Das KISS - Blättle

Nr. 2/03 September 2003

Die **KISS** ist eine **Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen.**
Unter Selbsthilfegruppen verstehen wir alle Gruppen, in denen sich Menschen selbstorganisiert zusammentun, um sich gegenseitig zu unterstützen und gemeinsam etwas zu bewegen, also **Gesprächsgruppen, Selbsthilfeorganisationen, Selbsthilfeverbände, Selbsthilfe-Initiativen und Selbsthilfe-Projekte.**
Wenn wir das Wort Selbsthilfegruppen verwenden, sind damit alle diese Zusammenschlüsse gemeint.

Liebe Leserinnen und Leser,

in diesen heißen Tagen geht alles etwas langsamer und geruhsamer. Viele Menschen sind in Urlaub und wer hier die Stellung hält, tut gut daran, sich nicht zu überanstrengen. Aber auch diese Hitzewelle wird vorübergehen. Und für den darauffolgenden Herbst haben wir einige Angebote für Sie in diesem KISS-Blättle zusammengestellt: Werkstattangebote, Veranstaltungen und Gruppentreffen.

Daneben finden Sie einen ausführlichen Bericht von unserem Fachtag im Mai, eine Veranstaltung, wie sie KISS zuvor in dieser Art noch nicht organisiert hatte. Wir sind ein bißchen stolz darauf, dass dieser erste Fachtag so gut gelungen ist und denken über eine Fortführung nach.

Aber jetzt stehen erst mal die Vorbereitungen für den nächsten Aktionstag der Stuttgarter Selbsthilfegruppen an. Der 6. Aktionstag findet am 3. April 2004 im Treffpunkt Rotebühlplatz statt und wir freuen uns, mit vielen Gruppen gemeinsam diesen Tag zu gestalten. Eingeladen sind alle Stuttgarter Selbsthilfegruppen, soweit sie uns bekannt sind. Sollten Sie keine Einladung bekommen haben, melden Sie sich bitte bei KISS.

Wir wünschen Ihnen eine angenehme Zeit

Ihr KISS-Team

Fachtag "Stärkung und Förderung der Selbsthilfe" in Stuttgart

Die Selbsthilfe in den Blick der Profis gerückt

Den ersten Stuttgarter Fachtag zur Stärkung und Förderung der Selbsthilfe hat KISS Stuttgart am 21. Mai 2003 im Merlin Kultur veranstaltet. Wir waren sehr gespannt, wie die Resonanz sein würde, es gab ja keine Erfahrungen mit solchen Veranstaltungen. KISS wollte mit diesem Fachtag die Selbsthilfe noch mehr in den Blick der Menschen rücken, die beruflich in ihren Bereichen damit zu tun haben oder zu tun haben könnten. Ermöglicht wurde der Fachtag durch die finanzielle Unterstützung der Ersatzkassen in Baden-Württemberg und des Landesverbands der Betriebskrankenkassen.

Selbsthilfe hat in verschiedenen gesellschaftlichen und fachlichen Bereichen einen immer größeren Stellenwert bekommen, das drückt sich aus im Kinder- und Jugendhilfegesetz (Stärkung der Familienselbsthilfe), im Gesundheitsförderungsgesetz (Stärkung der Rechte von PatientInnen, Förderung der gesundheitlichen Selbsthilfe), und in der Sozialpolitik auf allen Ebenen (Stärkung der Eigenverantwortung, der Mitbestimmung und des gemeinschaftlichen freiwilligen Handelns). KISS wollte nun zum ersten Mal Handelnde auf diesen Feldern zusammenführen und so ein Forum schaffen für Austausch und Weiterentwicklung.

Zu unserer Freude sind mehr als 50 Teilnehmende aus den unterschiedlichsten Bereichen gekommen, darunter auch einige Vertreterinnen von Selbsthilfegruppen. Als Tagungsort hatten wir das Merlin Kultur gewählt, um so ein selbstverwaltetes Projekt zu unterstützen. Unsere Idee dabei war auch, dass ein Haus, das nicht ganz perfekt auf Tagungen eingerichtet ist, förderlich für die Kreativität der Teilnehmenden ist.

Die Vorstandsvorsitzende der KISS, Frau Ewald-Scheunert begrüßte die Anwesenden, danach sprach in Vertretung des Oberbürgermeisters, der leider verhindert war, Bürgermeister Jürgen Beck das Grußwort. Bürgermeister Beck steht dem Amt für öffentliche Ordnung vor und hat seit kurzem auch die Stabsstelle "Bürgerschaftliches Engagement" in seiner Zuständigkeit, damit auch das Netzwerk für freiwilliges Engagement, Ehrenamt und Selbsthilfe, frEE, in das die KISS Stuttgart eingebunden ist.

Warum dieser Fachtag?
Anschließend daran gab das Leitungsteam der KISS eine kurze inhaltliche Einführung in die Tagung. KISS hat sich als Fachstelle für Selbsthilfegruppen in Stuttgart etabliert, bei der Förderung und Stärkung der Selbsthilfe geht es jedoch um mehr als nur um einen kleinen Fachbereich, der gut von einer kleinen Stelle abgedeckt werden kann. Selbsthilfeunterstützung heißt, Menschen zu ermutigen und zu befähigen, ihre Belange selbst in die Hand zu nehmen,

und dafür förderliche Bedingungen zu schaffen. Diese Unterstützung zu leisten in der Gewißheit, dass Menschen in der Regel sehr wohl wissen, was gut und hilfreich für sie ist, dass Menschen in gleichen Lebenssituationen einander hilfreich sein können, und aufgrund der Erfahrung, dass gemeinsam vieles leichter und besser geht. Eine derartige Unterstützung und Befähigung von Menschen ist nicht an einen bestimmten Ort, an eine bestimmte Einrichtung gebunden, sie kann vielerorts in unterschiedlichen beruflichen Zusammenhängen auf verschiedenen Ebenen erfolgen.
Förderung von Selbsthilfegruppen heißt nicht nur finanzielle und materielle Zuwendung sondern auch die ideelle Förderung, d.h. die geäußerte Wertschätzung und Anerkennung der Arbeit von Selbsthilfegruppen und die Bereitschaft, im Rahmen der eigenen Möglichkeiten den Gedanken der "Selbsthilfe in Gruppen" zu verbreiten und daran mitzuwirken, dass Selbsthilfegruppen geschätzt und gestärkt werden. Bei jeder Art der Förderung ist es wichtig Bedingungen zu schaffen, die der Selbsthilfe förderlich sind und sich an den Gegebenheiten der Selbsthilfe orientieren. Der Information und dem Austausch über diese Themen sollte der Fachtag dienen und nicht zuletzt auch ein Instrument der Öffentlichkeitsarbeit für die Idee der Selbsthilfe sein.

Die Entwicklung der Selbsthilfe
Als Einführung in das Thema sprach Jürgen Matzat von der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen über die Entwicklung der Selbsthilfe in Gruppen. In seinem lebendigen Vortrag beschrieb Jürgen Matzat, wie geschätzte 70 000 bis 100 000 Selbsthilfegruppen in Deutschland mit 2 bis 3 Millionen Teilnehmenden zu einer alltäglichen Realität geworden sind, und wie sie sich auf die Beteiligten und auf das Gesundheitswesen auswirken. Erste Anfänge der "Neuen Selbsthilfebewegung" sind Anfang der 70er-Jahre in der Frauenbewegung, der Friedensbewegung und der Alternativbewegung zu finden. Selbsthilfegruppen im Gesundheitsbereich kamen aber bis Ende der 70er Jahre in der öffentlichen Diskussion praktisch nicht vor. Es gab schon etliche, z.B. die Anonymen Alkoholiker, die Frauenselbsthilfe nach Krebs, die Lebenshilfe, aber sie waren weder für die Wissenschaft, Medizin oder Krankenkassen ein Thema, noch für Politik und Verwaltung. Dies änderte sich durch Forschungsprojekte, die ab 1977 bundesweit durchgeführt wurden. Daraus entwickelte sich sowohl die Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen DAG SHG als Fachverband für die Unterstützung der Selbsthilfe und Selbsthilfekontaktstellen in der ganzen Bundesrepublik. Diese wirkten sich förderlich aus auf das Entstehen und auf die Beständigkeit der Selbsthilfegruppen. Seither haben sich die Selbsthilfegruppen zur 4. Säule des Gesundheitswesens entwickelt neben den stationären Einrichtungen, der ambulanten Versorgung und den Gesundheitsdiensten. Diese Entwicklung manifestiert sich auch in gesetzlichen Regelungen.

Anschließend an den Vortrag von Jürgen Matzat gab es eine Kaffeepause, die rege für erste Kontakte genutzt wurde. Nach einer Bewegungs- und Kontaktübung mit Lea Butsch von der Wilden Bühne verteilten sich die Teilnehmenden auf 3 Arbeitsgruppen. Die ursprünglich auch angebotene Arbeitsgruppe "Selbsthilfe und Verwaltung" war wegen zu wenigen Anmeldungen nicht zustande gekommen. Die Arbeitsgruppen wurden durch eine längere Mittagspause unterbrochen, die Raum bot für Gespräche und Austausch unter den Fachtag-Teilnehmenden, bestehende Kontakte wurden aufgefrischt und neue geknüpft.

"Selbsthilfe und Gesundheitswesen"
Moderiert wurde diese Arbeitsgruppe von Silvia Grabowski-Pamlitschka, Familientherapeutin und Vorstandsfrau von KISS. Die Teilnehmenden kamen aus verschiedenen Bereichen des Gesundheitswesens, z.B. Beratungsstellen, Versicherungsträger, Kassenärztliche Vereinigung, Neurocafé, KISS, und einige Vertreterinnen von Selbsthilfegruppen u.a. von Freundeskreisen für Suchtkrankenhilfe und Naturheilverein. Zum Einstieg in das Thema stellte Frau Dr. Dagmar Veith den "dialog - Münchner Ärzte und Selbsthilfegruppen" vor als ein Beispiel für eine Zusammenarbeit von Selbsthilfegruppen und Profis aus dem Gesundheitsbereich. Das Modellprojekt startete im Dezember 2001 und ist zunächst bis Ende 2003 finanziert. Konzeptionell geplant ist eine Laufzeit von 5 Jahren. Zielsetzung von dialog ist die Initiierung, Begleitung und Moderation von Kooperationen zwischen Selbsthilfegruppen im Gesundheitsbereich und dem professionellen Versorgungssystem sowie die Förderung der Anerkennung des Selbsthilfegedankens bei den VertreterInnen des professionelle Systems. Dialog wird auf Anfrage von beiden Seiten tätig, der Service ist kostenlos. Die anschließende Diskussion drehte sich um die Fragen, ob das Modell auf Stuttgart übertragbar ist, wieviel Unterstützung Selbsthilfegruppen brauchen für eine Kooperation mit ÄrztInnen, welche dieser Aufgaben von KISS schon geleistet wird. Bei dieser Themenstellung war es besonders schade war, dass niemand von der Ärzteschaft am Fachtag teilnahm.

"Selbsthilfe und soziale Arbeit"
Diese Arbeitsgruppe wurde von der Diplom-Sozialpädagogin Gudrun Knapp moderiert. Fast alle Teilnehmenden waren SozialarbeiterInnen oder Sozialpädagoginnen, die in verschiedenen Feldern arbeiten, z.B.,. Betriebssozialarbeit, Bürgerservice Leben im Alter, Sozial- und Lebensberatung, Patientenberatung, niederschwellige Drogenberatung, KISS. Zwei Teilnehmer kamen aus Selbsthilfegruppen, ein Teilnehmer von einer Stiftung.

Impressum

Herausgeberin:
KISS Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen e.V.
Marienstraße 9
70178 Stuttgart
Tel. 0711 / 640 61 17
Fax 0711 / 607 45 61
Mail: kiss-stuttgart@web.de
Internet: www.kiss-stuttgart.de

frEE Stuttgart
Netzwerk für freiwilliges Engagement, Ehrenamt und Selbsthilfe

Redaktion:
Sabine Gärttling

Druck und Herstellung:
AOK Stuttgart
Breitscheidstr. 18-20

Auflage: 3 500

Das KISS-Blättle erscheint 3 mal jährlich. Weitere Exemplare können gegen Portoersatz angefordert werden.

Die KISS wird gefördert durch die Landeshauptstadt Stuttgart und das

In seinem Impulsreferat beschrieb Prof. Dr. Hans-Dietrich Engelhardt die qualitativen Wirkungen der Selbsthilfe in Bezug auf das System sozialer und gesundheitlicher Dienste. In der anschließenden Diskussion kristallisierten sich drei Themenkomplexe heraus:

- Kontakt (Umgang mit SHG ohne Ausnutzung, Stützung statt Belehrung,...)
- Initiierung (Sozialarbeit als "Hebamme für neue Perspektiven", Entwicklung von Eigenverantwortung)
- Nachhaltigkeit (Kommunikation und Austausch zwischen SHG und Sozialarbeit, was brauchen SHG von der Sozialarbeit?)

Stuttgarter Fachtag 21. Mai 2003

Stärkung und Förderung der Selbsthilfe

KISS

Prof. Dr. Engelhardt betonte, es sei notwendig, Gruppen Irrwege zuzugestehen. Das Chaos sollten Profis als produktiv werten, auch wenn es ihrer eigenen Arbeitsstruktur und fachlichen Arbeitsweise entgegengesetzt sei - Gruppen lernen und arbeiten anders.

In der Diskussion ging es unter anderem auch um die Fragen: Was sind selbsthilfegruppengeeignete Themen, welcher Zeitpunkt ist der richtige für den Eintritt in eine Selbsthilfegruppe oder für die Gründung einer Selbsthilfegruppe? Müssen die Profis wissen und entscheiden, ob die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe die geeignete Unterstützungsform für einen Menschen ist. Eva Kriwy-Gottschalk (KISS) wies dabei auf den Grundsatz der fachlichen Selbsthilfeunterstützung hin, Menschen Unterstützung dabei zu geben, was diese selbst für sich herstellen oder finden wollen. Demnach gibt es kaum selbsthilfe-ungeeignete Themen (solange Menschen in der Lage sind miteinander zu kommunizieren), der beste Zeitpunkt ist der, an dem jemand es selbst als richtig erachtet und es ist für Profis nicht nötig, dafür eine "Antenne" zu haben.

Selbsthilfe und Politik/Verwaltung

Diese Arbeitsgruppe wurde von Gisela Ewald-Scheunert moderiert, Familientherapeutin und Vorstandsvorsitzende von KISS. Die Mehrzahl der Teilnehmenden kamen aus Selbsthilfegruppen (Inkontinenz, Schlafapnoe, Fibromyalgie), einer aus der Verwaltung, eine aus der Betriebssozialarbeit, eine von KISS. Die PolitikerInnen, die sich zum Fachtag angemeldet hatten, mussten alle nach der Eröffnung zu einer Krisensitzung des Gemeinderats, so dass an der Arbeitsgruppe niemand von der Seite der Politik teilnahm. Dies wurde vor allem von den anwesenden SelbsthilfegruppenvertreterInnen als großes Manko empfunden. Ein Ergebnis der Arbeitsgruppe war der Auftrag an die KISS, eine Begegnungsmöglichkeit für PolitikerInnen und Selbsthilfegruppe zu schaffen.

In ihrem Impulsreferat beschrieb Andrea Laux vom Landesverband der Mütterzentren, wie aus ihrer anfangs ganz einfachen Idee, sich mit anderen Müttern zusammenzutun, eine gesellschaftliche Entwicklung in Stuttgart begann, und wie sie selbst sich dabei zu einer politischen Person entwickelt hat. Was anfangs in einem Zimmer im Hinterhof begonnen hatte, ist dank der Hermann-Schmid-und Rudolf-Schmid-Stiftung jetzt angekommen in einem großen Mehrgenerationenhaus im Stuttgarter Westen. Auf dem Weg dahin mussten viele Hindernisse überwunden werden. Die Frauen hatten durch nationale und internationale Vernetzung so viel Selbstbewußtsein entwickelt, dass sie Mitbestimmung bei der Planung einforderten, und damit tat sich die Verwaltung sehr schwer. Aufgrund ihrer Erfahrungen fordert Andrea Laux, dass die Verwaltung, wenn sie BürgerInnenbeteiligung will und ernst nimmt, dafür kulturelle ÜbersetzerInnen und ModeratorInnen bereitstellen muss.

In der anschließenden Diskussion wurde die Rolle der Selbsthilfe beim Kontakt mit Politik und Verwaltung behandelt, die sich nicht scheuen sollte, persönliche Kontakte zu nutzen, und auch ihre Leistungen selbstbewusst benennen sollte, klar machen sollte, was der Stadt ohne die Selbsthilfe fehlen würde. Sie sollte als Gruppe auftreten und darauf achten, dass nicht VertreterInnen der Gruppe zu Exclusivsprecherinnen (Königinnen) von der Verwaltung instrumentalisiert werden. Andrerseits ist es aber auch legitim, die verschiedenen Kompetenzen und auch Sympathien der Mitglieder zur Durchsetzung der eigenen Interessen einzusetzen.
In der Arbeitsgruppe wurde der Wunsch nach einem Dialog mit der Politik formuliert, der sich nicht nur auf finanzielle Forderungen bezieht. Es gilt, Sprachlosigkeit zu überwinden, Transparenz über die jeweilige andersartigen Organisationsformen und Inhalte herzustellen, um zu einer gemeinsamen Sprache und gemeinsamen Regeln des Miteinander zu kommen. KISS wurde gebeten, ein Forum für einen solchen Dialog zu schaffen.

Ende und Ausblick

Nach der zweiten Runde der Arbeitsgruppen trugen die Moderatorinnen die Ergebnisse im Plenum vor. Allen drei Arbeitsgruppen gemeinsam war der Wunsch nach einem gleichberechtigten Dialog zwischen Selbsthilfe und ihren PartnerInnen und auch der Wunsch nach einer Fortsetzung dessen, was mit diesem Fachtag zur Stärkung und Förderung der Selbsthilfe in Stuttgart begonnen und angestoßen wurde. Als Abschluss des Fachtags präsentierte eine Improvisationstheatergruppe der Wilden Bühne ihre Vorstellungen von Stärkung der Selbsthilfe so witzig und treffend, dass die TeilnehmerInnen lachend und vergnügt das Merlin Kultur verließen.

KISS beabsichtigt, eine ausführliche Dokumentation zum Fachtag zu erstellen, die Finanzierung ist allerdings noch nicht geklärt.

Sabine Gärttling

Die Zukunft der KISS

Die städtische Förderung der KISS läuft zum Ende des Jahres 2003 aus, das bedeutet, dass der Gemeinderat im Rahmen der Haushaltsberatungen für den Doppelhaushalt 2004/2005 neu über den Zuschuss der Stadt an KISS entscheiden muss. Auf Antrag der CDU-Fraktion vom 29.11. 2002 soll künftig die Förderung freier Träger auf der Grundlage von Leistungsverträgen erfolgen. Bei der bisherigen Förderung war die KISS nicht zu einer konkreten Gegenleistung verpflichtet, sondern musste nur die zweckentsprechende Verwendung der Mittel nachweisen.

Bei der neuen Art der Finanzierung verpflichtet sich die KISS zu vorher festgelegten konkreten Leistungen. Diese Leistungen werden von der Stadt eingekauft und geprüft nach Umfang, Qualität und Erfolg. Gemeinsam mit der Zuwendungsempfängerin, also der KISS, werden Ziele und Schwerpunkte für die Förderzeiträume festgelegt.

Bisher hatte die Stadt keine inhaltliche Einflussmöglichkeit auf die Arbeit der KISS, dies wird sich mit der neuen Zuwendungsvereinbarung ändern. KISS gewinnt dafür aber eine größere Planungs- und Haushaltssicherheit. Und da KISS gute Arbeit leistet, und wir auf eine konstruktive Zusammenarbeit mit Verwaltung und Gemeinderat vertrauen, sind wir mit der Festlegung von Leistungsstandards und Qualitätskriterien einverstanden.

Die Verwaltung - in diesem Fall das Gesundheitsamt, in dessen Zuständigkeit KISS fällt - hat im Kontakt mit KISS eine Zuwendungsvereinbarung aufgrund von Leistungsbeschreibungen erarbeitet. Die Leistungen der KISS sind sehr komplex und vielfältig, das hat die Erarbeitung der Leistungsbeschreibungen aufwändig und schwierig gestaltet. Es hat sich dabei herausgestellt, dass die beschriebenen Leistungen der KISS nur aufrechterhalten werden können, wenn der Zuschuss durch die Stadt erhöht wird. Dies deckt sich mit den Aussagen, die KISS schon seit einigen Jahren in ihren Jahresberichten getroffen hat. Bei der bisherigen knappen Finanz- und Personaldecke müssen Abstriche vorgenommen werden. Die im Lauf der Jahre enorm gestiegene Nachfrage kann nur befriedigt werden, wenn nicht mehr so viel Energie für die Geldbeschaffung und für das Finden von billigen Lösungen aufgewendet werden muss.

Der Gesundheitsausschuss hat die Vorlage der Verwaltung zur künftigen Förderung von KISS zur Kenntnis genommen, alle Fraktionen haben die Arbeit der KISS als wichtig bezeichnet und betont, dass diese auch künftig ermöglicht werden soll. Über die Vorlage entscheiden wird der Haushaltsausschuss im Herbst.

Höhere Zuschüsse sind in der momentanen Situation natürlich sehr heikel, andererseits hat KISS schon seit Jahren die berechtigte Forderung nach Erhöhung zurückgestellt. Und wir sind überzeugt, dass Geld, das zur Förderung der Selbsthilfe, der Eigenverantwortung und Selbstorganisation eingesetzt wird, gewinnbringend für die Gesellschaft angelegt ist.

Sabine Gärttling

Übrigens:
Die Angebote der KISS und einen Überblick über das Spektrum der Selbsthilfegruppen in Stuttgart finden Sie im Internet auf www.kiss-stuttgart.de

Termine

Samstag, 11. Oktober, 10 - 18 Uhr
1. Zuffenhäuser Gesundheitsmarkt
in der Zehntscheuer und auf dem Zehnthof
Veranstalter: Kneipp-Verein Stuttgart

Mittwoch, 15. Oktober, 14 - 18 Uhr
Gesundheitlicher Verbraucherschutz:
Wer informiert und berät mich unabhängig?
Treffpunkt Rotebühlplatz
VeranstalterInnen: Beschwerde- und Beratungsstelle Altenpflege des StadtSeniorenRates, Landesseniorenrat Baden-Württemberg e.V., Patientenberatung der Landesarbeitsgemeinschaft Hilfe für Behinderte LAGH

Sonntag, 26. Oktober, 11 - 17 Uhr
Mönchfelder Gesundheitstage, Aktionstag
Zentrum von Mönchfeld (ehemaliges Ladenzentrum), Altenheim St.Ulrich
VeranstalterInnen: Projektgruppen der Sozialen Stadt (Runder Tisch Mönchfeld, AK "Leben im Alter"), Forum Gesunde Stadt Stuttgart

Stuttgarter Bürgerpreis

Die Bürgerstiftung Stuttgart hat einen Preis für herausragendes bürgerschaftliches Engagement in Stuttgart ausgeschrieben. Vergeben werden drei Geldpreise in Höhe von 5 000, 3 000 und 2 000 Euro und dazu noch Anerkennungspreise.

Bis 15. Oktober können sich Einzelpersonen, Initiativen, Selbsthilfegruppen, Vereine und Institutionen darum bewerben. Am 1. Dezember sollen die Preise vergeben werden. Die Meldebögen sind erhältlich in der Geschäftsstelle der Bürgerstiftung in der Nadlerstr. 4, sie liegen auch in öffentlichen Einrichtungen wie dem Treffpunkt Rotebühlplatz und den Bezirksrathäusern aus.

Wegweiser für Familien

Die Aktion Mensch bietet einen Online-Service für Menschen mit Behinderungen und ihre Angehörigen an. Auf der Internetseite **www.familienratgeber.de** sind Informationen und Kontakte zu Geburt und Diagnose, Frühförderung, Kindergarten und Schule, Alltagsbewältigung, Wohnen, Freizeit und Sport, Bildung und Arbeit, Selbsthilfe und Beratung, Ämter und Behörden zu finden.

Die Aktion Mensch sucht für die Pflege dieser Internetseite Regionalpartner, die beratend und finanziell unterstützt werden. Wer mitgestalten möchte, kann per Mail nähere Informationen anfordern:
familienratgeber@aktion-mensch.de

Werkstattangebote der KISS im 2. Halbjahr

Auf Menschen zugehen

Sie haben sich viel Mühe gegeben mit dem Infostand, Ihr Informationsmaterial ist aussagekräftig, trotzdem bleibt niemand stehen. Die meisten Menschen werfen nur im Vorübergehen einen Blick auf Ihren Stand. Jetzt wär's hilfreich, die Menschen anzusprechen, auf PassantInnen zuzugehen. Aber wie, ohne aufdringlich zu wirken?

In der Werkstatt wollen wir Erfahrungen an Infoständen austauschen und in Rollenspielen ausprobieren, wie dieses Zugehen auf Fremde gelingen kann.

Leitung: Wilde Bühne e.V.
Termin: Samstag, 27. September 2003, 14 - 17 Uhr
Anmeldung: bis 12. September bei der KISS

Den eigenen Standpunkt finden

Oft sagen wir in Gruppen ja, obwohl wir eigentlich nein meinen, passen uns der Gruppenmeinung an, getrauen uns nicht unser Anliegen einzubringen..... Was hindert uns daran, den eigenen Standpunkt zu vertreten?

An diesem Tag wollen wir über Gespräche und Körperwahrnehmungsübungen unseren eigenen Stand entdecken und erspüren.

Leitung: Hilde Rutsch, KISS
Termin: Samstag, 18.Oktober 2003, 10 bis 16 Uhr
Anmeldung: bis 2. Oktober bei KISS

Schnupperkurs:

Ein Angebot der KISS für Profis: Information und Erfahrungsaustausch

"Selbsthilfegruppen und Selbsthilfegruppenunterstützung in Stuttgart"

Was sind Selbsthilfegruppen? Wie arbeiten sie? In welcher Weise und für wen/welche können sie hilfreich sein? Welche Selbsthilfegruppen gibt es in Stuttgart?

Wie kann die Arbeit von Selbsthilfegruppen angeregt/ unterstützt werden? Ist das in meinem Arbeitsbereich möglich/sinnvoll? Welche Unterstützung kann KISS dazu anbieten? ...

An diesem Vormittag besteht die Möglichkeit, sich zu informieren, miteinander ins Gespräch zu kommen und gegebenenfalls auch über Möglichkeiten der Zusammenarbeit nachzudenken.

Leitung: Eva Kriwy-Gottschalk, KISS

Termin: Montag, 24. November 2003 9.30 - 12.00 Uhr

Radio selber machen

Radiosendungen selbst zu gestalten eröffnet Vereinen, Initiativen, Selbsthilfegruppen eine weitere Möglichkeit der Öffentlichkeitsarbeit. Beim nichtkommerziellen Radiosender "Freies Radio für Stuttgart" gibt es diese Möglichkeit.

Sie erfahren, wie sich Ihre Gruppe an Sendungen beteiligen kann und können die Studios besichtigen. Bei einer kurzen Probeaufnahme können Sie in die Rolle von Studiogast, ModeratorIn oder TechnikerIn schlüpfen.

Leitung: Sabine Gärttling, KISS
Termin: Mittwoch, 19. November 2003, 19.30 Uhr - 22 Uhr
Ort: Freies Radio für Stuttgart, Rieckestraße 24, 70190 Stuttgart
Anmeldung: bis 5. November bei KISS

Das wäre doch gelacht -

Das Yoga des Lachens in der Selbsthilfe
Im Lachen liegt eine enorme heilsame Kraft. In diesem humorvollen Workshop soll diese Kraft aktiviert werden. Mit praktischen Übungen und konkreten Anregungen zur Humorförderung lachen wir nicht "über" sondern "mit" andere(n) nach der Methode von Dr. Kataria (Indien).

Lachend bilden sich neue Denkmuster, die hinführen zu einer Wahrnehmung die frei ist von Beurteilung und Bewertung. Eine innere Haltung der Achtsamkeit stellt sich ein, wenn wir im Augenblick von ganzem Herzen lachen.

Leitung: Hans-Martin Bauer, Familientherapeut, Therapeutischer Clown, Lachyogatrainer
Termin: Samstag, 22. November 2003 10 - 13 Uhr
Anmeldung: bis 7. November bei KISS

Austauschtreffen

Wie hilfreich es sein kann, Erfahrungen untereinander auszutauschen und voneinander zu lernen, haben wohl alle Menschen in Selbsthilfegruppen schon erfahren. Warum nicht auch diese Erfahrung auf die Gruppenarbeit anwenden?

Um für Selbsthilfegruppen aus dem Gesundheitsbereich eine Gelegenheit zum Erfahrungsaustausch und zum Lernen voneinander zu schaffen, lädt KISS ein zu einem Austauschtreffen über

Erfahrungen mit der Ärzteschaft.

Moderation: Sabine Gärttling, KISS
Termin: Dienstag, 30 September 2003 19.30 - 21.30 Uhr bei KISS
Anmeldung: bis 23. September bei KISS

Selbsthilfegruppen stellen sich vor

Leben mit Krebs? Hilf Dir selbst!

HDS - die Selbsthilfe-Gruppe von Krebskranken

Wer sind wir?

Betroffene Frauen und Männer zwischen 20 und 50+ Jahren. Wir haben gelernt, mit unserer Krankheit zu leben und sind stolz darauf, (wieder) zu arbeiten.

Was wollen wir?

Uns selbst helfen, indem wir anderen helfen, der Krankheit aktiv zu begegnen. Wir wissen, dass wir Entscheidungen selbst treffen müssen und dass wir unser persönliches Befinden, unsere Lebensqualität selbst wesentlich beeinflussen können. Deshalb wollen wir die Behandlung überall aktiv unterstützen, wo dies in unserer Macht steht - und wir wollen alles tun, um unser Leben weiter zu genießen.

Wir sagen Ihnen, was wir getan haben um zu überleben.

Kontakt: Andreas Reuter, Tel. 0711 - 640 33 11

Narkolepsie - was ist das?

Narkolepsie ist eine relativ seltene Erkrankung, deren Auswirkungen eine große Belastung für die Betroffenen bedeuten. Die häufigsten Symptome der Narkolepsie sind übermäßige Tagesschläfrigkeit, Kataplexie (plötzlicher Tonusverlust, d. h. Lähmung der Muskeln) und hypnagoge Halluzinationen (kurz vor dem Einschlafen oder im Halbschlaf auftretende visuelle oder akustische Halluzinationen). In den meisten Fällen erweist sich die übermäßige Tagesschläfrigkeit als das bei weitem lästigste Symptom.

Die Schlafattacken bei Narkolepsie, manchmal durch extremen Stress ausgelöst, haben nichts mit Unausgeschlafenheit zu tun und lassen sich daher auch mit viel Schlaf nicht beheben. Betroffene trifft oft das Unverständnis und der Spott anderer. Kein Wunder, dass NarkoleptikerInnen häufig mit persönlichen, familiären und beruflichen Problemen zu kämpfen haben. Das erschwert es ihnen zusätzlich, mit dieser Krankheit leben zu können.

Die Narkolepsie ist zwar nach dem heutigen Stand der Wissenschaft noch nicht heilbar, kann aber durch Medikamente gelindert werden. Bei Nichterkennung bzw. Nichtbehandlung kann Narkolepsie aufgrund der gravierenden Einschränkungen bis zur Arbeitsunfähigkeit führen.

Der Landesverband der Deutschen Narkolepsie-Gesellschaft e.V. betreut Narkolepsie-PatientInnen. Die Selbsthilfegruppen als kleinste Zellen werden vom Landesverband, über den Betreuer der Gruppen, mit den neuesten Informationen versorgt.

Kontakte und weitere Informationen:

Dietrich Hein
Schwarzwaldstr. 18
71292 Friolzheim
Tel.: 0172-8908799
Email: dngbw-hein@nexgo.de

Der Weg ist das Ziel

Vor Beginn der Massenimpfungen waren in Deutschland viele Menschen an Polio (Kinderlähmung) erkrankt. Ihr Zustand hatte sich nach der akuten Erkrankung meist stabilisiert, aber nach vielen Jahren tritt oft wieder eine Verschlechterung ein, schwerbehandelbare Spätfolgen treten auf.

In Stuttgart gibt es eine Selbsthilfegruppe von Menschen mit Poliospätfolgen. Diese gehört zum Bundesverband Poliomyelitis e.V. Trefftermine und Informationen bitte erfragen bei:

Siegfried Spliesgart, Tel. 0711 - 84 30 89.

Ehefrauen homosexueller Männer

Eine Ehefrau, die erfährt, dass ihr Mann schwul ist, verliert den Boden unter den Füßen, sie ist verletzt und verunsichert. Regelmäßige Gespräche mit anderen Betroffenen können zur Klärung der vielen Fragen helfen, die sich ihr stellen. Hier hat sie die Möglichkeit, über ihre Gefühle zu sprechen, Erfahrungen auszutauschen und gemeinsam Lebensmodelle für die neue Situation zu entwickeln.

Nach einer längeren Sommerpause möchte die Gruppe sich im Herbst wieder treffen. Frauen, die bei der Selbsthilfegruppe von Frauen homosexueller Männer mitmachen wollen, können sich bei KISS melden.

Angehörige von Zwangskranken

Sie haben erfahren, dass Ihre Tochter, Ihr Sohn, Ihr Partner zwangskrank ist und Sie möchten beim Besser- und Gesundwerden mithelfen? Sie haben viel über Zwangskrankheiten gehört und gelesen und stehen doch vielen Situationen ratlos gegenüber?

In der Selbsthilfegruppe haben Angehörige die Möglichkeit, sich auszutauschen, um besser mit der Krankheit umgehen zu können. Gemeinsam läßt sich leichter ein Mittelweg zwischen Normalität und Zwangsansprüchen finden.

Die Selbsthilfegruppe trifft sich das nächste Mal am Dienstag, 21. Oktober um 17.30 Uhr bei KISS.

Autoimmunhepatitis

Die Selbsthilfegruppe zum Erfahrungsaustausch und zum Sammeln von Informationen trifft sich wieder am

22. September
27. Oktober (speziell für Neuinteressierte)
08. Dezember
jeweils um 19.30 Uhr

Interessierte werden gebeten, sich vorab über KISS mit der Gruppe in Verbindung zu setzen.

Neue Selbsthilfegruppen und Gründungsinitiativen

Vorruhestand - was nun?

Männer und Frauen, die im Vorruhestand sind und deshalb für ihren Alltag eine neue Orientierung suchen, treffen sich vierzehntäglich in ungeraden Kalenderwochen dienstags von 14.30 - 16.30 Uhr bei KISS. In der Gruppe fällt es leichter, neue Kontakte zu finden und zu pflegen. Gemeinsame Gespräche können bei der Neuorientierung hilfreich sein und gemeinsame Unternehmungen etwas Abwechslung in den Alltag bringen. Alle Männer und Frauen, die im Vorruhestand sind, oder demnächst in den Vorruhestand gehen, und sich an einer solchen Gruppe beteiligen möchten, sind herzlich zu den Treffen eingeladen.

Gründung einer Interessengruppe

Altersteilzeit

Wir wollen

- uns über die Veränderungen in unserem Leben austauschen;
- uns schlau machen über neue Regelungen auf diesem Gebiet und diese in der Gruppe diskutieren;
- uns bei Bedarf kompetente fachliche Beratung holen, auch zum Thema Rente;
- gegebenenfalls denen mit Rat zur Verfügung stehen, die neu in Altersteilzeit gehen.

Gemeinsam können wir unsere Interessen besser vertreten!

Menschen, die sich bereits in Altersteilzeit befinden, und solche, die in näherer Zukunft Altersteilzeit in Anspruch nehmen möchten, sind herzlich eingeladen.

Mein Partner ist untreu

"Mein Mann ist in eine außereheliche Beziehung geflüchtet. Nach außenhin führen wir eine "normale" Ehe, aber ich weiß, es gibt eine andere Frau und sie wartet darauf, dass er zu ihr kommt und bei ihr lebt. Wegen der Kinder wohnt er noch bei uns.

Wie soll es weitergehen?
Ist ein Neuanfang möglich oder
ist Trennung die einzige Lösung?

In der Selbsthilfegruppe treffen sich Menschen, die sich in einer ähnlichen Lage befinden. Ich bin überzeugt, dass uns Gespräche im vertrauten Rahmen bei der Klärung dieser Fragen weiterhelfen können. Machen Sie mit?"

Das nächste Treffen findet am Donnerstag 11.9. um 18 Uhr in der KISS statt.

Chron. Verdauungsprobleme

Menschen, die unter Darmbeschwerden leiden wie chronische Verstopfung im Wechsel mit Durchfall, Schmerzen, Reizdarm-Syndrom und die deshalb evtl. schon mehrere Bauchoperationen hinter sich haben, wollen sich regelmäßig über den Umgang mit den Beschwerden austauschen und Möglichkeiten finden, leichter mit der Beeinträchtigung zu leben. Eine fachärztliche Betreuung findet begleitend statt. Betroffene sind willkommen bei den Treffen jeweils am 2. Mittwoch im Monat um 17.30 Uhr bei KISS.

Lesbische und schwule Eltern mit Partner und Partnerinnen

"Wir - ein lesbisches Elternpaar mit Sohn - wollen eine Gruppe gründen und suchen dazu lesbische und schwule Eltern mit Partner und PartnerInnen für

- gemeinsame Aktivitäten mit und ohne Kindern
- gegenseitige Hilfe in aktuellen Lebenssituationen
- und vieles mehr.

Die Themen könnt Ihr mitbestimmen.
Kontakt zu uns könnt Ihr auch gerne anonym über die KISS

Das „Geliebte" - Dasein

– noch immer das bestgehütete Geheimnis in unserer modernen Welt. Viele „geliebte" Frauen in einer Dreierbeziehung, fürchten sich ihr Geheimnis Preis zu geben und werden so u.U. über Jahre hinweg unfreiwillig im Bann ihrer Gefühle isoliert und ertragen oft mehr, als sie im Grunde wollen und können.

"Diesen Bann möchte ich brechen. Ich habe das Bestreben, bei KISS einen Platz zu schaffen, wo betroffene „geliebte Frauen" unter dem Schutz der Anonymität über ihre Gefühle, Empfindungen, Hoffnungen und Ängste reden und sich mit anderen über Ihre Außenbeziehung austauschen können.

Dazu brauche ich Sie, eben jede einzelne betroffene Frau, die sich jetzt angesprochen fühlt. Ich wünsche mir für uns, daß wir eine lebendige, fröhliche Gemeinschaft werden, die mit noch leidenden Frauen ihre Erfahrung, Kraft und Hoffnung teilen.

Ich möchte Ihnen Mut machen, zu unserem nächsten Treffen am Montag, 8.9. um 17.30 Uhr bei KISS zu kommen. Vielleicht machen Sie ja schon bald die Erfahrung, daß es mehr Frauen gibt, als Sie dachten, die dasselbe Geheimnis hüten wie Sie."

Männer mit Prostatakrebs

In Stuttgart gründet sich eine Ortsgruppe des Bundesverband Prostatakrebs Selbsthilfe e. V. Das nächste Treffen findet am Mittwoch, 15.Oktober um 19 Uhr im Gemeindezentrum Christkönig, Fanny-Leicht-Str. 2, Stgt.-Vaihingen statt. Betroffene Männer sind willkommen.

Trauer erleichtern

Menschen zwischen 30 und 50 Jahren, die ihren Partner oder ihre Partnerin durch Tod verloren haben, wollen in einer Gesprächsgruppe über ihre Gefühle und Erfahrungen sprechen, sie teilen mit anderen Trauernden. Betroffene sind herzlich zu den Treffen eingeladen und es spielt keine Rolle, wie lange der Trauerfall zurückliegt.

Weitere Informationen bekommen Sie bei
KISS, **Tel. 0711 - 640 61 17.**

Interessiertenlisten

führt die KISS zur Zeit zu den Themen:

- Burn Out
- Elternkreis rheumakranker Kinder
- Erwachsene Kinder von psychisch Kranken
- Frauen mit Depressionen (abends)
- Frauen, die Interesse haben Jahreskreisfeste zu feiern
- Kinderlose Frauen, die mit einem Partner zusammenleben, der Kinder hat
- Menschen, die sich körperlich selbst verletzen
- Nicolaidis Hilfe e.V. für verwitwete Väter und Mütter - Stuttgarter Gruppe
- OA - Männergruppe
- Opfer von Staatsorganen
- Primäre Amenorrhoe (Ausbleiben der Blutung von Anfang an)
- Schlafstörungen - Nachmittagstreff
- Selbsthilfegruppe "Linkshändigkeit / Linksseitigkeit"
- Selbsthilfegruppe hochbegabte Erwachsene
- Selbstsicherheit, Selbstwertgefühl
- Verfrühte Wechseljahre
- Zwanghaftes Haare Ausreißen

Wenn sich zu einem Thema mehrere Interessierte bei der KISS gemeldet haben, laden wir zu einem ersten Kennenlerntreffen ein, das dann zur Gründung einer

Übrigens: Über KISS können Sie auch bundesweit Kontakt zu Betroffenen von seltenen Problemen und Erkrankungen bekommen und Adressen von bundesweit arbeitenden Selbsthilfegruppen und von anderen Selbsthilfekontaktstellen in Deutschland erhalten.

Friedensgala der AnStifter

Stuttgarter Friedenspreis will Zeichen setzen

Zeichen setzen in kriegerischen Zeiten will der Stuttgarter Friedenspreis des Bürgerprojekts AnStifter, der im Rahmen einer Großen Friedensgala am Freitag, 19. September ab 19.30 Uhr im Stuttgarter Theaterhaus in der Siemensstraße verliehen wird. AnStifter ist ein lockerer Zusammenschluss unabhängiger Personen, Bürger- und Kulturprojekte. Mindestens 100 “AnStifter” spenden jedes Jahr 50 Euro, damit Initiativen oder Personen ausgezeichnet werden können, die gegen den Strom schwimmen und sich für Frieden, Gerechtigkeit und Solidarität engagieren. Ideell unterstützt wird der Friedenspreis von viele Stuttgarter Projekten, z.B. auch von KISS. Für die Friedensgala verspricht der Initiator Peter Grohmann “Lebensfreude pur” , KünstlerInnen aus vielen Ländern tragen zum Fest bei, Spezialgäste sind Erich Schmeckenbecher und Michael Gaedt, Gabriele von Arnim hält die Laudatio auf den oder die Preisträger, die bei Redaktionsschluss noch nicht feststanden.
Näheres: www.theaterhaus.com.

Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen e.V. KISS
Marienstraße 9
70178 Stuttgart
Tel. 0711 - 640 61 17, Fax 607 45 61,
eMail: kiss-stuttgart@web.de
Internet: www.kiss-stuttgart.de

Die Sprechzeiten der KISS

Telefonische Beratung:

Mo	10 - 12 Uhr
Di	18 - 20 Uhr
Mi	10 - 12 Uhr und 15 - 17 Uhr
Do	10 - 12 Uhr und 15 - 17 Uhr

Persönliche Beratung:

Di	11 - 12 Uhr
Mi	18 - 19 Uhr

Einzelkontaktsuchen

- Adhaesionen im Unterleib (Verwachsungen, Verklebungen)
- Anazide Gastritis / Autoimmunerkrankung
- Diabetes insipidus
- Eltern, die ein Kind adoptieren wollen
- Junge Menschen mit mehreren schweren chronischen Erkrankungen
- Junge trockene AlkoholikerInnen
- Mastopathie **Neu!!!**
- Menschen mit Darmerkrankungen und ganzheitlichem Verständnis von Heilung
- Menschen mit Feuermalen
- Menschen nach Gehirnhautentzündung, die noch/ wieder aktiv im Berufsleben stehen
- Menschen, die im Kindesalter ein Geschwister durch plötzlichen Tod verloren haben
- Menschen, die ohne Vater aufgewachsen sind
- Morbus Addison, Nebenniereninsuffizienz
- Mütter, deren Kinder beim Vater leben
- PADMA-Geschädigte
- Recurrensparese

Neue Gründungsinitiativen

- ehemalige PatientInnen der Sonnenbergklinik
- Morbus Werlhof
- Primäre Biliäre Leberzirrhose
- gemeinsam Abnehmen

Wir danken der AOK Gesundheitskasse Stuttgart dafür, dass sie den Druck dieses KISS-Blättles übernommen hat.