

## SelbsthilfeZentrum Aargau – SHZ Aargau

Im Juni 2015 durfte ich die Leitung des SHZ Aargau übernehmen, einen Monat später trat meine Arbeitskollegin Angela Mosimann ihre Stelle an. Neu wird also ein 100%-Pensum auf zwei Stellen aufgeteilt, was viele Vorteile mit sich bringt: der Austausch untereinander ist sehr bereichernd, was die Umsetzung von Projekten, aber auch die Reduktion von Fehlerquellen angeht. Die Aufteilung der Arbeit auf zwei Personen erforderte aber auch eine Neuorganisation der Arbeit.

Wir haben uns bemüht, die Arbeit unseres Vorgängers Patrick Dürig lückenlos weiterzuführen. So haben wir seit Mitte 2015 vier Gruppen in ihrem Aufbau unterstützt, und zwar zu folgenden Themen:

- Myothone Dystrophie
- Ängste-Panikattacken-soziale Phobie
- Schmetterlingsseelen (Kindstod bis in die 12. Schwangerschaftswoche)
- Essstörungen

Die Gruppen laufen nun selbständig weiter oder werden noch punktuell durch uns begleitet. Wir haben die Anregung unseres Vorgängers aufgegriffen, dass es die Aufgabe des SHZ ist, Nachfragetrends zu erfassen und bei fehlenden InitiantInnen selbst die Initiative für eine Gruppengründung zu ergreifen. So sind zwei der oben aufgeführten Gruppen auf unsere Initiative hin entstanden. Im Rahmen der Datenaktualisierung der Selbsthilfegruppen konnten wir ausserdem zahlreiche bereits bestehende Selbsthilfegruppen neu registrieren.

Ein weiterer Schwerpunkt unserer Arbeit lag in der Vernetzungsarbeit. So konnten wir im November ein gruppenübergreifendes Austauschtreffen organisieren, an dem über 30 Personen teilgenommen haben. Diese Resonanz hat uns unglaublich gefreut! Auch war sehr erfreulich, dass wir das SHZ in verschiedenen Betrieben der PDAG und in anderen sozialen Institutionen vorstellen und uns mit diesen Fachstellen austauschen durften. Die Teilnahme an der Seniorenmesse Expovita in der Bärenmatte Suhr stellte ein weiteres Highlight der letztjährigen Öffentlichkeitsarbeit dar.

Zum Schluss möchte ich mich bei allen bedanken, die die Selbsthilfe und das SHZ Aargau im letzten Jahr unterstützt haben. Mein Dank gilt allen Kontaktpersonen, Selbsthilfegruppen, Gönnern und anderen Fachstellen für die gute und bereichernde Zusammenarbeit.

*Ursula Stöckli  
Leiterin SHZ*



**SELBSTHILFESCHWEIZ**  
**INFOENTRAIDESUISSE**  
**AUTOAIUTOSVIZZERA**