



Jahresbericht 2024 der Selbsthilfe Vorarlberg

Einleitung

Im Jahr 2024 hat die Selbsthilfe Vorarlberg weiterhin ihren Auftrag verfolgt, Menschen in schwierigen Lebenssituationen durch die Förderung von Selbsthilfegruppen und Netzwerken zu unterstützen. Der Jahresbericht gibt einen Überblick über die wichtigsten Aktivitäten, finanziellen Aspekte, und Erfolge sowie die Herausforderungen, die die Organisation in diesem Jahr gemeistert hat.

Eine der größten Herausforderungen war das Ausscheiden der Geschäftsleitung schon am Anfang des Jahres. Die SHV konnte Dank, des Einsatzes des Vorstandes und des Obmannes den Betrieb weiterführen. Ein besonderer Dank gebührt an dieser Stelle unserem ehemaligen Geschäftsführer, Nikolas Burtscher, der ehrenamtlich die neue Geschäftsleiterin Frau Sabine Moosbrugger mit Eintritt im Juni, tatkräftig unterstützte.

1. Vision und Mission

Unsere Mission ist es, Selbsthilfeinitiativen zu fördern, den Austausch zwischen Selbsthilfegruppen zu ermöglichen und eine stabile Grundlage für die persönliche und gemeinschaftliche Entwicklung der Betroffenen zu schaffen. Die SHV arbeitet daran, Selbsthilfe als wertvolle Ressource im Gesundheitssystem und in der Gesellschaft stärker zu verankern.

2. Gruppenentwicklung

Im Jahr 2024 verzeichnete die SHV einen Anstieg an Mitgliedsgruppen und Unterstützer*innen. Derzeit zählen wir 61 Selbsthilfegruppen/ Vereine, ohne die Gruppen des Lebensraumes und die AA Gruppen (nur 1 mal gezählt).

Es wurden drei neue Selbsthilfegruppen gegründet.

Besonders hervorzuheben ist, dass die Gruppen aus unterschiedlichsten Bereichen kommen, von psychischen Erkrankungen über chronische Krankheiten bis hin zu Suchterkrankungen. Unsere Gruppensprecher*innen profitieren von der Möglichkeit, sich zu vernetzen und auszutauschen.

3. Dienstleistungen und Programme

Im vergangenen Jahr wurden verschiedene Programme und Dienstleistungen angeboten, die den Bedürfnissen unserer Selbsthilfegruppen und Vereinen gerecht werden:

- **Beratung und Begleitung:** Die SHV hat Einzelpersonen bei der Gründung von Selbsthilfegruppen beraten und unterstützt. Dabei lag der Fokus auf der Stärkung von Selbstkompetenz und der Förderung von Eigeninitiative. Es wurden 64 Einzelgespräche mit den Gruppensprecher*innen und Obmenschten geführt, protokolliert, Daten aktualisiert und der Unterstützungsbedarf der jeweiligen Gruppe oder Vereins erhoben.
- Monatlich fanden im Durchschnitt zusätzlich ca. 20 telefonische Beratungen sowie 5-10 persönliche Einzelberatungen statt.
- **Gruppenberatung:** Gruppen wurden in der Anfangsphase begleitet. Eine Gruppe wurde aufgrund eines Gruppensprecher*innen Wechsels begleitet. Geschäftsleiterin besuchte Gruppen auf Nachfrage, um einen Eindruck der Gruppen zu gewinnen.
- **Kooperationsvertrag:** mit Dr. Hartmann, Oberarzt Interne E
- **Regionale Treffen und Vernetzung:** Es wurde ein Treffen auf Einladung des Landes zum Thema „Umstrukturierung der Selbsthilfe Vorarlberg“ abgehalten. Darüber hinaus fand ein Adventhock für einen gemeinsamen Austausch statt. Zudem gab es eine Teilnahme am Strategieentwicklungsprozess für die Sozialpsychiatrie 2025–2035.

4. Öffentlichkeitsarbeit und Lobbyarbeit

Ein zentrales Anliegen der SHV war es, Selbsthilfe in der Gesellschaft noch sichtbarer zu machen. Dies wurde durch verschiedene Öffentlichkeitsarbeitsmaßnahmen erreicht.

- **Medienpräsenz:** Wir haben im Bereich unserer Möglichkeiten intensiviert und konnten in regionalen Zeitungen, Facebook und unserer Webseite mit Artikeln auf die Bedeutung von Selbsthilfe aufmerksam machen.
- **Politische Arbeit:** Durch den Dialog mit politischen Entscheidungsträger*innen und durch die Vernetzung auf Bundesebene haben wir die Bedeutung von Selbsthilfegruppen im Gesundheitswesen betont und konkrete Verbesserungsvorschläge zur Förderung von Selbsthilfe und Peer-Support in die Diskussionen eingebracht.
- **Online-Veranstaltungen:** Teilnahme an Zoom Meetings mit ÖKUSS zu verschiedenen Themen der SH (Weiterbildung, Förderungen, Transparenz in der Selbsthilfe, junge Selbsthilfe usw.)

5. Finanzen

Die finanziellen Mittel der SHV stammen aus der Förderung des Sozialfonds des Landes Vorarlbergs, sowie Förderungen der ÖGK und des Fonds gesundes Österreich.

6. Erfolge und Highlights

Einige der herausragenden Erfolge im Jahr 2024:

- **Stabilisierung der SHV durch neue Geschäftsleiterin:** Sabine Moosbrugger konnte sich bis Ende des Jahres gut einarbeiten. Sie hat 70 Einzelgespräche geführt. Vernetzung mit Systempartner*innen wie KIB; Neustart, Femail, Connexia, AGP, Land Vorarlberg, Lebensraum Bregenz usw. haben stattgefunden. Besonders hilfreich waren auch die Gespräche mit den Dachverbänden Salzburg und Kärnten.
- **Gründung von spezialisierten Selbsthilfegruppen:** Besonders erfreulich war die Gründung neuer Selbsthilfegruppen in Bereichen von seelischen Belastungen. Es wurde auch eine Gruppe zum Thema Krebs und eine Trauergruppe im Bregenzerwald gegründet. Ebenfalls fand ein Treffen mit der Krebsgruppe im Kleinwalsertal statt. In der Gruppengründung ist eine Gruppe für Menschen, die von einer Parkinsonerkrankung betroffen sind. Diese Gruppen haben durch die Unterstützung der SHV eine stabile Basis gefunden. Ebenfalls unterstützt hat uns hier der Sozialsprengel Hard und Bernadette Sutterlüty vom Lindohus, sowie das IFS Kleinwalsertal.

7. Herausforderungen

Trotz der positiven Entwicklungen gab es auch Herausforderungen:

- **Ressourcenmangel:** Eine wichtige Unterstützung der SHV wäre eine administrative Mitarbeitende, um den gestiegenen Aufgaben in diesem Bereich gerecht werden zu können.
- **Digitalisierung:** Obwohl die digitale Vernetzung große Fortschritte gemacht hat, bleibt die Integration neuer Technologien in die alltägliche Arbeit eine kontinuierliche Herausforderung, insbesondere in Bezug auf Datenschutz und Barrierefreiheit.

Ausblick auf 2025:

Im kommenden Jahr liegt ein Fokus auf:

- Weiterentwicklung unserer digitalen Angebote (Webseite“ neu“, Facebook)
- Erweiterung der Beratungsdienste.
- Umsetzung des Projektes Selbsthilfefreundliches Krankenhaus
- Weiterbildungsprogramm für Gruppensprecher*innen
- Umsetzung des Dachverbandes

Wir freuen uns darauf, mit unseren Mitgliedern und Partner*innen weiterhin an der Förderung von Selbsthilfe zu arbeiten und hoffen, auch im kommenden Jahr einen positiven Einfluss auf die Gesellschaft auszuüben.

Abschluss

Die Selbsthilfe Vorarlberg blickt auf ein erfolgreiches Jahr zurück und bedankt sich bei allen Unterstützer*innen, Mitgliedern und Partner*innen für ihr Engagement und ihre Zusammenarbeit. Gemeinsam haben wir ein starkes Netzwerk aufgebaut, das Menschen in schwierigen Zeiten stützt und begleitet.

Wir freuen uns auf ein erfolgreiches, gelingendes Miteinander für 2025.

Sabine Moosbrugger



mit Unterstützung des

