

SelbsthilfeZentrum Aargau – SHZ Aargau

Im Jahr 2019 nahm die Arbeit mit den Gruppen erneut viel Raum ein. Wir konnten Gruppen zu folgenden Themen in ihrem Aufbau unterstützen:

- Kaufsucht
- Psychische Erschütterung
- Schizophrenie/ Psychose
- Endometriose
- Eizellspende
- Ungewollt kinderlos
- Hochsensibilität
- Einsamkeit
- Essstörungen

Die Gruppen laufen nun selbständig weiter oder werden noch punktuell durch uns begleitet.

Auch die Öffentlichkeits- und Vernetzungsarbeit nahm im Jahr 2019 wieder einen wichtigen Stellenwert ein. Im Rahmen der Aktionstage psychische Gesundheit organisierten wir zusammen mit dem Verein Anker und HoTA erneut eine Filmmattinée mit anschliessender Podiumsdiskussion im Kino Odeon in Brugg. Wir zeigten den Film „Ronni Rocket – wie das ADHS siegt und wie es scheitert“. Mit 230 Besucherinnen und Besuchern konnten wir einen überwältigenden Erfolg feiern. Bereits zum dritten Mal waren wir an der Seniorenmesse Expovita in Suhr präsent und im Kantonsspital Aarau konnten wir dieses Jahr gleich an zwei Veranstaltungen zum Thema Krebs mitwirken. Im Rahmen der Bustour von Selbsthilfe Schweiz zum Nationalen Tag der Selbsthilfe führten wir zusammen mit dem KSA einen Anlass durch, bei dem Fachexperten aus der Medizin zusammen mit Erfahrungsexperten aus der Selbsthilfe referierten. An der Veranstaltung „Leben mit Krebs“ waren wir im KSA mit einem Infostand vertreten.

Das Pilotprojekt „Selbsthilfe Extra“ gab uns weiterhin die Möglichkeit, Selbsthilfegruppen bei Bedarf intensiver zu begleiten. Ausserdem konnten wir uns bei zahlreichen Organisationen im Gesundheits- und Sozialwesen vorstellen. Wir haben das Projekt Mitte 2019 abgeschlossen.

Gerne möchten wir uns bei allen Organisationen bedanken, mit welchen wir eine so gute und fruchtbare Zusammenarbeit pflegen. Ausserdem gilt unser Dank allen, welche die Selbsthilfe und das SHZ Aargau im letzten Jahr unterstützt haben. **Speziell erwähnen möchten wir die finanzielle Unterstützung des Projektes „Selbsthilfe Extra“ durch den Swisslos-Fonds des Kantons Aargau, den NAB CHARITY Verein und die Albert & Ida-Nüssli-Stutz-Stiftung.**

Ursula Morel
Leiterin SH



SELBSTHILFESCHWEIZ
INFENTRAIDESUISSE
AUTOAUTOSVIZZERA

Kantonsspital Aarau



SWISSLOS
Kanton Aargau