



Selbsthilfekontaktstelle  
KISS Stuttgart



Selbsthilfekontaktstelle  
KISS Stuttgart

Selbsthilfekontaktstelle KISS Stuttgart  
Tübinger Straße 15  
70178 Stuttgart  
Tel. 0711 640 61 17  
Fax 0711 607 45 61

[info@kiss-stuttgart.de](mailto:info@kiss-stuttgart.de)  
[www.kiss-stuttgart.de](http://www.kiss-stuttgart.de)

# Jahresprogramm 2017

Veranstaltungen, Angebote, Themenliste

Gestaltung: [www.projektgruppe.de](http://www.projektgruppe.de)

KISS Stuttgart ist aktiv im Netzwerk für freiwilliges Engagement, Ehrenamt und Selbsthilfe.

KISS Stuttgart wird gefördert durch die Landeshauptstadt Stuttgart – Sozialamt, die gesetzlichen Krankenkassen und das Land Baden-Württemberg.

# 2017



## Inhaltsverzeichnis

<b>Seite</b>	<b>3</b>	Liebe Leserinnen und Leser
	<b>4</b>	Was sind Selbsthilfegruppen?
	<b>5</b>	Was bietet KISS Stuttgart?

### 5–9 Für alle Interessierten

- 6 - Selbsthilfe auf den Weg bringen – In-Gang-Setzer
- 8 - Räume für Selbsthilfegruppen und für Profis
- 9 - Vorträge, Literatur

### 10–19 Für Selbsthilfegruppen

- 10 - Angebote auf Anfrage
- 12 - Veranstaltungen für Menschen in Selbsthilfegruppen

### 20–23 Für Fachleute

- 20 - Angebote auf Anfrage
- 22 - Veranstaltungen für Fachleute

- 24 Themenliste
- 29 Terminübersicht
- 30 Information und Anmeldung
- 32 Beitrittsformular

## Liebe Leserinnen und Leser,

auch in diesem Jahr haben wir wieder ein abwechslungsreiches Programm mit vielfältigen Veranstaltungen für alle interessierten Mitglieder von Selbsthilfegruppen und Initiativen, sowie für Fachleute zusammengestellt. Die Teilnahme an allen Angeboten ist kostenfrei.

Qualifizierung, Stärkung der fachlichen und persönlichen Kompetenzen sowie Reflexion und Austausch stehen bei den Angeboten für Selbsthilfegruppen im Mittelpunkt.

Für Fachleute, die sich gerne über unsere Arbeit informieren möchten, gestalten wir gemeinsam mit Mitgliedern von Selbsthilfegruppen Informationsveranstaltungen.

Bei Veranstaltungen, die mit dem Symbol „Hände“ gekennzeichnet sind, bieten wir an, die Übersetzung in Gebärdensprache zu organisieren. Zur besseren Orientierung helfen farbig unterlegte Seitenzahlen.

Wir wünschen Ihnen gute Begegnungen und hilfreiche Anregungen bei unseren Veranstaltungen!

Das Team der KISS Stuttgart

Dieses Programm wird finanziell unterstützt durch die AOK Baden-Württemberg.



## Was sind Selbsthilfegruppen?

**In Selbsthilfegruppen finden sich Menschen zusammen, die ein gemeinsames Thema verbindet:**

Sie leiden unter der gleichen Krankheit, leben mit der gleichen Behinderung (z. B. Krebs, Alkoholsucht, Diabetes), befinden sich in der gleichen seelischen oder sozialen Konfliktsituation (z. B. Trennung, Erkrankung eines Angehörigen, Arbeitslosigkeit, Migration) oder fühlen sich beeinträchtigt von einer bestimmten Gegebenheit in ihrem Umfeld (z. B. Verkehr, Luft, Kinderbetreuungssituation).

In einer Selbsthilfegruppe suchen sie nach Wegen und Möglichkeiten für mehr Lebensqualität.

Die Gruppenmitglieder kommen aus freier Entscheidung zusammen, sie entscheiden gemeinsam, was für sie hilfreich ist, sie organisieren ihre regelmäßigen Treffen eigenverantwortlich.

## Was bietet KISS Stuttgart?

### Für alle Interessierten

**Die Angebote der Selbsthilfekontaktstelle KISS Stuttgart richten sich an alle Menschen, die an Selbsthilfe in Gruppen interessiert sind.**

- Wenn Sie für sich selbst, für Angehörige oder für Ihre PatientInnen und KlientInnen eine Selbsthilfegruppe suchen, können Sie sich während der Sprechzeiten (telefonisch oder persönlich) oder schriftlich (per Post oder per E-Mail) an KISS Stuttgart wenden und erfahren, welche Selbsthilfegruppen es in Stuttgart gibt und wie Sie Kontakt aufnehmen können.
- KISS Stuttgart unterstützt Sie dabei herauszufinden, ob eine Selbsthilfegruppe für Sie hilfreich sein kann.
- Sollte es die gesuchte Selbsthilfegruppe in Stuttgart nicht geben, versucht KISS Stuttgart Kontakte zwischen einzelnen Betroffenen zu ermöglichen.
- KISS Stuttgart führt Interessiertenlisten zur Gründung von Selbsthilfegruppen.
- Wenn Sie eine Selbsthilfegruppe gründen möchten, unterstützt Sie KISS Stuttgart bei der Planung, bei der Raumsuche, bei der Öffentlichkeitsarbeit und bei den ersten Treffen.

**Bestehende Selbsthilfegruppen können bei KISS Stuttgart Informationen und Unterstützung für ihre Arbeit bekommen (siehe Seite 10/11). Angebote speziell für Fachleute finden Sie ab Seite 20.**

## Selbsthilfe auf den Weg bringen – In-Gang-Setzer

### ein Unterstützungsangebot bei der Gründung einer Selbsthilfegruppe

Sie möchten eine Selbsthilfegruppe gründen. Mit Unterstützung der KISS Stuttgart finden Sie Gleichbetroffene und einen Raum für Ihre Treffen. Dann beginnt die spannende Phase der Gruppengründung. Sie ist mit vielen positiven Erwartungen verbunden – aber auch von Unsicherheiten begleitet. Das ist ganz normal, denn auch eine Selbsthilfegruppe braucht Zeit, damit das Zusammengehörigkeitsgefühl und das Miteinander wachsen können.

### In-Gang-Setzer begleiten neue Gruppen.

Für den Start neuer Gruppen bietet die KISS Stuttgart mit den In-Gang-Setzern eine (kostenfreie) unterstützende Begleitung an.

In-Gang-Setzer sind freiwillig Engagierte, die von der Selbsthilfekontaktstelle für diese Aufgabe ausgewählt und geschult wurden. Sie haben Erfahrung im Selbsthilfebereich bzw. in der Gruppenarbeit und werden während ihres Engagements von der KISS Stuttgart unterstützt und begleitet.

### In-Gang-Setzer geben Impulse.

In-Gang-Setzer sind auf Wunsch bei den ersten Gruppentreffen dabei. Sie geben Impulse für das gegenseitige Kennenlernen und Anregungen für ein gutes Miteinander in der Gruppe.

### In-Gang-Setzer regen das Gespräch an.

Bei Bedarf achten sie darauf, dass das Gruppengespräch einen roten Faden hat und das gemeinsame Thema im Mittelpunkt steht. In-Gang-Setzer beteiligen sich nicht am Gruppenthema. Das ist allein Sache der Gruppe. Und sie halten sich zurück, wenn das Gruppengespräch in Gang gekommen ist.

### In-Gang-Setzer geben Starthilfe.

Sobald die Mitglieder miteinander vertraut sind, verabschieden sich die In-Gang-Setzer aus der Gruppe. Die neue Selbsthilfegruppe steht und läuft nun auf eigenen Beinen!

## Räume

Bei KISS Stuttgart gibt es vier schöne, rauchfreie Gruppenräume. Diese sind mit Linoleum ausgelegt und mit vielen Stühlen und einigen transportablen Tischen ausgestattet.

Nach Absprache stehen ein Beamer, ein Laptop, ein DVD-Player, ein Videogerät, ein Overhead-Projektor, ein Kassetten/CD-Abspielgerät, eine transportable Induktionsanlage und ein Flipchart zur Verfügung.

Die Räume sind rollstuhlgerecht ausgestattet (Aufzug: 80 cm Türbreite, 154 cm Tiefe; Toilette: Raumtiefe vor Waschbecken und WC 80 cm).

### - für Selbsthilfegruppen

Der Mietpreis für Selbsthilfegruppen beträgt 3,25 Euro pro Stunde unabhängig von der Raumgröße.

Die Gruppenräume können wochentags bis 21:45 Uhr und samstags bis 18:00 Uhr genutzt werden. Für abendliche Gruppentreffen vergeben wir die Räume in der Regel von 17:30 Uhr bis 19:30 Uhr oder von 19:30 Uhr bis 21:30 Uhr bzw. von 19:45 Uhr bis 21:45 Uhr.

KISS Stuttgart hat darüber hinaus Informationen über Gruppenräume anderer AnbieterInnen im Stadtgebiet.

### - für Profis

In den Zeiten, in denen die Räume nicht von Selbsthilfegruppen genutzt werden (tagsüber bis 17:00 Uhr und Samstag vormittags), können diese stundenweise gebucht werden. Der Mietpreis beträgt 10 Euro pro Stunde oder 55 Euro pro Tag (ab 6 Stunden).

**Fragen Sie uns nach freien Terminen per E-Mail an [raeume@kiss-stuttgart.de](mailto:raeume@kiss-stuttgart.de) oder telefonisch!**

## Vorträge

Auf Anfrage kommen wir gerne zu Vorträgen und Informationsveranstaltungen in Ihre Einrichtung, zu Ihrer Arbeitsgruppe.

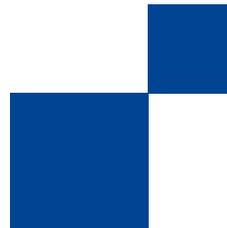
Wir referieren über:

- Arbeitsweisen von Selbsthilfegruppen
- Selbsthilfegruppen in Stuttgart
- Möglichkeiten und Grenzen von Selbsthilfegruppen
- Die Selbsthilfekontaktstelle KISS Stuttgart
- Unterstützung von Selbsthilfegruppen

## Literatur zu Selbsthilfe in Gruppen

Bei KISS Stuttgart gibt es eine kleine Bücherei mit Literatur zum Thema Selbsthilfegruppen sowie Arbeitshilfen für Gruppen. Die Bücher können bei KISS Stuttgart während der Sprechzeiten eingesehen und ausgeliehen werden.

Bitte wenden Sie sich während der Sprechzeiten an eine(n) MitarbeiterIn.



# Angebote für bestehende Selbsthilfegruppen

## Sie wollen miteinander weiterkommen?

**Gemeinsam dazulernen?  
Ein bestimmtes Gruppenvorhaben verwirklichen?**

Auf Anfrage bietet KISS Stuttgart maßgeschneiderte Angebote für Ihre Gruppen an.

**Für Stuttgarter Selbsthilfegruppen sind diese Angebote kostenfrei.**

## Ihre Gruppe will die gemeinsame Arbeit verbessern?

**Dazulernen?  
Antworten auf aufgetretene Fragen finden?  
Hierzu bieten wir Ihnen gezielte Veranstaltungen an:**

- Handwerkszeug für die Gruppenarbeit
- Wie treffen wir Entscheidungen in unserer Gruppe?
- Neue in der Gruppe
- Wie können wir besser und wirkungsvoller arbeiten?

## Sie haben Fragen zu Vorhaben Ihrer Gruppe?

- zur Öffentlichkeitsarbeit
- zum Erstellen eines Informationsblattes
- zum Beantragen von Fördermitteln
- zur Planung /Durchführung einer Veranstaltung
- zum Austausch mit anderen Gruppen
- zur Zusammenarbeit mit Fachleuten
- zur Zusammenarbeit mit Krankenhäusern

## In Ihrer Gruppe läuft nicht alles wie gewünscht?

**Langeweile? Chaos? Streitigkeiten?  
Keine Ahnung, wie's weitergehen soll?**

Vereinbaren Sie mit uns einen Termin! Eine Mitarbeiterin der KISS Stuttgart kommt in Ihre Gruppe und unterstützt Sie dabei herauszufinden, wie Sie gemeinsam Veränderungen herbeiführen können.

## Fragen Sie uns!

Gruppenarbeit, Vernetzung und Öffentlichkeitsarbeit:  
Beate Voigt, Selbsthilfeunterstützerin  
Förderung von Gruppen:  
Hilde Rutsch, geschäftsführende Vorständin

# Veranstaltungen für Menschen in Selbsthilfegruppen

## Sie sind Mitglied einer Selbsthilfegruppe und wollen dazu beitragen, die gemeinsame Arbeit zu verbessern?

### Sie möchten Neues anregen? Mit sich selbst als Mitglied der Gruppe neue Erfahrungen machen?

Unsere folgenden Angebote können Sie dabei unterstützen. Hier können Sie gemeinsam mit Mitgliedern aus anderen Selbsthilfegruppen unter fachlicher Anleitung Erfahrungen austauschen, Vorstellungen entwickeln, Neues lernen und ausprobieren.

### Die Angebote sind kostenfrei.

Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, in welcher Selbsthilfegruppe Sie aktiv sind. Bei den entsprechend gekennzeichneten Veranstaltungen bieten wir an, die Übersetzung in Gebärdensprache auf unsere Kosten zu organisieren.

## Pressearbeit – der Weg in die Medien

### Referentin:

Iris Enchelmaier,  
Journalistin, Autorin,  
Diplom-Sozialpädagogin

### Termin:

Samstag, 28. Januar  
9:30 – 16:30 Uhr

### Ort:

KISS Stuttgart  
Tübinger Straße 15  
70178 Stuttgart

### Teilnehmende:

8 – 12 Menschen aus  
Selbsthilfegruppen

### Anmeldung:

bis 13.01.2017  
bei KISS Stuttgart

### Werkstattangebot:

Präsenz in den Medien steigert den Bekanntheitsgrad und bietet die Möglichkeit, Ihre Themen und Anliegen einer breiten Öffentlichkeit nahezubringen. Doch täglich landen Dutzende Pressemitteilungen auf den Schreibtischen der Redaktionen und fast ebenso viele enden im Papierkorb. Wenn Sie wissen, wie Sie diese erste Hürde nehmen, und wenn Sie die Regeln einer guten Pressearbeit kennen und anwenden, haben Sie die besten Voraussetzungen, um den Weg in die Medien zu schaffen.

In diesem Seminar erfahren Sie, wie JournalistInnen arbeiten und erlernen durch praktische Übungen (zum Teil anhand konkreter Beispiele der Teilnehmenden) die Grundlagen professioneller Pressearbeit:

### Presseverteiler:

- Aufbau, Gestaltung und Pflege des Presseverteilers
- Kontaktpflege mit Redakteurinnen und Redakteuren

### Nachrichtenfaktoren:

- Was Redakteurinnen und Redakteure interessiert
- Wie Nachrichtenfaktoren genutzt werden

### Pressemitteilung:

- Funktion, Aufbau, Länge, Form der Pressemitteilung
- Die W-Fragen (Wer? Was? Wann? Wo? Wie? Warum?)
- Journalistisches Schreiben

## Förderung durch die gesetzlichen Krankenkassen

### Referentin:

Hilde Rutsch,  
KISS Stuttgart

### Informationsveranstaltung für Selbsthilfegruppen aus dem gesundheitlichen Bereich:

### Termin:

Donnerstag, 16. Februar  
18:30 – 20:30 Uhr

Gesundheitsbezogene Selbsthilfegruppen können zum 31.03. Förderanträge an die kassenartenübergreifende Gemeinschaftsförderung der gesetzlichen Krankenkassen stellen.

### Ort:

AWO Begegnungsstätte  
Ostendstraße 83  
70188 Stuttgart

In dieser Veranstaltung erfahren Sie, welche Voraussetzungen für eine Antragstellung erfüllt sein müssen, was durch die Krankenkassen gefördert wird, wie die Umsetzung der Förderung in Stuttgart aussieht, was unter Projektförderung zu verstehen ist und wo Anträge gestellt werden können.

### Anmeldung:

bis 09.02.2017  
bei KISS Stuttgart

Außerdem gibt es konkrete Unterstützung beim Ausfüllen der Anträge und Antworten auf Ihre Fragen.



Wenn Sie gehörlos sind, melden Sie sich bitte spätestens 6 Wochen vor dem Termin an, damit wir die Übersetzung in Gebärdensprache organisieren können.

## Rechte und Pflichten in der Selbsthilfe

### Referentin:

Renate Mitleger-Lehner,  
Rechtsanwältin und  
Autorin des Ratgebers  
„Recht für Selbsthilfegruppen“

### Werkstattangebot:

**Der erste Teil** des Vortrages beschäftigt sich mit der Frage, wie das Gebilde „Selbsthilfegruppe“ rechtlich einzuordnen ist.

### Termin:

Samstag, 25. März  
10:00 – 15:30 Uhr

Was ist zu beachten, wenn die Gruppe einen **Vertrag** abschließt, **Verpflichtungen** einght? Wer **vertritt die Gruppe nach außen**: Letztlich: wie ist ihre Stellung im Rechtsverkehr?

### Ort:

Selbsthilfekontaktstelle  
KISS Stuttgart  
Tübinger Straße 15  
70178 Stuttgart

**Der zweite Teil** der Veranstaltung beschäftigt sich mit Kernpunkten der Gruppenarbeit:

### Teilnehmende:

10 – 20 Menschen aus  
Selbsthilfegruppen

■ **Beratungstätigkeit:** Dürfen Gruppen ÄrztInnen oder pharmazeutische Erzeugnisse empfehlen oder vor ihnen warnen?

### Anmeldung:

bis 06.03.2017  
bei KISS Stuttgart

■ **Verschwiegenheit:** Wie können TeilnehmerInnen wirksam darauf verpflichtet werden, wie kann sich die Gruppe bei einem Verstoß wehren?

■ **Unterlassene Hilfeleistung:** Muss gehandelt werden, wenn ein Gruppenmitglied selbstgefährdet ist?

■ **Zeugnisverweigerungsrecht:** Polizei oder Staatsanwaltschaft ermitteln wegen eines Alkohol- oder Drogendelikts: Müssen TeilnehmerInnen oder GruppensprecherInnen Auskunft erteilen?



Wenn Sie gehörlos sind, melden Sie sich bitte spätestens 6 Wochen vor dem Termin an, damit wir die Übersetzung in Gebärdensprache organisieren können.

## Beratung am Telefon

### Moderatorinnen:

Hilde Rutsch,  
Beate Voigt,  
Selbsthilfeunter-  
stützerinnen  
KISS Stuttgart

### Termin:

Donnerstag, 18. Mai  
18:30 – 21:00 Uhr

### Ort:

KISS Stuttgart  
Tübinger Straße 15  
70178 Stuttgart

### Teilnehmende:

8 – 12 Menschen aus  
Selbsthilfegruppen

### Anmeldung:

bis 10.05.2017  
bei KISS Stuttgart

### Austauschtreffen:

Der erste Kontakt zu einer Selbsthilfe-  
gruppe findet oft am Telefon statt.  
Das Ziel sollte sein freundlich den Weg  
in die Gruppe zu ebnen. Worauf ist zu  
achten? Wie baue ich ein Gespräch  
auf? Wo sind die Grenzen der telefoni-  
schen Beratung? Wie kann man in  
einer Gruppe dafür sorgen, dass sich  
mehrere Mitglieder in der Lage sehen,  
diese Aufgabe zu übernehmen?

An diesem moderierten Abend möchten  
wir Selbsthilfe-Aktiven die Möglichkeit  
geben, sich auszutauschen und gegen-  
seitig Tipps im Umgang mit diesem  
Thema zu geben.

## Grenzen setzen

### Referent:

Götz Liefert,  
Diplompädagoge,  
Supervisor

### Termin:

Samstag, 22. Juli  
10:00 – 16:30 Uhr

### Ort:

KISS Stuttgart  
Tübinger Straße 15  
70178 Stuttgart

### Teilnehmende:

8 – 16 Menschen aus  
Selbsthilfegruppen

### Anmeldung:

bis 04.07.2017  
bei KISS Stuttgart

### Werkstattangebot:

Mitglieder aus Selbsthilfegruppen, die  
sich besonders aktiv für die Belange  
ihrer Gruppe einsetzen, stehen häufig  
in der Gefahr, zuviel Verantwortung  
zu übernehmen und damit über ihre  
eigenen Grenzen zu gehen.

In diesem Seminar werden wir uns  
deshalb umfassend mit dem Thema  
angemessener Grenzsetzungen be-  
schäftigen. Folgende Themen und  
Fragen werden uns dabei besonders  
beschäftigen:

- **Grenzen erkennen:** Woran erkenne ich,  
dass ich an meiner Grenze bin? Was  
tue ich, wenn meine Grenzen über-  
schritten werden?
- **Grenzen zeigen:** Wie teile ich anderen  
mit, dass meine Grenzen überschritten  
worden sind?
- **Grenzüberschreitungen vermeiden  
und Verantwortung abgeben:**  
Wie kann ich zukünftig dafür sorgen,  
dass meine Grenzen gewahrt bleiben?  
Was an Verantwortung möchte ich  
abgeben? Für welche Aufgaben möchte  
ich andere Mitglieder gewinnen?

Das Seminar setzt an den konkreten  
Erfahrungen und Fallbeispielen der  
TeilnehmerInnen an. Mit Hilfe kreativer  
Übungen und Rollenspielen werden wir  
auf sehr anschauliche Weise Zugang  
zum Thema finden und individuell  
angemessene Lösungen für passende  
Grenzsetzungen finden.

## Singen – ein Weg zur Lebensfreude und zu uns selbst

### Referentinnen:

Martina Mackamul und Katrin Zojer, zertifizierte Sing-leiterinnen der Akademie Singen und Gesundheit

### Termin:

Samstag, 16. September  
11:00 – 15:00 Uhr

### Ort:

AWO Begegnungsstätte  
Ostendstraße 83  
70188 Stuttgart

### Teilnehmende:

15 – 35 Menschen aus  
Selbsthilfegruppen

### Anmeldung:

bis 31.08.2017  
bei KISS Stuttgart

Singen ist ein wunderbares Lebenselixier, das uns helfen kann, wieder in Kontakt mit unserer Lebensfreude und Kraft zu kommen.

Dieses Angebot richtet sich auch an „Sing-Amateure“, denn Singen ist etwas, das jedem Menschen offen steht. Unser Motto: „Es gibt keine Fehler, nur Variationen!“

Wir singen zusammen ermutigende Lieder aus verschiedenen Weltkulturen – ganz ohne Noten, jenseits von Leistung, einfach und freudig. Mal melodisch beschwingt und tanzend, mal meditativ.

An diesem Tag sind alle willkommen, die eintauchen möchten in herzerfrischenden Gesang, heilsamen Klang, achtsame Begegnung, Entspannung, Regeneration und Stille.

## Austauschtreffen der Stuttgarter Selbsthilfegruppen

### ReferentInnen:

Andreas Wulf,  
Kommunikationstrainer,  
Bildungsreferent;  
Mitarbeiterinnen der  
KISS Stuttgart

### Termin:

Samstag, 21. Oktober  
10:30 – 15:30 Uhr

### Ort:

Bürgerzentrum West  
Bebelstraße 22  
70193 Stuttgart

### Teilnahme:

Die Teilnahme und ein kalter Mittagsimbiss sind kostenfrei.

### Anmeldung:

bis 03.10.2017  
bei KISS Stuttgart

### Impulsreferat: Wer lacht, hält durch! Die sieben Wirkungen des Humors

Zum Austauschtreffen sind Mitglieder aus allen Stuttgarter Selbsthilfegruppen und Initiativen herzlich eingeladen. Es bietet die Möglichkeit, andere Engagierte kennenzulernen, mit Ihnen ins Gespräch zu kommen, Ideen und Erfahrungen auszutauschen, sich gegenseitig zu inspirieren.

Die Autorin Mary Poole sagt es in aller Knappheit: „Lachen wappnet fürs Leben.“ Ein Lachen schenkt uns Freiheit für einen Augenblick, und das Lachen gönnt uns sogar einen kleinen Sieg.

Am Vormittag erfahren wir von Andreas Wulf, was das Wesen des Humors ausmacht, und die Unterschiede zwischen Witz, Spaß, Ironie und Clownerie. Was das Eigene des „großen“ Humors ist. Dieser Humor ist eine Frucht menschlicher Reife und Versöhnung, mit sich selbst und dem Leben, trotz allen Elends, trotz aller Enttäuschungen und Beschränktheiten. Humor ist also nicht nur eine kostbare Begabung, sondern auch das Ergebnis unserer Selbsterziehung. Humor „hat“ man nicht allein, man kann ihn auch „entwickeln“. Somit entscheide ich, ob ich etwas humorvoll oder humorlos sehe, auffasse, mache und erlebe. In diesem Vortrage lernen Sie auch die 7 Wirkungen des Humors kennen, die uns zu einem besseren Gleichgewicht verhelfen.

Am Nachmittag besteht die Möglichkeit, Fragen aus Ihrer Gruppenarbeit zu stellen, zu denen Sie von den Erfahrungen anderer profitieren möchten. Diese Themen werden in Kleingruppen vertieft.

## Angebote für Fachleute

Mit diesen Angeboten wenden wir uns an Menschen, die in ihrer Arbeit mit Selbsthilfegruppen zu tun haben, an Fachleute, die mit mehr Wissen über Selbsthilfegruppen ihre Arbeit ergänzen möchten, an mögliche Multiplikatorinnen und Multiplikatoren für die Idee der kollektiven Selbsthilfe.

Soziale und gesundheitliche Selbsthilfegruppen haben sich in Deutschland zu einer eigenständigen Unterstützungsstruktur entwickelt.

Die Wirksamkeit für ihre Mitglieder ist unumstritten, u. a. sind dies Hilfe zur Selbsthilfe, Zuwachs an sozialer Kompetenz, Aufhebung der Isolation, Zuwachs an Information und Wissen über die eigene Situation und über Bewältigungsstrategien – kurz gesagt, tragen Selbsthilfegruppen zu mehr Lebensqualität für ihre Mitglieder bei.

## Wir unterstützen Sie

Die Art und Weise, wie Selbsthilfegruppen entstehen, ist unterschiedlich. Auch auf welchen Wegen Menschen Kontakt zu Selbsthilfegruppen finden, ist sehr verschieden und manchmal auch zufällig. Die Möglichkeit dieser Zufälle möchten wir gerne mit Ihnen zusammen erhöhen.

Während der Sprechzeiten oder nach Vereinbarung unterstützen wir Sie gerne bei Ihrer Überlegung, ob die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe ein sinnvolles Angebot sein kann für Menschen, die bei Ihnen Rat suchen oder in Behandlung sind. Wir können Sie darüber hinaus bei Fragen der Anregung oder Unterstützung von Selbsthilfegruppen und der Kooperation mit Selbsthilfegruppen beraten.

## Workshops

Auf Anfrage bieten wir Workshops und Informationsveranstaltungen an – auch als Inhouse-Veranstaltung:

- Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen im jeweiligen Arbeitsbereich
- Kooperation mit Selbsthilfegruppen
- Information über Arbeits- und Wirkungsweisen von Selbsthilfegruppen, Selbsthilfegruppen in Stuttgart, Angebote und Arbeitsweise der Selbsthilfekontaktstelle KISS Stuttgart

Die Angebote sind für Stuttgarter Einrichtungen kostenfrei.

# Veranstaltungen für Fachleute

## Selbsthilfegruppen – für mehr Lebensqualität

### ReferentInnen:

Jan Siegert,  
KISS Stuttgart;  
Mitglieder von  
Selbsthilfegruppen

### Termin:

Freitag, 29. September  
11:00 – 12:30 Uhr

### Ort:

KISS Stuttgart  
Tübinger Straße 15  
70178 Stuttgart

### Teilnehmende:

4 – 12 MitarbeiterInnen  
aus dem Gesundheits-  
und Sozialbereich

### Anmeldung:

bis 22.09.2017  
bei KISS Stuttgart

### Informationsveranstaltung für Fachleute aus dem Gesundheits- und Sozialbereich:

Die Chance, durch den Besuch einer Selbsthilfegruppe mehr Lebensqualität zu gewinnen, könnte von noch viel mehr Menschen genutzt werden. Wir bieten Menschen aus dem Gesundheits- und Sozialbereich an, Ihr Wissen über Selbsthilfegruppen und deren Wirkung zu erweitern, damit sie in ihrem Arbeitsbereich fundiert zu gemeinschaftlicher Selbsthilfe (be)raten können.

Ergänzend zur fachlichen Sicht berichten Gruppenmitglieder ganz konkret über ihre Erfahrungen.

## Selbsthilfegruppen – Unterstützung für PatientInnen und Entlastung für die Praxis

### ReferentInnen:

Daniela Fuchs,  
KOSA Kassenärztliche  
Vereinigung Baden-  
Württemberg;  
Jan Siegert,  
Selbsthilfekontaktstelle  
KISS Stuttgart;  
Mitglieder von  
Selbsthilfegruppen

### Termin:

Mittwoch, 25. Oktober  
14:30 – 17:30 Uhr

### Ort:

KISS Stuttgart  
Tübinger Straße 15  
70178 Stuttgart

### Teilnehmende:

8 – 20 Praxis-  
mitarbeiterInnen

### Anmeldung:

bis 15.10.2017  
bei KISS Stuttgart

### Fachtag:

Medizinische Fachangestellte sind die Visitenkarte jeder Arztpraxis. Sie entscheiden wesentlich mit, ob sich PatientInnen in der Praxis gut aufgehoben fühlen.

In Kooperation mit der Kassenärztlichen Vereinigung Baden-Württemberg bietet KISS Stuttgart dieses Seminar an, um medizinische Fachangestellte im Umgang und in der Zusammenarbeit mit Selbsthilfegruppen bedarfsgerecht zu unterstützen. Das Seminar vermittelt einen Überblick über das Spektrum von Hilfsangeboten.

Sie erhalten Information über Selbsthilfegruppen und Orientierung bei der Suche nach geeigneten Gruppen. So können Sie im Hinblick auf die eigenen Praxissschwerpunkte die wichtigsten Angebote und AnsprechpartnerInnen vor Ort zusammenstellen. Auf dieser Basis können Sie ohne großen Aufwand Ihren PatientInnen gezielt Hilfen an die Hand geben. Ziel dieses Seminars ist es, eine medizinische Fachangestellte in der Arztpraxis als zentrale AnsprechpartnerIn für Selbsthilfegruppen zu qualifizieren. Diese Strukturveränderung setzt Ressourcen im Praxisablauf frei, trägt zur Patientenbindung bei und führt zur Entlastung des Arztes/der Ärztin. Eine Teilnahme am Seminar sollte in Abstimmung mit der Praxisleitung erfolgen.

# Themenliste

**Zu den folgenden Themen bestehen Selbsthilfegruppen in Stuttgart. Bei KISS Stuttgart erhalten Sie nähere Informationen dazu – auch wie Sie Kontakt aufnehmen können.**

Selbst wenn Sie Ihr Stichwort in der Liste nicht finden, kann sich ein Anruf lohnen. Vielleicht ist inzwischen eine neue Selbsthilfegruppe entstanden, vielleicht gibt es eine Gründungsinitiative, eine Kontaktsuche oder eine Interessiertenliste. KISS Stuttgart kann Ihnen auch Kontakt zu bundesweit arbeitenden Selbsthilfeorganisationen vermitteln.

Eine aktualisierte Themenliste finden Sie auf der Internetseite [www.kiss-stuttgart.de](http://www.kiss-stuttgart.de) oder können Sie bei KISS Stuttgart anfordern.

**A** Absolute Beginner  
Adipositas  
ADS, ADHS  
Afrika  
AIDS  
Akustikus Neurinom  
Albinismus  
Alkoholabhängigkeit  
alleinerziehende Mütter und Väter  
Alleinlebende  
Allergie  
Alopecia areata  
Alzheimer Krankheit  
Amputation  
Angehörige von AlkoholikerInnen  
Angehörige von Depressionskranken  
Angehörige von Drogenabhängigen  
Angehörige von Glücksspielabhängigen  
Angehörige von HIV-Positiven  
Angehörige von Krebskranken  
Angehörige von psychisch Kranken  
Angehörige von Suchtkranken  
Angst  
Aphasie  
Arbeiterkind  
Arbeitslosigkeit  
Arbeitssucht  
Arthrogryposis  
Arthrose  
Atemwegserkrankungen  
Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom  
Autismus

**B** Barrierefreiheit  
Bauchspeicheldrüsenkranke  
behinderte Menschen  
berufstätige Mütter  
Beziehungssucht  
Bildung  
bipolare Störung  
Bi-Sexualität  
Blindheit  
Blutkrankheiten  
Borderline  
Brandverletzte  
Burn-out

**C** Chemikaliengeschädigte  
Chorea Huntington  
Chronisches Erschöpfungssyndrom (CFS)  
Chronische Schmerzen  
Co-Abhängigkeit  
Cochlear-Implantat  
Colitis ulcerosa  
Computergruppe für SeniorInnen  
Contergan-Geschädigte

**D** Darmerkrankungen  
DefipatientInnen  
Demenzkrankungen  
Depressionen  
Down-Syndrom  
Drogenabhängigkeit  
Dyskalkulie  
Dystonie

**E** ehemalige Kriegsgefangene  
ehemalige PatientInnen der Stillachhausklinik Oberstdorf  
Ektodermale Dysplasie  
Eltern behinderter Kinder  
Eltern diabeteskranker Kinder  
Eltern, die ein Kind durch Tod verloren haben  
Eltern herzkranker Kinder  
Eltern hörgeschädigter Kinder  
Eltern homosexueller Kinder  
Eltern-Kind-Entfremdung  
Eltern neurologisch erkrankter Kinder  
Eltern rheumakranker Kinder  
Eltern, verlassene oder verstoßene  
Eltern von Drogenabhängigen  
Epilepsie  
Erektile Dysfunktion  
Erektionsstörungen  
erwachsene Kinder von AlkoholikerInnen  
Erwerbslosigkeit  
Essstörungen

**F** Fahrradclub  
Familienarbeit  
faziale Fehlbildungen  
Fehlgeburt  
Fibromyalgie  
Frauengruppen  
Frauen bi- oder homosexueller Männer  
Freizeitgestaltung  
Frühgeborene Kinder

**G** Gaumen-, Lippen-, Kieferfehlbildung  
Gedankenaustausch  
Gehörlose  
geistig behinderte Menschen  
gemeinschaftliches Wohnen  
generationsübergreifendes Wohnen  
Geomantie  
Glaukom

**H** Hämochromatose  
Hämophilie  
Hartz IV  
Hereditäre spastische Spinalparalyse (HSP)  
Heredo Ataxie  
Herzkrankte  
Hirnschäden  
Histaminintoleranz  
HIV  
Hochbegabung  
Hochsensibilität  
Hörgeschädigte  
Homosexualität  
humanes Sterben  
Hydrocephalus  
Hypophysen- und Nebennierenerkrankungen

**I** ileoanaler Pouch  
Inkontinenz  
integratives Planen und Bauen  
Interessenbörse  
Intersexualität  
Inzestüberlebende

**J** Jugendliche und Erwachsene mit angeborenem Herzfehler  
Junge/aktive AphasikerInnen  
Junge Bechterewler  
Junge Depressionsbetroffene  
Junge Erwachsene mit psychischen Erkrankungen  
Junge Erwachsene mit Epilepsie  
Junge Generation Blind- und Sehbehinderte  
Junge RheumatikerInnen  
Junge StomaträgerInnen

**K** Kaiserschnitt  
Kehlkopfloose  
Kieferfehlbildung  
Kinderlosigkeit  
Kinderwunsch  
Kleinwuchs  
körperbehinderte Menschen  
Kollagenosen  
Krebs  
Kriegsenkel  
Kultur für Menschen mit Demenz  
Kuscheln

**L** Lernbehinderung  
Lesben  
Leihomas / Leihopas  
Leukämie  
Liebessucht  
Lipödem  
Lupus Erythematoses  
Lungenkrankheiten  
Lymphom

**M** Männergruppen  
Makuladegeneration  
Marfan-Syndrom  
Medikamentenabhängigkeit  
Messies  
Migräne  
Migration  
Missbrauch  
Mobbing  
Morbus Addison  
Morbus Bechterew  
Morbus Boeck  
Morbus Crohn  
Morbus Menière  
Morbus Recklinghausen  
Morbus Sudeck (CRPS)  
Mukoviszidose  
Multiple Sklerose  
Muskelerkrankungen  
Myasthenie

**N** Narkolepsie  
Naturheilmethoden  
Neonatologie  
Netzhautdegeneration  
Neurofibromatose  
neurologisch Erkrankte  
Nierenerkrankungen

**O** Ohne-Zins-Bewegung  
Opfer von Kriegsverbrechen  
Opfer von Kriminalität  
Osteoporose

**P** Parkinson  
Pazifismus  
Persönlichkeitsstörung  
Pflegeeltern  
Phenylketonurie (PKU)  
Plasmozytom  
Poliomyelitis  
Polyneuropathie  
Prostatakrebs  
Psychiatrieerfahrene  
psychische Erkrankungen  
Psychose

**Q** Querschnittgelähmte

**R** Reflux  
Reizdarm  
Repair-Café  
Restless-legs-Syndrom  
Retinitis pigmentosa  
Rheuma

**S** Säuglingstod  
Sarkoidose  
Sauerstoff-Langzeit-Therapie  
Schädel-Hirn-Verletzte  
Scheidung  
Schilddrüsenerkrankungen  
schizoide Persönlichkeits-  
störung  
Schlafapnoe  
Schlaferkrankungen  
Schlafstörungen  
Schlaganfall  
Schulden  
Schuppenflechte  
Schwerhörige  
Schwule  
Sehbehinderte  
Selbstsicherheit  
SeniorInnen  
Sexsucht  
sexualisierte Gewalt  
Sinnsuche  
Sjörgen-Syndrom  
Skin-Picking  
Sklerodermie  
Sorgerecht  
Sozialphobie  
Speiseröhrenfehlbildung  
Spielsucht  
Spina bifida  
Stadtteilinitiativen  
Stillgruppen  
Stoffwechseldefekt  
Stoma-TrägerInnen  
Stottern  
Straffälligenhilfe  
Sucht  
Substituierte  
Suizid-Hinterbliebene

**T** Tauschringe  
Thalassämie  
Tinnitus  
Tourette-Syndrom  
Transgender  
Transidentität  
Transplantation  
Transsexualität  
Trauer  
Trennung  
Tumor

**U** Ullrich-Turner-Syndrom  
Umgangrecht  
Umweltchemikalienkranke  
Unfallopfer  
Unterhalt  
Urostomie

**V** Väter  
Vaskulitis  
Vitiligo  
verlassene Eltern

**W** Wandertreff  
Winkelfehlsichtigkeit  
Wohnprojekte

**Z** Zöliakie  
Zwangskrankheiten  
Zwillinge  
Zwölf-Schritte-Gruppen

## Terminübersicht 2017

- 
- 28.01.** Pressearbeit – Der Weg in die Medien (Seite 13)
- 
- 16.02.** Informationsveranstaltung „Förderung durch die gesetzlichen Krankenkassen“ (Seite 14)
- 
- 25.03.** Rechte und Pflichten in der Selbsthilfe (Seite 15)
- 
- 18.05.** Erfahrungsaustausch für Gruppenleiterinnen und Gruppenleiter – Beratung am Telefon (Seite 16)
- 
- 22.07.** Grenzen setzen (Seite 17)
- 
- 16.09.** Singen – ein Weg zur Lebensfreude und zu uns selbst (Seite 18)
- 
- 29.09.** „Selbsthilfegruppen – für mehr Lebensqualität“ Informationsveranstaltung für Fachleute aus dem Gesundheits- und Sozialbereich (Seite 22)
- 
- 21.10.** Austauschtreffen der Stuttgarter Selbsthilfegruppen (Seite 19)
- 
- 26.10.** Fachtag „Selbsthilfegruppen – Unterstützung für PatientInnen und Entlastung für die Praxis“ (Seite 23)

## Information und Anmeldung

Selbsthilfekontaktstelle KISS Stuttgart  
 Tübinger Straße 15  
 70178 Stuttgart  
 Tel. 0711 640 61 17  
 Fax 0711 607 45 61

info@kiss-stuttgart.de  
 www.kiss-stuttgart.de

## Sprechzeiten:

Telefonische Information und Beratung

Montag 14:00 – 16:00 Uhr und 18:00 – 20:00 Uhr  
 Dienstag 10:00 – 12:00 Uhr  
 Mittwoch 14:00 – 16:00 Uhr  
 Donnerstag 14:00 – 16:00 Uhr

Persönliche Information und Beratung  
 ohne Voranmeldung

Mittwoch 18:00 – 19:00 Uhr  
 Donnerstag 12:00 – 13:00 Uhr  
 und nach Voranmeldung

Offene Tür – Zugang zu Informationsmaterialien

Montag bis  
 Donnerstag 17:00 – 20:00 Uhr

## Werden Sie Mitglied!

**Sie finden es wichtig, dass es die Selbsthilfekontaktstelle KISS Stuttgart gibt? Und Sie finden unsere Angebote gut?**

Sie können die Arbeit der KISS Stuttgart unterstützen indem Sie Mitglied im Trägerverein „Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen e.V.“ werden oder durch Spenden an den Förderverein KISS Stuttgart.

Beide Vereine sind gemeinnützig, Spenden und Mitgliedsbeiträge sind steuerlich absetzbar.

## Bankverbindung:

**Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen e.V.**

bei der GLS-Bank  
 IBAN DE53 4306 0967 7017 8808 00  
 BIC GENODEM1GLS

**Förderverein KISS Stuttgart e.V.**

bei der Volksbank Stuttgart  
 IBAN DE29 6009 0100 0381 7610 10  
 BIC VOBADESSXXX

Sie möchten Mitglied werden?  
Bitte Karte ausfüllen und per Post  
oder per Fax (0711 607 45 61)  
senden

Selbsthilfekontaktstelle KISS Stuttgart  
Tübinger Straße 15  
70178 Stuttgart

bitte  
freimachen

## Beitrittserklärung

Hiermit trete ich dem Verein „Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen e. V.“ bei

Name

Adresse

Datum

Unterschrift

Meinen Jahresbeitrag in Höhe von 36 Euro überweise ich jährlich auf das Konto der KISS Stuttgart bei der GLS-Bank Bochum, IBAN DE53 4306 0967 7017 8808 00, BIC GENODEM1GLS oder erteile die untenstehende Einzugsermächtigung.

## SEPA-Lastschriftmandat

Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen e. V.,  
Tübinger Straße 15, 70178 Stuttgart

Gläubiger-Identifikationsnummer DE16ZZZ00000321333

Mandatsreferenz (Nummer wird intern vergeben)

Ich ermächtige die Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen e. V., jährlich Zahlungen in Höhe von 36 Euro am 15.04. oder am darauffolgenden Werktag von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Kontakt- und Informationsstelle e. V. auf mein Konto gezogene Lastschrift einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Vorname, Name (Kontoinhaber)

Straße, Hausnummer

Postleitzahl, Ort

Kreditinstitut

IBAN DE \_\_\_\_ | \_\_\_\_ | \_\_\_\_ | \_\_\_\_ | \_\_\_\_ | \_\_\_\_

BIC \_\_\_\_\_

Datum, Ort und Unterschrift