

KISS Stuttgart Newsletter 04/23

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

- Das magische Dreieck der schizoaffektiven Störung
- Menschen in Erwerbsunfähigkeitsrente
- Fremd in meiner Kultur
- Frauen mit psychischer Gewalterfahrung
- WUNSCHKIND – letzter Ausweg Adoption/Pflegschaft
- Weitere Gründungsinitiativen
- Unterstützung bei der Gründung einer Selbsthilfegruppe oder -initiative
- Neu in der KISS Datenbank

Informationen

- Pressemitteilung des neuen geschäftsführenden Vorstands Jan Siegert
- Rückblick: Feierliche Verabschiedung der KISS-Vorständin Hilde Rutsch
- Programm der frEE-Akademie September bis Februar erschienen
- Förderprogramm für E-Trikes der Stadt Stuttgart
- Filmempfehlung: „Expedition Depression“ – Roadmovie über psychische Gesundheit
- Aus der Selbsthilfe-Redaktion: Interviewpartner*innen gesucht

Termine

- Sommerschließzeit der KISS Stuttgart
- Informativveranstaltung für Interessierte: Tag der offenen Tür bei KISS Stuttgart

- Seminar für Menschen aus Selbsthilfegruppen/ -initiativen: Telefonischer Erstkontakt – Wie geht es richtig?
- Save the Date: Wie Projekte laufen lernen – Fachtag zur Projektentwicklung
- Sendetermine der Redaktion der Selbsthilfegruppen im Freien Radio für Stuttgart
- Aktionstage

Neue Kontaktsuchen/Gründungsinitiativen

Das magische Dreieck der schizoaffektiven Störung

„Erst die Depression, dann die Manie und dann noch die Psychose. Ein schwieriger Balanceakt, was ich als eine Art magisches Dreieck sehe. An jeder Ecke stehen die besagten Krankheitsbilder und man möchte gerne die gesunde Mitte finden und halten. Hast Du Deine Mitte mit der Erkrankung noch nicht gefunden? Dann bist Du nicht alleine. Ich möchte persönlichen Austausch für Betroffene und Angehörige schaffen und mit Euch zusammen das Leben genießen, sodass wir zusammen die goldene Mitte finden und halten können. Angehörige spielen dabei eine zentrale Rolle, weshalb die Gruppe auch für sie geöffnet sein soll. Deshalb dachte ich an einen Austauschtermin in den Räumlichkeiten der KISS Stuttgart und einen Aktivitätentermin im Monat am Abend oder Wochenende. [...]“ (Euer Kevin, Initiator)

Betroffene und Angehörige sind herzlich willkommen.

Die ersten beiden Treffen finden Montag, 11. September und 25. September 2023, jeweils von 17:30 – 19:30 Uhr in der KISS Stuttgart, Tübinger Str. 15 in 70178 Stuttgart statt.

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 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.“ (Initiator*in)

Betroffene sind herzlich willkommen.

Das vierte Kennenlertreffen findet am Montag, 18. September 2023 von 17:30 – 19:30 Uhr in der KISS Stuttgart, Tübinger Str. 15 in 70178 Stuttgart statt.

Fremd in meiner Kultur

„Diese Gründungsinitiative richtet sich an alle, die in einer muslimischen Kultur aufgewachsen sind, sich mit den klassischen und konservativen Werten dieser aber nicht mehr identifizieren können. Zum Beispiel, weil sie andere Werte und Ansichten vertreten, oder sich aufgrund ihrer sexuellen Orientierung nicht akzeptiert fühlen.

Durch einen Austausch mit Gleichgesinnten möchten wir uns gegenseitige Unterstützung bieten. Falls Du Dich angesprochen fühlst, melde Dich bei KISS Stuttgart. Wir freuen uns über mutige Menschen, die ihre Erfahrungen mit uns teilen wollen und den Kontakt zu Gleichgesinnten suchen.“ (Initiator*in)

Betroffene können sich bei KISS Stuttgart unter Tel. 0711 6406117 oder info@kiss-stuttgart.de auf eine Interessiertenliste aufnehmen lassen. Sie erhalten dann eine Einladung zum ersten Treffen.

Frauen mit psychischer Gewalterfahrung

Nach psychischer Gewalt in der Ehe oder Partnerschaft leben Sie getrennt oder sind geschieden? Der ehemalige Partner nutzt jeglichen Anlass, wie z. B. die Besuchszeiten der gemeinsamen Kinder, um weiterhin seelische und emotionale Gewalt auf Sie auszuüben? Sie kommen nicht zur Ruhe und können keinen Abstand gewinnen? Sie suchen den Austausch zu Frauen* in ähnlicher Lage, um sich gegenseitig zu stärken und durch regelmäßige Gespräche zu unterstützen? Dann können Sie sich bei KISS Stuttgart unter Tel. 0711 6406117 oder info@kiss-stuttgart.de auf eine Interessiertenliste aufnehmen lassen. Sie erhalten dann eine Einladung zum ersten Treffen.

WUNSCHKIND – letzter Ausweg Adoption/Pflegschaft

„Euer Wunschkind hat sich weder auf natürlichem Wege noch per Kinderwunschbehandlung eingestellt – eure letzte Option ist eine Adoption oder Pflegschaft? Die Gruppe die gegründet werden soll richtet sich ausschließlich an Betroffene, wobei Einzelpersonen genauso Willkommen sind wie Paare. Es soll ein Ort geschaffen werden, wo ein vertraulicher Erfahrungsaustausch mit anderen stattfinden kann. IHR SEID NICHT ALLEIN! Bei Interesse meldet Euch bitte bei KISS Stuttgart. Sobald sich genügend Interessent*innen gemeldet haben, legen wir den ersten Termin fest.“ (Initiator*in)

Die Kontaktdaten erhalten Sie bei KISS Stuttgart unter Tel. 0711 6406117 oder info@kiss-stuttgart.de.

Weitere Gründungsinitiativen

Eine Gesamtübersicht über aktuelle Gründungsinitiativen finden Sie auf unserer Website kiss-stuttgart.de unter „[Selbsthilfegruppen | 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

- [KEKS e. V. Selbsthilfeorganisation für Speiseröhrenerkrankungen – Regionalgruppe Stuttgart](#)
- [Lupus Erythematodes Selbsthilfegemeinschaft e. V. - Meet@Gruppe Stuttgart](#)
- [Selbsthilfegruppe Migräne – Stuttgart](#)
- [Ringgenhof Stuttgart \(Thema: Sucht\)](#)

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

Pressemitteilung des neuen geschäftsführenden Vorstands Jan Siegert

Der ehrenamtliche [Aufsichtsrat](#) rund um die Vorsitzende Irene Kolb-Specht hat nach einem offenen Bewerbungsprozess Jan Siegert zum neuen geschäftsführenden Vorstand der Selbsthilfekontaktstelle KISS Stuttgart bestellt. Er ist seit 2012 Mitarbeiter der Selbsthilfekontaktstelle und war bisher für digitale Transformation und Öffentlichkeitsarbeit verantwortlich. Der 43-jährige Sozialarbeiter und ein siebenköpfiges Team vermitteln Menschen in Selbsthilfegruppen, begleiten Gruppengründungen und unterstützen die bestehenden Selbsthilfeszusammenschlüsse. Siegert betont, dass auch im Social-Media-Zeitalter die persönlichen Gruppentreffen von Menschen mit dem

gleichen Thema durch nichts zu ersetzen sind: „Selbsthilfegruppen sind das sozialste Netzwerk. Egal ob Lebenskrise, psychische Probleme, Sucht, Krankheit oder Behinderung – in über 500 Stuttgarter Gruppen unterstützen sich Betroffene oder Angehörige gegenseitig.“

KISS Stuttgart wird auch weiterhin mit innovativen Kampagnen und Aktionen auf die bunte Selbsthilfelandchaft Stuttgarts aufmerksam machen. Siegert plant darüber hinaus die Entwicklung neuer niederschwelliger Ansätze zur Anregung von Gruppengründungen und parallel dazu eine stärkere Fokussierung auf Stadtteilarbeit, um die Angebote der Selbsthilfe näher zu den Menschen zu bringen.

Rückblick: Feierliche Verabschiedung der KISS-Vorständin Hilde Rutsch

Hilde Rutsch wurde nach 26 Dienstjahren in einer festlichen Abschiedsfeier im Kulturwerk im Beisein von Sozialbürgermeisterin Dr. Alexandra Sußmann und vieler Gäste in den Ruhestand verabschiedet. Es war ein wunderbarer und beseelter Abend, zu dem Sie hier einen bebilderten Rückblick finden:

kiss-stuttgart.de/verabschiedung-hilde-rutsch

Programm der frEE-Akademie September bis Februar erschienen

Das Programmheft 2/2023 des frEE-Programms ist erschienen! Es umfasst den Zeitraum vom September 2023 bis Februar 2024. Die frEE-Akademie Stuttgart bietet Seminare an für die Weiterbildung ehrenamtlich engagierter Bürger*innen der Landeshauptstadt Stuttgart.

Das frEE-Programm liegt in vielzähligen sozialen Einrichtungen zum Mitnehmen aus. Sie finden es außerdem online als [PDF](#) oder unter vhs-stuttgart.de/beratungsfoerderung/free-akademie

Förderprogramm für E-Trikes der Stadt Stuttgart

Damit der Wechsel zu einem umweltfreundlicheren Fortbewegungsmittel für mobilitätseingeschränkte Menschen attraktiver wird, fördert die Landeshauptstadt Stuttgart den Kauf eines neuen, elektrisch unterstützten Trikes. Es können bis zu 50 Prozent des Anschaffungspreises gefördert werden.

Alle Details und Bedingungen zur Förderung finden Sie auf der Website der Stadt Stuttgart unter

stuttgart.de/leben/mobilitaet/elektromobilitaet/foerderprogramm-e-trike/foerderprogramm-e-trikes.php

Filmempfehlung: „Expedition Depression“ – Roadmovie über psychische Gesundheit

Fünf junge Menschen begeben sich auf eine außergewöhnliche Reise. Das Ergebnis dieses Roadtrips ist die Dokumentation „Expedition Depression“, die in Kooperation mit der Deutschen DepressionsLiga (DDL) entstanden ist.

Zum Filmtrailer: depressionsliga.de/projekte/expedition-depression

Aus der Selbsthilfe-Redaktion: Interviewpartner*innen gesucht

Für eine Sendung zum Thema „Das Wir gewinnt – Warum sind Beziehungen so wichtig?“ sucht die Redaktion der Selbsthilfegruppen von „WIR auf Sendung“ im Freien Radio Stuttgart Selbsthilfegruppen zum Thema Alkohol bzw. Sucht und/oder psychischer Gesundheit wie z. B. Depression, die Interesse haben, sich in einer Sendung vorzustellen und mit einem Redaktionsmitglied über die Leitfrage zu sprechen. Es soll im Wesentlichen darum gehen, warum sich Menschen in Gruppen zusammenfinden und wie bzw. wieso das funktioniert.

Bei Interesse melden Sie sich unter info@kiss-stuttgart.de oder Tel. 0711 6406117.

Termine

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.

Infoveranstaltung für Interessierte: Tag der offenen Tür bei KISS Stuttgart

Interessieren Sie sich für Selbsthilfe aber wissen noch nicht so recht, was Sie sich darunter vorstellen sollen, oder sind unsicher, ob Selbsthilfe etwas für sie wäre? In einem Vortrag gibt die KISS Stuttgart beim Tag der offenen Tür einen Überblick über die Gruppen in der Landeshauptstadt und Sie erfahren, was bei den Treffen passiert bzw. wie man teilnehmen kann. Sie lernen die kostenfreien Angebote der Selbsthilfekontaktstelle kennen, werfen einen Blick in die Räume der Gruppen und bekommen in entspannter Atmosphäre bei Kaffee, Tee und Kuchen alle Fragen beantwortet, die Sie zum Thema Selbsthilfegruppen haben. Währenddessen besteht jederzeit die Gelegenheit zu einer persönlichen Beratung durch eine KISS-Mitarbeiterin.

Termin: **Donnerstag, 21.09.2023, 16:00 – 19:00 Uhr**

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

Kostenfreies Angebot für Menschen, die mehr über Selbsthilfegruppen und KISS erfahren möchten. Keine Anmeldung erforderlich.

Seminar für Menschen aus Selbsthilfegruppen/ -initiativen: Telefonischer Erstkontakt – Wie geht es richtig?

Viele Menschen wünschen vor dem ersten Besuch in einer Gruppe eine telefonische Kontaktaufnahme. Leider kommen die Ratsuchenden nach dem Erstgespräch am Telefon oft nicht zu den Gruppentreffen. Warum ist dies so? Im Workshop sollen folgende Fragen beantwortet werden: Welches Gespräch will ich eigentlich führen – ein Beratungs- oder ein Kontaktgespräch? Welche Ziele kann ich mir dafür setzen? Wie mache ich

meine Gruppe „attraktiv“ für Ratsuchende und schaffe es, dass sie nach dem Telefonat auch in die Gruppe kommen?

Termin: **Donnerstag, 23.09.2023, 18:00 – 21:00 Uhr**

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

Anmeldung bis 30.08.2023 bei KISS Stuttgart unter info@kiss-stuttgart.de,

Tel. 0711 6406117 oder direkt unter kiss-stuttgart.de/veranstaltungen/tel-ek-23

Save the Date: Wie Projekte laufen lernen – Fachtag zur Projektentwicklung

Sie wollen für Ihre Einrichtung, Organisation oder Ihren Verein ein neues Angebot entwickeln? Eine öffentlichkeitswirksame Aktion oder eine neue Veranstaltungsreihe starten? Eine neue Homepage oder ein Filmprojekt realisieren? Dann ist unser Fachtag genau das Richtige für Sie! Denn Projekte scheitern nicht nur an Fehlplanung oder Unterfinanzierung. Viele Organisationen bewegen sich bei der Verwirklichung neuer Ideen im Spannungsfeld zwischen dem Wunsch, nachhaltige Angebote zu entwickeln, und dem mit der Projektförderung einhergehenden Zeit- und Erfolgsdruck. Auch zwischen Innovationsfreude und dem tatsächlichen Bedarf klafft manchmal eine Lücke, die ebenso für ausbleibende Resonanz sorgen kann wie Öffentlichkeitsarbeit mit zu wenig Reichweite.

Das wollen wir besser machen und dabei voneinander lernen! Unser Fachtag richtet sich an Stuttgarter Einrichtungen, Institutionen, Vereine und Selbsthilfeorganisationen, die Projekte erfolgreich umsetzen möchten. Nach einem Impulsvortrag zum Thema Projektmanagement mit Methodenüberblick und Best-Practice-Präsentation stehen nachmittags drei Experten-Workshops zu diesen Themen zur Auswahl:

- Workshop 1: Fundraising und Finanzen
- Workshop 2: Projektideen entwickeln
- Workshop 3: Öffentlichkeitsarbeit und Präsentation

Die Teilnahme am Fachtag ist kostenfrei. Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt, so lange Plätze verfügbar sind. Eine genaue Programmübersicht und weitere Infos finden Sie auf der Anmeldeseite.

Termin: **Donnerstag, 19.10.2023, 10:00 – 16:00 Uhr**

Ort: Literaturhaus, Breitscheidstraße 4, 70174 Stuttgart

Anmeldung bis 5.10.2023 bei KISS Stuttgart unter

kiss-stuttgart.de/veranstaltungen/fachtag-23

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:

- **03.08.2023, 19:00 Uhr „WIR auf Sendung“ – Thema Sucht**
- **07.09.2023, 19:00 Uhr „WIR auf Sendung“ – Thema Migration**
- **05.10.2023, 19:00 Uhr „WIR auf Sendung“ –
Thema Barrierefreie Ausbildungen**

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

Aktionstage

- 12.08.2023 – Internationaler Tag der Jugend
- 19.08.2023 – Welttag der humanitären Hilfe
- 23.08.2023 – Internationaler Tag zur Erinnerung an den Sklavenhandel und dessen Abschaffung
- 29.08.2023 – internationaler Tag gegen Nuklearversuche
- 03.09.2023 – Tag der jüdischen Kultur
- 05.09.2023 – Internationaler Tag der Wohltätigkeit
- 05.09.2023 – Kopfschmerztag
- 08.09.2023 – Europäischer Tag der Ersten Hilfe
- 09.09.2023 – Tag des alkoholgeschädigten Kindes
- 10.09.2023 – Tag des offenen Denkmals
- 10.09.2023 – Welt-Suizid-Präventionstag
- 11.09.2023 – Tag der Wohnungslosen
- 15.09.2023 – Internationaler Tag der Demokratie
- 16.09.2023 – Tag für die Erhaltung der Ozonschicht
- 17.09.2023 – Welttag der Patientensicherheit
- 21.09.2023 – Welt-Alzheimerstag
- 22.09.2023 – Autofreier Tag
- 23.09.2023 – Tag der Bisexualität
- 24.09.2023 – Tag der Gehörlosen
- 25.09.2023 – Tag der Zahngesundheit
- 26.09.2023 – Europäischer Tag der Sprachen
- 27.09.2023 – Aktionstag gegen die Glücksspielsucht
- 28.09.2023 – Internationaler Tag des Rechts auf Wissen
- 28.09.2023 – Welt-Tollwuttag

29.09.2023 – Internationaler Tag der Aufmerksamkeit für Lebensmittelverluste und
-verschwendung

29.09.2023 – Weltherztag

01.10.2023 – Europäischer Tag der Depression

01.10.2023 – Tag der älteren Menschen

03.10.2023 – Tag der offenen Moschee

05.10.2023 – Internationaler Tag gegen Prostitution

05.10.2023 – Tag der Epilepsie

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

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