

KISS Stuttgart Newsletter 01/23

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

Inhalt

Neue Kontaktsuchen/Gründungsinitiativen

- Angehörigengruppe Depression
- Erwachsene mit AD(H)S – Angehörigengruppe
- Lichen Sclerosus Deutschland e. V. – Präsenztreffen Stuttgart
- Menschen in Erwerbsunfähigkeitsrente
- Weitere Gründungsinitiativen
- Unterstützung bei der Gründung einer Selbsthilfegruppe
- Neu in der KISS Datenbank

Informationen

- Förderung durch die gesetzlichen Krankenkassen
- Stadtführer Stuttgart-Inklusiv
- Datenschutz in der Vereinsarbeit
- Leitfaden zur Energie-Hilfe des Paritätischen und Tacheles e. V.
- Bürgerhaushalt Stuttgart 2023
- Jugendschöffen gesucht

Termine

- Kostenfreie Online-Veranstaltungsreihe „Fördermittel“ der Deutschen Stiftung für Engagement und Ehrenamt
- Informationsveranstaltung für Selbsthilfegruppen aus dem gesundheitlichen Bereich: Förderung durch die gesetzlichen Krankenkassen

- Informationstag des Onkologischen Schwerpunkt Stuttgart
- Austauschtreffen für Menschen aus Selbsthilfegruppen/-initiativen: Wie macht ihr das? – Ein begleiteter Austausch
- Infoveranstaltung für Fachkräfte: Selbsthilfegruppen – welche es gibt und was sie machen
- Sendetermine der Redaktion der Selbsthilfegruppen im Freien Radio für Stuttgart
- Aktionstage

Neue Kontaktsuchen/Gründungsinitiativen

Angehörigengruppe Depression

„Ein Mensch, den du liebst, leidet an Depressionen? Tochter, Sohn, Freund*in, Partner*in... ? Und du leidest mit und fragst dich: Was soll ich tun? Was besser lassen? Wie für mich sorgen? Wie im Gleichgewicht bleiben? In der Gemeinschaft können wir uns austauschen, stärken und voneinander lernen.“ (Initiator*in)

Angehörige sind herzlich willkommen.

Das zweite Kennenlernetreffen findet **am Dienstag, 7. Februar 2023 von 17:30 – 19:30 Uhr in der KISS Stuttgart**, Tübinger Str. 15 in 70178 Stuttgart statt.

Erwachsene mit AD(H)S – Angehörigengruppe

„Menschen mit AD(H)S sind im Alltag häufig unstrukturiert. Sie sind unachtsam gegenüber den Bedürfnissen des eigenen Lebens, aber eben auch den Bedürfnissen des Gegenübers. Sie belasten ihre Umwelt durch Unruhe und Sprunghaftigkeit. Daher ist es leicht nachzuvollziehen, dass auch die Beziehungen mit AD(H)S-Betroffenen häufig belastet sind, da auch ihre Partner*innen, Freund*innen und Verwandten unter den Auswirkungen der AD(H)S-Symptome leiden. Oft machen sich AD(H)S-Betroffene nicht ausreichend klar, wie ihre Problematik auch andere in Mitleidenschaft ziehen kann. Natürlich sind die AD(H)S-Betroffenen dabei nicht alleine für die Probleme in der Beziehung verantwortlich. In dieser Angehörigengruppe wollen wir uns über unsere Gedanken und Gefühle austauschen.“ (Initiator*in)

Angehörige melden sich bitte per E-Mail bei der Gruppe an unter ADS-ut@t-online.de

Das zweite und dritte Treffen finden **am Donnerstag, 9. Februar und 9. März, jeweils von 18:30 - 20:30 Uhr in Stuttgart-Untertürkheim** statt.

Lichen Sclerosus Deutschland e. V. – Präsenztreffen Stuttgart

Der Bundesverband Lichen Sclerosus Deutschland bietet verschiedene Gesprächsgruppen für Betroffene, junge Menschen (18 bis 36), ältere Menschen (bis 65 Jahre), Familien, Angehörige, Eltern betroffener Kinder und betroffene Männer sowie Informationen und Beratung für Migrant*innen und fremdsprachige Menschen. In Stuttgart sind regelmäßige örtliche Präsenztreffen für Betroffene geplant.

Betroffene müssen zuerst Mitglied bei Lichen Sclerosus Deutschland e. V. werden. Danach können Sie sich über den Mitgliederbereich für die Treffen anmelden.

Das zweite und dritte Treffen finden **am Mittwoch, 8. März 2023 und am Mittwoch, 10. Mai 2023 von 17:30 - 19:30 Uhr in Stuttgart-Mitte** statt.

Menschen in Erwerbsunfähigkeitsrente

Betroffene zur Gründung einer Selbsthilfegruppe gesucht.

Sie kennen das Gefühl von Belastung und emotionalem Stress im Bezug von Erwerbsunfähigkeitsrente? Die Belastung, die sich vor allem in der Auseinandersetzung mit der dazugehörigen Bürokratie, dem Veräußern von Eigentum, dem Kontakt zu Sozialdiensten und den finanziellen Einschränkungen zeigt?

Die Austauschgruppe zum Thema Erwerbsunfähigkeitsrente kann Betroffenen einen Ort geben, um über die eigenen Erfahrungen zu sprechen, sich über „alltägliche“ Anliegen wie Haushalten mit wenig Geld auszutauschen und sich gegenseitig Mut zu geben.

Betroffene können sich bei KISS Stuttgart in eine Interessiertenliste aufnehmen lassen.

Weitere Gründungsinitiativen

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

Unterstützung bei der Gründung einer Selbsthilfegruppe

Es kann immer passieren, dass Sie keine für sich oder Ihr Thema passende Gruppe finden. In diesem Fall unterstützt KISS Stuttgart kostenfrei bei der Gründung einer Selbsthilfegruppe. Wie so ein Gründungsprozess aussieht und was wir für Sie tun können, erfahren Sie auf unserer Homepage. Auch in der Startphase einer neuen Selbsthilfegruppe stehen wir Ihnen zur Seite. Weitere Infos dazu unter kiss-stuttgart.de/beratung-bei-der-gruppengruendung

Oder melden Sie sich direkt in unserer Beratung unter Tel. 0711 6406117 oder info@kiss-stuttgart.de

Neu in der KISS Datenbank

- [Gender*nauts](#) (trans* und inter* - Jugendgruppe)
- [Silberluna](#) (Gruppe für frauenliebende Frauen*)
- [Erwachsene mit AD\(H\)S Stuttgart-Mitte](#)

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

Die KISS-Datenbank enthält Informationen über Gruppen und Initiativen in Stuttgart und ist unsere Grundlage für die Beratung und Information von Menschen, die Kontakt suchen. Öffentliche 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:

kiss-stuttgart.de/aufnahme-in-unsere-datenbank

Informationen

Förderung durch die gesetzlichen Krankenkassen

Selbsthilfegruppen aus dem Gesundheitsbereich können für ihre Gruppenarbeit bei den gesetzlichen Krankenkassen Fördergelder nach § 20h SGB V beantragen. Der Antrag muss **bis zum 31. März 2023** gestellt werden. Die neuen Antragsformulare und alle weiteren Informationen finden Sie auf unserer Homepage (kiss-stuttgart.de/beratung/beratung-fuer-selbsthilfegruppen/foerderung-durch-die-gesetzlichen-krankenkassen). In einer [Infoveranstaltung am 07.02.2023](#) geben wir Ihnen praktische Tipps und Anregungen und beantworten gerne Ihre individuellen Fragen. Falls Sie Hilfe beim Ausfüllen der Anträge benötigen, können Sie sich gerne an Frau Voigt wenden (b.voigt@kiss-stuttgart.de).

Stadtführer Stuttgart-Inklusiv

In Stuttgart gibt es einen Online-Stadtführer mit Informationen zur Barrierefreiheit von Arztpraxen, Ämtern und Behörden, Einkaufsmöglichkeiten, Freizeitangeboten, Kulturzentren und vielen anderen Einrichtungen. Um den neuen Stadtführer so nutzerfreundlich wie möglich zu gestalten, waren Menschen mit Behinderungen an der Entwicklung beteiligt. Sie finden den Stadtführer unter stuttgart-inklusiv.de/stadtfuehrer

Datenschutz in der Vereinsarbeit

Schon die Verwaltung der Mitgliederdaten unterliegt der EU-Datenschutzgrundverordnung (DSGVO). Dazu kommen Buchhaltung und Website, vielleicht Social Media oder Daten, die über einen Cloud-Dienst ausgetauscht werden, Veranstaltungsfotos oder Datenübermittlung an einen Dachverband. Bei all diesen Tätigkeiten müssen die Datenschutzvorschriften eingehalten werden.

Die Stiftung Datenschutz fasst die wichtigsten Punkte zum Thema Datenschutz in einem Kartenset zusammen. Das Set gibt es als PDF oder zur kostenfreien Bestellung in der Print-Version unter stiftungdatenschutz.org/ehrenamt/datenschutz-im-verein-kompakt

Leitfaden zur Energie-Hilfe des Paritätischen und Tacheles e. V.

Die Preise steigen in allen Bereichen und machen das Leben deutlich teurer. Ganz vorne mit dabei sind die gestiegenen Kosten für Energie. In manchen Fällen kommt dazu, dass Verbraucher*innen von ihrem Energielieferanten gekündigt wurden und nun in einen viel teureren Tarif wechseln mussten. Hinzu kommen die steigenden Kosten für tägliche Bedarfe. Doch es gibt Möglichkeiten, zur Bewältigung von Energiekosten (aufstockende) Sozialleistungen zu erhalten.

Gemeinsam mit Tacheles e. V. stellt der Paritätische online Infomaterial sowohl für Betroffene als auch für Beratende zur Verfügung. Alle Details finden Sie unter energie-hilfe.org

Infomaterial kann außerdem via E-Mail bestellt werden unter bestellung@energie-hilfe.org

Bürgerhaushalt Stuttgart 2023

Noch bis zum 5. Februar können Stuttgarter Bürger*innen Vorschläge einbringen, wofür die Stadt im kommenden Doppelhaushalt Geld investieren oder sparen soll. Der Stuttgarter Bürgerhaushalt ist seit zehn Jahren eine Erfolgsgeschichte. Im Jahr 2021 gaben rund 20.000 Einwohnerinnen und Einwohner insgesamt 2.800 Vorschläge für den Haushaltsplan der Stadt ab und bewerteten diese mit mehr als 1,3 Millionen Stimmen. Welche Vorschläge umgesetzt werden, entscheidet der Gemeinderat in den Haushaltsberatungen im Herbst 2023.

Vorschläge abgeben können Sie unter buengerhaushalt-stuttgart.de

Jugendschöffen gesucht

Für die Amtszeit von 2024 bis 2028 werden in Stuttgart noch 350 Bürgerinnen und Bürger für diese ehrenamtliche Tätigkeit der sogenannten Laienrichter gesucht. In der Strafgerichtsbarkeit der Jugendgerichte nehmen an der Hauptverhandlung nicht nur Berufsrichterinnen und -richter, sondern auch Jugendschöffeninnen und -schöffen teil. Diese Frauen und Männer kommen aus allen Schichten der Bevölkerung und üben unterschiedliche Berufe aus. Wenn Sie zwischen 25 und 69 Jahre alt sind, die deutsche Staatsbürgerschaft besitzen, in Stuttgart wohnen und nicht vorbestraft sind, können Sie sich bis zum 10. März online bewerben.

Alle weiteren Informationen finden sie unter stuttgart.de/schoeffenwahl

Termine

Kostenfreie Online-Veranstaltungsreihe „Fördermittel“ der Deutschen Stiftung für Engagement und Ehrenamt

Gute Vorbereitung ist wichtig. Was wird für den Antrag benötigt? Wo sind die passenden Fördermittel zu finden? Welche Anlaufstelle ist der richtige Ansprechpartner? Die DSEE informiert an mehreren Terminen über verschiedene Aspekte der Förderlandschaft.

Dienstag, 07.02.2023, 17:00 – 18:15 Uhr: Land beleben – Förderideen und Strategien für ländliche Vereine

Mittwoch, 08.02.2023, 17:00 – 18:15 Uhr: Nur Mut! Förderideen und Strategien für kleine Vereine

Alle Informationen zu den kommenden Veranstaltungen finden Sie unter deutsche-stiftung-engagement-und-ehrenamt.de/dseeerklaert

Informationsveranstaltung für Selbsthilfegruppen aus dem gesundheitlichen Bereich: Förderung durch die gesetzlichen Krankenkassen

Selbsthilfegruppen aus dem Gesundheitsbereich können bei den gesetzlichen Krankenkassen Fördergelder für ihre Gruppenarbeit 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 Musterantrages werden Ihnen praktische Tipps und Anregungen gegeben sowie Ihre individuellen Fragen beantwortet.

Leitung: Hilde Rutsch, Dipl. Sozialarbeiterin und Supervisorin, KISS Stuttgart

Termin: **Dienstag, 07.02.2023, 18:30 – 20:30 Uhr**

Ort: AWO Begegnungsstätte, Ostendstr. 83, 70188 Stuttgart

Anmeldung bei KISS Stuttgart unter info@kiss-stuttgart.de,

Tel. 0711 6406117 oder per Direktanmeldung über kiss-stuttgart.de/veranstaltungen

Informationstag des Onkologischen Schwerpunkt Stuttgart

Der Onkologische Schwerpunkt Stuttgart e. V. (OSP) lädt zum Informationstag für Betroffene, Angehörige und Interessierte im Rahmen der 3. OSP-Jahrestagung ein. Die Teilnahme ist kostenfrei.

Bei der diesjährigen Jahrestagung legt der OSP seinen Fokus auf supportive Maßnahmen bzw. komplementäre Verfahren, die während und nach einer Krebstherapie unterstützen können. Das Thema Corona wird uns sicherlich noch einige Zeit beschäftigen. In einem Vortrag möchte der OSP Ihnen aufgrund vorliegender Forschungsergebnisse darlegen, worauf zu achten ist, wenn eine Krebserkrankung vorliegt.

Termin: **Samstag, 11.02.2023, 9:00 – 13:00 Uhr**

Ort: Sparkassenakademie Baden-Württemberg, Pariser Platz 3A, 70173 Stuttgart

Weitere Infos und Programm: osp-stuttgart.de/fuer-patienten-47.html

Austauschtreffen für Menschen aus Selbsthilfegruppen/-initiativen: Wie macht ihr das? – Ein begleiteter Austausch

Sie möchten in Ihrer Gruppe Neues ausprobieren? Sie wollen erfahren, wie andere mit besonderen Herausforderungen umgehen? Eine Situation in der Gruppe geht Ihnen nicht aus dem Kopf? Oder Sie wollen einfach einen Blick über den eigenen Tellerrand werfen?

Dieses begleitete Austauschtreffen ist offen für alle, die Fragen aus ihren Gruppen einbringen und einen Blumenstrauß an Anregungen mitnehmen möchten. Der Abend bietet die Möglichkeit, Gemeinsamkeiten zu entdecken und voneinander zu lernen.

Leitung: Beate Voigt, Dipl. Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin, KISS Stuttgart

Anna Lytkin, Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin, B.A., KISS Stuttgart

Termin: **Donnerstag, 16.03.2023, 18:00 – 21:00 Uhr**

Ort: KISS Stuttgart/NABU, Tübinger Str. 15, 70178 Stuttgart

Anmeldung bis 07.03.2023 bei KISS Stuttgart unter info@kiss-stuttgart.de, Tel. 0711 6406117 oder per Direktanmeldung über kiss-stuttgart.de/veranstaltungen

Infoveranstaltung für Fachkräfte: Selbsthilfegruppen – welche es gibt und was sie machen

Die Chance, durch den Besuch einer Selbsthilfegruppe Entlastung und vertrauensvolle Gemeinschaft zu erleben, wieder Bewegung ins eigene Leben zu bringen und dadurch mehr Lebensqualität zu gewinnen, könnte eigentlich von noch viel mehr Menschen genutzt werden. Leider wissen viele gar nicht, wie groß und vielfältig das Gruppenangebot in Stuttgart tatsächlich ist.

Wir bieten Menschen, die in Beratungsstellen oder in Beratungsfunktionen arbeiten, an, ihr Wissen über Selbsthilfegruppen und deren Wirkung zu erweitern, damit sie in ihrem Arbeitsbereich fundiert zu gemeinschaftlicher Selbsthilfe (be)raten können.

Leitung: Anna Lytkin, Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin, B.A., KISS Stuttgart

Termin: **Freitag, 24.03.2023, 11:00 – 12:30 Uhr**

Anmeldung bis 17.03.2023 bei KISS Stuttgart unter info@kiss-stuttgart.de,
Tel. 0711 6406117 oder per Direktanmeldung über kiss-stuttgart.de/veranstaltungen

Sendetermine der Redaktion der Selbsthilfegruppen im Freien Radio für Stuttgart

Selbsthilfe auf Sendung! Die [Redaktion der Selbsthilfegruppen](#) im Freien Radio für Stuttgart sendet einmal 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 freies-radio.de

Die nächsten Sendetermine:

- **02.02.2023, 19:00 Uhr „WIR auf Sendung“ – Queere Selbsthilfe**
Alina Braitmaier spricht mit Mitgliedern der queeren Szene über Selbsthilfe.
- **02.03.2023, 19:00 Uhr „WIR auf Sendung“**
- **06.04.2023, 19:00 Uhr „WIR auf Sendung“**

Sendung verpasst? Dann jetzt als Podcast in gekürzter Fassung anhören unter kiss-stuttgart.de/wiraufsendung

Aktionstage

- 04.02.2023 – Weltkrebstag
- 10.02.2023 – Tag der Kinderhospizarbeit
- 11.02.2023 – Welttag der Kranken
- 12.02.2023 – Autismus-Sonntag
- 13.02.2023 – Europäischer Tag der Epilepsie
- 20.02.2023 – Welttag der Sozialen Gerechtigkeit
- 22.02.2023 – Behaupte-Dich-gegen-Mobbing-Tag
- 28.02.2023 – Tag der Seltenen Krankheiten
- 01.03.2023 – Zero Discrimination Day
- 06.03.2023 – Europäischer Tag der Logopädie
- 07.03.2023 – Deutscher Tag der gesunden Ernährung
- 12.03.2023 – Pflanz-eine-Blume-Tag
- 15.03.2023 – Internationaler Tag gegen Polizeibrutalität
- 15.03.2023 – Tag der Rückengesundheit
- 16.03.2023 – Tag der Informationsfreiheit
- 18.03.2023 – Aktionstag für die Freiheit politischer Gefangener
- 20.03.2023 – Internationaler Tag des Glücks

- 21.03.2023 – Internationaler Tag gegen Rassismus
21.03.2023 – Welt-Down-Syndrom-Tag
22.03.2023 – Tag der Kriminalitätsoffer
24.03.2023 – Internationaler Tag für das Recht auf Wahrheit über schwere Menschenrechtsverletzungen und für die Würde der Opfer
24.03.2023 – Welttuberkulosestag
25.03.2023 – Internationaler Tag des Gedenkens an die Opfer der Sklaverei und des transatlantischen Sklavenhandels
-

Impressum

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

Redaktion: Alina Braitmaier, Jan Siegert, Beate Voigt, Anna Lytkin, 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

Um rund um das Thema Selbsthilfe auf dem Laufenden zu bleiben, können Sie unseren Newsletter ganz einfach abonnieren.

Melden Sie sich dazu einfach mit Ihrer E-Mail-Adresse an unter kiss-stuttgart.de/downloads/newsletter