

KISS Stuttgart Newsletter 03/23

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

Inhalt

Neue Kontaktsuchen/Gründungsinitiativen

- Menschen in Erwerbsunfähigkeitsrente
- Gesprächsgruppe Nahtoderfahrung (NTE)
- Selbsthilfegruppe Post-Vac-Syndrom Stuttgart
- Trennung und Scheidung
- Weitere Gründungsinitiativen
- Unterstützung bei der Gründung einer Selbsthilfegruppe oder -initiative
- Neu in der KISS Datenbank

Informationen

- Neuer geschäftsführender Vorstand bei KISS Stuttgart
- Veröffentlichung: WIR-Magazin 01-2023 erschienen
- Motorrad-Initiative „Fellows Ride“ übergibt Spende an KISS Stuttgart
- Projekt „Wasenboje“ sucht Unterstützung
- Trauergruppen „PfützenSpringen“ und „So weit weg“ für Kinder und Jugendliche
- Aufruf der DSEE: Vorschläge für eine Engagementstrategie gesucht

Termine

- Song Slam
- „Durchblickbehalten im Alltag“ – Selbstständigkeit erhalten mit Sehbehinderung

- Informationsveranstaltung für Menschen aus Selbsthilfegruppen/-initiativen: Selbsthilfe auf Social Media
- Sommerschließzeit der KISS Stuttgart
- Sendetermine der Redaktion der Selbsthilfegruppen im Freien Radio für Stuttgart
- Aktionstage

Neue Kontaktsuchen/Gründungsinitiativen

Menschen in Erwerbsunfähigkeitsrente

„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 der 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.“ (Initiator*in)

Betroffene sind herzlich willkommen.

Die ersten beiden Treffen finden Montag, 19. Juni und 3. Juli 2023, jeweils von 17:30 – 19:30 Uhr in der KISS Stuttgart, Tübinger Str. 15 in 70178 Stuttgart statt.

Gesprächsgruppe Nahtoderfahrung (NTE)

„Durch die Gründungsinitiative möchte ich Menschen mit einer Nahtod- oder Transzendenzerfahrung zusammenbringen. Mein Anliegen ist es, einen geschützten und intimen Raum zu schaffen, um mit anderen Erfahrenen über das Erlebte zu sprechen und dieses ins Leben zu integrieren. Wenn Du ebenso das Bedürfnis hast über Deine Erfahrung zu sprechen, kannst Du Dich per E-Mail unter n-te-stuttgart@gmx.de bei mir anmelden und erhältst dann weitere Informationen.

Das erste Kennenlernetreffen findet am Montag, 17. Juli 2023 um 18:00 Uhr in Stuttgart-Mitte statt.“ (Initiator*in)

Selbsthilfegruppe Post-Vac-Syndrom Stuttgart

„Haben Sie sich gegen Covid-19 impfen lassen und leiden seitdem unter unerwünschten Nebenwirkungen? Fühlen Sie sich allein gelassen mit Ihren Beschwerden? Möchten Sie sich mit anderen Betroffenen austauschen und gegenseitig unterstützen? Dann sind Sie herzlich eingeladen, an unserer neugegründeten Selbsthilfegruppe zum

Post-Vac-Syndrom Covid teilzunehmen. Wir sind eine Gruppe von Menschen, die nach der Impfung unter Symptomen wie Müdigkeit, Kopfschmerzen, Schwindel, Gelenkschmerzen, Herzprobleme oder anderen Beschwerden leiden.

Wir wollen uns regelmäßig treffen, um uns über unsere Erfahrungen auszutauschen, Informationen zu teilen, Tipps zu geben und uns Mut zu machen. Unsere Selbsthilfegruppe steht mit dem bundesweiten CoVeRSE Netzwerk sowie weiteren Post-Vac Selbsthilfgruppen in Baden-Württemberg in Kontakt.

Unser erster hybrider Termin (Präsenz + Online) findet am Donnerstag, den 29.06.2023 um 17.30 Uhr statt. Wenn Sie teilnehmen möchten und Interesse an unserer Selbsthilfegruppe haben, schreiben Sie uns eine E-Mail an stuttgart@info-coverse.com
Wir freuen uns auf Sie!“ (Initiator*in)

Trennung und Scheidung

„Eine Trennung oder Scheidung sind gravierende Einschnitte im Leben. Oft sind gemeinsame Kinder und weitere Familienmitglieder ebenso betroffen, nicht selten zerbrechen Beziehungen zu gemeinsamen Freund*innen.

Die Bewältigung der Trennungs- bzw. Scheidungsfolgen geht häufig mit extremen emotionalen Belastungen einher und stellt Betroffene vor enorme Herausforderungen. Der Austausch darüber, wie andere mit dieser schwierigen Lebenssituation umgehen, kann dabei hilfreich sein. Sie leben in einer Trennungs- oder Scheidungssituation und möchten sich mit Gleichbetroffenen austauschen? So können Sie sich bei KISS Stuttgart in eine Interessiertenliste eintragen lassen und erhalten eine Einladung zum ersten Treffen.“ (Initiator*in)

Weitere Gründungsinitiativen

Eine Gesamtübersicht über aktuelle Gründungsinitiativen finden Sie auf unserer Website kiss-stuttgart.de unter „[Selbsthilfgruppen | Initiativen](#)“. Bei Fragen wenden Sie sich an die Selbsthilfekontaktstelle KISS Stuttgart, Tel. 0711 6406117 oder info@kiss-stuttgart.de

Unterstützung bei der Gründung einer Selbsthilfegruppe oder -initiative

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 oder selbstorganisierten Initiative. Wie so ein Gründungsprozess aussieht und was wir für Sie tun können, erfahren Sie auf unserer Website. Auch in der Startphase einer neuen Selbsthilfegruppe oder -initiative 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

- [Gruppe Stuttgart Lebensbrauchtluft](#) (alle Lungenkrankheiten)
- [SHG Asbesterkrankungen - Bundesverband der Asbestose Selbsthilfegruppen e. V.](#)
- [EKS - Erwachsene Kinder suchtkranker Eltern](#)
- [Geistlich-religiöser Missbrauch](#)

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 Website veröffentlicht.

Welche Vorteile bietet die Registrierung?

- Förderung des Bekanntheitsgrades Ihrer Gruppe oder Initiative
- Bewerbung Ihrer Sonderveranstaltungen auf der KISS-Website
- 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

Neuer geschäftsführender Vorstand bei KISS Stuttgart

Veränderungen gehören zum Lauf des Lebens und auch in der Selbsthilfekontaktstelle erleben wir Abschied und Neubeginn: nach über 26 Dienstjahren geht unsere geschäftsführende Vorständin Hilde Rutsch Ende Juli in den Ruhestand. Sie hat die KISS in den letzten 25 Jahren maßgeblich mitgeprägt und weiterentwickelt.

Ihr Nachfolger Jan Siegert wurde vom Aufsichtsrat zum 1.6. als neuer geschäftsführender Vorstand bestellt. Er ist seit 11 Jahren als Sozialarbeiter und Beauftragter für Öffentlichkeitsarbeit für die KISS tätig und wir freuen uns, mit ihm diesen Schritt in die Zukunft zu gehen.

Veröffentlichung: WIR-Magazin 01-2023 erschienen

Die erste Ausgabe 2023 des Selbsthilfemagazins WIR ist erschienen! Im Heft ergründen wir, was es bedeutet, Zuversicht zu lernen und zu leben, aber beschäftigen uns auch damit, wieso Zoom-Meetings so müde machen und was dagegen hilft. Wir widmen uns der Frage, wie Projekte laufen lernen und warum wir dazu am 19. Oktober einen Fachtag veranstalten. In einem ausführlichen Interview lässt unsere scheidende Vorständin Hilde Rutsch ihre Zeit bei KISS Revue passieren. Außerdem lernen Sie im Heft wie immer Selbsthilfegruppen und Beratungsstellen aus Stuttgart kennen, erfahren mehr über

aktuelle Gruppengründungen, kommende Veranstaltungen und weitere Tipps und News aus unserem Arbeitsfeld.

Das aktuelle Heft liegt in Papierform aus bei KISS Stuttgart, aber auch in Rathäusern, Büchereien, Ämtern und an vielen anderen Orten.

Jetzt reinlesen unter kiss-stuttgart.de/wir-magazin-01-2023

Motorrad-Initiative „Fellows Ride“ übergibt Spende an KISS Stuttgart

Ein herzlicher Dank gilt der Initiative „Fellows Ride“, die mit Motorrad-Demos für mehr Hilfe bei Depression kämpft. Bei der diesjährigen Demo-Fahrt in Stuttgart war die KISS Spendenempfängerin und durfte am 13.05. den Erlös des Spendenaufrufs entgegennehmen.

Mehr zur Demo in Stuttgart können Sie in einem Beitrag von RegioTV erfahren unter regio-tv.de/mediathek

Weitere Informationen zu „Fellows Ride“ finden Sie unter fellowsride.com

Projekt „Wasenboje“ sucht Unterstützung

Zum Wasen 2023 startet erstmalig das Projekt „Wasenboje“, das für Mädchen* und Frauen* ein Safe Space bieten soll. Dafür sucht die Landeshauptstadt Stuttgart hauptamtliche Fachfrauen und Ehrenamtliche, die das Projekt im Zeitraum vom 22.09. bis 8.10.2023 begleiten. Der Safe Space soll eine Anlaufstelle bieten, an der eine Erstbetreuung für hilfesuchende Mädchen* und Frauen* stattfindet. Für die Durchführung werden deshalb Fachfrauen gesucht, die ausgebildet bzw. beruflich tätig sind in den Fachbereichen Soziale Arbeit, Psychologie, Pädagogik, Notfall- und Krisenmanagement, fachbezogene Beratung oder ähnliche Erfahrungen haben, sowie ehrenamtliche Helferinnen, die die Fachfrauen bei ihrer Tätigkeit unterstützen.

Bei Interesse oder Rückfragen können Sie unter Tel. 0711 21680438 oder wasenboje@stuttgart.de Kontakt zum Projekt aufnehmen. Interessensbekundungen können bis zum 30.06.23 per Mail eingereicht werden.

Trauergruppen „PfützenSpringen“ und „So weit weg“ für Kinder und Jugendliche

Der Ambulante Hospizdienst für Kinder und Jugendliche des Hospiz Stuttgart bietet Trauergruppen für Kinder und Jugendliche an, die von erfahrenen Trauerbegleiter*innen geleitet werden. Junge Menschen können dabei andere Mädchen und Jungs kennenlernen, denen es ähnlich geht und sich gemeinsam austauschen und Zeit verbringen.

Termine werden auf Anfrage mitgeteilt. Auf Wunsch sind auch Einzelgespräche möglich. Die Gruppen bitten um verbindliche Anmeldung per E-Mail an den Ambulanten Hospizdienst.

Kontakt: Christa Wenzelburger, Trauerbegleiterin, akiho@hospiz-stuttgart.de, Tel. 0711 23741833.

Aufruf der DSEE: Vorschläge für eine Engagementstrategie gesucht

Die Deutsche Stiftung für Ehrenamt und Engagement sucht Ideen und Vorschläge, wie man das ehrenamtliche Engagement in Deutschland stärken kann. Die Engagementstrategie des Bundes wird der Kompass für die Engagementförderung der Bundesregierung und soll außerdem konkrete Maßnahmen zur Stärkung von Engagement und Ehrenamt enthalten. Noch bis Ende 2023 können Ideen und Input eingereicht werden.

Alle Informationen zum Aufruf unter [zukunft-des-engagements.de](https://www.zukunft-des-engagements.de)

Termine

Song Slam

In unserer Reihe „KISS & Kleinkunst“ präsentieren wir diesmal das Format Song Slam. Das bedeutet Live-Musik & ein Abend wie eine Wundertüte! Anders als bei den inszenierten Such-den-Superstar-Shows treffen sich beim Song Slam echte Musiker*innen mit eigenen Songs auf einer Konzertbühne, um in einem spielerischen Wettstreit um die Gunst des Publikums zu buhlen. Das bestimmt am Ende der Show eine Siegerin bzw. einen Sieger. Egal ob Rock, Pop, Folk oder Rap, die Teilnehmenden bringen mit ihrem Sound das Merlin zum Klingen – und vielleicht sogar zum Singen! U.a. mit dabei: Kleinkunst-BW-Preisträgerin Laura Braun, der legendäre Singer-Songwriter Nikita Gorbunov und Kult-Rapper Simtschuk.

Termin: **16.06.2023, 20:00 – 22:00 Uhr**

Ort: Kulturzentrum Merlin, Augustenstr. 72, 70178 Stuttgart

Kostenfreies Angebot für Menschen, die Lust auf einen überraschenden Abend voller außergewöhnlicher Musik haben. Keine Anmeldung erforderlich. Mehr Infos unter kiss-stuttgart.de/veranstaltungen/songslam-23

„Durchblick behalten im Alltag“ – Selbstständigkeit erhalten mit Sehbehinderung

Menschen, die ihr Leben sehend verbracht haben und im Alter einen Sehverlust erleiden, verlieren bis zu 85 % der zuvor verfügbaren Informationen und in der Folge beeinflusst dies die Handlungsfähigkeit in beinahe allen Lebensbereichen. Häufig kommen im Alter noch andere Erkrankungen hinzu, die sich gegenseitig bedingen.

Die Veranstaltungsreihe „Durchblick behalten im Alltag“ widmet sich dieser Thematik. Wie können Menschen mit Sehverlust den Alltag selbstbestimmt meistern? Welche Möglichkeiten gibt es, die Aktivität und gesellschaftliche Teilhabe zu behalten?

Termine:

22.06.2023, 14:00 – 16:30 Uhr

Bezirksamt Bad Cannstatt, Sitzungssaal 2. Stock, Marktplatz 10, 70372 Stuttgart

29.06.2023, 14:00 – 16:30 Uhr

Bürgerhaus Feuerbach, Freies Musikzentrum 1. Stock – Raum 5, Stuttgarter Str. 15, 70469 Stuttgart

Anmeldung bei BSV Württemberg e. V. unter 0711 210600 oder via E-Mail an vgs@bsv-wuerttemberg.de

Die Planung und Durchführung erfolgt in Zusammenarbeit mit der Beauftragten für die Belange von Menschen mit Behinderung der Landeshauptstadt Stuttgart und dem BSV Württemberg e. V.

Informationsveranstaltung für Menschen aus Selbsthilfegruppen/-initiativen: Selbsthilfe auf Social Media

Wer digital eher selten unterwegs ist, weiß oft nicht so recht, was man mit Social Media anfangen soll. Und was sollen Plattformen wie Instagram oder Facebook überhaupt für die Arbeit von Selbsthilfegruppen bringen? Der Öffentlichkeitsgedanke der sozialen Medien mag erstmal abschreckend erscheinen, doch sie können auch eine Unterstützung sein. Dieses Seminar richtet sich an Menschen, die bisher noch keine bzw. wenig Erfahrung mit Social Media haben.

Gemeinsam verschaffen wir uns einen Überblick, welche Möglichkeiten ihnen zur Verfügung stehen und wie sie diese für die Selbsthilfe einsetzen können. Wir erstellen uns Übungs-Accounts auf Instagram, Facebook, Twitter sowie YouTube und schauen uns die wichtigsten Funktionen an, die diese Plattformen bieten, und welche Inhalte dort geteilt werden können. Laptops stellen wir bereit, sie können aber auch gern ein eigenes Gerät bzw. ein Smartphone mitbringen.

Termin: **Donnerstag, 20.07.2023, 18:00 – 21:00 Uhr**

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

Anmeldung bis 11.07.2023 bei KISS Stuttgart unter info@kiss-stuttgart.de oder 0711 6406117.

Sommerschließzeit der KISS Stuttgart

Für Ihre Planung: KISS Stuttgart ist **vom 14.08. – 27.08.2023** 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 28.08.2023 gelten wieder die gewohnten Sprechzeiten und Trefftermine von Selbsthilfegruppen und selbstorganisierten Initiativen.

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 Umgebung oder als Livestream übers Internet unter freies-radio.de

Die nächsten Sendetermine:

- **01.06.2023, 19:00 Uhr „WIR auf Sendung“ – Magazinsendung**
Die Redaktionsmitglieder von „WIR auf Sendung“ sprechen mit einer Trauerrednerin, tauschen sich zum Thema Lebenskrisen aus und stellen neue Selbsthilfegruppen vor.
- **06.07.2023, 19:00 Uhr „WIR auf Sendung“ – Generationentalk der KISS Stuttgart**
- **03.08.2023, 19:00 Uhr „WIR auf Sendung“**

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

Aktionstage

- 01.06.2023 – Internationaler Kindertag
- 01.06.2023 – Weltelterntag
- 03.06.2023 – Tag der Organspende
- 03.06.2023 – Tag des Cholesterins
- 04.06.2023 – Internationaler Tag der Kinder, die unschuldig zu Aggressionsopfern geworden sind
- 05.06.2023 – Welttag der Umwelt
- 06.06.2023 – Sehbehindertentag
- 08.06.2023 – Welt-Hirntumor-Tag
- 12.06.2023 – Welttag gegen Kinderarbeit
- 14.06.2023 – Weltblutspendetag
- 15.06.2023 – Welttag gegen Diskriminierung und Misshandlung älterer Menschen
- 17.06.2023 – Tag der Verkehrssicherheit
- 18.06.2023 – Autistic Pride Day
- 20.06.2023 – Weltflüchtlingstag
- 21.06.2023 – Deutscher Lebensmittel-Allergietag
- 25.06.2023 – Welttag der Weißfleckenkrankheit
- 26.06.2023 – Anti-Drogen-Tag
- 30.06.2023 – Internationaler Inkontinenztag
- 17.07.2023 – Internationaler Tag der Gerechtigkeit
- 28.07.2023 – Welt-Hepatitis-Tag
- 30.07.2023 – Welttag gegen Menschenhandel

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 mit Ihrer E-Mail-Adresse an unter kiss-stuttgart.de/downloads/newsletter