



SELBSTHILFESCHWEIZ
INFOENTRAIDESUISSE
AUTOAIUTOSVIZZERA

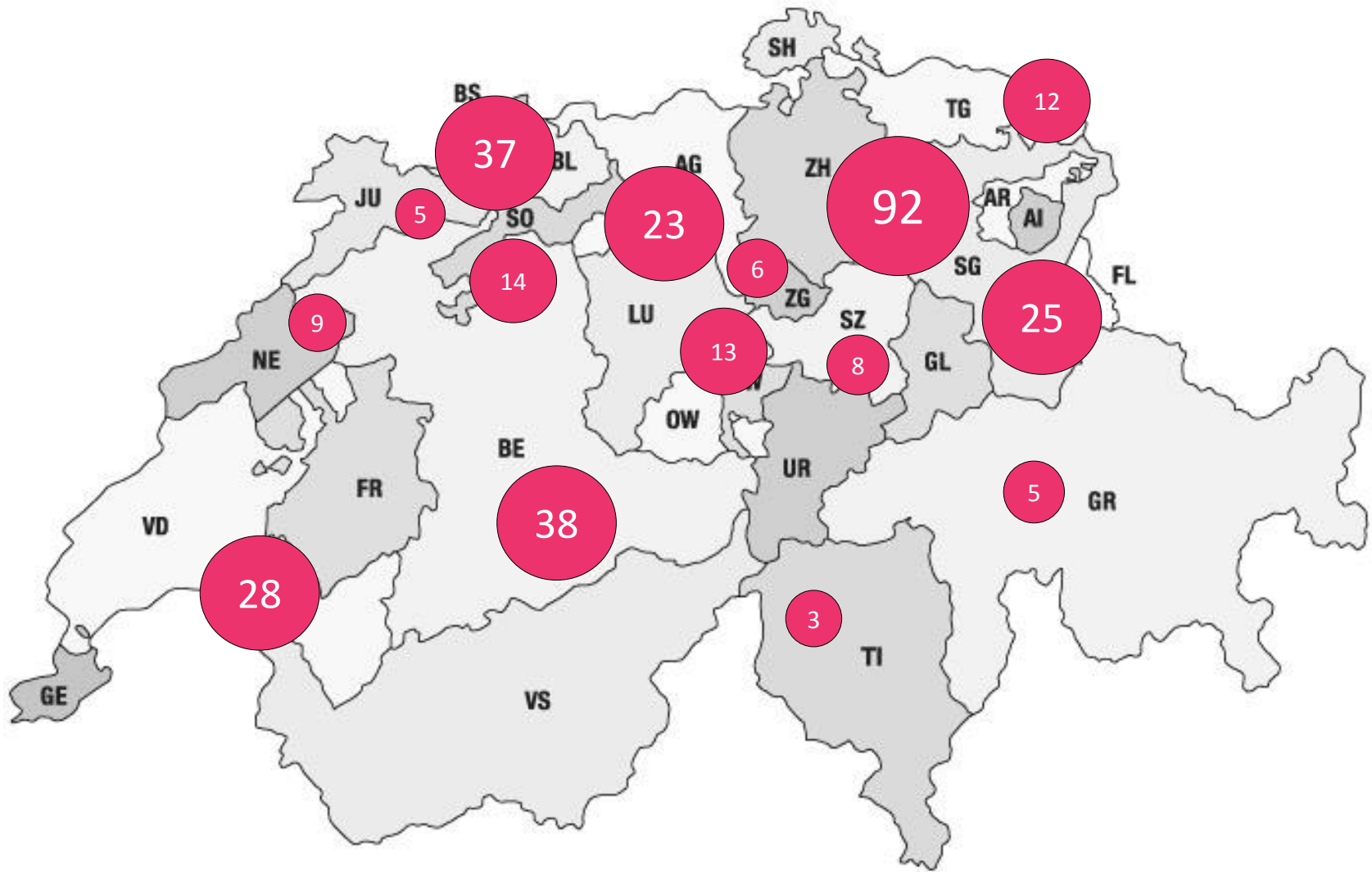
Zusammenarbeit Selbsthilfezentren + psychiatrische Kliniken im Projekt «Selbsthilfefreundliche Gesundheitsinstitutionen»

4. NPG-Mitgliederanlass 24. Januar 2019



Pascal Pfister

Kommunikation + Fundraising Selbsthilfe Schweiz



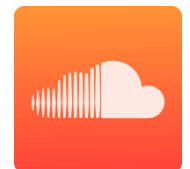
Selbsthilfegruppen zu psychischer Gesundheit

Sarah (37)
Borderline



Sarah geht mit 27 zum ersten Mal in eine Selbsthilfegruppe, als sie in einer Klinik ist. **Die Gruppe ist für sie ein wichtiger Fixpunkt.** Dort sieht sie regelmässig Menschen sehen, auf die sie sich verlassen kann. Dort darf sie so sein, wie sie ist. Mit ihrer ganzen Problematik. „Man kann sich austauschen und erhält Tipps von weiteren Betroffenen, die an einem anderen Punkt sind als man selbst.“

[Akustische Bibliothek auf Soundcloud](#)



Hugo (60)
Angehöriger Bipolare Störung



Hugos Frau hat eine bipolare Störung. Er macht deshalb bei einer Angehörigen-Selbsthilfegruppe mit. Dort werden alltägliche Probleme "in einer menschlichen und gefühlsmässigen Tiefe" diskutiert, die Hugo gut tut. Bei den Treffen werden die Probleme aufgenommen, die gerade aufgetreten sind. **Häufig haben die anderen Mitglieder diese Probleme auch schon durchlebt und können erzählen, wie sie damit umgegangen sind.** „Ich fühlte mich in der Gruppe von Beginn weg wohl. Die Gruppe ist ein Ort, wo man seine Sorgen offen auf den Tisch legen kann. Denn die Abmachung ist, dass von diesen Sitzungen nichts raus geht.“



Projekt «Selbsthilfefreundliche Gesundheitsinstitutionen»

Handlungsbedarf

- [SHILD-Studie \(D, 2015\)](#) Selbsthilfe verbessert Gesundheitskompetenz
- [Selbsthilfe-Studie \(CH, 2017\)](#) Empfehlung vermehrte Zusammenarbeit von Selbsthilfe + Fachpersonen aus dem Sozial- + dem Gesundheitswesen
- Zusammenarbeit zwischen Gesundheitsinstitutionen und Selbsthilfe in CH sehr punktuell + personenbezogen
- [Erfahrungen aus D](#) bestätigen den Mehrwert von selbsthilfefreundlichen Gesundheitsinstitutionen

Projekt «Selbsthilfefreundliche Gesundheitsinstitutionen»

Ziele

- Gemeinschaftliche Selbsthilfe als ergänzendes Element in der Gesundheitsversorgung (Hospitalisierung und Nachsorge)
- Erfahrungswissen nutzbar machen.
- Gesundheitskompetenz von Patient/innen und Angehörigen stärken.
- Aufbau einer strukturierten und kontinuierlichen Kooperation zwischen Spitälern und der Selbsthilfe.

Projekt «Selbsthilfefreundliche Gesundheitsinstitutionen»

Auszeichnung «Selbsthilfefreundlichkeit»



- (1) Die Selbstdarstellung der Selbsthilfe wird ermöglicht.
- (2) Über die mögliche Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe wird zum geeigneten Zeitpunkt informiert.
- (3) Über die Zusammenarbeit zwischen Selbsthilfe und der Gesundheitsinstitutionen wird informiert.
- (4) Es existiert eine Ansprechperson für die Selbsthilfe.
- (5) Der Informations- und Erfahrungsaustausch zwischen den Selbsthilfegruppen und der Gesundheitsinstitution ist gewährleistet.
- (6) Die Partizipation der Selbsthilfegruppen wird ermöglicht.

Projekt «Selbsthilfefreundliche Gesundheitsinstitutionen»

Kooperation zwischen Integrierte Psychiatrie Winterthur – Zürcher Unterland (ipw) und SelbsthilfeZentrum Winterthur

Förderung der Selbsthilfe als
ergänzendes Angebot der
psychiatrischen Versorgung in
den Regionen Winterthur und
Zürcher Unterland.

[Mehr dazu](#)





Vielen Dank für die Aufmerksamkeit!



www.selbsthilfefreundlichkeit.ch