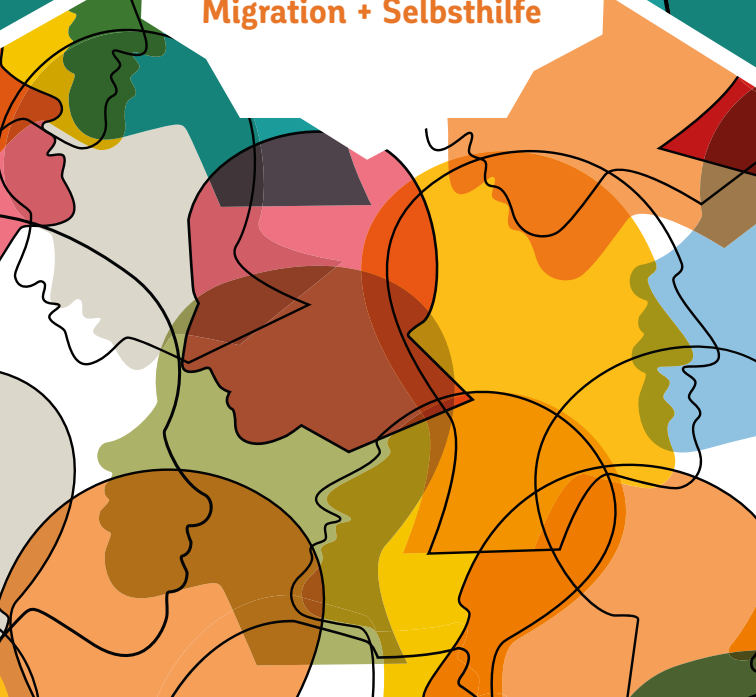




„Übergänge“

in die/in der Selbsthilfe

Workshop-Reihe zu
Migration + Selbsthilfe





Erste hybride Workshop-Reihe zum Thema „Übergänge“ in die / in der Selbsthilfe

Der Berliner Arbeitskreis „Selbsthilfe und Migration“ ist eine Austauschplattform der Berliner Selbsthilfe Kontaktstellen und der Kompetenzzentren zum Thema migrantische Selbsthilfe.

Der Arbeitskreis lädt dieses Jahr zu einer hybriden Workshop-Reihe zum Thema „Übergänge in die / in der Selbsthilfe“ ein. Die vier Workshops finden Ende November teils digital, teils vor Ort und teils in einer Mischform statt. Eingeladen sind Interessierte aus dem Gesundheits- und Sozialwesen sowie aus der zivilgesellschaftlichen Selbstorganisation.

Häufig arbeiten Menschen an Schnittstellen zur Selbsthilfe, haben aber selbst keinen unmittelbaren Bezug oder Erfahrung in der Selbsthilfe. Dies können Therapeut*innen, Ärzt*innen, Sozialarbeiter*innen und -berater*innen, Mitglieder von Migrant*innenorganisationen, Betreuer*innen, etc. sein. Wir wollen uns diese Schnittstellen gemeinsam anschauen, um die Übergänge zwischen den Arbeitsfeldern gut und sinnvoll gestalten zu können. Am Ende nehmen Sie konkrete Tipps und Hinweise für Ihr Arbeitsfeld / Ihre Gruppe mit.

Auch, wenn bereits in Gruppen gearbeitet wird, stellen sich Schnittstellen und Fragen zur Weiterentwicklung: Wie kann der Übergang in resilientes Arbeiten in einer Gruppe gelingen?, Wie gestalten sich Übergänge in Migrant*innenorganisationen in Selbsthilfearbeit?, usw.

Die Workshops werden sowohl theoretische Inputs wie auch zahlreiche Impulse aus der Praxis enthalten. Viel Raum für regen Austausch und Diskussion ist gegeben.

Eine Anmeldung zu nur einem Workshop ist möglich.
Die Teilnahme ist kostenfrei.



Freitag, 20. November

1

Selbsthilfe als vierte Säule im Gesundheitswesen

Online-Workshop für Menschen aus dem ambulanten oder stationären Sektor sowie dem öffentlichen Gesundheitsdienst.

Selbsthilfe wirkt. Das ist inzwischen auch wissenschaftlich bewiesen (SHILD-Studie, 2012-2017). Als ein Angebot in der Nachsorge von Menschen mit chronischen – somatischen oder psychischen – Erkrankungen ist sie nachweislich geeignet. Die Übergänge, die Sie Ihren Patient*innen und Klient*innen von Ihrer Praxis in die Selbsthilfe anbieten können, sind Thema dieses Workshops.

Vorgestellt werden die Selbsthilfe an sich, Zielgruppen der Selbsthilfe, Indikationen für Selbsthilfeangebote sowie Zugangswege und Adressen.

Der Workshop findet als Online-Format statt. Die Zugangsdaten und weitere Informationen erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung über: sekis@sekis-berlin.de.

Freitag, 20.11.2020

10:00 - 12:00 Uhr

Online-Veranstaltung



Moderation: Petra Glasmeyer
(Selbsthilfekontaktstelle im Mittelhof e.V.)

Referent*in: Johanna Schittkowski MPH
(Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle – SEKIS Berlin)



Dienstag, 24. November

2

In der Gruppe Heimat finden

Workshop rund um die Selbsthilfe geflüchteter Menschen.

Sie beraten, begleiten oder betreuen geflüchtete Menschen? Die Idee von Selbsthilfegruppen und Empowerment macht Sie neugierig? Dann ist dieser Workshop genau der richtige Einstieg in das Thema. Wir werden das Konzept und die Wirkungsweise von Selbsthilfegruppen geflüchteter Menschen zunächst kennenlernen und dann die Unterschiede zu Beratung und Therapie herausarbeiten. Im Anschluss werden wir schauen, wann ein Übergang aus Beratung und Therapie sinnvoll ist und schauen, wie dieser gelingen kann und wo Herausforderungen liegen können.

Die Teilnehmenden erhalten außerdem Tipps zu bestehenden Selbsthilfegruppen sowie Hinweise zu Unterstützungsmöglichkeiten zur Gründung eigener Selbsthilfegruppen.

Zu allen Themen werden Mitarbeiter*innen von bestehenden Projekten berichten und ihre Erfahrungen teilen. Der Workshop richtet sich an Hauptamtliche und Ehrenamtliche.

Dienstag, 24. 11.2020 | 10:00 - 13:00 Uhr

Veranstaltungsort:

Mittelhof e.V., Königstr. 42, 14163 Berlin
Raum: Balkonzimmer im 1. OG

Moderation: Barbara Dieckmann

(Kompetenzzentrum Migration und Selbsthilfe, Mittelhof e.V.)

Gesprächsrunde: Sandy Albahri (LouLou – Begegnungsort für Geflüchtete und Nachbar*innen, StadtRand gGmbH), Sabine Pfuhl (Arbeitsbereich Arbeit mit Geflüchteten, Mittelhof e.V.);

Donnerstag, 26. November

Selbsthilfe als Teil unserer Arbeit

Workshop für Aktive in Migrantenorganisationen.

Migrantenorganisationen beraten, organisieren, unterstützen und sind ein nicht wegzudenkender Faktor gesellschaftlichen Engagements.

Wer von ihnen mit Selbsthilfegruppen arbeitet, steht dabei vor konkreten Fragen:

- Wie erreichen wir die Menschen, denen der Austausch in der Gruppe eine Hilfe sein kann?
- Was braucht eine „Selbsthilfegruppe“ um gut zu funktionieren und was unterscheidet sie von anderen (guten) Formaten unserer Arbeit?
- Was ist nötig, wenn wir als Selbsthilfeorganisation über die Selbsthilfe hinauswachsen?

Diesen und anderen „Übergangs-Fragen“ der Selbsthilfe wollen wir an diesem Tag nachgehen. Eine Gesprächsrunde mit Expert*innen aus unterschiedlichen Organisationen berät in einem moderierten Gespräch erste Aspekte.

Die Teilnehmer*innen des Workshops schalten sich online dazu. Sie können über einen Chat Erfahrungen und Fragen einbringen und so selbst Teil des Austausches werden.

Donnerstag, 26.11.2020 | 18.30 - 20.00 Uhr

Veranstaltungsort:

Selbsthilfe Kontakt und Beratungsstelle Mitte
StadtRand gGmbH, Perleberger Str. 44, 10559 Berlin

Moderation: Birgit Sowade

(Selbsthilfe-Kontaktstelle Mitte, StadtRand gGmbH)

Gesprächsrunde: Sevgi Bozdag (Interaktiv e.V.),
Nozomi Spennemann (IKMO), Helga Schneider-Schelte
(Deutsche Alzheimergesellschaft e.V.),
Azra Tatarevic (AK Selbsthilfe und Migration, Selko e.V.);



WORKSHOPS

4

Freitag, 27. November

Durch die Gruppe stärker werden

Methodentraining für Menschen aus muttersprachlichen Selbsthilfegruppen
(Präsenzveranstaltung mit begrenzten Plätzen)

Unseren alltäglichen Belastungen stets zu trotzen, ist eine Herausforderung. Manche haben mit ihrer eigenen Erkrankung zu kämpfen, andere kümmern sich aufopferungsvoll um ihre zu pflegenden Angehörigen.

In Selbsthilfegruppen können solche Lebenserfahrungen miteinander geteilt werden. Das Miteinander in der Gruppe kann dabei die eigene Widerstandsfähigkeit stärken.

Was aber ist es, dass individuell stärkt? Unter dem Begriff Resilienz wird die persönliche Widerstandsfähigkeit gegenüber äußeren Belastungen untersucht.

Im Workshop wird, durch den Austausch der Teilnehmenden über eigene Erfahrungen von persönlichen Problemen und dem (gelungenen) Umgang damit, Ideen und Anregungen vermittelt, um das Thema des „resilienten Arbeitens“ für sich selbst und auch im Gruppenalltag zu integrieren.

Freitag, 27.11.2020 | 16:00 - 18:00 Uhr

Veranstaltungsort:

Selbsthilfezentrum Neukölln-Nord
Wilhelm-Busch-Straße 12, 12043 Berlin

Moderation: Pervin Tosun (Selbsthilfe- und Stadtteilezentrum Berlin Neukölln), Daniel Jux (Selbsthilfe-Kontaktstelle Charlottenburg-Wilmersdorf)

Referent*in: Samira Tanana
(Kompetenzzentrum Interkulturelle Öffnung der Altenhilfe)



ORGANISATORISCHES

Anmeldung bitte bis spätestens 11.11.2020 über:

Arbeitskreis Selbsthilfe und Migration

Johanna Schittkowski (Projektkoordination)

E-Mail: sekis@sekis-berlin.de

oder Tel.: 030 . 890 285 31

Bitte geben Sie an, an welchem Workshop bzw. welchen Workshops Sie teilnehmen möchten.

Nach der Anmeldung erhalten Sie eine Bestätigung per E-Mail. Kurz vor der Online-Veranstaltung wird Ihnen per E-Mail ein Link zugeschickt, der Sie mit einem Klick in die Veranstaltung schaltet.

Die Präsenzworkshops werden unter Einhaltung der jeweils aktuellen Vorgaben zu COVID-19-Prävention des Landes Berlin durchgeführt.

Änderungen sind vorbehalten.

**Eine Veranstaltung von
Selko e.V. / SEKIS Berlin**

selko» sekis»

Gefördert durch:



Senatsverwaltung
für Integration, Arbeit
und Soziales



und die gesetzlichen Krankenkassen und ihre Verbände Berlin.