



Årsberetning 2016

Årsberetning 2016

Indholdsfortegnelse

1. Foreningens formål
2. Bestyrelsen for Selvhjælp Aarhus
3. Daglig leder og koordinator for Selvhjælp Aarhus
4. Formandens beretning
5. Grupper og antal igangsættere
6. Frivillige
7. Projekter
8. Samarbejde
9. Pjecer og annoncering

1. Foreningens formål

- At lave netværksskabende, forebyggende og sundhedsfremmende aktiviteter til gavn for den enkelte og samfundet.
- At bringe mennesker sammen om fælles problemer eller ønsker og hermed give mulighed for i selvhjælpsgrupper at udveksle erfaringer og at støtte og styrke hinanden.
- At skabe rammer der giver mennesker mulighed for selv at handle til fordel for egen og andres sundhed og velvære.
- At den enkelte - i samspillet med de andre i gruppen - udvikler egne ressourcer til i højere grad aktivt at udforme sit eget liv.

2. Bestyrelsen for Selvhjælp Aarhus 2015

Formand: Jens Christensen

Næstformand: Ellen Brinch Jørgensen

Kasserer: Gurli Sindung

Bestyrelsesmedlem: Tove Riemer

Bestyrelsesmedlem: Randi Gaarde

3. Daglig leder og koordinator for Selvhjælp Aarhus

Anita Torlyn er ansat som lønnet daglig leder og koordinator med fast 22 timer pr. uge. Derudover har der i 2016 været flere samarbejdsprojekter bl.a videreførelse af SMART Recoveryprojekt i samarbejde med Aarhus Misbrugs Center om grupper primært for folk, der gerne vil slippe fri af deres misbrug, Autismegruppe i samarbejde med Center for Autisme og ADHD, Afasigruppe i samarbejde med Institut for Kommunikation og Handicap (Region Aarhus).

De mange nye typer af målgrupper har for daglig leder medført en del mere logistikarbejde og kompleksitet, men har tilført så meget på det menneskelige plan for daglig leder. På en eller anden måde føler man ekstra, at man gør en forskel med tilbuddet til de nye målgrupper.

Daglig leder og koordinator varetager bl.a.:

- afdækning af behov for hjælp og visitation til selvhjælpsgrupperne
- viderehenvielse til anden form for hjælp
- sammensætning af selvhjælpsgrupper
- rekruttering og uddannelse af frivillige igangsættere
- supervisering af de frivillige igangsættere,
- projektledelse og deltagelse i projekter
- administration og bogføring
- samarbejde med andre organisationer
- samarbejde med Aarhus Kommune

4. Formandens beretning

Overskriften der rammer året mest præcist ind må være: Mange bolde i luften.

Det er det, når vi har over 20 forskellige grupper med mennesker, der forsøger at få bearbejdet den krise de er i, når der er projekter, der er i sin vorden og er ved at blive formuleret, andre

projekter der er midt i et forløb, projekter der er ved at blive afsluttet og i en evig søge proces med at opdage nye mulige projekter.

Det hele garneret med it-problemer og andre sekretariats opgaver, både forudsete og ikke forudsete.

Vi fortsætter med at have grupper, hvor det er typen af henvendelser, der bestemmer udbuddet.

I år var det bl.a. en livskrise gruppe. Mennesker der f.eks. oplever kroniske smerter og den krise det giver for hverdagslivet.

Det er dog ikke bare at starte sådan en gruppe op. Passer kemien, kan et tidspunkt findes, hvilke typer af kriser passer sammen i en gruppe etc. Koordinering der kræver menneskekendskab og høj etik.

Rekrutteringen til disse grupper foregår ved almindelig annoncering, men også gennem det fine samarbejde vi har med bl.a. Folkesundhed og livsmodsgrupper. Et samarbejde hvor Anita er ude og fortælle om Selvhjælp direkte til mulige borgere og deltagere.

SMART recovery er et projekt, der er i sin afslutning. Det har kørt flere år med sine problemer undervejs. På det sidste er der givet afslag fra PUF til at køre det videre. SMART er oprindeligt et amerikansk koncept, derfor var der oprindeligt en licenshaver. Udfordringerne i årets løb har været, om projektet, skal fortsætte under hans ledelse. Eller under FRISEs ledelse.

Spørgsmålet har været, hvordan projektet kan fortsættes, når behovet stadig er der?

Et projekt, der er fuldt i gang, er tilbuddet til afasiramte om et selvhjælpsforløb. Afasi er nedsat evne til at bruge sproget. Efteråret er de frivillige blevet klædt på og har haft gruppen sammen med Logopæder fra Institut for Kommunikation og Handicap. Efter jul skal de frivillige stå på egne ben, når de afasigruppen mødes.

Vi har haft et godt samarbejde med kommunen omkring Netværksgrupper for mennesker med ADHD og har i årets løb forberedt os på at lave selvhjælpsgrupper for mennesker med autisme.

Autisme er et bredt spekter af symptomer, men flere der går igen, er deres anderledes og ofte forsinkede udvikling af evne til socialt samspil, social kommunikation, social forestillingsevne og adfærd og interesser.

Opstart af selvhjælps grupper med den målgruppe kræver ordentlig forberedelse. Ved årets udgang er oplevelsen efter den første række møder, at det er et godt tilbud der er efterspørgsel efter, selvom der har været frafald undervejs. Der påtænkes opstart er ny gruppe i marts 2017.

Vi har været med i Frises projekt ”Mand dig op”. Et tilbud til mænd. Sidste år uddannede Anita sig i ”Kom videre mand” sammen med to frivillige mænd.

I år har forsøget været, at få synliggjort projektet for mænd. Dette har dog ikke været lige nemt, da det har været svært at finde oplægsholdere til en rimelig pris, der kunne tiltrække mænd.

Ensomhed er kommet på dagsordenen i blandt andet landsforeningen imod ensomhed.

Vi har bl.a. deltaget i workshops med det formål at lave en samarbejdsmodel for kommune og civilsamfund mod ensomhed.

Bestyrelsen havde et besøg i Trige, hvor vi hørte om deres sociale udfordringer, og hvordan civilsamfundet er med til at løse disse opgaver.

Det var en god og spændene tur med godt input til og refleksion over vores sociale indsats set

i forhold til deres arbejde.

Politisk er velfærdsstaten under pres selvom de økonomiske tider er bedre. Den krise der blev udløst med finanskrisen i 2008 er officielt aflæst.

Dette har dog ikke betydet at det politiske ønske om at gøre velfærdsstaten større.

Ydelser fra det offentlige afhænger stadig i høj grad af borgernes egen indsats for at ændre på deres situation. Dette medfører et pres for at flere og flere skal støttes i at kunne klare sig ved egne ressourcer og ressourcer fra civilsamfundet. Dette gælder også mennesker, der har en eller anden sårbarhed. Dette være psykisk, mental, fysisk sårbare eller pårørende til sårbare.

Vi har stadig et stort ønske om at give Anita ordentlige løn og arbejdsvilkår, selvom det økonomiske råderum ikke er blevet større, og vi stadig er sårbare ved sygdom efteruddannelse eller lignende, når vi kun har en ansat.

Vi anerkender Anitas store indsats, særligt når hun ene er ansvarlig i alle dele af arbejdsprocesserne. Dejligt når nogen vil afløse hende.

Vi har fortsat afholdt MUS samtaler, for at sikre arbejdsforhold og udviklingsmuligheder for daglig leder og sikre et professionelt forhold mellem daglig ledelse og bestyrelsen.

Selvom midlerne er små, så er det altid muligt at finde spændende kurser i den frivillige verden. Det er vigtigt for bestyrelsen at Anita løbende opkvalificeres og får nye redskaber.

Bestyrelsen er stadig lille, så bestyrelsen arbejder både på de overordnede linjer, og med at give en hånd med i dagligdagen.

Fordeling af roller og opgaver i bestyrelsen har taget udgangspunkt i de ressourcer, vi hver især kan prioritere, så alle føler de bidrager, men også sikre at foreningen lever op til de standarder for en god forening, som vi alle har ambitioner om.

Det mest alvorlige politiske problem i horisonten er al den talen om frivillighed, og de manglende midler til at udfører det. Endnu alvorligere er det, at PUF midlerne har været forsinket og er blevet ændret i flere år i træk, på en måde så det er svært at have staten som troværdig samarbejdspartner.

En ting er, at velfærdsstaten er under grundlæggende pres, et andet er at bureaukratiet slår revner og virker utroværdigt. Dette kan være endnu mere ødelæggende for borgernes tiltro og opbakning til staten.

5. Grupper og antal igangsættere

I 2016 har foreningen oprettet 18 nye grupper + videreført en åben SMART Recovery grupper. Der har været startet en gruppe for Afasiramte op i projektsamarbejde med Institut for Kommunikation og Handicap.

Foreningen har haft 30 frivillige igangsættere tilknyttet, hvor nogle har grupper og nogle har pause som igangsætter. I 2016 havde foreningen 55 medlemmer. Der er skrevet 47 personer op, som ønsker at deltage i en gruppe. Ønskerne er fordelt på 20 emner.

I alt har der været 28 grupper i gang i perioden 1/1 2016-31/12 2016.

Grupper 1/1 2016 – 31/12 2016:

	Nuværende grupper	Grupper startet i 2016	Afsluttede grupper
ADHD voksen gruppe	1		
Autisme gruppe		1	1
Afasiramte	1	1	
Depressionsgruppe	1	6	8
Forælder til adopterede med adfærdsforstyrrelser	1		
Kvinder der elsker for meget		1	1
Kom videre mand		2	2
Livskrise	1	1	
Pårørende til parkinson	1		
Pårørende til kronisk syge	1		
Samvær og netværk		1	3
Selvværd og grænser			2
Skilsmisse		1	2
SMART Recovery	2		1
Smertehåndtering	1		
Sorg voksne børn, mistet forældre	1		
Sorg, mistet kæreste/ægtefælle			1
Sorg, mistet søskende			1
Stress	5	2	3
I alt	16	18	24

Enesamtaler

Selvhjælp Aarhus har besluttet i 2012 at udvide vores tilbud med enesamtaler.

Selvhjælpsgrupperne er dog vores kerneydelse. Der er som udgangspunkt tale om et tilbud på max tre samtaler. Enesamtaler tilbyder vi:

- 1) Hvis man kommer på venteliste til en gruppe og har brug for en samtalepartner i ventetiden.
- 2) Hvis ens situation er så vanskelig, at det kan være vanskeligt til en start også at rumme andres problemer i et gruppeforløb.

I 2016 har der ikke været nogle enesamtaleforløb.

6. Frivillige

Obligatorisk Igangsætterkursus

Der er blevet afholdt to Igangsætterkurser, et i januar og et i august 2016.

Formålet er at klæde de frivillige på til rollen som frivillig Igangsætter og afklare, om de og vi også efter kurset vil fortsætte samarbejdet.

Det obligatoriske Igangsætter kursus er fundamentet for selvhjælpsarbejdet med grupper.

Kurser i ADHD, Autisme, Afasi og SMART Recovery ses som overbygning.

SMART Recovery kurser

De frivillige som har lyst til at have SMART Recovery grupper kan tage et kursus på engelsk over nettet eller et kursus på dansk over en weekend plus en opfølgingsdag.

Der er gennemført flere af begge forløb i 2016. Da projektet ophørt med udgangen af 2016 er der ikke flere midler til uddannelse. Selvhjælp Aarhus har dog forsøgt at fremtidssikre ved at uddanne 8-10 frivillige, som vi håber kan sikre en åben SMART gruppe i minimum et halvt år ind i 2017.

Supervision

Daglig leder tilbyder de frivillige individuel supervision efter behov.

Daglig leder afholder obligatorisk gruppesupervision for alle Igangsættere, der har igangværende grupper hver anden måned.

Der afholdes specifik gruppesupervision for de gruppeledere, der har Afasi, Autisme, ADHD henholdsvis SMART grupper.

7. Projekter

Selvhjælp Aarhus har i flere år haft et ønske om at kunne tilbyde nye målgrupper at mødes med ligestillede, da vi ved, hvor stor en værdi det har at kunne mødes med andre i samme situation, som en selv. Selvhjælp Aarhus er derfor glade og stolte over, at vi har kunnet tilbyde målrettede netværksgrupper for mange nye målgrupper i 2016.

De nye projekter bygger samtidig alle på Selvhjælpens kerneværdier som ligestilling, ansvarlighed og rummelighed.

De nye netværksgrupper har ikke kunnet komme i stand uden et godt og spændende projektsamarbejde med bl.a. Aarhus Kommune og en ny samarbejdspartner Institution for Handicap og Kommunikation (Region Aarhus).

Der har fx helt klart været en større bevågenhed og interesse fra Statslig, Kommunal og i 2016 også Regionens side i at inddrage Civilsamfundet ikke bare i ord, men også i praksis bl.a. via nye samarbejdsprojekter med økonomisk støtte som fx Afasigrupper for voksne.

De nye netværksgrupper har ikke mindst ikke kunnet komme i stand uden gode, engagerede og egentlige også modige frivillige, der tør kaste sig ud i noget nyt.

ADHD grupper i samarbejde med Aarhus Kommune.

ADHD er i en omstrukturering i Aarhus Kommune lagt ind under Socialpsykiatri og Udsatte Voksne. Det meste af 2016 er gået med Kommunes omorganisering samt positive møder, der i slutningen af 2016 mandede ud i en mere konkret formulering af en samarbejdsaftale om nye grupper for voksne med ADHD. Det nye er også, at der nu er to områder i Kommunen, CSV (Center for Special undervisning For Voksne) og CfD (Center for Bostøtte i eget hjem) med i samarbejdsaftalen om at tilbyde ADHD netværksgrupper for voksne.

Selvhjælp Aarhus glæder sig til igen at kunne tilbyde ADHD grupper for Voksne i samarbejde med Aarhus Kommune i 2017.

AUTISME grupper i samarbejde med Aarhus Kommune.

Selvhjælp Aarhus indgik en samarbejdsaftale med Center for Autisme og ADHD og fik startet den første gruppe for voksne i efteråret 2016.

Den nye målgruppe har helt klart en del store udfordringer på flere områder i deres liv, hvilket afspejles i forløbet i netværksgruppen. De frivillige blev som følge heraf også mere udfordret. Balancen mellem at tage omsorg for den enkelte i gruppen og helheden i gruppen kan være svær, når det er tale om så sårbar en målgruppe og når man ”blot” er frivillig. Der var flere frafald undervejs pga. de enkelte gruppemedlemmers udfordringer i deres liv.

De er netop ikke holdt i gruppen, pga. de ikke fik noget ud af gruppen. En som er i arbejde havde påtaget sig for meget på arbejde og på arbejde kendte de ikke vedkommendes problematik. Måske var deltagelsen i gruppen med til, at vedkommende så kunne fortælle om sin autisme på arbejde og dermed få åbnet op for hjælp. Der blev således taget hånd om det på vedkommendes arbejde. Vedkommende gav en af de frivillige besked om det efterfølgende, hvilket også må vidne om netværksgruppens betydning. I det hele taget meldte de frivillige tilbage om stor omsorg for hinanden i gruppen, hvilket ofte også er meget rørende.

De sidste gange var der kun tre (ud af seks), men det var de faktisk glade for, da der så har været mere tid til den enkelte. En mindre gruppe er ofte også lettere at være i, når man har autisme. Gruppen tilbydes efter jul at fortsætte som selvhjælpsgruppe med den ene frivillige som gruppeleder.

Selvhjælp Aarhus påtænker at starte ny grupper op i 2017.

En pårørende gruppe er dog ikke kommet op at står, da der ikke har været henvendelse.

CVAA sagde, at det havde Autismeforeningen ellers givet udtryk for, der var behov for. De vil igen rette henvendelse til Autismeforeningen for at gøre opmærksom på vores tilbud.

SMART RECOVERY

Selvhjælp Aarhus var en af fire medlemsorganisationer i Frise, der afprøvede SMART Recovery selvhjælpsgrupper for mennesker, der vil slippe fri af deres afhængighed af stoffer. Projektet ophørte med udgangen af oktober, men blev forlænget til udgangen af december. Frise står som projektleder nationalt for selvhjælpsstederne og projektet bliver evalueret af Socialstyrelsen. Projektet forudsatte samarbejde med misbrugscentre med tanke på, at folk, der har været i behandling efterfølgende kunne fortsætte i en SMART gruppe som en hjælp og støtte til at forblive stoffri. Selvhjælp Aarhus har siden oktober 2014 haft to faste SMART gruppetilbud om ugen.

Konceptet og målgruppen er i Selvhjælps regi ny. SMART konceptet stammer fra USA.

Konceptet består bl.a. i et fire punkts program med metoder og værktøjer, som kan benyttes i grupperne. Det grundlæggende i SMART er ligesom i de almindelige selvhjælpsgrupper erfaringsudvekslingen og det at mødes med andre i samme situation. Og det er så tydeligt at det også er det, som betyder meget for gruppedeltagere.

Samarbejde misbrugscenter Aarhus

Selvhjælp Aarhus har opnået et tæt og godt samarbejde med Misbrugscentret i Aarhus.

Misbrugscentret i Aarhus har også haft andre projektet, som har været mere individuelt rettet.

Der har således ikke så mange grupper i misbrugscentret i 2016 og dermed har

Misbrugscentret ikke ”leveret” det antal brugere efterfølgende til SMART grupperne, som der var lagt op til i samarbejdsaftalen.

Synliggørelse

Ud over Misbrugscentret har Selvhjælp Aarhus annonceret, uddelt pjecer, mødtes med samarbejdspartnere om SMART gruppetilbuddet til fx Jobcenter Aarhus, plakater på Hovedbiblioteket, uddelt SMART kort rundt om i byen til læger, apoteker, Cafeer mv.

Gruppedeltagelse

I løber af 2016 har der været ca. 20 i alt som har deltaget i SMART grupperne, men de har været spredt over tid. Enkelte perioder har der dog været 5-6 af gangen. Målgruppen er udvidet til at omhandle andre former for misbrugs end stoffer. De som deltager i grupperne oplever, at de får meget ud af deres deltagelse – det gælder lokalt såvel som nationalt.

Desværre har der været få deltagere i slutningen af 2016.

SMART frivillige gruppeledere

Da SMART grupperne er en gang om ugen og der skal to gruppeledere til pr gang kræver det et vist antal frivillige. Der er lykket sig i Selvhjælp Aarhus har haft et korps af ca. 8-10 frivillige gruppeledere, men for 2017 er der ikke midler til at uddanne flere.

Status

Selvhjælp Aarhus har valgt fremover at tilbyde en åben SMART gruppe om ugen.

Kom videre mand

”Kom videre mand” er et Friseprojekt, hvor Selvhjælp Aarhus har fået mulighed for at få uddannet to frivillige + daglig leder i 2015 samt køre efterfølgende forløb. Kom videre mande grupperne er med emnerne Skilsmisse, arbejdsløshed og stress – hovedoverskrift ”Mænd i krise”.

Mænd kan have svært ved at søge hjælp i de almindelige selvhjælpsgrupper, selvom de ofte kan være hårdt ramt, når de er i krise. ”Kom videre mand” er netop tænkt som et tilbud, mænd i højere grad kan se sig selv i. Det er et 8 ugers forløb med en manual med et nyt tema for hver gang.

Friseprojekt ”Kom videre mand” sluttede i juni 2016. Selvhjælp Aarhus samarbejder med Frivillig Center Silkeborg, som har projekt ”Mænd i fokus”, hvor ”Kom videre mand er en del af dette projekt. Det projekt kører videre til engang i 2017. Som følge af samarbejdet fik Selvhjælp Aarhus mulighed for at uddanne to mandlige gruppeledere mere i efteråret 2016. Selvhjælp Aarhus ville gerne med en event gøre opmærksom på tilbuddet. En event med en oplægsholder, som kunne tiltrække mænd, men det viste sig at være en sværere opgave end som så indenfor de mulige økonomiske rammer. Selvhjælp Aarhus havde også god indledende kontakt til Aarhus Håndværkerforening, men desværre synes de ikke de kunne afse tidsmæssige ressourcer til at støtte op om eventen.

Selvhjælp Aarhus påtænker at starte nye grupper ”Kom videre mand” op, når der kommer nok tilmeldinger.

”Kom videre mand” er også et regionalt samarbejde med Selvhjælp Silkeborg/Mandecentret, Randers Selvhjælp, Herning Selvhjælp mv. Vi mødes og erfaringsudveksler, samarbejder om synliggørelse, opstart af nye grupper mv.

Afasi projekt

Institut for Kommunikation og Handicap kontaktede i 2015 Selvhjælp Aarhus med ønske om udvikling og afprøvning af grupper for afasiramte. De ville meget gerne inddrage Selvhjælp Aarhus og Silkeborg Selvhjælps erfaring om gruppeforløb.

Projektmidler blev bevilget til et samarbejdsprojekt. Derefter fulgte nogle lidt trælse møder om konkret samarbejdsaftale, hvor Selvhjælp Aarhus og Selvhjælp Silkeborg oplevede at blive mødt med manglende respekt. Møderne mandede dog til sidst ud i en konkret samarbejdsaftale, som alle kunne stå inde for.

Der efter har vi kun oplevet samarbejdet med logopæderne fra IKH som utroligt positivt og ligeværdigt.

Det er en utrolig stor fornøjelse at opleve, hvor meget glæde afasiramte har af at mødes i gruppe med ligesindede. De blomstrer op og får øget selvværd.

De frivillige stråler, når de fortæller om hvordan det går i gruppen.

8. Samarbejde

Styregruppe for ældre og livsmodsgrupper.

Det er en styregruppe i samarbejde med Aarhus Kommune der er sammensat af flere frivillige organisationer, som alle tilbyder netværk for ældre i svære livssituationer. Arbejdsopgaven for styregruppen er i høj grad at synliggøre tilbuddet om sorg- og livsmodsgrupper. I 2016 har Styregruppen stoppet startet op igen med at mødes fysisk og har fået lavet ny fælles pjece. Der blev planlagt at lave et kursus for alle de frivillige tilknyttet de samarbejdende organisationer.

Aarhus Kommune Folkesundhed

Selvhjælp Aarhus har i 2016 videreført samarbejdet Folkesundhed i Aarhus Kommune. Samarbejdet fungerer rigtig godt. De vil rigtig gerne samarbejde, da de har mange forløb, hvor nogle af gruppedeltagerne efterfølgende har behov for at fortsætte deres gruppe – og det har de så mulighed for hos os.

Projekt: ”Ensomhed – en samarbejdsmodel for kommune og civilsamfund”.

I samarbejde med Aarhus Kommune er DEFACTUM, Region Midtjylland, i gang med at gennemføre projektet ”*Ensomhed – en samarbejdsmodel for kommune og civilsamfund*”. Som en del af projektet har de kortlagt initiativer/tilbud, som er målrettet mennesker, der føler sig ensomme i Aarhus Kommune. Som led heri kontaktede de os og spurgte om vi ville deltage i nogle workshops.

Formålet hermed er at forebygge og afhjælpe ensomhed blandt 30 til 64-årige i Aarhus Kommune. Sigtet er en samarbejdsmodel, der systematiserer og samler den fælles indsats mod ensomhed og som vil være et væsentligt værktøj i forhold til både at forebygge og afhjælpe ensomhed. Udarbejdelsen af modellen baserer sig på et ligeværdigt samarbejde mellem centrale aktører fra Aarhus Kommune, civilsamfundet og eksperter på området.

Samarbejdsmodellen udvikles på baggrund af en række workshops, pilotafprøvning og afprøvning af den reviderede model. Selvhjælp Aarhus har deltaget i de forskellige workshops.

Studiemesse på Aarhus Universitet.

Selvhjælp Aarhus deltog med en stand på universitetets studiemesse først i september. Det er bestyrelsen, der både planlægger og bemander standen. Her møder Selvhjælp Aarhus 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.

9. Pjecer og annoncering

En gang om måneden annoncerer vi i Aarhus Onsdag om nuværende efterspurgte gruppeemner.

Vi har nu en pjece, der er i udtryk ligger op ad vores hjemmeside og som kan downloades fra hjemmesiden. Den indeholder alle facts om, hvad Selvhjælp Aarhus kan tilbyde, d.v.s. både børne-, unge og voksengrupper.

Vi sender efter behov pjecer ud til følgende samarbejdspartnere:

Biblioteker, Læger, Præster, kirkekontorer m.v., Ungekontakten, Socialvagten
Skoler, Pædagogisk Psykologisk Rådgivning, Psykologer, som har kontaktet os.

Organisationer mv.

ArbejdsSkade Klubben, Astma-Allergiforeningen for Aarhus Amt, Baglandet, Café Anna Cafe Husrum, Center for Selvmordsforebyggelse, Center for Spiseforstyrelser Christine Centret, Folkekirkesamvirket, Frivillig Center, Frivillig åben rådgivning, Gallo Krise rådgivning, Hamlet, Iogt-Husets Rådgivning, Joan Søstrene, Kofoeds Skole, Kræftens Bekæmpelse Kræftforeningen Tidslerne, Kvisten, Landsforeningen for efterladte efter selvmord, Landforeningen mod Spiseforstyrelser, Mandecenteret, Mødrehjælpen, PsykInfo, Selvhjælpsgruppen ved Kirken, SIND pårørenderådgivningen, Studenterpræster, Studenterrådgivningen, Ung til Ung Rådgivningen, Tuba Aarhus, Unge og Sorg, Ventilen Aarhus, Værestedet Solsikken, Aarhus Krisecenter for voldsramte kvinder.

Bestyrelsen vil gerne sige tak til de frivillige igangsættere, som med deres uvurderlige arbejdsindsats har bidraget til, at Selvhjælp Aarhus har været og fortsat er et godt tilbud til borgerne i kommunen.

Vi siger også tak til Aarhus Kommune, Institut for Kommunikation og Handicap (Region Aarhus) og Socialstyrelsen for de økonomiske midler, der gør det muligt for Selvhjælp Aarhus at kunne tilbyde selvhjælpsgrupper.