



Dachverband für
Soziales und Gesundheit EÖ

Federazione per il
Sociale e la Sanità ODV

2022 - 2023

Auto aiuto funziona
Insieme le cose vanno meglio!
Servizio per Gruppi di auto aiuto

RELAZIONE ANNUALE

PROGRAMMA

Servizio per Gruppi di auto aiuto

La relazione dettagliata in lingua tedesca è disponibile all'indirizzo: <https://www.autoaiuto.bz.it/437d551.html>

Descrizione

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. Le attività sono svolte per conto delle Organizzazioni socie e in stretto accordo con le autorità locali. Attualmente sono circa i 190 gruppi di auto aiuto in Alto Adige. In questi ultimi anni i gruppi di auto aiuto - affianco agli ospedali, ambulatori e ai servizi sanitari pubblici - si sono affermati nella discussione delle politiche sanitarie come quarta colonna del sistema sanitario: la loro efficacia positiva e preventiva per il benessere delle persone è ampiamente riconosciuta.

Obiettivo: 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.

Finanziamento: contributi delle Ripartizioni provinciali Politiche sociali e (dal 2023) Sanità, mezzi propri e finanziamento di progetti (contributo speciale per il progetto Giovani e auto aiuto nel 2022 della Cassa Raiffeisen di Merano in concomitanza con il suo centenario di attività)

Contatti:

tel. 0471 1888110, mail autoaiuto@fss.bz.it
Günther Sommia, Julia Kaufmann (fino a marzo 2023)
Federica Dalla Pria (da marzo 2023),
Laura Harzenmoser (fino a gennaio 2023)

Missione

Il Servizio per Gruppi di auto aiuto è 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. In questo senso l'attività più importante del Servizio è rappresentata dall'intensa e qualificata cura di contatti e relazioni a tutti i livelli ed in tutte le reti e i sistemi.

Attività

Informazione e consulenza

Informazioni, consulenza e sostegno sono offerti alle persone che desiderano informarsi sui gruppi di auto aiuto esistenti o entrare a far parte di un gruppo di auto aiuto.

Sostegno nelle fasi di avvio di un gruppo di auto aiuto

Una volta presa la decisione di fondare un gruppo di auto aiuto, si discute la procedura successiva insieme con le persone che lo promuovono, si determinano gli obiettivi i focus del gruppo, come pure del target a cui ci si desidera rivolgere.

Se opportuno, i primi 2-8 incontri del gruppo di auto aiuto

sono seguiti da accompagnatori volontari: essi aiutano i partecipanti a incontrarsi nelle prime riunioni, a parlare tra loro e a conoscersi.

Supporto generale e consulenza:

- consulenza e aiuto per la produzione di opuscoli,
- aiuto per pubblicizzare il gruppo/gli incontri,
- supporto nelle relazioni pubbliche e nel lavoro con i media,
- suggerimenti e assistenza per la ricerca di una sala.

Supporto specifico per quanto riguarda i contenuti:

- consulenza e sostegno ai gruppi di auto aiuto attivi,
- promozione dello scambio di esperienze tra gruppi di auto aiuto attraverso l'offerta di incontri tra diversi gruppi di auto aiuto (consulenza tra pari),
- offerte formative specifiche per e sui gruppi di auto aiuto.

Cooperazione nei settori sociale e sanitario

Per una consulenza e un sostegno adeguati, viene coltivata la collaborazione con esperti del settore sociale e sanitario pubblico e privato, sia a livello regionale che sovraregionale. I punti focali sono, ad esempio:

- informazioni sull'Auto aiuto,
- messa in rete delle persone e dei parenti coinvolti,
- accordi per il sostegno congiunto dei gruppi di auto aiuto.

Sensibilizzazione e relazioni pubbliche

Affinché il potenziale dell'auto aiuto sia riconosciuto e diventi più visibile, il Servizio per i Gruppi di auto aiuto si occupa di:

- pubbliche relazioni (es. comunicati, interviste),
- newsletter „SelbsthilfeINFO Auto aiuto“,
- cura dei siti web
www.autoaiuto.bz.it (sito principale),
www.rare-bz.net (Malattie rare) e
www.join-life.it (Giovani e auto aiuto),
- aggiornamento e/o distribuzione regolari di materiale informativo sull'Auto aiuto.

Attività ed eventi

Il Servizio per Gruppi di auto aiuto organizza sia in presenza sia online convegni, seminari, incontri, offerte formative e di aggiornamento, incontri in rete e consulenze tra pari.

Documentazione

Il lavoro del Servizio viene documentato in dettaglio, sempre tenendo conto delle norme per la protezione dei dati.

Principali attività nel 2022

1. Informazione e consulenza

Nel 2022 sono stati registrati in totale 1.350 contatti diretti. Negli ultimi 10 anni, hanno prevalso i contatti via e-mail (66% nel 2022), seguiti da quelli telefonici (25%). I contatti personali sono ripresi leggermente dopo 2 anni di pandemia.

La consulenza alle persone interessate all'auto aiuto (207 contatti nel 2022) ha riguardato principalmente:

- salute menatel, p.e. depressione, lutto e AD(H)D,
- malattie rare
- genitori di figli LGBTQIA+
- gruppi di familiari e di parenti
- malattie croniche
- dipendenze, p.e. alcool, dipendenza emotiva

Avvio di gruppi di auto aiuto (GAA)

Nel 2022, in totale 18 gruppi sono stati sostenuti nella loro fondazione. I contatti con le persone di riferimento sono stati in totale 218. Per 2 gruppi, l'avvio era previsto per fine anno.

Gruppi di auto aiuto fondati con sostegno del servizio

- GAA per genitori di adolescenti con AD(H)D
- Ally - GAA per genitori di ragazzi adulti e adolescenti LGBTQIA+ a Bolzano
- GAA per genitori di giovani con un'identità sessuale inaspettata a Bolzano
- „Uscire dal silenzio“ GAA guidato per genitori in lutto perinatale Bronzolo
- GAA guidato per genitori in lutto Bressanone
- Contenuto
- Gruppo di parenti per la salute mentale: Coraggio per la cura di se stessi Oltradige
- GAA sulla dipendenza affettiva online
- GAA per l'Encefalomielite Mialgica - Sindrome da Fatica Cronica
- Gruppo di dialogo per genitori di bambini con autismo da 0 a 10 anni Bressanone
- Encefalite autoimmune - parenti cercano parenti
- GAA per madri di figli con Sindrome di Down a Bolzano (avviato e chiuso).

Consulenze per gruppi di auto aiuto

Nel 2022, la consulenza ai gruppi di auto aiuto esistenti si è concentrata sui seguenti argomenti:

- svolgimento e moderazione, design dei contenuti degli incontri online,
- conflitti, dinamiche di gruppo,
- consulenza sull'impostazione del programma,
- ruolo della facilitazione,
- nuovi/troppo pochi partecipanti, cambio generazionale,
- nuove forme dell'Auto aiuto.

2. Collaborazioni e cooperazioni

In totale, ci sono stati 375 contatti con professionisti di altri servizi e organizzazioni. Tra gli argomenti trattati: la digitalizzazione, le informazioni sugli incontri di gruppo, le azioni di sensibilizzazione e destigmatizzazione, la messa in comune delle risorse, il lavoro congiunto su progetti/temi, l'avvio e l'accompagnamento di gruppi di auto aiuto, i flussi informativi e la cooperazione.

- Visite ai Distretti socio-sanitari dell'Alto Adige: a partire da settembre 2022 sono iniziate le visite a tutti i Distretti socio-sanitari per presentare le attività del Servizio e fornire un supporto in loco in rete per il lavoro di auto aiuto. Nel 2022 si sono quindi svolti in totale 12 incontri nei Distretti, ai quali hanno partecipato 82 professionisti, 6 assessori comunali e una consigliera comunale.
- Nel corso di tre incontri è stato promosso uno scambio internazionale tra i centri di contatto dell'Auto aiuto in Germania, Austria, Svizzera e Alto Adige.
- Da ottobre è stata creata tra Germania e Alto Adige una rete sul tema Giovani e auto aiuto.
- Sono stati preparati e realizzati tre incontri del Gruppo di lavoro promosso dalla Federazione sulla Salute mentale.
- Si sono svolti anche tre incontri con i partner della rete di prevenzione della violenza.
- L'équipe del Servizio per Gruppi di auto aiuto è anche coinvolta nella Rete per la prevenzione del suicidio. Nel 2022 ha partecipato al convegno specialistico "Costruire la fiducia" e a due incontri di scambio.
- Con il coinvolgimento del Servizio, alla fine del 2022 è stato creato un gruppo di lavoro sulla post-prevenzione.
- Il servizio ha avuto scambi con le associazioni AMA Trento e AMA Bolzano, con il centro terapeutico Bad Bachgart, con le associazioni La Strada - Der Weg, Centaurus e Hands.

3. Sensibilizzazione e relazioni pubbliche

Nel 2022, sono state pubblicate sulla homepage 28 news e 36 appuntamenti e sono state inviate 4 newsletter a circa 1.600 indirizzi. Sono stati 10 i comunicati stampa inviati, tutti pubblicati. Sono state inoltre realizzate 5 interviste di lunga durata.

Progetto di sensibilizzazione Giovani e volontariato a Merano

Nel 2022, la Federazione per il Sociale e la Sanità era determinata a impegnarsi nel settore dell'Auto aiuto tra i giovani. Il ricavato di un evento di beneficenza per il 100° anniversario della Cassa Raiffeisen di Merano, tenutosi il 17.09.2022, è stato utilizzato come finanziamento del progetto.

L'obiettivo era quello di sensibilizzare i vari attori e moltiplicatori dei settori sociale, sanitario ed educativo. Tra agosto e ottobre 2022, sono state condotte in totale sette indagini sotto forma di intervista semistrutturata (sei in tedesco, uno in italiano). I dati raccolti sono sta-

ti valutati e documentati utilizzando l'analisi qualitativa dei contenuti. Serviranno come base per la prossima iniziativa per avvicinare i giovani alle potenzialità dell'auto aiuto.

4. Azioni ed eventi

- **Webinar: Incontri online** per gruppi di auto aiuto tramite Zoom (ted., gennaio)
- **Gruppo d'incontro online** per gruppi di auto aiuto, inclusa consulenza tra pari (it., marzo)
- **Focus online: Comunicazione e conflitto** (introduzione/input) (ted., aprile e maggio)
- **2 Workshop pratici per accompagnatori/trici volontari**, inclusa consulenza tra pari (ted., maggio e novembre)
- **Seminario sull'avvio di gruppi di auto aiuto** (it., novembre)
- **Evento informativo sull'Auto aiuto presso la Scuola per le professioni sociali Hanna Arendt** (ted., aprile)
- **Presenza alla Fiera del Volontariato a Bolzano** (novembre)

Principali punti in programma nel 2023

1. Informazione, consulenza e accompagnamento

- Inventario del Gruppo: come progetto pilota di consulenza specifica a gruppi scelti (circa 3-4) per imparare dall'esempio degli altri a condurre l'analisi della situazione del proprio gruppo. Attraverso incontri (aprile e maggio 2023) con altri gruppi si rifletterà sulle rispettive situazioni, individuando interventi concreti adatti al proprio gruppo, verranno forniti consulenza individuale a singoli gruppi di auto aiuto e monitoraggio degli interventi attuati da parte del Servizio.
- Supporto alla riattivazione dei gruppi di auto aiuto in Alto Adige che hanno ridotto le loro attività durante la pandemia attraverso la consulenza individuale (circa 4-5 gruppi) e l'accompagnamento.
- Accompagnatori/trici volontari per i gruppi di auto aiuto: affiancamento, sostegno e valutazione dei processi di accompagnamento e prosecuzione del progetto attraverso l'avvio e/o conclusione degli accompagnamenti, consulenza individuale e workshop pratici specifici per gli accompagnatori/trici.
- Avvio del GAA Gemeinsam Anders - Gruppo per parenti di bambini con ritardi dello sviluppo con o senza diagnosi, Lana e del
- Gruppo di parenti curanti del punto di contatto dell'Alta Val Pusteria a San Candido

2. Collaborazioni e cooperazioni

Curare e ampliare le reti

- Proseguimento e completamento delle visite ai Distretti socio-sanitari per la presentazione del servizio con 8 visite da febbraio ad aprile 2023
- L'obiettivo è stabilire o riattivare almeno un gruppo

in ciascun territorio, in collaborazione con i referenti dei Distretti socio-sanitari.

- Presentazione del Servizio ad altre istituzioni e sensibilizzazione all'auto aiuto, a partire dall'autunno: Centro di coordinamento provinciale per le malattie rare, Centro per la salute mentale, Servizi psicologici, Servizio dipendenze e offerta di eventi informativi alla Scuola provinciale superiore per le professioni sanitarie, alle Scuole provinciali per le professioni sociali "H. Arendt" e "E. Lévinas", alla Libera Università di Bolzano (Facoltà di Scienze della Formazione), a partire dall'autunno 2023
- Scambio con altri centri di contatto per l'auto aiuto in Austria e all'estero per progetti e attività congiunte

Partecipazione a gruppi di lavoro e piattaforme di reti

- Rete Giovani e auto aiuto Germania & Alto Adige
- Rete per la prevenzione della violenza
- Gruppo di lavoro post-vention
- Gruppi di lavoro nella Federazione e nuove iniziative

3. Sensibilizzazione e relazioni pubbliche

- Per quanto riguarda le relazioni pubbliche sono previsti circa 12 comunicati stampa, ogni trimestre inoltre 1 ulteriore contatto con i media in forma di interviste, servizi radiofonici, ecc.
- Nell'ambito di una campagna informativa, i nuovi opuscoli informativi sull'auto aiuto, corredati da manifesti, vengono distribuiti in tutta la provincia. Allo stesso tempo, i dati sui gruppi di auto aiuto saranno aggiornati sul sito web e i relativi opuscoli saranno disponibili per essere scaricati dalla rete.

4. Azioni ed eventi

- Consulenza tra pari: prosecuzione con i/le partecipanti del seminario preliminare (it.) a gennaio. Altre date da individuare
- Seminario online "Pronti per avviare nuovi percorsi!" sull'avvio di gruppi di auto aiuto (ted. a settembre, it. a ottobre con AMA Bolzano), con la possibilità di un ulteriore pomeriggio di riflessione dopo 6-8 settimane
- Workshop per accompagnatori/trici a marzo e ottobre
- Cooperazione ad altri eventi/progetti:
 - * Partecipazione alla Fiera del Volontariato in autunno 2023
 - * Giornata delle malattie rare 28 febbraio 2023
- altri eventi in base alle richieste dei partner.

5. Riorganizzazione e ridefinizione del Servizio per Gruppi di auto aiuto

Alla luce della mutata situazione del personale, e a seconda dei finanziamenti richiesti alla Provincia, sono previsti la riorganizzazione e la ridefinizione degli obiettivi del Servizio per Gruppi di auto aiuto.