

Project allochtonen op weg naar Zelfhulp

Omdat het aantal allochtone deelnemers aan zelfhulpgroepen al jarenlang ver achterblijft, is er een project opgestart om juist deze mensen met een geheel specifieke benadering te bereiken. Het project richt zich op de regio Zuidoost-Brabant en maakt gebruik van mensen uit de eigen cultuur om voorlichting te geven over het nut van Zelfhulp en uiteindelijk te ondersteunen bij de opzet van nieuwe groepen.

Margot van 't Hof coördinator bij Stichting Zelfhulp Netwerk Zuidoost-Brabant



Margot is in 2009 gestart als coördinator, mede om een kanteling tot uitvoer te brengen van een puur door vrijwilligers gestuurde organisatie naar een professioneel ondersteunde organisatie. Dit is ondertussen geslaagd en hiermee is het bestaan als organisatie gegarandeerd.

Uiteraard vindt de inhoudelijke aansturing nog steeds mede plaats door alle vrijwillige zelfhulpdeskundigen uit de eigen gelederen

Margot heeft haar opleidingen en werkervaring opgedaan binnen de gezondheidszorg. De laatste 16 jaar heeft zij als leidinggevende gewerkt binnen diverse instellingen binnen de gezondheidszorg. Daarnaast kent zij zelfhulp ook van binnenuit in verband met een langdurige eetstoornis in haar verleden. Zo kent zij lotgenotengroepen als deelnemer èn als begeleider.

U kunt haar altijd aanspreken als u ergens iets meer van wilt weten via tel.nr 040-2118328 of margot@zelfhulpnetwerk.nl

Hetty van Asten; coördinator bij de Dependance van Stichting Zelfhulp Netwerk Zuidoost-Brabant te Helmond.



Hetty is in 2009 gestart als coördinator bij de dependance te Helmond. Het kantoor is gehuisvest op het terrein van het Claraklooster aan de Molenstraat 74A.

Hetty werkt samen op het kantoor met enkele vrijwilligers.

Zij zijn er in principe van maandag t/m woensdag in de ochtenden op kantoor bereikbaar (buiten deze tijden kunt u ook altijd contact opnemen met locatie Eindhoven). U kunt Hetty en de vrijwilligers altijd aanspreken als u ergens iets meer van wilt weten.

Dit kan via tel.nr 0492-476062 of via helmond@zelfhulpnetwerk.nl of via hetty@zelfhulpnetwerk.nl

Project "kennismaking 1^e-lijn met Zelfhulp"

Per 1 december gaat ook een project van start dat alle 1^e-lijns zorgverleners in Brabant kennis laat maken met zelfhulp en welke belangrijke rol dit kan spelen in het zelfmanagement van de cliënt. Dankzij een project-call van Robuust wordt het mogelijk om de komende twee jaar alle eerstelijners intensief te benaderen over de meerwaarde van zelfhulp.

Het project is een uitwerking van een eerdere pilot bij de gezondheidscentra van het SGE en wordt uitgevoerd door de samenwerkende zelfhulporganisaties in Brabant.

WMO-gestript:

Op de website van www.wmowerkplaats.nl kunt u de serie WMO gestript filmpjes vinden waar de maatschappelijke steunsystemen in beeld weergegeven zijn. Deel 4 van de wmo-gestript filmpjes betreft Zelfhulp.

Documentaireserie over Zelfhulp op Brabant TV

Op zaterdag 29 oktober is een 13-delige televisieserie over zelfhulp en lotgenotencontact op Brabant-TV van start gegaan. Titel "**Bijsluiter ontbreekt**". De meest uiteenlopende onderwerpen komen aan bod en het is verassend te zien met hoeveel enthousiasme mensen hun probleem samen delen en relativeren. Mensen die zelf opnieuw de regie over hun eigen welzijn, gezondheid en leven weten te vinden.

De afleveringen die uitgezonden zijn in de maanden oktober en november zijn te zien via de website van het KZE

www.kenniscentrum-ze.nl/uitzendingen-bijsluiter-ontbreekt

of via www.youtube.com

De komende uitzendingen in de maand december zijn als volgt:

- 3 december: Supportwork en verslaving/ thema: versterking inzicht
- 10 december: Creatief met kanker/ thema: zingeving
- 17 december: Eetstoornis/ thema; oefenterrein en groei

Een greep uit de diversiteit van zelfhulpgroepen; voor volledige lijst zie

www.zelfhulpnetwerk.nl

Om enkele onderwerpen te noemen:

- HIV en AIDS groep
- Afasie
- Depressiegroep en een Loopgroep
- Q-koorts
- ADHD
- Dwangstoornis en fobie
- Eetstoornissen

Voorlichtingsmateriaal over Zelfhulp:

Er zijn diverse voorlichtingsmaterialen over Zelfhulp en het Zelfhulp Netwerk in ontwikkeling. Zo wordt er gewerkt aan een nieuwe voorlichtingsfilm over Zelfhulp. Maar ook een nieuwe folder, Affiche en Magazine zijn in de maak.

De Zelfhulpkrant en het boekje "de Ziel van Zelfhulp" zijn te downloaden vanaf de homepage van onze website zie www.zelfhulpnetwerk.nl

In de loop van 2012 wordt onze website herzien en zal de mogelijkheid bestaan om uw aan te melden voor een digitale nieuwsbrief.

Het Zelfhulp Netwerk is ook te volgen via Twitter; Zoek op **ZelfhulpNetwerk**

