

Tag der Selbsthilfe 2011



Samstag, 1. Oktober 2011, 10:30 – 17:00 Uhr
Wiener Rathaus (Festsaal, Nordbuffet, Steinsaal 2, Wappensaal, Raum 317 & 319)

Veranstaltet von der Wiener Gesundheitsförderung
Gefördert aus Mitteln des Fonds Gesundes Österreich, Projektnummer: 2175

INHALT

1 Zusammenfassung	3
2 Ziel der Veranstaltung	4
3 Programm.....	5
3.1 Programm Festsaal	5
3.2 Programm Nordbuffet	6
3.3 Rahmenprogramm.....	6
4 Ergebnisse	7
5 Öffentlichkeitsarbeit	8
5.1 Medienarbeit	8
5.2 Selbsthilfe tritt auf.....	8
5.3 Selbsthilfegruppen als MultiplikatorInnen.....	9
5.4 Programmheft	9

1 Zusammenfassung

Der „Tag der Selbsthilfe“ im Wiener Rathaus brachte auch 2011 mediale Aufmerksamkeit für das Thema Selbsthilfe. Die Präsentation zahlreicher Selbsthilfegruppen gab Einblicke in die Arbeit und Problemstellungen einzelner Betroffener, um einen höheren Stellenwert für die Leistungen der Selbsthilfegruppen in der Öffentlichkeit zu erlangen und eine gefestigte Position für Selbsthilfegruppen in der Stadt Wien zu sichern. Außerdem bot der „Tag der Selbsthilfe“ die Möglichkeit für die Wiener Bevölkerung einen leichteren Zugang zu einem zusätzlichen gesundheitsfördernden Angebot zu erhalten.

Im Vorfeld der Veranstaltung gab es eine Transparent-Aktion, bei der Mitglieder aus Selbsthilfegruppen im öffentlichen Raum auftraten. Mit großen Transparenten und Info-Material zum „Tag der Selbsthilfe“ zogen die VertreterInnen der Selbsthilfegruppen die Aufmerksamkeit der Passantinnen und Passanten am Praterstern und den einmündenden Straßen auf das Thema Selbsthilfe und den „Tag der Selbsthilfe“.

Der „Tag der Selbsthilfe“ wurde von Marianne Klicka, der Dritten Präsidentin des Wiener Landtages, und Dennis Beck, Geschäftsführer der Wiener Gesundheitsförderung, eröffnet.

Das Bühnenprogramm wurde von Dr. Peter Resetarits moderiert. Er führte durch Podiumsdiskussionen, Animations- und Showprogramme. ExpertInnen aus verschiedenen Bereichen des Gesundheits- und Sozialbereichs stellten sich als AnsprechpartnerInnen zur Verfügung und sprachen verschiedene Themen und Bereiche zum Thema Selbsthilfe und Gründung einer Selbsthilfegruppe an, etwa den Zusammenhang von chronischen Erkrankungen und Gesundheit, den Umgang mit Trauer, Rechte und Pflichten von PatientInnen etc. Insgesamt präsentierten sich 59 Selbsthilfegruppen zu 48 Themen.

An der Life Lounge der Wiener Gesundheitsförderung berieten Expertinnen und Experten der Selbsthilfe-Unterstützungsstelle Wien interessierte BesucherInnen. Ebenso standen interaktive Module zum Thema Bewegung zum Ausprobieren zur Verfügung. Darüber hinaus wurden Tragetaschen mit Info-Material der Wiener Gesundheitsförderung, wie zum Beispiel das Wiener Selbsthilfegruppen-Verzeichnis ausgeteilt. Die interaktive und multimediale Ausstellung „Selbsthilfe, (m)eine Chance“ veranschaulichte Leistungen und Arbeit der Selbsthilfegruppen.

Die Veranstaltungen „Selbsthilfe tritt auf“ und der „Tag der Selbsthilfe“ wurden davor, während und danach von Presseaussendungen medial begleitet.

Insgesamt konnte eine Steigerung der AusstellerInnen um 30 % zum Vorjahr verzeichnet werden. Die Zahl der Vorträge, Workshop-Angebote und Angebote von Einrichtungen aus dem Wiener Gesundheits- und Sozialwesen konnten ausgedehnt werden. Die Auswertungen der AusstellerInnen- und BesucherInnenfragebögen waren zusammengefasst sehr positiv. Ungefähr zwei Drittel der BesucherInnen waren mit dem „Tag der Selbsthilfe“ im Allgemeinen sehr zufrieden.

2 Ziel der Veranstaltung

Selbsthilfe ist ein integraler Bestandteil bei der Herstellung bzw. beim Erhalt der Gesundheit (Koproduzent der eigenen Gesundheit). Neben der **kollektiven Form (Selbsthilfegruppen)** wird die **individuelle Selbsthilfe** unterschieden.

Um möglichst viele Wienerinnen und Wiener über das Thema Selbsthilfe informieren zu können, veranstaltete die Wiener Gesundheitsförderung die **Publikumsveranstaltung** „Tag der Selbsthilfe“ im Wiener Rathaus. Erweitert um das Thema individuelle Selbsthilfe wurde ein **vielfältiges, interaktives Informationsangebot** zu folgenden Themenbereichen geboten:

- Selbsthilfe im Gesundheits- und Sozialwesen
- Selbsthilfe, Arbeit und Armut
- Selbsthilfe ganz für mich
- Selbsthilfe im Alter



Das Potenzial der Selbsthilfe beschränkt sich allerdings nicht auf den Bereich der reziproken Unterstützung einzelner Betroffener bzw. Angehöriger. Vielmehr bilden die kollektiven Formen der Selbsthilfe eine wichtige Ressource bei der Erbringung der am Bedarf und den Bedürfnissen der NutzerInnen orientierten Betreuungsangebote. Deshalb und um die Attraktivität der Veranstaltung zu fördern, erfolgte eine Erweiterung der AusstellerInnen (bisher Selbsthilfegruppen) um relevante Player im Wiener Gesundheits- und Sozialwesen (vgl. Programmheft im Anhang).

Schließlich wurde bei der Auswahl des Rahmenprogramms auf einen unmittelbaren Bezug zu den Themen Empowerment, Gesundheitsförderung und Kompetenzsteigerung geachtet.

3 Programm

3.1 Programm Festsaal

PROGRAMM FESTSAAL

Moderation: Dr. Peter Resetarits, ORF

- 10.30 Uhr **Eröffnung**
Dr. Peter Resetarits im Gespräch mit Marianne Klicka, Dritte Präsidentin des Wiener Landtages und Dennis Beck, Geschäftsführer der Wiener Gesundheitsförderung.
- 11.00 Uhr **Podiumsdiskussion: Selbsthilfegruppen – ein Blick hinter die Kulissen**
mit Sigrüd Kundela, SHG Schädel-Hirn-Trauma, Yvonne Ötzlberger, Angelman Verein Wien, Mag. Katharina Reisch, SHG Kopfweh, Marcell Randa, SHG ÖGAST – angeb. Stoffwechselstörungen, Mag. Andreas Keclik, WiG
- 11.30 Uhr **Vortrag: Spielregeln für ein gutes Leben**
Dr. Andreas Kienzl
- 12.00 Uhr **Podiumsdiskussion: Selbsthilfe im Gesundheits- und Sozialwesen**
mit Dr. Wilhelm Holzer, Praktischer Arzt, Franz Radl, Wiener Herzverband, Edwin Ladinsner, HPE – Hilfe für Angehörige psychischer Erkrankter, a.o. Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Michaela Amering, AKH Wien
- 12.30 Uhr **Animation: Qi Gong – eine Einführung**
Grundübungen für ein erstes Erspüren der eigenen Energie.
Von und mit Mag.^a Maria Lanser
- 13.00 Uhr **Mittagspause**
- 14.00 Uhr **Podiumsdiskussion: Selbsthilfe im Alter**
mit Mag.^a Yvonne Gadenbacher, Querraum, Mag. Martin Oberbauer, Ehrenamtsbörse, Roswitha Bartsch, SHG Alzheimer, Dr. Karl Tanzmeister, Ärztlicher Leiter, Kuratorium Wiener Pensionisten-Wohnhäuser

PROGRAMM FESTSAAL

- 14.30 Uhr **Showprogramm: Age Company**
Zeitgenössische Tanz-Performance von und mit Menschen über 50
unter der Leitung von Nora Aschacher
- 15.00 Uhr **Podiumsdiskussion: Selbsthilfe privat – persönliche Formen der Selbsthilfe**
mit Dr.ⁱⁿ Julia Umek, Radio Wien, Daniel Pateisky, MS Young Connection, Mag.^a Hermine Mandl, Psychotherapeutin, Thomas J. Nagy, TrauerWeile
- 15.30 Uhr **Showprogramm: Mental-Magie mit Martin „Mateo“ Pospisil**
Seien Sie live dabei, wenn beliebige Wörter aus Büchern erraten oder Fotos aus dem Publikum erkannt werden.
- 16.00 Uhr **Podiumsdiskussion: Selbsthilfe, Arbeit und Armut**
mit Bernhard Stenzl, SHG „Altes Eisen“, Alexander Maly, FSW Schuldnerberatung, Mag.^a Silvia Hruska-Frank, AK Wien, u.a.
- 16.30 Uhr **Showprogramm: Gesundheitskabarett mit O. Lendl**
In seinem „Best of“ zapft er sich im Fast-Forward-Modus durch seine bisherigen Programme und bietet dabei Gutes und Bestes aus seinem erstaunlichen Repertoire an Parodien, Satire und Comedy-Vergnügen.
- 17.00 Uhr **Verabschiedung**
Mag. Andreas Keclik, Leiter der Selbsthilfe-Unterstützungsstelle der Wiener Gesundheitsförderung zieht im Gespräch mit Dr. Peter Resetarits ein erstes Resümee zum „Tag der Selbsthilfe“

Die Inhalte auf der Festbühne werden von GebärdensprachdolmetscherInnen übersetzt.

3.2 Programm Nordbuffet

PROGRAMM NORDBUFFET

Moderation: Hadschi Bankhofer, Radio Wien

10.30 Uhr **Vortrag: Patientenrechte und Patientenverfügung**
Mag. Renate Griebel, Wiener Pflege-, Patientinnen- und Patientenanwaltschaft

11.30 Uhr **Vortrag: Rechte und Pflichten als ArbeitnehmerIn bei Erkrankung/Behinderung**
Mag. Silvia Hruska-Frank, Arbeiterkammer Wien

12.00 Uhr **Vortrag: Gesundheitsförderung durch freiwilliges Engagement im Alter**
Mag. Martin Oberbauer, Ehrenamtsbörse, Die Wiener Freiwilligenagentur

12.30 Uhr **Vortrag: Engagiert gesund bleiben**
Mag. Yvonne Giedenbacher, Querraum Kultur- und Sozialforschung

13.00 Uhr **Vortrag: Verhalten in Notfallsituationen für ältere Menschen**
Peter Erdle, Die Helfer Wiens

13.30 Uhr **Vortrag: Wie verschaffe ich mir Glücksmomente im Alltag?**
Dr. Julia Umek, Radio Wien

14.00 Uhr **Vortrag: Chronisch krank und doch gesund**
Mag. Hermine Mandl, Psychotherapie und Gesundheitsförderung

14.30 Uhr **Vortrag: Wenn Trauer übergroß wird**
Thomas J. Nagy, TrauerWeile - Informations- u. Beratungszentrum

15.00 Uhr **Zum richtigen Umgang mit Stress**
Dr. Andreas Kienzl

3.3 Rahmenprogramm

RAHMENPROGRAMM

Workshops

11.00 Uhr **SeniorInnengymnastik**

11.30 Uhr **Nordic Walking**

12.30 Uhr **Lachyoga**

13.00 Uhr **SeniorInnentanz**

14.00 Uhr **SeniorInnengymnastik**

14.30 Uhr **Lachyoga**

15.00 Uhr **GründerInnenworkshop**

16.00 Uhr **Nordic Walking**

16.30 Uhr **Qi Gong**

ganztäglich in
Nebensälen **Gesundheitsstraße der MA 15**
Die Helfer Wiens
Grünes Kreuz
Gesunde Pensionistenklubs
Kuratorium Wiener Pensionisten-Wohnhäuser
CliniClowns
Mundo Batala - Percussion Performance

Festsaal **WiG Life Lounge**
WiG Gründungswerkstatt

4 Ergebnisse

- Steigerung der AusstellerInnen um 30%
 - 53 Selbsthilfegruppen
 - Fonds Soziales Wien, Büro der Wiener SeniorInnenbeauftragten
 - Wiener Pflege-, Patientinnen- und Patientenanwaltschaft
 - Wiener Apothekerkammer
 - Ehrenamtsbörse Wien
 - Verband Österreichischer Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten

- Ausdehnung des Angebots um
 - Workshops
 - Vorträge
 - Einrichtungen aus dem Wiener Gesundheits- und Sozialwesen
 - abwechslungsreiches Bühnenprogramm



- und vor allem: ausgezeichnete Ergebnisse bei der Auswertung der AusstellerInnen- und BesucherInnenfragebögen (vgl. Anhang):
 - Die Meinung über Selbsthilfegruppen hat sich bei 60% der BesucherInnen verbessert.
 - 85% der BesucherInnen waren sehr zufrieden bzw. zufrieden mit der Veranstaltung.
 - 80,4% der AusstellerInnen waren sehr zufrieden bzw. zufrieden mit der Veranstaltung.

Die BesucherInnenanzahl lag mit 1.000 Personen deutlich unter den Erwartungen, was vor allem auf das spätsommerliche Wochenendwetter zurückzuführen war.

5 Öffentlichkeitsarbeit

5.1 Medienarbeit

Inserate

- Magazin „Gesunde Stadt“, ganzseitiges Inserat, U4 – Auflage 30.000 Stück
- VORMAGAZIN, September 2011, ganzseitiges Inserat, U2 und redaktioneller Inhalt – Auflage 40.000 Stück
- Kronenzeitung, zwei ¼-seitige Anzeigen, September 2011

Radiobeiträge

- Ankündigung des Tags der Selbsthilfe auf Radio Wien

Plakate

- Zur weiteren Bewerbung wurden Plakate gedruckt (vgl. Anhang) und zur Verteilung an die Selbsthilfegruppen weitergeleitet.

5.2 Selbsthilfe tritt auf

Im Vorfeld gab es eine Transparent-Aktion, bei der Mitglieder aus Selbsthilfegruppen im öffentlichen Raum auftraten. Mit großen Transparenten und Info-Material zum „Tag der Selbsthilfe“ zogen die VertreterInnen der Selbsthilfegruppen die Aufmerksamkeit der Passantinnen und Passanten am Praterstern und seinen Ausfallsstraßen auf sich.



5.3 Selbsthilfegruppen als MultiplikatorInnen

Einen wichtigen Beitrag zur Bekanntmachung der Veranstaltung leisteten auch die Selbsthilfegruppen selbst. Zu den wesentlichsten Beiträgen zählt die Bekanntmachung der Veranstaltung auf der eigenen Website, Anbringen der Plakate bei KooperationspartnerInnen der Gruppe (Apotheken, Krankenhausabteilungen, ÄrztInnenpraxen, etc.) und Versand der Einladung über den eigenen Mail-Verteiler.



5.4 Programmheft

Die BesucherInnen der Veranstaltung erhielten ein ausführliches Programmheft. Neben der Übersicht zu AusstellerInnen und Informations- bzw. Workshopangebote, enthielt dieses Programmheft auch eine detaillierte Vorstellung der teilnehmenden Selbsthilfegruppen und trug damit auch zur besseren Bekanntmachung der jeweiligen Selbsthilfegruppen in der Öffentlichkeit bei.

Insgesamt wurde aufgrund der verstärkten Öffentlichkeitsarbeit - Inserate und Berichterstattungen in diversen Zeitungen (Vor-Magazin, Kurier, Heute, Der Standard, Gesunde Stadt) Berichterstattungen, Interviews und Ankündigungen auf Radio Wien, Plakate, Webpräsenz, Mailaussendungen, der Aktion "Selbsthilfe tritt auf" und über die Öffentlichkeitsarbeit der beteiligten AusstellerInnen - rund 500.000 Menschen erreicht.