

## **Kurzporträt**

Das Selbsthilfecenter ist die zuständige Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen in der Stadt Zürich und umliegenden Regionen. Getragen wird das Selbsthilfecenter von der Stiftung Pro offene Türen der Schweiz. Diese ist konfessionslos und parteipolitisch unabhängig. Kontraktpartner der Stiftung sind das Sozialdepartement der Stadt Zürich, das kantonale Sozialamt, der Lotteriefonds des Kantons Zürich und die nationale Koordinations- und Dienstleistungsstelle Selbsthilfe Schweiz (Beitrag Bundesamt für Sozialversicherungen BSV). Weitere wichtige Unterstützer sind politische Gemeinden, Kirchgemeinden, Stiftungen, Firmen sowie private Spenderinnen und Spender.

## **Information und Vermittlung**

Wir informieren und beraten Betroffene, Angehörige und Fachpersonen zum Thema Selbsthilfe und Selbsthilfegruppen und vermitteln Kontakte zu rund 400 Gruppen. Wir pflegen dazu eine umfangreiche Datenbank mit Angaben zu den aktiven Selbsthilfegruppen der Stadt Zürich und umliegenden Regionen.

## **Aufbau und Begleitung von Selbsthilfegruppen**

Mit unserer Unterstützung werden jährlich zahlreiche neue Selbsthilfegruppen gegründet. Die Themenvielfalt der Gruppen ist gross und reicht von körperlichen oder psychischen Erkrankungen über Suchtprobleme bis zur Bewältigung von Schicksalsschlägen und kritischen Lebensereignissen. Herausfordernde Fragestellungen in bestehenden Selbsthilfegruppen werden auf Anfrage der Gruppen von unseren Fachberaterinnen punktuell begleitet. Das Ziel der Begleitungen ist es, die Gruppen zu befähigen, die Treffen wieder selbstorganisiert durchzuführen.

## **Vernetzung und Weiterbildung**

Mehrmals pro Jahr bieten wir Mitgliedern aus den verschiedenen Selbsthilfegruppen die Möglichkeit, sich an gruppenübergreifenden Treffen und Workshops auszutauschen und weiterzubilden. Dabei werden Methoden der Gruppengestaltung miteinander verglichen und neue Ideen für die Arbeit in der eigenen Gruppe entworfen.

## **Öffentlichkeitsarbeit**

Regelmässig machen wir unsere Angebote einer breiten Öffentlichkeit bekannt, vernetzen uns mit Fachpersonen aus dem Sozial- und Gesundheitswesen und engagieren uns in der Ausbildung angehender Fachpersonen

## **Raumvermietung**

Ein Grossteil der Selbsthilfegruppen trifft sich regelmässig in den Räumen des Selbsthilfecenters. Wir stellen Räumlichkeiten für die Gruppentreffen zur Verfügung und vermieten unsere Kurs- und Gruppenräume auch an kommerzielle Nutzer sowie an Non-Profit-Organisationen.

## **Team**

Geschäftsleiterin: Daniela Stefàno, Sozialarbeiterin FH und Supervisorin (60%)  
Stv. Geschäftsleiterin: Nadia Maurer, Sozialarbeiterin FH und Erwachsenenbildnerin (60%)  
Team: 2 Sozialarbeiterinnen (je 50%) & 1 Sozialarbeiterin in Ausbildung  
1 kaufmännische Angestellte, Administration und Assistentin GL (60%)  
1 Lernender Büroassistent

**selbsthilfecenter.ch**

Das Selbsthilfezentrum der Stiftung Pro offene Türen der Schweiz

**Jupiterstrasse 42, 8032 Zürich, Tel: 043 288 88 88**

**selbsthilfe@selbsthilfecenter.ch, [www.selbsthilfecenter.ch](http://www.selbsthilfecenter.ch)**