

KISS Stuttgart Newsletter 06/20

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

- Junge Menschen mit Diskriminierungserfahrung aufgrund von Behinderung
- Kontaktabbruch zur Familie
- Mit Handpuppen Gefühle sprechen lassen
- Community für Adoption (CAD)
- Weitere Gründungsinitiativen
- Unterstützung bei der Gründung einer Selbsthilfegruppe
- Aufnahme in die KISS Datenbank

Informationen

- Adventskalender 2020
- WIR – Stuttgarter Selbsthilfe Magazin 02-2020 erschienen
- Jahresprogramm 2021 veröffentlicht
- Thema Coronavirus: Aktuelle Informationen der KISS Stuttgart
- Ihr Flyer bei uns
- Selbsthilfeförderung nach § 20h SGB V
- Selbsthilfe bestimmt selbst: NAKOS startet Projekt zur Autonomie und Selbstbestimmung
- Arbeit im Verein: Virtuelle Mitgliederversammlungen
- Hinweise für barrierefreie Videokonferenzen
- Freiwillige Arbeit im Verein: gesetzliche Neuregelungen
- Land verlängert finanzielle Hilfe für gemeinnützige Vereine
- Plaudertelefon: mit 30 Min. in der Woche Gutes tun!
- Lieferservice für bedürftige Menschen

- Landesregierung entlastet Vereine und Ehrenamt
- Hertie-Stiftung fördert neue Wege der Selbsthilfe

Termine

- Digital-Camp 2020
- Winterschließzeit der KISS Stuttgart
- Finde deinen eigenen Superhelden
- Förderung durch die gesetzlichen Krankenkassen
- Vom ersten Schritt – Wir entdecken Theater
- Sendetermine der Redaktion der Selbsthilfegruppen im Freien Radio für Stuttgart
- Aktionstage

Neue Kontaktsuchen/Gründungsinitiativen

Junge Menschen mit Diskriminierungserfahrung aufgrund von Behinderung

Blicke, Wörter, Ablehnung: Ausgrenzung und Abwertung aufgrund einer Beeinträchtigung oder chronischen Erkrankung tun weh. Über alltägliche oder besonders einschneidende Erfahrungen mit anderen Betroffenen zu sprechen, kann helfen und befreien. Vielleicht können wir uns auch gemeinsam überlegen, was wir machen können, um unsere Mitmenschen für das Thema zu sensibilisieren. Denn Ableismus, also die Kategorisierung von Menschen aufgrund ihrer Fähigkeiten, die Höherbewertung bestimmter Eigenschaften und die damit einhergehende Diskriminierung behinderter Personen, ist - wie andere Diskriminierungsformen auch - kein Merkmal einer offenen und inklusiven Gesellschaft. Betroffene Menschen können sich auf eine Interessiertenliste aufnehmen lassen. Die Kontaktdaten erhalten Sie bei KISS Stuttgart, Telefon 0711 6406117 oder info@kiss-stuttgart.de.

Kontaktabbruch zur Familie

„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

Betroffene Menschen können sich bei KISS Stuttgart in eine Interessiertenliste aufnehmen lassen, Telefon 0711 6406117 oder info@kiss-stuttgart.de.

Mit Handpuppen Gefühle sprechen lassen

„Wer hat Freude am Rollenspiel mit Handpuppen? Gefühle spielerisch ausleben – egal wie alt wir sind. Ich suche Menschen, die Spaß am Handspiel mit Puppen haben. Ich selbst habe eine Ente, einen Waschbären, beide von Butlers in Stuttgart. Eine Fingerpuppe, einen kleinen Vogel vom Martinsbasar und einen Wolf vom Flohmarkt. Zu Hause habe ich ihn erst einmal gepflegt :) Wenn es mir nicht gut geht, lasse ich diese Puppen sprechen, tanzen und singen – das hilft mir. An Weihnachtsfeiern haben wir uns auch schon verkleidet und gesungen. Die Gäste fanden es charmant. Auf einer Reise waren sie auch dabei, am Schluchsee und am Bodensee. Direkt am Wasser haben wir Foto Shooting gemacht. Auch die Spaziergänger hatten Freude daran, sie in ihrer Pose zu sehen - vor allem die Kinder. Wer von euch hat sich schon mit Handpuppen beschäftigt und ist interessiert mitzumachen? In einer Gruppe von 8 - 10 Personen wären wir eine gute bunte Mischung. Ich freue mich darauf, meine Kontaktdaten bekommt ihr von KISS Stuttgart, Telefon 0711 6406117 oder info@kiss-stuttgart.de. Liebe Grüße Jenny“

Community für Adoption (CAD)

„Mayrlin Monroe, Steve Jobs und Nelson Mandela haben eine Gemeinsamkeit. Welche ist das?

- A Sie lebten alle in den USA.
- B Sie sind alle adoptiert.
- C Sie tranken alle nur Kaffee.

Die richtige Antwort ist: B – Sie sind alle adoptiert. So wie Du auch?

Mein Ziel ist es mit Hilfe einer Community eine Gruppe zu schaffen, die folgende Menschen zusammenführt:

- Du bist adoptiert und auf der Suche nach einem Elternteil,
- Du hast dein Kind zur Adoption freigegeben und suchst es.

Du gehörst zu einer dieser Gruppen? - Dann bist du hier richtig. Komm' in die Community und gestalte Deine Zukunft mit.“ Christian

Betroffene Menschen können sich auf eine Interessiertenliste aufnehmen lassen. Die Kontaktdaten erhalten Sie bei KISS Stuttgart, Telefon 0711 6406117 oder info@kiss-stuttgart.de.

Weitere Gründungsinitiativen

Eine Gesamtübersicht über aktuelle Gründungsinitiativen finden Sie auf unserer Internetseite 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

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

Bei Interesse rufen Sie uns einfach an: Janne Rauhut und Beate Voigt, Tel. 0711 6406117 oder E-Mail 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

Aufnahme in die KISS Datenbank

Sie sind als Stuttgarter „Selbsthilfegruppe“ oder „selbstorganisierte Initiative“ an einer kostenfreien Registrierung in der KISS-Datenbank interessiert?

Die KISS-Datenbank ist unsere Basis für die Beratung und Information von Menschen, die Kontakt zu einer Gruppe oder Initiative suchen. Sie enthält genaue und aktuelle Informationen über die einzelnen Gruppen/Initiativen in Stuttgart. Offizielle Daten werden auch auf unserer Homepage veröffentlicht.

Welche Vorteile bietet die Registrierung:

- Förderung des Bekanntheitsgrades Ihrer Gruppe oder Initiative
- Bewerbung Ihrer Sonderveranstaltungen auf der KISS Homepage
- Sie erhalten regelmäßig Informationen über Fortbildungsangebote und Veranstaltungen für Selbsthilfegruppen / selbstorganisierte Initiativen in Stuttgart.

Hier geht's zur Registrierung: www.kiss-stuttgart.de/beratung/aufnahme-in-unsere-datenbank

Informationen

Adventskalender 2020

Der Dezember hat begonnen und damit die Adventszeit. Dieses Jahr läuft alles ein wenig anders als sonst. Um Ihnen den Weihnachtszauber dennoch nach Hause zu bringen, öffnet sich auf unserer Webseite unter www.kiss-stuttgart.de/adventskalender-2020/ jeden Tag ein Türchen unseres KISS-Adventskalenders. Lassen Sie sich überraschen, was sich dahinter verbirgt.

WIR – Stuttgarter Selbsthilfe Magazin 02-2020 erschienen

Klar ist, dass die Erkrankung, Behinderung, Abhängigkeit oder Lebenskrise eines Angehörigen immer auch in der Familie bleibt. Wie Angehörige in solchen Situationen vom Austausch in Selbsthilfegruppen profitieren können, erläutern wir in unserem Schwerpunkt. Obwohl manche Menschen es nicht leicht zu haben scheinen, wirken sie trotzdem zufrieden. In dieser Ausgabe zeigen wir Ihnen einige praktische Strategien, damit auch Sie zu einer „glücksfreundlicheren“ Haltung gelangen können. Zusätzlich

können Sie mit Hilfe unseres Artikels zum biografischen Ansatz Ihre eigene Lebensgeschichte besser verstehen und einordnen. Außerdem im Heft: Lesen Sie unser Lagebild in Corona-Zeit aus der KISS und anschließend, mit welchen Kampagnen wir in diesen fordernden Zeiten den Selbsthilfedanken publik gemacht haben. Durch den Lockdown hatten wir außerdem Kapazitäten, ein anderes Projekt zu vollenden: Der [KISS-Faltblatt-Generator](#) ist fertig.

Seien Sie gespannt auf eine Begegnung mit der neuen Leiterin des Stuttgarter Sozialamts – Franziska Vogel stellt sich unseren Interviewfragen.

Doch nicht nur über sie erfahren wir mehr, ebenso über verschiedene Angebote und Selbsthilfegruppen. Es ist einiges geboten, denn die Selbsthilfe lebt und wird gebraucht. Das aktuelle Heft liegt aus bei KISS Stuttgart, aber auch in Rathäusern, Büchereien, Ämtern und an vielen anderen Orten. Wenn Sie das Stuttgarter Selbsthilfe Magazin kostenfrei abonnieren möchten, können Sie das hier tun:

www.kiss-stuttgart.de/downloads/kostenlos-bestellen

Wir schicken es Ihnen dann zweimal im Jahr per Post zu. Alternativ genügt auch eine Nachricht unter Tel. 0711 6406117 oder E-Mail info@kiss-stuttgart.de

Jahresprogramm 2021 veröffentlicht

Das erwartet Sie 2021 in unserem [Jahresprogramm \(pdf\)](#): kostenfreie Veranstaltungen für Mitglieder von Selbsthilfegruppen und selbstorganisierten Initiativen, für professionelle Fachkräfte und für Menschen, die einfach neugierig auf Selbsthilfe sind. Für Selbsthilfeaktive bieten wir dieses Jahr erstmalig zwei Veranstaltungen online an sowie das Theaterprojekt „Vom ersten Schritt“. Daneben gibt es einen Infoabend zur finanziellen Förderung, ein Seminar zu Biografiearbeit und einen Workshop zum Erstellen einer Radiosendung. Mit unserer Kleinkunstveranstaltung „Stage Sharing“ einer Mixed-Show aus Musik, Kabarett & Comedy, Slam Poetry, Theater & Tanz, bringen wir den Gedanken des miteinander Teilens auf die Bühne des Kulturzentrums Merlin. Highlight des Jahres: der Selbsthilfetag am **25. September 2021**.

Alle Veranstaltungen sind kostenfrei. Das Programmheft liegt in der KISS Stuttgart in der Tübinger Straße 15 aus und auch in vielen anderen Einrichtungen. Die uns bekannten Selbsthilfegruppen und Beratungsstellen bekommen es zugeschickt. Wenn Sie noch weitere Exemplare brauchen, melden Sie sich bitte. In digitaler Form ([PDF](#)) finden Sie es auf www.kiss-stuttgart.de/downloads/jahresprogramm. Schon gewusst? Auf www.kiss-stuttgart.de können Sie sich unter Termine direkt bei den jeweiligen Veranstaltungen aus unserem Jahresprogramm anmelden.

Thema Coronavirus: Aktuelle Informationen der KISS Stuttgart

Die KISS ist weiterhin geöffnet und Selbsthilfegruppen dürfen sich unter Einhaltung des Mindestabstands und der Hygieneregeln treffen. Alle aktuellen Infos bezüglich Corona und Selbsthilfe finden Sie unter www.kiss-stuttgart.de/corona. Sobald wir neue Informationen erhalten, werden sie dort sofort aktualisiert.

Ihr Flyer bei uns

Sie haben als Stuttgarter Selbsthilfegruppe einen Flyer? Super, dann legen Sie ihn doch bei uns aus. In unserem Foyer bieten wir Selbsthilfegruppen die Möglichkeit Ihren Flyer an die Menschen zu bringen und sich und ihre Arbeit bekannter zu machen. Nehmen Sie gerne mit uns Kontakt auf, Tel. 0711 6406117, E-Mail info@kiss-stuttgart.de Und wenn Sie noch keinen Flyer haben, dann ist vielleicht unser Faltblattgenerator etwas

für Sie. Mit ihm können Sie im Handumdrehen ein Faltblatt nach Ihren Wünschen erstellen. Im Video wird Ihnen erklärt, wie es funktioniert: www.kiss-stuttgart.de/faltblattgenerator/

Selbsthilfeförderung nach § 20h SGB V

Aufgrund einer Gesetzesänderung im Digitalen Versorgungsgesetz (DVG) wurde der Leitfaden zur Selbsthilfeförderung angepasst und gilt **ab 1. Januar 2021**.

Mit der Neufassung wurde geregelt, dass die Krankenkassen im Rahmen der Selbsthilfeförderung künftig sowohl die Nutzung von analogen Angeboten als auch die Nutzung von digitalen Angeboten gleichberechtigt unterstützen.

Digitale Anwendungen müssen dabei den hohen Anforderungen an Datensicherheit und Datenschutz genügen. Den neuen Leitfaden können Sie hier lesen: www.kiss-stuttgart.de/wp-content/uploads/2019/12/2021_Leitfaden-Selbsthilfefoerderung_barrierefrei.pdf

Alle weiteren Informationen zur Förderung durch die gesetzlichen Krankenkassen finden Sie auf unserer Homepage unter www.kiss-stuttgart.de/beratung/beratung-fuer-selbsthilfegruppen/foerderung-durch-die-gesetzlichen-krankenkassen und erhalten Sie bei unserer Infoveranstaltung „[Förderung durch die gesetzlichen Krankenkassen](#)“ im Februar 2021.

Selbsthilfe bestimmt selbst: NAKOS startet Projekt zur Autonomie und Selbstbestimmung

Autonomie und Selbstbestimmung sind für die gesundheitsbezogene Selbsthilfe ein wichtiges Anliegen. Die Offenlegung der Finanzierung, Selbstverpflichtungen für die Zusammenarbeit mit Partner*innen und ein sensibler Umgang mit Sponsoringangeboten sind dabei wichtige Schlüssel zur Vertrauensbildung. Doch was bedeutet das für das organisatorische Handeln in der Selbsthilfe? Im Projektzusammenhang bietet die NAKOS als bundesweite Fachstelle im Feld der gemeinschaftlichen Selbsthilfe Unterstützung bei konkreten Fragen zu Autonomie und Selbstbestimmung an. Grundlegende Orientierung bietet dabei die Internetseite www.selbsthilfe-bestimmt-selbst.de.

Weitere Informationen: www.selbsthilfe-bestimmt-selbst.de/Materialserie

Arbeit im Verein: Virtuelle Mitgliederversammlungen

Angesichts der zahlreichen Pandemiebestimmungen im Jahr 2020 stehen viele Vereine vor der Frage, wie sie ihre satzungsmäßig vorgeschriebenen Mitgliederversammlungen umsetzen können. Das »[Gesetz zur Abmilderung der Folgen der COVID-19-Pandemie im Zivil-, Insolvenz- und Strafverfahrensrecht](#)« ermöglicht Vereinen, Mitgliederversammlungen auch digital abzuhalten. Doch dabei tauchen viele Fragen auf. Eine Vertreterin des Vereins Digital Media Women e. V. hat die Erfahrungen und damit viele praktische Hinweise für die Durchführung einer virtuellen Mitgliederversammlung in einem Bericht auf der Vereinswebsite veröffentlicht.

Weitere Infos: www.digitalmediawomen.de/2020/04/virtuelle-mitgliederversammlung-im-verein-dmw-erfahrungen-und-learnings/

Hinweise für barrierefreie Videokonferenzen

Die Bundesfachstelle Barrierefreiheit hat Hinweise veröffentlicht, wie Videokonferenzen barrierefrei durchgeführt werden können. So ist beispielsweise bei der Auswahl des Tools

für blinde und sehbehinderte Nutzer*innen wichtig, dass dieses mit Screenreadern kompatibel ist. Für gehörlose Menschen und Menschen mit Hörbehinderung sind eine Übertragung in Gebärdensprache und Untertitel wesentlich. Weitere Informationen: www.nakos.de/aktuelles/nachrichten/key@7749

Freiwillige Arbeit im Verein: gesetzliche Neuregelungen

Im Zuge der Corona-Krise hat der Gesetzgeber Erleichterungen für Vereine beschlossen. So werden beispielsweise Vereinen, deren Satzungen keine Regelungen für den Wechsel im Vorstandsamt und ausschließlich physische Mitgliederversammlungen vorsehen, ohne Satzungsänderung und zunächst begrenzt bis zum **Jahresende 2021** die Verlängerung der Amtszeiten von Vorständ*innen bis zu möglichen Neuwahlen und virtuelle Mitgliederversammlungen mit bindender Beschlussfassung zugestanden.

Weitere Informationen unter: www.buergergesellschaft.de/praxishilfen/arbeit-im-verein/

Land verlängert finanzielle Hilfe für gemeinnützige Vereine

Die Landesregierung hat ihr Corona-Hilfsprogramm für gemeinnützige Vereine und zivilgesellschaftliche Organisationen verlängert. Diese können fünf weitere Monate lang Anträge auf finanzielle Unterstützung stellen. Die Hilfe der Landesregierung richtet sich an Organisationen, die durch die Corona-Krise unverschuldet in Not geraten sind, bislang keine andere finanzielle Unterstützung erhalten haben und in den Zuständigkeitsbereich des Ministeriums für Soziales und Integration fallen.

Weitere Infos: www.sozialministerium.baden-wuerttemberg.de

Plaudertelefon: mit 30 Min. in der Woche Gutes tun!

Haben Sie Lust, mit älteren Menschen in der Stadt zu plaudern und deren Geschichten zu hören? Mit einer halben Stunde pro Woche als Telefonfreund*in bewegen Sie viel! Das Plaudertelefon bringt Menschen zusammen, hier werden Telefonfreundschaften geknüpft – wenn möglich im gleichen Viertel. Im November haben bereits Schulungen stattgefunden. Auf Wunsch kann der Einstieg aber auch zu einem späteren Zeitpunkt erfolgen. Wenn Sie Interesse haben, sich als Telefonfreund*in zu engagieren, melden Sie sich bei der Projektkoordinatorin Katja Simon unter 711 72235118 oder unter: katja.simon@buergerstiftung-stuttgart.de

Lieferservice für bedürftige Menschen

Bis März 2021 können gehbehinderte, ältere oder bedürftige Menschen, die auch wegen Corona das Haus nicht mehr verlassen können, den Lieferservice der Neuen Arbeit in Kooperation mit der Schwäbischen Tafel Stuttgart e. V. nutzen. Der Service liefert wöchentlich in begrenztem Umfang kostenfreie Lebensmittel frei Haus in einem Umkreis von ca. fünf Kilometer um den Tafelladen Stuttgart-Mitte. Die Hilfebedürftigkeit kann unbürokratisch mit der Bonuscard, dem Tafelausweis, einem Arbeitslosengeld II- oder Rentenbescheid nachgewiesen werden.

Bestellannahme ist nur donnerstags in der Zeit von 13-17 Uhr möglich. Geliefert wird freitags ab 12 Uhr. Servicetelefon: 01520 2149686

Ausführliche Infos gibt es im Internet unter: www.neuearbeit.de/lieferhelden-tafel-stuttgart/mitte. Dort kann man sich auch als ehrenamtliche*r Helfer*in registrieren.

Landesregierung entlastet Vereine und Ehrenamt

Mit einem 13 Projekte umfassenden Maßnahmenpaket will die Landesregierung Vereine und das Ehrenamt von Bürokratie entlasten. Kurze Wege bei Kommunen und Fachbehörden sollen für Ehrenamtliche gewährleistet werden. Hier geht es zur Pressemitteilung: www.stm.baden-wuerttemberg.de/de/service/presse/pressemitteilung/pid/landesregierung-entlastet-vereine-und-ehrenamt/.

Hertie-Stiftung fördert neue Wege der Selbsthilfe

Die Gemeinnützige Hertie-Stiftung schreibt zum neunten Mal die Initiative mitMiSSION aus, mit der sie die Entwicklung und Realisierung sozialer Projekte im Bereich der Erkrankung Multiple Sklerose fördert. Selbsthilfeverbände, karitative Einrichtungen und andere gemeinnützige Verbände und Gruppen können sowohl die Umsetzung neuer Ideen, als auch die Ausweitung bestehender Projekte beantragen. Einsendeschluss ist der **15. März 2021**. Alle Informationen und Antragskriterien finden Sie unter www.ghst.de/mitmission.

Termine

Digital-Camp 2020

Noch bis zum **10. Dezember** gibt es beim Digital-Camp des Haus des Stiftens jede Woche zwei kostenlose Online-Seminare für Menschen im Ehrenamt.

Die Teilnehmenden erfahren, wie man digitale Technologien im Bereich Ehrenamt für die eigene Organisation sinnvoll einsetzt und welche Maßnahmen bei Informations-, Kommunikations- und Verwaltungsaufgaben entlasten.

Weitere Infos: www.npo-digitalcamp.org

Termin: **Dienstag, 10.11.2020 – Donnerstag, 10.12.2020**

Anmeldung unter www.npo-digitalcamp.org

Winterschließzeit der KISS Stuttgart

Für Ihre Planung: KISS Stuttgart ist **vom 24.12.2020 – 06.01.2021** geschlossen.

In dieser Zeit bieten wir keine Beratung an und in den Räumen in der Tübinger Straße können sich keine Gruppen treffen.

Ab Mittwoch, den 07.01.2021 gelten wieder die gewohnten Sprechzeiten und Trefftermine von Selbsthilfegruppen und selbstorganisierten Initiativen.

Finde deinen eigenen Superhelden

Die Theatermaske existiert nicht, um sich dahinter zu verstecken, sondern um sich zu schützen und zu stärken. Sie hilft, mit der geschützten Seele, in die Theaterkunst einzutreten, aber auch, frei zu spielen, ohne Angst vor Verletzungen. Die rote Nase des Clowns ist die kleinste Maske des Theaters und wir werden dieses Werkzeug benutzen, um unseren eigenen Superhelden zu finden, der läuft, springt, fliegt, schwimmt, ... Einen tapferen und unverwundlichen Superhelden! Also nur Mut! Egal ob jung oder alt, groß oder klein, still oder laut: Dein eigener Clown wartet schon auf Dich!

Wir sind Lelo (David Starke) und Momo (Mirjam Starke Carrasco) und leiten gemeinsam diesen Workshop. Mit verschiedenen Übungen aus dem Bereich Schauspiel, Pantomime

und Clown tasten wir uns spielerisch heran. Bitte bring bequeme (Sport-) Kleidung mit, etwas zu trinken und Spaß am Spiel!

Kostenfreies Seminar für 8 – 18 Menschen aus Selbsthilfegruppen / -initiativen
Leitung: Mirjam Starke Carrasco, Schauspielerin, Dozentin & David Starke, Clown, Dozent

Termin: **Samstag, 23.01.2021, 09:30 – 13:00 Uhr**

Ort: **AWO Begegnungsstätte, Ostendstraße 83, 70188 Stuttgart**

Anmeldung bis 08.01.21 bei KISS Stuttgart per [Direktanmeldung](#) über unsere Homepage, unter Telefon 0711 6406117 oder E-Mail info@kiss-stuttgart.de

Förderung durch die gesetzlichen Krankenkassen

Selbsthilfegruppen aus dem Gesundheitsbereich können für ihre Gruppenarbeit bei den gesetzlichen Krankenkassen Fördergelder nach § 20h SGB V erhalten. Wir geben Ihnen die wichtigsten Informationen rund um die Antragstellung und den Verwendungsnachweis. Ob Sie zum ersten Mal Förderung beantragen möchten oder sich einfach nicht mehr sicher sind, auf was Sie achten müssen, in dieser Veranstaltung erfahren Sie u. a.

- unter welchen Voraussetzungen Sie einen Antrag stellen können
- was beantragt werden kann
- wie der Verwendungsnachweis aussehen muss
- was der Unterschied zwischen Projekt- und pauschaler Förderung ist

Anhand eines Musterantrags werden Ihnen praktische Tipps und Anregungen gegeben sowie Ihre individuellen Fragen beantwortet.

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

Kostenlose Veranstaltung für 8 bis 40 Menschen aus Selbsthilfegruppen

Leitung: Hilde Rutsch, Diplom-Sozialarbeiterin, KISS Stuttgart & Stephanie Blumenstock, Sozialpädagogin M.A., AOK – Stuttgart-Böblingen

Termin: **Dienstag, 09.02.2021, 18:30 – 20:30 Uhr**

Ort: **Bürgerzentrum West, Bebelstraße 22, 70193 Stuttgart**

Anmeldung bis 31.01.2021 bei KISS Stuttgart per [Direktanmeldung](#) über unsere Homepage, unter Telefon 0711 6406117 oder E-Mail info@kiss-stuttgart.de

Vom ersten Schritt – Wir entdecken Theater

Wer kennt ihn nicht, den ersten Schritt? Oft gefürchtet, danach mit Stolz betrachtet. Sie haben ihn bereits getan; den ersten Schritt in eine Selbsthilfegruppe.

Gemeinsam wollen wir uns nun in die Welt des Theaters wagen und zusammen einen ersten Schritt auf die Corona-konforme Bühne setzen. Alles unter der Prämisse „nichts muss, alles kann“. Wir experimentieren mit Körper, Stimme, Mimik und Gestik und finden heraus, was es mit diesen ersten Schritten auf sich hat. Was macht diese eigentlich so besonders? Warum haben wir davor solche Angst und sind danach umso glücklicher? Am Ende des Projekts wollen wir unsere Erkenntnisse und die Selbsthilfe auf die Bühne bringen und in einem kleinen Beitrag am Stage Sharing Abend zeigen, was aus unseren ersten Schritten geworden ist.

Kostenfreies Angebot für 8 bis 12 Menschen aus Selbsthilfegruppen/ -initiativen

Leitung: Janne Rauhut, Sozialpädagogin B.A., KISS Stuttgart & Anna-Sophia Janke, Sprachförderkraft B.A.

Termine: **Samstag, 13.02.2021, 09:00 – 13:00 Uhr**

Dienstag, 23.02.21, 09.03.21, 23.03.21, 06.04.21, 20.04.21, 27.04.21,

jeweils 18:30 – 20:30 Uhr

Donnerstag, 06.05.2021, 20:00 – 22:00 Uhr (Aufführung bei Stage Sharing)

Ort: **Bischof-Moser-Haus, Wagnerstr. 45, 70182 Stuttgart**

Anmeldung bis 29.01.2021 bei KISS Stuttgart per [Direktanmeldung](#) über unsere Homepage, unter Telefon 0711 6406117 oder E-Mail info@kiss-stuttgart.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

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

Die nächsten Sendetermine:

- **03.12.2020, 19:00 Uhr „WIR auf Sendung“**
Zu Gast bei Melinda, live am Telefon, ist Stefan. Er ist Psychologe und meistert sein Leben mit einer neurodegenerativen Krankheit, ALS. Die Details dazu und Einblicke in das Buch, das er aktuell schreibt, werden wir in dieser Sendung erfahren.
- **31.12.2020, 19:00 Uhr „Stotterfunk“**
Die Radiosendung der Selbsthilfegruppe stotternder Menschen in Stuttgart. Wir informieren rund um das Thema Stottern und andere allgemeine Themen mit aktuellen Berichten, Interviews, Talkgästen und Musik von Pop bis Punk.
www.stotterfunk.de
- **07.01.2021, 19:00 Uhr „WIR auf Sendung“**
Wechselnde Themen sowie Forum für Selbsthilfegruppen oder selbstorganisierte Initiativen und immer mit den neusten Nachrichten aus der KISS Stuttgart.
- **04.02.2021, 19:00 Uhr „WIR auf Sendung“**

Aktionstage

01.12.2020 - Welt-AIDS-Tag

03.12.2020 - Internationaler Tag der Menschen mit Behinderung

05.12.2020 - Internationaler Tag des Ehrenamts

07.12.2020 - Darmtag

09.12.2020 - Welt-Anti-Korruptionstag

10.12.2020 - Tag der Menschenrechte

17.12.2020 - Internationaler Tag gegen Gewalt an Sexarbeiter*innen

20.12.2020 - Internationaler Tag der menschlichen Solidarität

01.01.2021 - Weltfriedenstag

04.01.2021 - Welt-Braille Tag

17.01.2021 - Weltreligionstag

17.01.2021 - Welttag der Migrantinnen und Flüchtlinge

27.01.2021 - Gedenktag für die Opfer des Holocaust

28.01.2021 - Europäischer Datenschutztag

29.01.2021 - Tag des Blindenhundes

31.01.2021 - Welt-Lepra-Tag

04.02.2021 - Weltkrebstag

06.02.2021 - Internationaler Tag gegen weibliche Genitalverstümmelung
08.02.2021 - Europäischer Tag der Epilepsie

Impressum

Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen e. V.
Tübinger Straße 15
70178 Stuttgart
Tel. 0711 6406117
Fax 0711 6074561
info@kiss-stuttgart.de
www.kiss-stuttgart.de

Redaktion: 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