

RÜCKBLICK 2021

JANUAR



Mit dem Projekt „**Selbsthilfe im Dialog**– miteinander lernen, erfahren und austauschen“ konnte der Paritätische Thüringen in den letzten Jahren gemeinsam mit der AOK PLUS, der Landeskontaktstelle für Selbsthilfe Thüringen e. V. und der Landesarbeitsgemeinschaft Thüringer Selbsthilfeplenum, Selbsthilfekontaktstellen in Thüringen und Vertretern aus Selbsthilfegruppen ein Weiterbildungsprogramm entwickeln, um die Aktiven in der Selbsthilfe in ihrer verdienstvollen ehrenamtlichen Tätigkeit zu unterstützen und neue Impulse für die Selbsthilfearbeit zu geben. Die Seminare sind für Teilnehmende aus der gesundheitlichen Selbsthilfe kostenfrei.

FEBRAUR

Aufgrund der Pandemie-Situation haben wir im Februar zum **Offenen landesweiten Austausch der Thüringer Selbsthilfe** am 11.02.2021 im Online-Treffen eingeladen.

Im Rahmen dieses Online-Treffens konnten wir uns mit Selbsthilfeaktiven und Professionellen aus dem Gesundheitsbereich über die aktuelle Situation in der Thüringer Selbsthilfe austauschen und Ideen entwickeln, wie die Selbsthilfe künftige Krisen gut bewältigen kann.

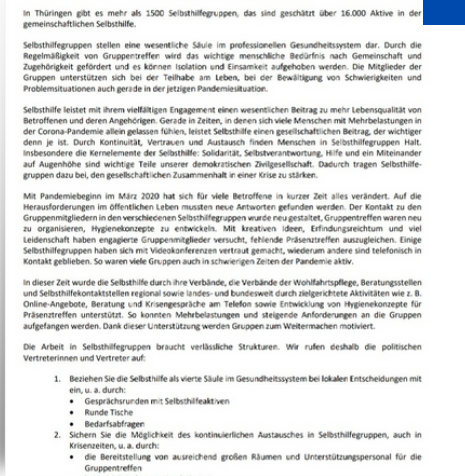
Offener landesweiter Austausch der Thüringer Selbsthilfe

AM 11.02.2021 im Online-Treffen

Im Rahmen des Online-Treffens möchten wir uns über die aktuelle Situation in der Thüringer Selbsthilfe austauschen und Ideen entwickeln, wie die Selbsthilfe künftige Krisen gut bewältigen kann. Sie sind herzlich eingeladen, Ihre Eindrücke und Erkenntnisse aus den letzten Monaten einzubringen und von den Erfahrungen anderer Gruppen zu profitieren. Gern können Sie Ihre Themen auch in der Anmeldung sowie zum Treffen einbringen. Melden Sie sich bis zum **03.02.2021** unter info@selbsthilfe-thueringen.de



APRIL



Mit Pandemiebeginn im März 2020 hat sich für viele Betroffene in kurzer Zeit alles verändert. Auf die Herausforderungen im öffentlichen Leben mussten neue Antworten gefunden werden. Die Arbeit in Selbsthilfegruppen braucht dazu verlässliche Strukturen. Deshalb formulieren Vertreter der Selbsthilfe aus den Verbänden, den Verbänden der Wohlfahrtspflege, den Beratungsstellen und der Selbsthilfekontaktstellen den **Aufruf der Selbsthilfe - LaKoSt Landeskontaktstelle für Selbsthilfe Thüringen e.V. (selbsthilfe-thueringen.de)**

MAI

Beginn des Projektes **"Selbsthilfe in Thüringen"**. Wir möchten mit einer Fotoausstellung der Selbsthilfe im Bundesland ein Gesicht geben und das ehrenamtliche Engagement der Selbsthilfeaktiven sichtbar machen. Auch 2022 machen wir weitere Fotos.



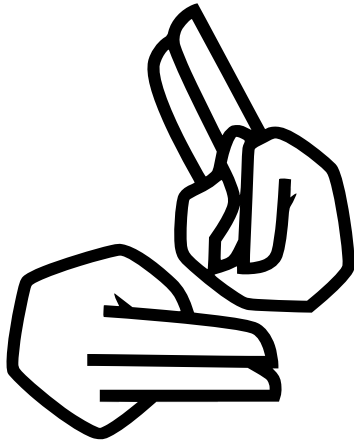
SEPTEMBER



Die **Aktionswoche Digital: Suchtselbsthilfe in Thüringen** fand in der Woche vom 20.09. bis 26.09.2021 ausschließlich digital statt. In der gesamten Woche gab es verschiedene digitale Veranstaltungen zu Themen der Suchtselbsthilfe in Thüringen. Es wurden verschiedene Vorträge und Workshops angeboten. Auf der Webseite www.aktionswoche-digital.de gab es zahlreiche weitere Informationen zum Thema Suchtselbsthilfe.



NOVEMBER



Auf dem Weg in Richtung Barrierefreiheit auf unserer Webseite.

*Die Förderung durch Aktion Mensch hat es uns ermöglicht, einen Film in **Gebärdensprache** zu produzieren und einen Text in **Leichte Sprache** übersetzen zu lassen.*

Wir möchten damit zu mehr digitaler Teilhabe beitragen. Unsere Inhalte erreichen somit mehr Menschen mit und ohne Behinderung!

DEZEMBER

*Die Onlinebroschüre zeigt die Ergebnisse der Online-Befragung zur **Jungen Selbsthilfe in Thüringen 2020**. Als Teilnehmerinnen und Teilnehmer wurden Aktive in Selbsthilfegruppen bis 35 Jahren befragt. Es nahmen auch Menschen über 35 Jahren teil. Drei Selbsthilfegruppen sind überregional aktiv, sechs Gruppen in Sachsen.*

In der Umfrage beantworteten die jungen Menschen Fragen zu ihren Erfahrungen in Selbsthilfegruppen. Was ist ihnen wichtig, welche Unterstützung erfahren sie durch ihre Gruppe.

Junge Selbsthilfe - LaKoST Landeskontaktstelle für Selbsthilfe Thüringen e.V. (selbsthilfe-thueringen.de)



2021

- Teilnahme an Beratungen der LAG Thüringer Selbsthilfepodium (Selbsthilfekontaktstellen in Thüringen)
- Projekt „Qualitätsgesicherte Homepage“ für Selbsthilfeorganisationen: Check der Internetseite des Verbandes und Beratung zu Kriterien
- Teilnahme an fachspezifischen Weiterbildungen
- Teilnahme am bundesweiten Fachaustausch der Selbsthilfe-Landeskontaktstellen
- Teilnahme am Fachaustausch der Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e. V.
- Führen der Social-Media Kanäle (Instagram und Facebook)



LaKoST

Landeskontaktstelle für
Selbsthilfe Thüringen e.V.