grüne Welle
- con un articolo sulla rivista Qui Bolzano.

Per i gruppi di auto aiuto è stata una bella opportunità per fare relazioni pubbliche e presentarsi alla cittadinanza, per attirare l'attenzione sul gruppo e per trovare nuovi partecipanti al gruppo. Questa iniziativa proseguirà nel 2018.

Partecipazione a Fiere



Il team del Servizio per Gruppi di auto aiuto ha preso parte nel 2017 a diverse Fiere, con l'obiettivo di sensibilizzare la cittadinanza sul tema Auto aiuto. Di volta in volta sono stati invitati anche gruppi di auto aiuto a essere presenti assieme al Servizio.

- Fiera del Tempo libero a Bolzano, maggio
- Fiera del Volontariato a Bolzano, novembre
- Fiera „Noi 60+ Sani e attivi“ a Brunico, novembre.

È stato rilevato che la presenza a fiere mirate per temi e destinatari a livello locale offre le migliori condizioni per fornire informazioni, creare rete e allacciare contatti tra associazioni, gruppi di auto aiuto, servizi e persone interessate.

Iniziative ed eventi

Eventi promossi dal Servizio

Seminario per l'avvio di gruppi di auto aiuto: Mut für neue Wege

10.02.-11.03.-19.05.2017, Accademia Cusanus, Bressanone



Consulenza tra Pari per facilitatori/trici di gruppi di auto aiuto

3 incontri a Bressanone e Brunico (ted.), 1 incontro a Bolzano (it.)



Eventi realizzati con altre organizzazioni

Settimana dell'Accoglienza 7-15.10.2017

Collaborazione per conferenza stampa della Federazione assieme ad altri attori altoatesini, C.N.C.A. e A.M.A. Trento

- Campagna di cartoline: Aggiungi un posto a tavola
- Evento di sensibilizzazione con Massimo Cirri



“Io – Tu – Noi: la relazione crea comunità”

Conferenza con Massimo Cirri

Evento con Associazione A.M.A. Auto Mutuo Aiuto Bolzano

07.10.2017, Bolzano



Pace, giustizia, benessere emozionale e cosa manca per raggiungerla

Conferenza con Claudio Naranjo

Evento con Associazione A.M.A. Auto Mutuo Aiuto Bolzano 07.12.2017, Bolzano





Iniziative di informazione e sensibilizzazione sul tema Auto aiuto

- **L'Auto aiuto come risorsa per il lavoro del personale specializzato** nel Distretto Sociale Val d'Ega-Sciliar
- **L'Auto aiuto come risorsa per il lavoro del personale specializzato** nel Distretto Sanitario Oltradige
- **Serie Evviva Self-management „Stil ändern – Cambio stile“** come ponte per l'Auto aiuto: partecipazione a 20 incontri informativi serali come Federazione per il Sociale e la Sanità e come Servizio per Gruppi di auto aiuto

4. Programmi 2018



Iniziative e formazioni

Progetto „Wege begleiten – Accompagnare in cammino“

Iniziare qualcosa di nuovo è sempre complicato... come succede anche per le fasi iniziali di un gruppo di auto aiuto. Chi è nuovo nel gruppo si sente spesso insicuro, possono mancare esperienze e saperi su come accompagnare il nuovo gruppo. In questi casi per i gruppi di auto aiuto può essere utile avere una persona che con loro è disposta a fare un tratto di strada.

Con il progetto „Wege begleiten – Accompagnare in cammino“ si intende offrire un sostegno a tempo e accompagnamento per nuovi gruppi di auto aiuto nelle fasi di avvio e di transizione, grazie all’impegno di volontari appositamente formati come accompagnatori, con l’appoggio professionale del team del Servizio per Gruppi di auto aiuto.

Accompagnatori/trici per gruppi di auto aiuto sono volontari e volontarie appositamente formati che collaborano nel Servizio per Gruppi di auto aiuto della Federazione per il Sociale e la Sanità. Per un determinato periodo offrono supporto a gruppi di auto aiuto nel corso di 2 fino a 8 incontri per quanto riguarda comunicazione, sostegno nell’organizzazione e nelle dinamiche del gruppo, aiuto ai partecipanti del gruppo affinché si conoscano meglio e possano meglio dialogare.

La formazione è stata concepita in stretto accordo e consenso con le figure responsabili per l’analogo progetto „In Gang Setzer“© in Germania, concentrandosi su aspetti rilevanti nell’ambito dell’Auto aiuto, delle dinamiche di gruppo, della comunicazione, moderazione e definizione del ruolo come accompagnatore/trice in gruppi di auto aiuto.

Nel 2018 si tratterà in primo luogo di trovare volontari e volontarie interessati all’attività di accompagnatore/trice per gruppi di auto aiuto, prepararli mediante una formazione per la loro specifica attività e - dallo scambio con le Organizzazioni socie della Federazione, con altri moltiplicatori e partner - di partire con i primi accompagnamenti.

Dipendenze

Il supporto mediante gruppi di auto aiuto, gruppi terapeutici e gruppi guidati rappresenta una colonna portante nel sistema di aiuto per l’ambito delle Dipendenze. Soprattutto nell’assistenza medica durante la convalescenza il supporto grazie all’offerta di gruppi di auto aiuto, gruppi terapeutici e gruppi guidati è di notevole importanza ed efficacia.





Nel 2018 sarà prodotto e distribuito un volantino, in cui sono riportati tutti i gruppi di auto aiuto attivi in Alto Adige, i gruppi terapeutici e i gruppi guidati per l'ambito delle Dipendenze, con i dati per il contatto diretto. Il volantino contribuirà a fare in modo che servizi, gruppi di auto aiuto, persone direttamente coinvolte e persone interessate abbiano informazione ampia e chiara sui gruppi di auto aiuto, i gruppi terapeutici e i gruppi guidati per le Dipendenze, informando meglio così anche persone direttamente coinvolte e familiari.

Eventi organizzati dal Servizio

Coraggio per nuove strade: Seminario sull'avvio di gruppi di auto aiuto

Nei gruppi di auto aiuto si incontrano persone accumulate da una domanda ovvero che si trovano a doversi confrontare con una situazione di vita per loro particolarmente difficoltosa o con una malattia. Condividono le loro esperienze e i loro saperi. Si capiscono reciprocamente, si aiutano e si fanno forti a vicenda, attivandosi insieme.

Per chi desidera fondare un gruppo di auto aiuto questo seminario offre indicazioni per avviarlo, uno sguardo d'insieme sulle modalità operative del gruppo e sul ruolo di facilitatori/trici.

in autunno 2018, in lingua tedesca, durata: 2,5 giorni

NUOVO: su richiesta anche in lingua italiana

Consulenza tra Pari – sviluppare insieme soluzioni

Nella Consulenza tra Pari facilitatori e facilitatrici di gruppi di auto aiuto possono riflettere su aspetti concreti relativi al lavoro del gruppo di auto aiuto ed elaborare insieme soluzioni.

Tutti i partecipanti sono coinvolti attivamente e con uguale diritto di intervento nel corso della Consulenza. Le soluzioni riguardano come affrontare criticità nel lavoro quotidiano del gruppo.

4 date a Bressanone/Brunico (ted.), 4 date a Bolzano (ted.),

4 date a Bolzano (it.) - Durata: ogni volta 2 ore

„Parlare insieme – La comunicazione nei gruppi di auto aiuto“

Workshop per facilitatori/trici di gruppi di auto aiuto

Nei gruppi di auto aiuto succedono di continuo situazioni che presentano particolari sfide: una persona parla molto, si prende troppo spazio, altre si esprimono a mala pena oppure ne arrivano di nuove all'incontro – come si comporta il gruppo con loro? In questo workshop i partecipanti possono porre le loro domande ed esporre le loro specifiche difficoltà riferite al gruppo.

Soluzioni pratiche vengono elaborate insieme.

In autunno 2018, in lingua tedesca, durata: 1 giorno

Eventi collettivi



Condividere la responsabilità – Moltiplicare le opportunità

Workshop per facilitatori/trici di gruppi di auto aiuto

Impegnarsi in un gruppo di auto aiuto significa che tutti i componenti il gruppo si sentono corresponsabili e assumono compiti. Nella pratica questo modello ideale di aiuto reciproco si scontra tuttavia con i suoi limiti e non è raro che dal facilitatore o facilitatrice si pretenda troppo e che molto pesi solo sulle sue spalle. In questo workshop si affronta insieme la domanda su quali possibilità, strutture e modalità operative possano portare a una maggiore responsabilità collettiva e a condividere compiti.

In autunno, in lingua italiana, durata: 1 giorno,
in collaborazione con Associazione A.M.A. Bolzano

Collaborazione ad altri eventi/progetti

- Collaborazione nel gruppo di lavoro „Salute mentale“ della Federazione per il Sociale e la Sanità: prosecuzione degli incontri
- Collaborazione nel gruppo di lavoro „Malattie rare“ della Federazione per il Sociale e la Sanità: definizioni per la realizzazione ed ev. elaborazione della pagina web sul tema „Malattie rare“
- Evviva Corsi di self-management come ponte per l'Auto aiuto: offerta del 7° incontro su richiesta
- Da definire: Azione in concomitanza con la Settimana dell'accoglienza in collaborazione con A.M.A. Bolzano

Avvio di nuovi gruppi di auto aiuto

- 65 e più ... sorridere è il mio esercizio preferito, Bolzano (gennaio 2018)
- Depressione e Ansia, Merano (febbraio 2018)
- Nevralgia Trigemino (primavera 2018)
- Gruppo di auto aiuto per giovani adulti in sovrappeso(primavera 2018)
- Gruppo di auto aiuto per Alta sensibilità (da definire)
- e altri (su richiesta e interesse)



A series of horizontal dashed lines for writing, spanning the width of the page.



A series of horizontal dashed lines spanning the width of the page, intended for handwritten notes or text.

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

salute - gesund 2017 - 2018

Ringraziamo per il sostegno

le Organizzazioni socie
e tutte le persone, organizzazioni ed enti che hanno
collaborato con la FSS e/o fruiscono dei suoi servizi

AUTONOME PROVINZ
BOZEN - SÜDTIROL



PROVINCIA AUTONOMA
DI BOLZANO - ALTO ADIGE



Südtiroler
Gemeindenverband
Genossenschaft

Consorzio dei Comuni
della Provincia di Bolzano
Società Cooperativa



Città di Bolzano
Stadt Bozen

Assessorato alle Politiche Sociali e ai Giovani
Assessorat für Sozialpolitik und Jugend



STADTGEMEINDE MERAN
COMUNE DI MERANO

Referat für Sozialfürsorge
Assessorato all'Assistenza sociale

e tutte le altre Istituzioni sostenitrici