

Digital-Stammtisch Junge Selbsthilfe Sachsen

Wer wir sind:

Wir sind ein Netzwerk aus engagierten Menschen in der Selbsthilfe, die sich darüber austauschen, wie junge Erwachsene auf bestehende Selbsthilfe-Angebote aufmerksam gemacht werden können und ggf. auch welche neuen Angebote geschaffen werden können.

Wie wir „junge Selbsthilfe“ verstehen:

Unser Verständnis von Selbsthilfe umfasst alles, was jungen Erwachsenen in Krisen- und Krankheitssituationen helfen kann und geht somit weit über Selbsthilfegruppen hinaus.

Unser besonderer Fokus liegt darauf, junge Erwachsene zwischen 18 und 40 Jahren zu erreichen. Bei all unseren Austauschen versuchen wir immer, den tatsächlichen Bedarf und die Lebenssituation junger Erwachsener, aber auch die unterschiedlichen lokalen Gegebenheiten im städtischen und ländlichen Raum zu berücksichtigen. Das schließt allerdings nicht aus, dass wir uns auch über Konzepte für jüngere oder ältere Menschen austauschen.

Wir berücksichtigen dabei immer, dass sich Selbsthilfe-Angebote und damit verbundene Problematiken auf Basis der jeweils dahinter liegenden Krankheiten stark unterscheiden können und sehr krankheits-spezifische Themen beim Stammtisch nur unzureichend besprochen werden können.

Was wir erreichen möchten:

- Austausch über kreative Ansätze, konkrete Aktionen, spannende Konzepte und erfolgreiche Projekte, die man selbst durchgeführt oder anderswo gesehen hat
- Bearbeitung konkreter Probleme durch die jeweilige Expertise aller Teilnehmer und die gemeinschaftliche Diskussion möglicher Lösungen
- Multiplikation einzelner Ansätze und Ideen über den Netzwerk-Charakter des Stammtisches
- Bekanntmachung von und Aufklärung über Selbsthilfe-Angebote
- (in Einzelfällen ggf. auch) politische Öffentlichkeitsarbeit durch abgestimmte Stellungnahmen

Wie wir das erreichen:

Wir treffen uns alle zwei Monate auf einer Online-Plattform und folgen einer festgelegten Struktur:

- 17:30 – 18:00 | Aktuelles Befinden aller Teilnehmer*innen – wo drückt gerade der Schuh?
- 18:00 – 19:00 | Spezifischer Themenblock (wird jeweils in der Sitzung vorher definiert)
- 19:00 – 19:30 | Austausch über interessante Projekte und/oder Aktionen