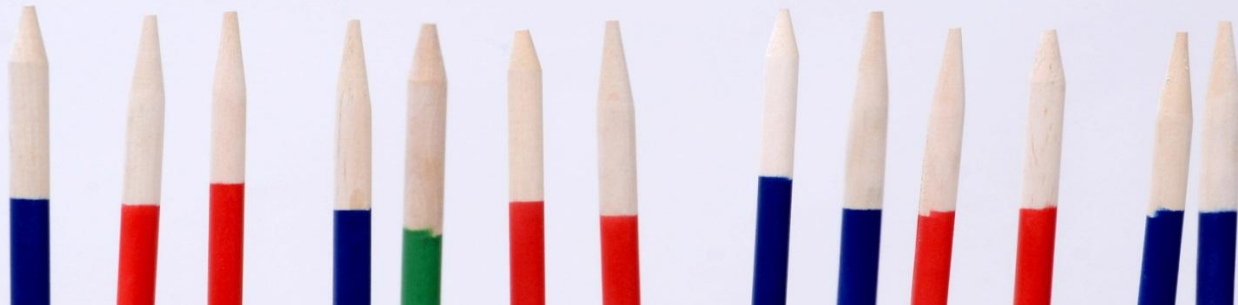


„Selbsthilfe in Gang setzen – mit, von und für Menschen mit Migrationshintergrund“



Selbsthilfegruppen

Gemeinsamkeit – Thema – Schwierigkeit

Genseitige Unterstützung

Auf **Augenhöhe**

Rückhalt und **Entlastung** in tiefen Phasen

Ausreichende bzw. umfassende **Information**

Einsamkeit und Isolation zu **überwinden**

Neue Ideen und neue Wege der **Bewältigung** auszuprobieren

Selbstbewusstsein zu entwickeln

Gemeinsame Ziele und **Interessen** besser zu verfolgen

Eine **positive Lebenseinstellung**

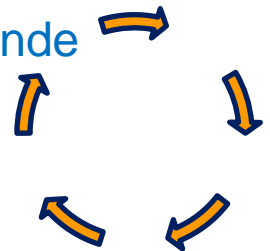
Teilhabe am **Gemeinschaftsleben**

Empowerment – Selbstbefähigung – **Selbstbestimmung**

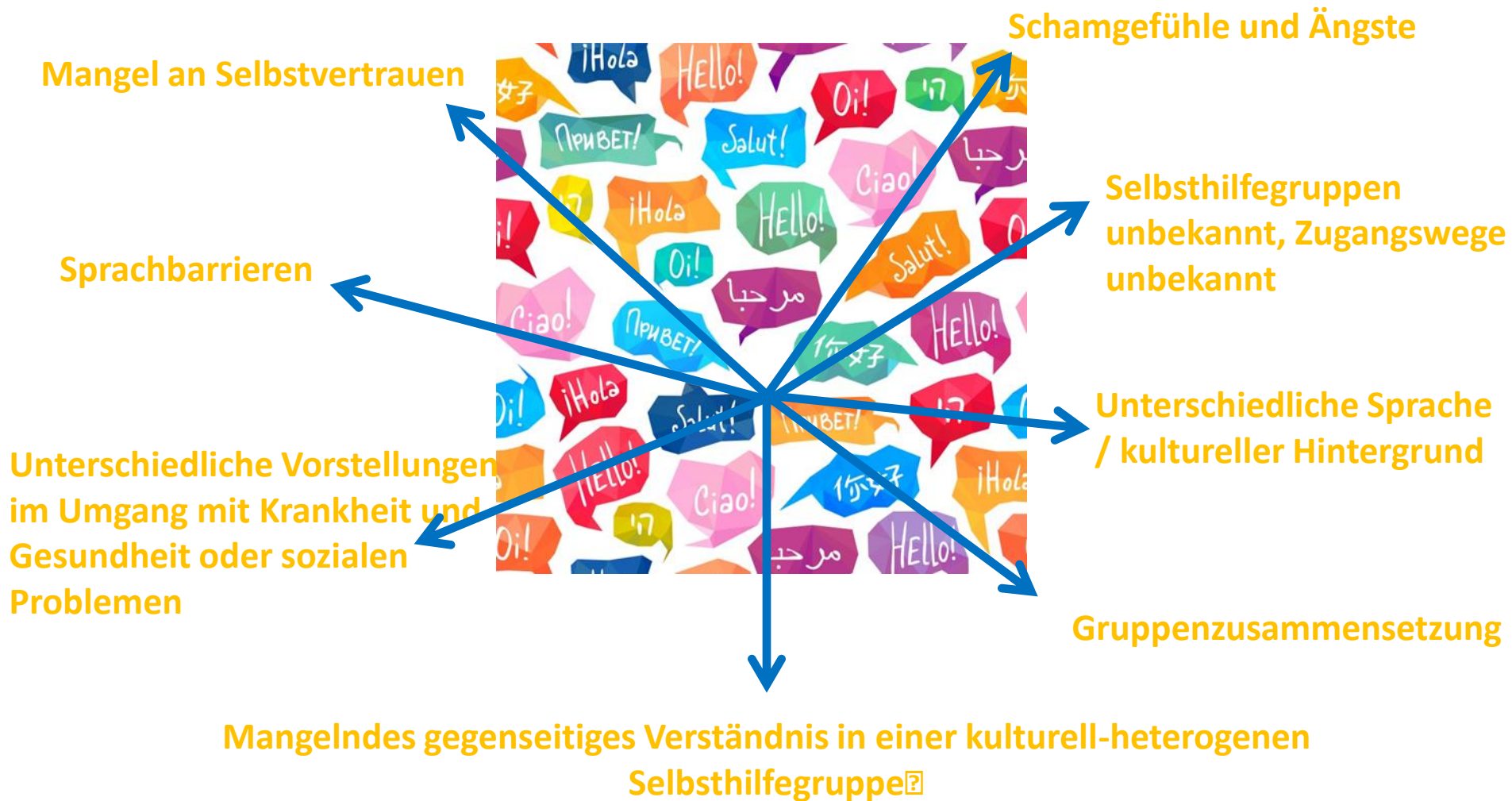


Migration

- ❖ Nicht ein **Thema** an sich....oder doch?
- ❖ Die üblichen Themen + **Vulnerabilität** aufgrund eines Migrationshintergrundes
- ❖ **Zugänge** zu Infos, Angeboten und Ressourcen
- ❖ Der **Teufelskreis**: Migration + Armut + Zunehmendes Alter → fehlende Infos zu vorhandenen Hilfsstrukturen → Isolation → mangelndes Selbstvertrauen → Isolation → wenig Unterstützung
- ❖ **Hilfe zur Selbsthilfe** als eine der Möglichkeiten zur Selbstbefähigung



Es gibt nahezu keine Beteiligung von Migranten an Selbsthilfe



Unser Vorhaben und der Plan

- ‚SelbstHilfe‘ auch unter Menschen mit Migrationshintergrund **auf den Weg bringen**
- **Rahmenbedingungen** zu ermöglichen, um **Selbsthilfegedanken** in die **Tat umzusetzen**
- **Ehrenamtliche** mit Migrationshintergrund zu schulen, die **Selbsthilfegedanken** den Menschen in den **eigenen Kulturkreisen näher zu bringen** bzw. zu verbreiten
- Entstehende Selbsthilfegruppen insbesondere in deren **Anfangsphase unterstützen** und den an Selbsthilfe interessierten Menschen **den Zugang zur Selbsthilfe erleichtern**



Die Vorbereitung und die Schulung



Was ist die IDEE?

In den meisten Kulturen ist es selbstverständlich, dass man im Familien- und Freundeskreis einander zuhört und sich gegenseitig unterstützt – nach dem gleichen Prinzip funktionieren auch Selbsthilfegruppen. In Selbsthilfegruppen treffen sich Menschen, die ein gemeinsames Anliegen verbindet bzw. die mit herausfordernden Lebenssituationen oder Krankheiten konfrontiert sind. Sie teilen ihre Erfahrungen und ihr Wissen miteinander. Sie verstehen, helfen und stärken sich gegenseitig und werden zusammen aktiv.

Was ist ein IN-GANG-SETZER?

„**Aller Anfang ist schwer**“ –

In-Gang-Setzer unterstützen den Ablauf der Gruppentreffen, bis die Gruppe stabil ist und alleine „laufen“ kann.

Als In-Gang-Setzer behalten Sie den Überblick über die Struktur ohne die inhaltliche Arbeit zu beeinflussen.

Sie unterstützen die Gruppe ganz gezielt im Hinblick auf Kommunikation, Organisation und den Gruppenprozess. Das gibt den Teilnehmenden Orientierung und wohlthuende Sicherheit.

Wie WERDEN SIE In-Gang-Setzer?

- Sie erhalten eine umfassende Schulung in Sachen Selbsthilfe, Gruppendynamik und Moderation
- Sie werden durch Kiss Mitarbeiterinnen kontinuierlich begleitet und durch regelmäßige Austauschtreffen unterstützt
- Als In-Gang-Setzer sind Sie in Ihrer Tätigkeit ehrenamtliche MitarbeiterInnen bei Kiss Mittelfranken und dürfen Ihr Zeitbudget selbst bestimmen



Warum ist dieses Ehrenamt REIZVOLL?

- Sie verbreiten den Selbsthilfegedanken im eigenen Kulturkreis
- Sie sind gesetzlich unfall- und haftpflichtversichert
- Ihre Fahrtkosten werden im Rahmen der Projektteilnahme erstattet
- Sie erhalten ein Zertifikat am Ende der Schulung

Der Einstieg



Fortbildungstermine:

17. & 18. März 2017
07. & 08. April 2017
05. & 06. Mai 2017

Wenn wir Ihr Interesse geweckt haben, können Sie das Projekt gerne bei einem unverbindlichen Gespräch näher kennenlernen.

Kontakt:

Sujata Sharma
Tel. 0911 234 94 49
nuernberg@kiss-mfr.de
www.kiss-mfr.de

inGangSetzer®



www.in-gang-setzer.de | Das Projekt in-Gang-Setzer® wird getragen vom Deutschen Paritätischen Wohlfahrtsverband, Landesverband Nordrhein-Westfalen und von den Betriebskrankenkassen (BKK Bundesverband und BKK Landesverband NORDWEST).



kiss.

Mittelfranken

Kontakt- und Informationsstellen
Selbsthilfegruppen

Sind Sie **ZWEISPRACHIG**
oder haben Sie Ihre **Wurzeln in**
einem anderen **Kulturkreis**?

Können Sie sich vorstellen, andere
Menschen aus Ihrem Kulturkreis
zu **UNTERSTÜTZEN**?

Macht es Ihnen **SPASS**,
mit und **in Gruppen**
zu **arbeiten**?

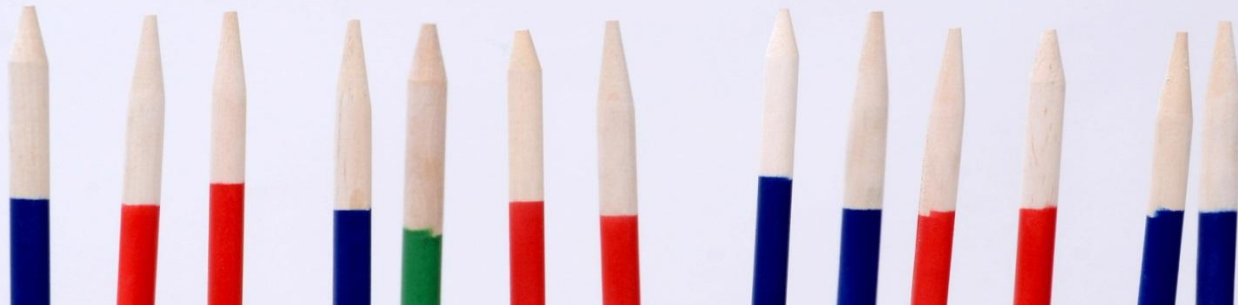
Möchten Sie
sich **in Ihrem**
KULTURKREIS
engagieren?

Wollen Sie sich
ehrenamtlich
für andere
EINSETZEN?



Projektverlauf

- **Einstieg und Planung** – **Werbung**, Interesse wecken, engagierte TeilnehmerInnen gewinnen
- **Durchführung** – **Schulung**, Hospitation bei den Selbsthilfegruppen
- **Um-/Fortsetzung** – klassische IGS Einsatz, Improvisation, Initiierung der Selbsthilfegruppen
- **Nachbetreuung** – **kontinuierliche Begleitung**, monatliche Treffen, regelmäßiger Kontakt mit den Ehrenamtlichen



Fragen bzw. Anregungen

Vielen Dank

