# Neu sind Selbsthilfegruppen nicht, aber sie haben sich bewährt!



elbsthilfegruppen sind freiwillige, meist lose Zusammenschlüsse von Betroffenen und/oder Angehörigen. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer arbeiten ehrenamtlich nach den Prinzipien der Freiwilligkeit, Eigenverantwortlichkeit und Gleichberechtigung. Sie tauschen Erfahrungen aus und unterstützen sich gegenseitig. Das gemeinsame Ziel ist es, zu lernen mit der Erkrankung besser umzugehen und die Lebensqualität von Betroffenen und Angehörigen zu erhöhen.

Selbsthilfegruppen können eine Therapie nicht ersetzen, sie sind aber häufig eine wertvolle Ergänzung zum bestehenden Gesundheitssystem.

In Oberösterreich gibt es mittlerweile ein breites Spektrum an Selbsthilfegruppen. Wir informieren Sie gerne!





Dachverband der Selbsthilfegruppen 4021 Linz, Garnisonstraße 1 a / 2. OG Tel.: 0732 79 76 66 E-Mail: office@selbsthilfe-ooe.at www.selbsthilfe-ooe.at

Bürozeiten: Mo – Do von 9.00 – 15.00 Uh ZVR: 123140152



# Mehr Lebensqualität durch Selbsthilfe



## Selbsthilfe OÖ



ie Selbsthilfe OÖ, Dachverband der Selbsthilfegruppen, wurde im Jahr 1990 durch den Zusammenschluss von 22 Selbsthilfegruppen gegründet und hat sich aus bescheidenen Anfängen zu einer großen Dachorganisation entwickelt, die derzeit rund 400 Selbsthilfegruppen individuell betreut. Der Tätigkeitsbereich unseres gemeinnützigen Vereins erstreckt sich auf das Bundesland Oberösterreich, unser Vereinssitz befindet sich in Linz. Unterstützt werden wir vom Land OÖ, dem Magistrat der Stadt Linz und der OÖGKK.

Zu unseren Hauptaufgaben zählen die Unterstützung und Betreuung von Selbsthilfegruppen im Gesundheitsbereich. Zudem helfen wir Menschen, die eine Gruppe gründen möchten. Darüber hinaus sind wir eine Anlaufstelle für Menschen, die auf der Suche nach einer Selbsthilfegruppe sind.

Die Mitgliedschaft im Dachverband ist für Selbsthilfegruppen (-vereine) kostenlos!

Die Selbsthilfe OÖ ist Netzwerkpartner der Initiative NANES (nationales netzwerk selbsthilfe).

### Aktivitäten

Drehscheibenfunktion: Vermittlung von ratund hilfesuchenden Menschen an eine geeignete Selbsthilfearuppe

Beratung bei der Neugründung einer Selbsthilfegruppe

Praxisbezogene Workshops für Selbsthilfegruppen Praktische
Unterstützung für
Selbsthilfegruppen:
wie z. B. Bereitstellung
von Röumlichkeiten,
Hilfe bei der Erstellung von Infomaterial, Kopierorbeiten etc.

Einzelcoaching für Kontaktpersonen von Selbsthilfegruppen

Aktuelle Präsentation der Selbsthilfegruppen auf unserer Website

Öffentlichkeitsarbeit und Sensibilisierung für das Thema Selbsthilfe

Gütesiegel "Selbsthilfefreundliches Krankenhaus"



#### Publikationen



as Magazin "Lichtblick" und das Verzeichnis der Selbsthilfegruppen ergehen an ÄrztInnen, Apotheken und Krankenhäuser in Oberösterreich, an öffentliche Institutionen und Körperschaften, die an der Arbeit von Selbsthilfegruppen interessiert sind oder interessiert sein sollten.