

## KISS Stuttgart Newsletter 04/21

Sechsmal jährlich veröffentlicht KISS Stuttgart einen E-Mail-Newsletter für Mitglieder von Selbsthilfegruppen und alle Interessierten mit Informationen rund um das Thema Selbsthilfe.

### Inhalt

#### Neue Kontaktsuchen/Gründungsinitiativen

- Kontaktabbruch zur Familie II
- Online-Selbsthilfegruppe für Menschen mit Agoraphobie
- Gesprächskreis Sternenkinder / Eltern-Kind-Treff MüZe e. V.
- Weitere Gründungsinitiativen
- Unterstützung bei der Gründung einer Selbsthilfegruppe

#### Informationen

- Corona-Update: KISS wieder regulär geöffnet
- Medizinische Masken und FFP2-Masken zu vergeben!
- Tester\*innen gesucht: KISS entwickelt Software für virtuelle Gruppentreffen
- Erfahrungsberichte gesucht: Konflikte wegen Verschwörungsfantasien
- Das neue frEE-Programm ist da
- Online-Beteiligungskongress Baden-Württemberg 2021

#### Termine

- Sommerschließzeit der KISS Stuttgart
- KISS & Kleinkunst – PowerPoint Karaoke
- Woche des bürgerschaftlichen Engagements
- Sendetermine der Redaktion der Selbsthilfegruppen im Freien Radio für Stuttgart
- Aktionstage

## Neue Kontaktsuchen/Gründungsinitiativen

### Kontaktabbruch zur Familie II

„Als erwachsenes Kind den Kontakt zu den eigenen Eltern oder der Familie abbrechen? Dieses Thema ist ein großes Tabu. Ich habe diesen Schritt getan und bin auf der Suche nach Austausch. Sie sind in einer ähnlichen Situation und fühlen sich mit dem Thema ebenfalls allein gelassen? Dann sind Sie hier genau richtig: Miteinander Wege finden, um darüber zu sprechen und sich gegenseitig zu unterstützen, gemeinsam herausfinden, wie wir mit dem Leidensdruck umgehen können, wenn z. B. Feiertage oder Geburtstage näher rücken, der Frage nachgehen, was wir unseren Eltern oder unserer Familie schuldig sind. Das alles können Inhalte der Gruppe sein. Wenn Sie sich davon angesprochen fühlen, dann melden Sie sich bei KISS Stuttgart.“ (Anonym)

Ein erstes Treffen hat bereits stattgefunden. Das zweite Kennenlernetreffen findet statt am **31.08.2021 von 19:45 – 21:45 Uhr** in Stuttgart-Mitte. Anmeldung bei KISS Stuttgart, Telefon 0711 6406117 oder [info@kiss-stuttgart.de](mailto:info@kiss-stuttgart.de)

### Online-Selbsthilfegruppe für Menschen mit Agoraphobie

„Hast oder hattest Du auch Angst das Haus zu verlassen, Kaufhäuser oder Geschäfte zu betreten, oder allein Auto zu fahren? Für dich ist der Begriff Agoraphobie kein Fremdwort? Möchtest Du dich gerne zu dem Thema mit Menschen austauschen, die die gleichen Erfahrungen machen oder gemacht haben? Mit Unterstützung der KISS Stuttgart wird eine neue Gruppe gegründet, in der sich Menschen treffen, die Ähnliches erleben und sich deswegen unterstützen können. Wir werden uns über unsere Erfahrungen austauschen, lernen somit andere Sichtweisen kennen und teilen Gemeinsamkeiten. Die Treffen sollen wöchentlich per Videokonferenz stattfinden und sind kostenfrei.

Bei Fragen und/oder Interesse kannst Du dich unter [agoraphobie-selbsthilfe@posteo.de](mailto:agoraphobie-selbsthilfe@posteo.de) bei mir melden.“ (Katharina)

### Gesprächskreis Sternenkinder / Eltern-Kind-Treff MüZe e. V.

Euer Baby ist in der Schwangerschaft, während der Geburt, oder in seinem ersten Lebensjahr verstorben? Nichts ist mehr normal seit diesem Tag, das Leben scheint aus der Bahn geworfen? Ihr fühlt euch alleine mit all dem Schmerz und der Traurigkeit? So geht es leider vielen Sternenkinder-Eltern. In unserem Gesprächskreis findet ihr einen Ort, an dem ihr euch und eure Gefühle nicht erklären müsst, an dem ihr eure viel zu kurzen Erinnerungen an euer Kind teilen dürft, und an dem euer Baby einen Platz findet. So könnt ihr im Austausch mit anderen Betroffenen hoffentlich ein kleines bisschen Trost in dieser schweren Zeit finden und Schritt für Schritt neuen Mut fassen. Eingeladen sind alle Mütter und Väter, die ihr Baby zu den Sternen ziehen lassen mussten - egal wie früh oder spät dies in der Schwangerschaft passiert ist, egal ob es still zur Welt kam oder noch ein paar Tage zu leben hatte, und auch egal, wie lange der Abschied von eurem Sternenkinder bereits zurückliegt! Wir unterstützen uns gegenseitig auf unserem je ganz individuellen Weg durch die Trauer, helfen uns jedem in seinem Tempo wieder ins seelische Gleichgewicht zu finden und so mit der Zeit eine Perspektive für die veränderte Zukunft mit unseren Sternenkindern im Herzen und in der Erinnerung zu entwickeln. Erste Treffen haben bereits stattgefunden. Weitere Treffen finden jeweils **am ersten Montag im Monat von 20:30 - 22:00 Uhr** in Stuttgart-Vaihingen statt. Anmeldung bei Eltern-Kind-Treff MüZe e. V., Telefon 0711 7354782 oder [info@eltern-kind-treff.de](mailto:info@eltern-kind-treff.de)

## Weitere Gründungsinitiativen

Eine Gesamtübersicht über aktuelle Gründungsinitiativen finden Sie auf unserer Internetseite [www.kiss-stuttgart.de](http://www.kiss-stuttgart.de) unter „[Beratung / bei der Gruppengründung](#)“. Bei Fragen wenden Sie sich an die Selbsthilfekontaktstelle KISS Stuttgart, Telefon 0711 6406117 oder E-Mail [info@kiss-stuttgart.de](mailto:info@kiss-stuttgart.de)

## Unterstützung bei der Gründung einer Selbsthilfegruppe

Sie suchen den Austausch mit Gleichbetroffenen und konnten in Stuttgart zu Ihrem Thema keine Selbsthilfegruppe finden? KISS Stuttgart unterstützt Sie kostenfrei bei der Gründung einer Selbsthilfegruppe. In einem persönlichen Gespräch können Sie Fragen, Erwartungen und eventuelle Bedenken besprechen und klären. Darüber hinaus unterstützen wir Sie bei der Bewerbung Ihrer Gründungsinitiative, z. B. beim Verfassen und Verbreiten Ihrer Texte oder durch Veröffentlichung in unseren Print- und Online-Publikationen.

Auch speziell für den Start neuer Selbsthilfegruppen bietet die KISS Stuttgart eine Unterstützung an. Weitere Informationen finden Sie auch auf [www.kiss-stuttgart.de/beratung/beratung-bei-der-gruppengruendung](http://www.kiss-stuttgart.de/beratung/beratung-bei-der-gruppengruendung)

Bei Interesse rufen Sie uns einfach an: Janne Rauhut (Ansprechpartnerin für „junge Selbsthilfegruppen“ von 18 – 35 Jahren) und Beate Voigt, Tel. 0711 6406117 oder E-Mail [info@kiss-stuttgart.de](mailto:info@kiss-stuttgart.de)

Unsere telefonischen Sprechzeiten sind:

Mo, Mi, Do 14:00 - 16:00 Uhr

Mo 18:00 - 20:00 Uhr

Di 10:00 - 12:00 Uhr

## Informationen

### Corona-Update: KISS wieder regulär geöffnet

Seit 14.06.2021 ist die KISS Stuttgart wieder normal geöffnet. Das heißt: Treffen von Selbsthilfegruppen sind unter Einhaltung der geltenden Corona-Regelungen wieder möglich. Persönliche Beratungen können wieder ohne Voranmeldung während der persönlichen Sprechzeiten stattfinden. Für die Treffen von Selbsthilfegruppen gelten bekannten Regelungen wie Abstand halten, Hygiene praktizieren, medizinische Maske tragen, regelmäßig Lüften und Kontaktdokumentation. Ein Test-, Impf- oder Genesungsnachweis ist nicht notwendig. Die Maske muss bei Gruppentreffen nur bis zum Erreichen des Sitzplatzes bzw. bei Bewegung im Raum getragen werden. Am Platz kann sie abgenommen werden, wenn alle weiteren Regeln eingehalten werden. Außerdem sind Hybridtreffen bei uns möglich: Mit unserer neuen Ausrüstung für Hybridtreffen können Gruppen in unseren Räumen reale Treffen abhalten, während gleichzeitig andere Mitglieder, die nicht persönlich anwesend sein können oder wollen, per Videokonferenz zur Gruppe zugeschaltet sind. Mehr unter [www.kiss-stuttgart.de/hybridtreffen](http://www.kiss-stuttgart.de/hybridtreffen)

## Medizinische Masken und FFP2-Masken zu vergeben!

Die Selbsthilfekontaktstelle KISS Stuttgart hat vom Stuttgarter Gesundheitsamt eine großzügige Spende von medizinischen und FFP2-Masken erhalten, die wir gern an die Selbsthilfegruppen weitergeben möchten! Vielen Dank dafür! Schicken Sie uns eine Nachricht an [info@kiss-stuttgart.de](mailto:info@kiss-stuttgart.de), wie viele und welche Masken Sie für Ihre Gruppe haben möchten, sowie eine Postadresse und wir senden Ihnen die Masken zu (so lange der Vorrat reicht).

## Tester\*innen gesucht: KISS entwickelt Software für virtuelle Gruppentreffen

Gemeinsam mit einem erfahrenen Entwicklerstudio produzieren wir ein eigenes Programm, mit dem Selbsthilfegruppen jederzeit und überall virtuelle Treffen durchführen können. Kommuniziert wird über Sprachchat per Mikrofon, statt Videoübertragung werden die Teilnehmenden in gezeichneter Form dargestellt und es gibt mehr Interaktionsmöglichkeiten als bei Konferenztools wie Zoom oder Jitsi. Ende August erscheint eine Testversion für PC und Smartphone. Wir suchen Selbsthilfegruppen, die Lust haben, die Software auszuprobieren und uns Feedback zu geben, was sie gut finden und was man besser machen könnte. Wer mitmachen möchte, erfährt mehr unter Tel. 0711 6406117 oder per E-Mail an [j.siegert@kiss-stuttgart.de](mailto:j.siegert@kiss-stuttgart.de).

## Erfahrungsberichte gesucht: Konflikte wegen Verschwörungsfantasien

Für eine Diskussionsrunde im Rahmen der Selbsthilfeweche Stuttgart sowie einen Artikel im WIR-Magazin suchen wir Zitate von Selbsthilfeaktiven, die in ihrer Gruppe Konflikte wegen Verschwörungsfantasien einzelner Gruppenmitglieder erlebt haben (z. B. in Form von corona-skeptischem bzw. corona-leugnendem Verhalten) und in einem kurzen Erfahrungsbericht davon erzählen möchten. Damit wollen wir dieses schwierige Thema mit Beispielen aus der Praxis beleuchten. Wir werden alle Berichte soweit anonymisieren, dass nicht mehr herauslesbar ist, wer/welche Gruppe beteiligt war und nur noch der Sachverhalt wiedergegeben wird. E-Mail-Adresse für Ihre Beiträge sowie weitere Infos: [j.siegert@kiss-stuttgart.de](mailto:j.siegert@kiss-stuttgart.de)

## Das neue frEE-Programm ist da

Die frEE-Akademie Stuttgart, das Zentrum für Weiterbildung für ehrenamtlich engagierte Bürger\*innen der Landeshauptstadt, hat ihr neues Programm 1/2021 veröffentlicht. Vereinsmanagement, Öffentlichkeitsarbeit, Fundraising, Rechtsfragen, Arbeitstechniken, Kommunikation, Informationstechnologie, Erweiterung der sozialen Kompetenz sind Qualifikationen, die alle brauchen, die freiwillig und ehrenamtlich für das Gemeinwesen tätig sind. Die Angebote werden von der Stadt Stuttgart gefördert. Die Programme liegen aus bei KISS Stuttgart, in den Bezirksämtern, in den Stadtbibliotheken, an der Infothek des Rathauses und bei der Freiwilligenagentur. Stuttgarter Selbsthilfegruppen bekommen es zugeschickt. Online finden Sie das aktuelle Programm unter [www.free-akademie.de](http://www.free-akademie.de)

## Online-Beteiligungskongress Baden-Württemberg 2021

„Wir können alles, am besten gemeinsam.“ Unter diesem Motto steht der diesjährige Beteiligungskongress Baden-Württemberg und Sie sind eingeladen, diesen im intensiven

Austausch und lebendigen Miteinander mitzugestalten. Im Mittelpunkt stehen konkrete Möglichkeiten gelingender Zusammenschlüsse und Kooperationen zwischen Zivilgesellschaft, Politik, Verwaltung und Wirtschaft, die gezeigt werden und über die miteinander diskutiert werden können. Der Beteiligungskongress Baden-Württemberg findet als Online-Event am **7. Oktober 2021** statt. Bis dahin können Sie Ihre Projekte in die Projektdatenbank eintragen. Weitere Infos: <https://beteiligungskongress-bw.de/>

## Termine

### Sommerschließzeit der KISS Stuttgart

Für Ihre Planung: KISS Stuttgart ist **vom 16.08.2021 – 29.08.2021** geschlossen. In dieser Zeit bieten wir keine Beratung an und in den Räumen in der Tübinger Straße können sich keine Gruppen treffen. Ab **Montag, den 30.08.2021** gelten wieder die gewohnten Sprechzeiten und Trefftermine von Selbsthilfegruppen und selbstorganisierten Initiativen.

### KISS & Kleinkunst – PowerPoint Karaoke

PowerPoint Karaoke ist die aberwitzige Kreuzung aus seriösen Fachvorträgen und hemmungslosen Karaoke-Auftritten. Allerdings singen die Teilnehmenden nicht, sondern halten auf der Bühne nacheinander spontan ein Referat – zu einer ihnen gänzlich unbekanntem, aus den Tiefen des Internets gefischtem PowerPoint-Präsentation. Die Themenpalette kann von Atomphysik über orientalische Gewürzkunde bis hin zur Bastelanleitung für den selbstfahrenden Einkaufswagen reichen: alles ist möglich. Anschließend beantwortet der frischgebackene „Fachreferent“ noch Fragen zum Thema aus dem Publikum. Wer das alles am besten (= unterhaltsamsten) meistert, wird vom Publikum zum Sieger / zur Siegerin des Abends gekürt.

Hinweise zum Gesundheitsschutz: Die Veranstaltung findet nach den zum Veranstaltungstermin geltenden Hygieneschutzbestimmungen statt, über die wir einige Tage vor dem Termin informieren werden.

Moderation: Jan Siegert, Moderator Rosenau Poetry Slam.

Termin: **Freitag, 17.09.2021, 20:00 – ca. 22:00 Uhr**

Ort: **Kulturzentrum Merlin, Augustenstraße 72, 70178 Stuttgart.**

**Anmeldung** bei KISS Stuttgart per [Direktanmeldung](#) über unsere Homepage, unter Telefon 0711 6406117 oder E-Mail [info@kiss-stuttgart.de](mailto:info@kiss-stuttgart.de)

### Woche des bürgerschaftlichen Engagements

Es geht wieder los! Die 17. Woche des bürgerschaftlichen Engagements findet statt vom **10. - 19.09.2021**. Tragen Sie Ihre Aktion in den Engagementkalender der Kampagne »Engagement macht stark!« ein und machen Sie Ihr Engagement sichtbar: Organisieren Sie eine Aktion während der Engagementwoche, z.B. einen Tag der offenen Tür, eine Diskussionsveranstaltung, einen (Online-) Workshop, einen Ausflug, eine Sportveranstaltung oder einfach eine Einladung zum Kaffeetrinken. Auch digitale Formate sind willkommen. Ihrer Phantasie sind keine Grenzen gesetzt – jedes Engagement zählt. Weitere Infos auf [www.engagement-macht-stark.de](http://www.engagement-macht-stark.de)

## Sendetermine der Redaktion der Selbsthilfegruppen im Freien Radio für Stuttgart

Selbsthilfe auf Sendung! Die [Redaktion der Selbsthilfegruppen](#) im Freien Radio für Stuttgart sendet mehrmals pro Monat. Wer bei der Redaktion der Selbsthilfegruppen mitmachen möchte, kann sich melden über [selbsthilfe@freies-radio.de](mailto:selbsthilfe@freies-radio.de)

Das Freie Radio für Stuttgart ist zu empfangen auf 99,2 MHz über Antenne in Stuttgart und drum rum oder als Livestream übers Internet unter [www.freies-radio.de](http://www.freies-radio.de)

Die nächsten Sendetermine:

- **05.08.2021, 19:00 Uhr „WIR auf Sendung“**  
Thema der Sendung: 2015 nahmen mit der Flüchtlingskrise viele Initiativen der Flüchtlingsunterstützung ihren Anfang. Doch was hat sich in den 6 Jahren entwickelt? Was hat sich verändert oder ist gleich geblieben? Darüber spricht Janne Rauhut mit Arrival Aid.
- **02.09.2021, 19:00 Uhr „WIR auf Sendung“**  
„WIR auf Sendung“ ist eine Sendung der Redaktion für Selbsthilfegruppen im Freien Radio für Stuttgart, in der sich Selbsthilfegruppen und -initiativen vorstellen und verschiedene Themen rund um die Selbsthilfe in Interviews und Beiträgen bearbeitet werden.

Sendung verpasst? Dann jetzt als Podcast in gekürzter Fassung anhören unter [www.kiss-stuttgart.de/wiraufsendung](http://www.kiss-stuttgart.de/wiraufsendung)

## Aktionstage

12.08.2021 - Tag der Jugend  
 18.08.2021 - Welttag der Bürgerbeteiligung  
 19.08.2021 - Welttag der humanitären Hilfe  
 05.09.2021 - Kopfschmerztag  
 07.09.2021 - Internationaler Tag der sauberen Luft  
 08.09.2021 - Bundesweiter Aktionstag Pflegende Angehörige  
 09.09.2021 - Tag des alkoholgeschädigten Kindes  
 10.09.2021 - Welt-Suizid-Präventionstag  
 13.09.2021 - Welt-Sepsis-Tag  
 15.09.2021 - Internationaler Tag der Demokratie  
 15.09.2021 - Weltlymphomtag  
 15.09.2021 - Europäischer Prostata-Tag  
 20.09.2021 - Weltkindertag  
 21.09.2021 - Welt-Alzheimerstag  
 21.09.2021 - Weltfriedenstag  
 23.09.2021 - Internationaler Tag der Gebärdensprache  
 25.09.2021 - Tag der Zahngesundheit  
 25.09.2021 - Deutscher Lungentag  
 29.09.2021 - Weltherztag  
 29.09.2021 - Aktionstag gegen die Glücksspielsucht  
 30.09.2021 - Tag der Legasthenie und Dyskalkulie  
 01.10.2021 - Europäischer Tag der Depression  
 01.10.2021 - Internationaler Tag der älteren Menschen

04/21

# Newsletter



05.10.2021 - Tag der Epilepsie

06.10.2021 - Tag der gewaltfreien Kommunikation

---

## Impressum

Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen e. V.  
Tübinger Straße 15  
70178 Stuttgart  
Tel. 0711 6406117  
Fax 0711 6074561  
[info@kiss-stuttgart.de](mailto:info@kiss-stuttgart.de)  
[www.kiss-stuttgart.de](http://www.kiss-stuttgart.de)

Redaktion: Fabian Brüssow, Janne Rauhut, Jan Siegert, Beate Voigt, Hilde Rutsch

KISS Stuttgart wird gefördert durch die Landeshauptstadt Stuttgart, die gesetzlichen Krankenkassen und das Ministerium für Soziales und Integration Baden-Württemberg. KISS Stuttgart ist aktiv im Netzwerk *frEE* für freiwilliges Engagement, Ehrenamt und Selbsthilfe.

---

## Newsletter abonnieren

Sie können unseren Newsletter ganz einfach abonnieren, dann bleiben Sie immer auf dem Laufenden, was die Selbsthilfe in Stuttgart betrifft.

Melden Sie sich dazu einfach mit Ihrer E-Mailadresse an unter:

[www.kiss-stuttgart.de/downloads/newsletter](http://www.kiss-stuttgart.de/downloads/newsletter)