



## NYHEDSBREV DECEMBER 2011



Kære Medlem

Så er det endnu engang snart jul. I år er det mere novembervejr end decembervejr, hvis vi sammenligner med sidste år.

### **Efterår 2011**

#### **Synliggørelseskampagne på landsbasis**

Selvhjælpsgrupper i Århus har synliggørelse som et væsentligt fokusområde. Således har vi støttet og glædet os over den igangsatte synliggørelseskampagne på landsbasis i 2011.

I foråret og efteråret kørte således den landsdækkende kampagne.

Go-cards til Caféeer rundt om i landet inkl. her i Aarhus blev uddelt, reklame i "Ud & Se" samt

"Samvirke". Der blev lavet en youtube film, som også ligger på den fælles landsdækkende facebookside. Reklame via facebook er nok er den største succes: Reklamerne for selvhjælp og frivilligcentre er blevet vist 36.220.540 gange til 839.992 forskellige personer i løbet af kampagnens levetid. Der er blevet klikket ind på hjemmesiderne 17.287 gange.

Sideløbende hermed har vi også fået lavet en anden youtube film om Selvhjælpsgrupper i Århus. Se den via vores hjemmeside [www.selvhaelpsgrupperiaarhus.dk](http://www.selvhaelpsgrupperiaarhus.dk). Vi fik filmen vist i biografen "Øst for Paradis" i 3 måneder.

#### **Studiemesse på Århus universitet.**

Selvhjælpsgrupper i Århus deltog med en stand på universitetets studiemesse i september og i oktober på Frivilligmessen på Psykologisk Institut. Her møder vi mange unge, hvoraf nogle har interesse i at blive frivillig og andre har interesse i at komme i gruppe. Andre kender nogen, der har behov for at komme i en gruppe.

## **Frivillig Fredag**

2011 er europæisk år for frivilligt arbejde, og i den anledning lanceres Frivillig Fredag, der skal være en årligt tilbagevendende begivenhed den sidste fredag i september.

Det blev en solrig fredag den 30. september i år, hvor alle borgere opfordres til at deltage og være frivillige for en dag. På Bispetorv blev dagen markeret med diverse events og stande fra de forskellige frivillige organisationer herunder naturligvis også Selvhjælpsgrupper i Århus.

---

## **Selvhjælpsgrupper for frafaldtruede unge på erhvervsskolerne**

Selvhjælpsgrupper i Århus har i 2011 arbejdet på en ansøgning til Egmontfonden om støtte til et projekt for frafaldstruede unge på erhvervsskolerne i Aarhus. Formålet er at nedbringe frafaldet ved hjælp af oprettelse af selvhjælpsgrupper for de unge på erhvervsskolerne, som er frafaldstruet, og som kan have gavn af at deltage i en selvhjælpsgruppe.

---

## **Igangværende grupper**

Vi har lige nu 17 grupper i gang med emnerne: 2 grupper "Kvinder, der elsker for meget", 1 gruppe "Sorg, mistet ægtefælle/kæreste", 2 grupper "Stress- og jobmestring", 1 gruppe "Depression", 1 gruppe "Stress", 2 grupper "Skilsmisse", 2 gruppe "Sorg, mistet søskende" (voksengruppe), 1 gruppe, "Efterladte efter selvmord, forældertab", 1 gruppe "Forælder til adopterede med adfærdsforstyrrelse eller andre problemer (større børn/teenager)", 2 grupper "Selvværd og grænser", 1 gruppe "Samvær og netværk (let)", 1 gruppe "Forholdet til voksen datter".

## **Enesamtale igangsæt**

Vi har i år haft et individuel samtale forløb over tre gange med en frivillig, som har haft problemstillingen inde på livet: "Forælder til adopterede mindre barn med tilknytningsproblemer".

---

## **Kurser for Igangsættere**

I september afholdt vi vores obligatoriske Igangsætterkursus for vore nye frivillige. 16 nye frivillige gennemførte kurset, som bl.a. har til formål at sikre, at du som gruppedeltager bliver mødt af et voksent menneske, der kender sin opgave og rolle. En som har empati, og som giver noget af sin tid til dig og din gruppe.

Desværre fik vi ikke midler til afholdelse af Igangsætter kurset i år. Det er så vigtigt og fundamentet for sikringen af kvalitet i selvhjælpsarbejdet, at vi alligevel har afholdt kurset.

Til gengæld har vi fået midler til et kursus i gruppeprocesser for vore frivillige igangsættere, der bliver afholdt i marts 2012. Et spændende og meget relevant kursus.

---

## **Arrangementer/møder ud af huset**

### **Lederseminar om kvalitet i selvhjælpen**

I 2010 fik selvhjælp både et nyt kvalitetsgrundlag og en 'ny måde at tale om selvhjælpen på'. I 2011 skal det implementeres konkret. Derfor inviterede FriSe selvhjælpsledere og -koordinatorer til to dages seminar med formålet at igangsætte en kollegial proces om konkret og målrettet udvikling af kvalitet i selvhjælpsarbejdet.

## **”Frivilligcentre og Selvhjælp Danmark” Årsmøde 18-19 november**

Landskonsulenten for Frise Sussi Maack har efter 8 år valgt at søge nye udfordringer. Bestyrelsen for Frise fremlagde deres køreplan for valg af ny landskonsulent.

Et oplæg om udvikling af kvalitet i selvhjælpen, som var blevet udfærdiget og viderebearbejdet på baggrund af lederseminariet om kvalitet i selvhjælpen blev drøftet. Det udmøntede sig i en uddannelsesplan for frivillige og ansatte i selvhjælp og en fælles udvælgelsesproducere for nye frivillige i selvhjælp mv.

---

## **Fornyelse af kontingent for 2012**

Jul betyder også, at tiden går mod det nye år og dermed er det at være tid for kontingentindbetaling for 2012. Har du betalt efter 1. oktober 2011 dækker kontingentet også for 2012.

Det koster **150 kr. pr. kalenderår og indbetales på giro: (+01) 1022830.**

---

Hermed ønsker vi jer alle en glædelig jul og et godt nytår.

Venlig hilsen

Bestyrelsen