

Rechenschaft und Wirkung

# 2024

## JAHRESBERICHT



Selbsthilfekontaktstelle  
KISS Stuttgart

## INHALTSVERZEICHNIS

## 3 Vorwort

## 4 Einblicke in das Jahr 2024

- Selbsthilfetag 2024
- 5 Filmfest der Generationen –  
Eröffnungsveranstaltung
- 6 Datenbankprojekt 07helf
- 7 Was sonst noch so los war
- 9 SEKiS-Tagung „Mutig in die Zukunft“
- 10 Vernetzung in 2024

## 11 Kampagnen und Publikationen

## 14 Das Jahr in Zahlen und Fakten

- Unsere Datenbank
- 15 Gruppengründungen und  
Gründungsinitiativen
- 17 Beratung und Kontakte
- 20 KISS online
- 21 Veranstaltungen
- 25 Finanzen
- Wir sagen Danke

## 26 Das Team

- Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter
- Aufsichtsrat der KISS
- Ehrenamtliche
- 27 Bildnachweise
- Impressum

## LIEBE LESERINNEN UND LESER,

in Krisenzeiten können wir von Selbsthilfegruppen lernen, in denen sich Menschen mit unterschiedlichen Sichtweisen und Überzeugungen konstruktiv begegnen, demokratisch entscheiden und solidarisch am gemeinsamen Thema arbeiten. Diese Prinzipien haben wir 2024 mit einem großen Selbsthilfetag gewürdigt, der sowohl von den Gruppen als auch den zahlreichen Besucher\*innen sehr gut angenommen wurde.

Aber die Selbsthilfe steht vor Herausforderungen: Die in den letzten 30-40 Jahren entstandene Gruppenlandschaft befindet sich im Generationenwandel. Die Mitglieder der ersten Stunde treten ab, viele der alten Gruppen lösen sich auf, neue Gruppen entstehen. In Stuttgart hat sich die Zahl der durch uns begleiteten Gründungsinitiativen seit 2018 fast verdoppelt (S. 15). Die Beratungsstatistik macht außerdem einen starken Anstieg an Anfragen zu psychischen Erkrankungen und Problemen sichtbar – für unser pädagogisches Team besonders fordernd und zeitintensiv. Alle unsere Beratungs- und Nutzerzahlen sind in den letzten Jahren konstant gestiegen, wie Sie auf den Seiten 17-19 sehen können.

Selbsthilfe wirkt. Sie entlastet den Einzelnen, sie entlastet Familien – und darüber hinaus ein marodes Gesundheitssystem. Das kam nicht nur bei der Fachtagung „Mutig in die Zukunft“ (S. 9) zur Sprache. Der gestiegenen Inanspruchnahme unserer Angebote begegnen wir

mit personeller Umstrukturierung, um unsere Arbeit effizienter zu machen und die Nachfrage decken zu können. Wir entwickeln Kooperationen, sind gut vernetzt (S. 10) und gestalten als verlässliche Partnerin der Stadt Austauschformate wie das Filmfest der Generationen mit, dessen Eröffnung wir 2024 organisiert haben (S. 5). Insgesamt haben uns vergangenes Jahr 50 Veranstaltungen ordentlich auf Trab gehalten.

Seit jeher beraten wir Menschen auf der Suche nach der für sie passenden Unterstützungsform und pflegen dazu neben unserer Gruppenkartei eigene Verzeichnisse zu Beratungs- und Hilfsangeboten. Mit diesem Knowhow entwickeln wir gemeinsam mit dem Kooperationspartner Jobcenter die öffentliche Unterstützungsdatenbank 07helf, die alle Angebote aus Gesundheit, Soziales, Begegnung und Weiterbildung enthält – darunter die vielen hundert Selbsthilfegruppen Stuttgarts (S. 6). 07helf soll für alle, die ihr Leben selbst in die Hand nehmen wollen, ein digitaler Begleiter werden. Es ist unser bislang größtes Projekt und unser nachhaltiger Beitrag zur Verbesserung der Versorgungssituation in Stuttgart. Denn nur wer suchen kann, kann auch finden.

**Viel Spaß beim Lesen und allseits gute Begegnungen!**

Vorstand und Team der KISS Stuttgart

## DER SELBSTHILFETAG 2024

### Die Messe für Selbsthilfe zu Gast im Bürgerzentrum West

Am 9.11. lud die KISS gemeinsam mit etwa 50 Selbsthilfegruppen und selbstorganisierten Initiativen zum Stuttgarter Selbsthilfetag 2024 ins Bürgerzentrum West ein. Eingerahmt von einer Kunstausstellung der Kreativwerkstatt AMOS konnten Gäste an 48 Messeständen im großen Saal direkt von Selbsthilfeaktiven erfahren, was die Selbsthilfelandchaft Stuttgarts zu bieten hat, sowie 8 weitere Beratungsstellen an Infopoints kennenlernen. Außerdem gab es insgesamt 12 Vorträge und Mitmachangebote zu unterschiedlichen Themen zu besuchen.

Die Band „The Sixteens“ schmettert Seemannslieder



Bürgermeisterin Dr. Alexandra Sußmann eröffnete die Veranstaltung, auch im Namen von Schirmherr Oberbürgermeister Dr. Frank Nopper, und betonte den Wert der Selbsthilfe nicht nur für den Gesundheitsbereich, sondern für das Miteinander in unserer Stadt. Die Bürgermeisterin für

Soziales, Gesundheit und Integration würdigte dabei auch das Wirken unserer Fachstelle: „Selbsthilfe lebt immer von Gemeinschaft und von gemeinschaftlichem Handeln in einer gleichberechtigten demokratischen Gesellschaft. Dass der Stellenwert der Selbsthilfearbeit hier in der Landeshauptstadt Stuttgart

ein so großes Gewicht hat, ist wesentlich der Arbeit von KISS Stuttgart zu verdanken.“ Ihr folgte KISS-Vorstand Jan Siegert mit einem Grußwort, bevor mit Dr. Thomas Gentner eine Stimme aus der Selbsthilfe direkt sehr persönliche Worte an das Publikum richtete, als er über seine Erfahrungen mit der Selbsthilfe und sein Engagement in der Gruppe Hirntumor sprach. Durch den Tag führte dann nicht nur Veranstaltungsleiterin und Moderatorin Leona Müller, sondern auch das musikalische Trio „The Sixteens“, eine Band der Nikolauspflege, die mit Seemannsliedern das Publikum zum Mitklatschen und -tanzen animierten. Ein konstanter Strom interessierter Besucher\*innen nutzte die Gelegenheit, eine bunte Vielfalt engagierter Gruppen an ihren selbstgestalteten Messeständen kennen zu lernen.

Wir bedanken uns bei allen Ausstellenden, Vortragenden und Mitwirkenden, die den ersten Selbsthilfetag nach langer pandemiebedingter Pause mit Leben gefüllt haben, sowie bei den gesetzlichen Krankenkassen für die finanzielle Unterstützung dieser Veranstaltung.



## KISS ERÖFFNET STUTTGARTER FILMFEST DER GENERATIONEN

### Thema: Künstliche Intelligenz – Gesprächspartner\*innen der Zukunft?

Können wir in naher Zukunft das perfekte Gegenüber einfach in Form eines künstlich-intelligenten Roboters bauen lassen? Am 27. September widmete sich KISS Stuttgart dieser Frage gemeinsam mit dem Gesundheitsamt im

Rahmen des Stuttgarter Filmfest der Generationen. Etwa 150 Kinogäste – darunter auch Bürgermeisterin Dr. Alexandra Sußmann, die den Abend mit einem Appell an den Gemeinschaftsinn eröffnete, und Gesundheitsamtsleiter Prof. Dr. Stefan

Eehalt – fanden sich im ausgebuchten Saal des Delphi Arthaus Kinos in der Tübinger Straße ein, um gemeinsam den Film „Ich bin dein Mensch“ von Maria Schrader zu schauen. Im Film nimmt Anthropologin Alma (Maren Eggert) an einer Studie teil, in deren Rahmen sie den humanoiden Roboter Tom (Dan Stevens) testen soll, der darauf ausgelegt ist, den für sie perfekten Lebenspartner zu verkörpern.

Das eigentliche Highlight des Abends war allerdings das anschließende Gespräch: Alina Braitmaier von der KISS sprach mit Autorin Emma Braslavsky, aus deren Feder die litera-



rische Vorlage des Films stammt, und mit Dr. Matthias Peissner, Leiter des Forschungsbereichs Mensch-Technik-Interaktion am Fraunhofer-Institut für Arbeitswirtschaft und Organisation. Im Gespräch ging es sowohl um den Schaffensprozess hinter „Ich bin dein Mensch“ als auch darum, wie nah an der Realität sich die Utopie der Filmwelt befindet. Denn auch im Gesundheits- und Sozialbereich ist KI-gesteuerte Hilfe keine Fiktion der Zukunft mehr. Dabei hörte das Publikum gar nicht mehr auf, Fragen zu stellen. Es wurde klar: das Thema treibt die Menschen um und ist relevant für alle Bereiche der Gesellschaft.

Ein ausführliches Interview mit Dr. Matthias Peissner finden sie in der Herbst/Winter-Ausgabe 2024 des Stuttgarter Selbsthilfe Magazins WIR.





## WIR MACHEN DIE UNTERSTÜTZUNGSDATENBANK FÜR STUTT GART!

KISS Stuttgart entwickelt gemeinsam mit dem Jobcenter eine umfassende Datenbank, die für alle Bürger\*innen zugänglich sein wird und eine Übersicht über kostenfreie oder subventionierte Angebote aus den Bereichen Gesundheit, Soziales, Bildung und Begegnung in Stuttgart bietet. Das Projekt wird im Rahmen von „Mittendrin-Chancen für morgen gestalten“ unterstützt, einer gemeinsamen Förderinitiative der Bürgerstiftung Stuttgart und Mercedes-Benz, und wurde dort in der Rubrik „Wege aus der Armut“ als Projekt mit dem größten Fördervolumen ausgewählt.

Das Kind dieser starken Partnerschaft trägt den Namen „O7helf“, angelehnt an Stuttgarts Vorwahl, und meint: Diese Website hilft, die passende Unterstützung zu finden, indem ein dauerhaft zur Verfügung stehendes und aktualisiertes Suchverzeichnis geschaffen

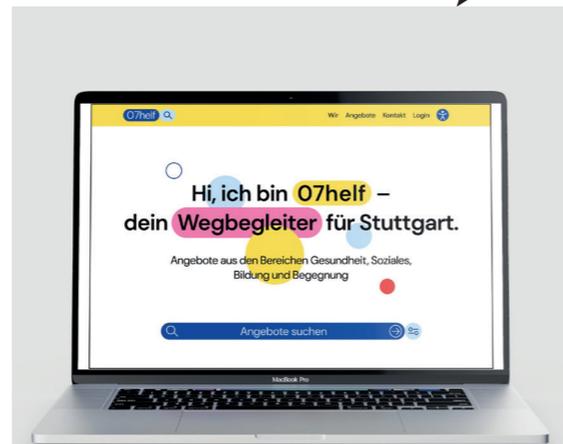


wird, das sowohl von Privatpersonen und Angehörigen als auch Fachkräften zur Unterstützung ihrer Klient\*innen bzw. Patient\*innen genutzt werden soll – leicht verständlich und zugänglich, barrierearm, mehrsprachig, kostenfrei und durch die Kooperation mit der preisgekrönten Digitalagentur Dotfly auf dem aktuellen Stand der Technik. Anbieter\*innen von Unterstützungsangeboten, darunter auch Selbsthilfegruppen, werden die eigenen Einträge selbstständig bearbeiten können.

O7helf soll Menschen unterstützen, die ihr Leben selbst in die Hand nehmen wollen. Die Datenbank steckt bereits mitten in der Entstehung, für die Pflege und Weiterentwicklung wird 2025 hauptamtliches Projektpersonal eingestellt. Erste „Runde Tische“ zur Miteinbeziehung anderer Einrichtungen

gen und Multiplikator\*innen haben stattgefunden, weitere werden folgen. Mehr Infos auf [www.kiss-stuttgart.de/O7helf](http://www.kiss-stuttgart.de/O7helf)

*Dein Wegbegleiter für Stuttgart*



## WAS SONST NOCH SO LOS WAR...

### Projekt „Selbsthilfe vor Ort“

Wir bringen die Selbsthilfe näher zu den Menschen! Die zentrale Lage der KISS mitten im Stadtzentrum macht sie zwar vor allem mit öffentlichen Verkehrsmitteln sehr gut erreichbar, doch Menschen nehmen Selbsthilfeangebote noch einmal anders wahr, wenn sie an Begegnungsorten in ihrem Quartier auf sie treffen. In Zusammenarbeit mit Begegnungsstätten, Stadtteil- und Gesundheitszentren wollen wir deshalb in einem ersten Schritt Infopoints installieren, mit deren Entwicklung wir 2024 begonnen haben. Darauf aufbauend sollen später je nach örtlicher Bedarfslage lokale Beratungssprechstunden, Vorträge oder Infostände stattfinden.

### KISS unterwegs

Nicht nur bei uns in der Tübinger Straße war einiges los. In 2024 waren wir unter anderem zu Gast in Berlin, um bei der 44. Jahrestagung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e. V. gemeinsam mit rund 150 Selbsthilfeaktiven, Fachkräften und Multiplikator\*innen der Selbsthilfe und Selbsthilfeunterstützung die „Gruppe“ thematisch zu betrachten. Im Rahmen der Tagung durften wir auch mit der NAKOS (Nationale Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe) ihr 40-jähriges Bestehen feiern. Wir besuchten Jubiläums- und Fachveranstaltungen von Selbsthilfeorganisationen und Beratungsstellen und wirkten in kommunalen Arbeitskreisen und Konferenzen mit (siehe S. 9-10).

Außerdem waren wir bei zahlreichen Veranstaltungen mit einem Infostand zu Gast, wie etwa bei der Hochschulmesse Ludwigsburg oder beim Empfang der Mut-Tour am 5.08. – die Mut-Tour ist ein Aktionsprogramm des Mut fördern e. V., bei dem 12 Etappenteams auf Tandems durch Deutschland fahren, um auf das Thema Depression aufmerksam zu machen.

### Eine neue Generation von In-Gang-Setzer\*innen

Die sogenannten In-Gang-Setzer® sind Ehrenamtliche mit Selbsthilferfahrung und unterstützen Gruppen in der Gründungsphase. Mit Erfolg konnten wir 2024 hierfür Freiwillige gewinnen! Vier neue In-Gang-Setzer\*innen starteten ihre mehrmonatige Ausbildung bei uns und werden ab 2025 die ersten Gruppen begleiten können.

### Personelle Veränderungen bei KISS Stuttgart

Auch im hauptamtlichen Bereich der KISS hat sich einiges getan. Unsere neue Kollegin in der Beratung (50%) ist die Sozialarbeiterin Pia Schlicht, die Sie dienstags, mittwochs und donnerstags in der KISS antreffen. Zudem hat sich 2024 das Organigramm unserer personellen Struktur verändert: Der geschäftsführende Vor-



stand wird nun durch eine Teamleitung unterstützt und vertreten. Im Januar 2024 übernahm Anna Lytkin diese Position.

**Servermodernisierung und IT-Sicherheit**

Hohe Zugriffszahlen auf unseren Internetseiten machen uns immer wieder zum Ziel für Phishing- und vereinzelt sogar Hacking-Angriffe. Darüber hinaus sind wir als Fachstelle mit hohem Digitalisierungsgrad auf eine zuverlässige und sichere EDV-Infrastruktur angewiesen. Dies ist insbesondere in Vorarbeit auf unsere neue öffentliche Datenbank O7help notwendig. Durch Modernisierungen unserer Serveranlagen, ein neues Datensicherungskonzept, erhöhte Sicherheitslevel und die Migration unserer Internetseiten zu einem schnelleren Hostinganbieter sind wir gut gerüstet für die Herausforderungen der digitalen Zukunft.

**Neuer Raum und verschlankte Auslage**

Da unsere Gruppenräume sehr gefragt sind und unsere Räume an manchen Abenden förmlich aus den Nähten platzen, haben wir kurzerhand eine Wand eingezogen: Aus dem ehemaligen offenen Wartebereich wurde dadurch ein fünfter Gruppenraum mit Platz für ca. 8 Personen. Tagsüber wird dieser Raum zukünftig als Büro für die Mitarbeitenden des Datenbankprojekts O7help genutzt werden. Um unseren Besucher\*innen weiterhin Infomaterial frei zugänglich bereitzustellen, gibt es nun anstatt der Regale im Wartebereich schlanke Wandhalter im KISS-Flur. Zusätzlich wurde in Eingangsnähe ein neuer Wartebereich inklusive einer Spielzecke für wartende Kinder eingerichtet.

**ARMUT IST KEINE KUNST**

Eine Kooperation der Künstlergruppe Citizen.KANE.Kollektiv gemeinsam mit Trott-war und KISS brachte rechtzeitig zur Weihnachtszeit das Projekt ARMUT IST KEINE KUNST hervor. An sieben Workshopterminen in den KISS-Räumlichkeiten konnten sich Menschen künstlerisch mit dem Thema Armut auseinandersetzen. Daraus entstand ein performativer Stadtspaziergang, ein digitales „Longread“ und eine Straßenzeitungsperformance. Die Abschlussveranstaltung fand im Theater Rampe statt.

**Es weihnachtete sehr**

Etwa 120 Selbsthilfeaktive kamen zur ersten KISS-Weihnachtsfeier im Bürgerzentrum West zusammen, um bei Live-Musik mit Laura Braun (Gewinnerin des KISS-Songslams 2023) und festlichem Buffet den Jahresabschluss zu begehen. Auf der Bühne wurden die vielen Ehrenamtlichen aus der Radioredaktion, dem In-Gang-Setzer-Team und Veranstaltungshelfer\*innen gewürdigt. Ein überwältigend positives Feedback der Gäste machte deutlich, wie wichtig solche Veranstaltungen insbesondere für das gegenseitige Kennenlernen und gemeinschaftliche Miteinander sind.

**ARMUT IST KEINE KUNST**



Illustrator: Lena Schlanderer

**Mutig in die Zukunft**

**KISS BEI DER SEKIS FACHTAGUNG 2024**

Zwei Tage lang tagten Vertreter\*innen der Selbsthilfekontaktstellen aus dem Ländle auf Einladung von SEKIS BW (Selbsthilfekontaktstellen Baden-Württemberg e. V.) in Hegne am Bodensee. Im Rahmen einer Zukunftswerkstatt setzten wir uns intensiv damit auseinander, was auf die Selbsthilfe-Community zukommen wird und wie wir uns inhaltlich und fachpolitisch auf kommende Zeiten einstellen können.

Impulsvorträge von Prof. Dr. Stefan Selke, Soziologie-Professor an der Hochschule Furtwangen, und Prof. Dr. Axel Olaf Kern, Studiendekan des Studiengangs „Gesundheitsökonomie“ an der Hochschule Ravensburg-Wein-

garten, sorgten einleitend für dystopische Stimmung. Prof. Dr. Kern sprach von einem völlig maroden Gesundheitssystem, das in Zukunft nur weiter auseinanderfallen werde, und stellte klare Anforderungen an die Selbsthilfe, mit mehr Aufgabenbereichen und steigender Notwendigkeit und daraus resultierender Belastung zu rechnen. Dr. Stefan Selke sprach über Zukunftsgestaltung und Zukunftseuphorie – es ginge nicht darum, existierende Systeme immer weiter anzupassen, sondern neue Strukturen zu finden. Aber wie soll man das anpacken?

Angespornt von diesen Vorträgen entwickelten die Kontaktstellenvertreter\*innen daraufhin das „Selbsthilfekzept der idealen Zukunft“. Dabei wurde schnell auffällig, dass der Optimalfall für viele Kontaktstellen ähnlich aussieht – die Möglichkeit, allen Anfragen aus und für die Selbsthilfe gerecht werden zu können, sowohl mit Fachkenntnissen als auch mit räumlichen und materiellen Unterstützungsmöglichkeiten.



*Diese Vertreter\*innen der Baden-Württembergischen Kontaktstellen tagten in Hegne.*



Die Realität ist: Alle Kontaktstellen arbeiten bereits auf diesen Optimalfall hin. Wie viel davon tatsächlich umsetzbar ist, hängt am Ende stark von den Trägern und Einzugsbereichen der einzelnen Kontaktstellen ab. Und von den Entscheidungen der Politik und Verwaltung, die angesichts der aktuellen Herausforderungen gut beraten wären, in die Unterstützungsstrukturen der organisierten Selbsthilfe zu investieren.

## VERNETZUNG, KOOPERATION UND MITARBEIT

2024 führte KISS Stuttgart Kooperations- und Informationsgespräche mit dem Sozialamt, Gesundheitsamt und dem Jobcenter der Stadt Stuttgart sowie mit Beratungsstellen, Krankenkassen, Krankenhäusern und Stiftungen. Im Rahmen der Mittendrin-Projektförderung für unsere Unterstützungsdatenbank 07helf kooperieren wir über 5 Jahre mit Jobcenter und Bürgerstiftung Stuttgart. In Kooperation mit dem Gesundheitsamt arbeiten wir im gesunde Städtenetzwerk mit, und gestalteten des weiteren mit ihnen die Eröffnung des Filmfests der Generationen. Im Rahmen unseres Selbsthilfe-

tags 2024 unter der Schirmherrschaft von Oberbürgermeister Dr. Frank Nopper boten wir neben der Selbsthilfemesse einen eigenen Präsentationsbereich

für Beratungsstellen an. Wir führten Vorträge und Workshops für Studierende der Hochschule Esslingen, für Pflegeschüler\*innen des Klinikum Stuttgart und des Marienhospitals sowie für Mitarbeitende und Patient\*innen der Median AG Tagesklinik durch. Unser Kooperationspartner Stuttgart Cancer Center wurde in Hinarbeit auf die Auszeichnung „Selbst-

hilfefreundlichkeit“ bei der Einrichtung eines Patient\*innenbeirats begleitet. Mit PORT-Zentrum und INSEA-Programm des Bosch Health Campus wurde eine Kooperationsvereinbarung getroffen. Mit der Kassenärztlichen Vereinigung BW organisieren wir jährlich einen Fachtag für medizinische Fachangestellte. Wir bieten andere Selbsthilfekontaktstellen zur „Pauschalförderung auf Gruppenebene“.

### Mitgliedschaften auf lokaler Ebene

- Beirat der Stuttgarter Gesundheitskonferenz
- Vergabeausschuss der kassenartenübergreifenden Gemeinschaftsförderung der gesetzlichen Krankenkassen auf örtlicher Ebene
- Kreisverband des Paritätischen
- Freies Radio für Stuttgart
- Stuttgarter Netzwerk frEE für freiwilliges Engagement, Ehrenamt und Selbsthilfe
- AK Jungen\*- und Männer\*gesundheit
- Netzwerk Chancengleichheit

### Mitgliedschaften auf überregionaler Ebene

- LAG KISS
- SEKiS Baden-Württemberg
- Fachgruppe und Kernteam Selbsthilfe des Paritätischen
- Bundesweites Projekt „In-Gang-Setzer®“
- Bundesweiter Fachverband DAG SHG e. V.
- NAKOS Fachgruppe „Digitale Selbsthilfe“



Leona Müller (KISS), Amtsleiter Jochen Wacker und Dr. Stephan Schumacher (Jobcenter)

## Kampagnen & Publikationen



### Das Stuttgarter Selbsthilfe Magazin WIR

Das Stuttgarter Selbsthilfe Magazin WIR erscheint zweimal im Jahr. Sie finden darin wechselnde Themenschwerpunkte, Interviews und Infos zu Gruppen und aktuellen Gründungen. Außerdem gibt es immer einen Überblick über Termine, Neuigkeiten und Veranstaltungen.

Das WIR-Magazin ist kostenfrei und liegt bei uns in der KISS sowie in vielen anderen Einrichtungen aus, oder kann digital auf unse-



rer Website gelesen werden. Wer möchte, kann es abonnieren, bestellen oder downloaden.

Ausgabe 01-2024 – Vom Krankenstand zur Work-Life-Balance / Versicherungen in der Selbsthilfe / Selbsthilfefest Stuttgart 2024

Ausgabe 02-2024 – Demokratie und Freiheit / Einsamkeit und Künstliche Intelligenz / Unterstützungsdatenbank 07helf



### Jahresbericht 2023

Der Jahresbericht dokumentiert Fakten und Zahlen, Events, Publikationen, Kampagnen und relevante Ereignisse des vergangenen Jahres. Für 2023 gaben wir Einblick in unseren Fachtag, berichteten vom Vorstandswechsel bei KISS und stellten unsere Kooperation mit dem Cancer Center Stuttgart vor.

## Jahresprogramm 2025

Das Jahresprogramm der KISS Stuttgart bietet eine Vielzahl an kostenfreien Angeboten für Menschen aus Selbsthilfegruppen und -initiativen, aber auch für Fachleute und Interessierte, die mehr über Selbsthilfe erfahren wollen. Zum vielfältigen Programm gehören professionell angeleitete Seminare, Infoveranstaltungen und Workshops sowie Kreativ- und Kulturangebote.



Stadtgebiet (Restaurants, Cafés, Kinos, Theatern, Bibliotheken etc.) wieder Grüße aus der KISS entdecken. Parallel machten wir mit beleuchteten Großplakaten an ÖPNV-Knotenpunkten auf Selbsthilfegruppen aufmerksam.

### Kampagne zum Selbsthilfetag

Besonders laut war unsere Werbung zum Selbsthilfetag 2024: In Orange und Blau informierten nicht nur City Light-Plakate an den U- und S-Bahn-Stationen, sondern auch in den Bahnen der SSB. Außerdem lachten große Banner über der Königsstraße und dem Wilhelmsplatz den Passant\*innen entgegen. Auch auf Social Media erreichten wir mit einer



Kampagne zum Selbsthilfetag besonders junge Interessierte.

### Großvitrine Rotebühlplatz

Zum Selbsthilfetag war außerdem unsere Großvitrine im orange-blauen Motiv beklebt. Zuvor war sie mit



Gipshänden (Originalabdrücke der KISS-Mitarbeitenden) dekoriert, die Selbsthilfethemen hochhielten, sowie mit wechselnden Plakataufhängungen im Innenraum. Seit November ist sie ein besonderer Hingucker für Passant\*innen: Mit Folie verspiegelt motiviert sie die Vorbeigehenden mit dem Aufdruck „So wie Du bist, bist Du richtig.“

### „WIR auf Sendung“ im Freien Radio für Stuttgart

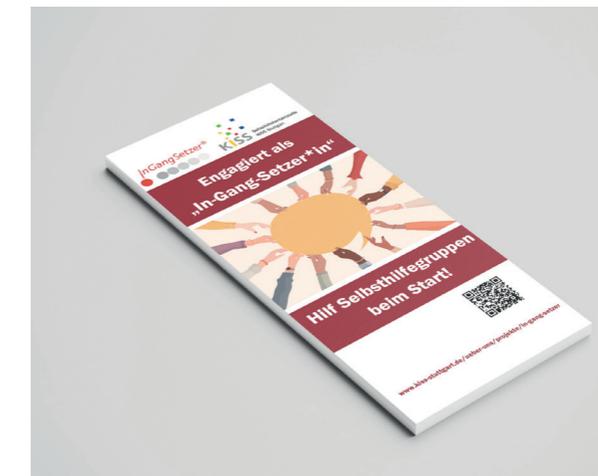
Auch 2024 gab es wieder 12 Sendungen aus der Selbsthilfereaktion des Freien Radios. Gemeinsam produzieren die Freiwilligen der Redaktion ein Sozialmagazin, das sich mit Themen rund um den Sozial- und Gesundheitsbereich beschäftigt. Im vergangenen Jahr gab es unter anderem Sendungen über Medien aus der Selbsthilfe,

Kinderbetreuung und Wohnungsnot. Immer am ersten Donnerstag im Monat um 19 Uhr ist WIR auf Sendung im Internet oder unter 99.2 Hz zu hören. Einschalten lohnt sich!



### Faltblatt In-Gang-Setzer®

Für die Akquise neuer Freiwilliger für das Projekt in-Gang-Setzer®, das Gruppen in der Gründungsphase unterstützt, entstanden 2024 neue Faltblätter, die das Projekt auf einen Blick vorstellen. Durch die Verteilung an Selbsthilfeaktive konnten wir direkt diejenigen erreichen, für die die Rolle als In-Gang-Setzer\*innen von Interesse sein könnte.



*Mit einem Faltblatt erreichen wir potentielle neue In-Gang-Setzer\*innen*



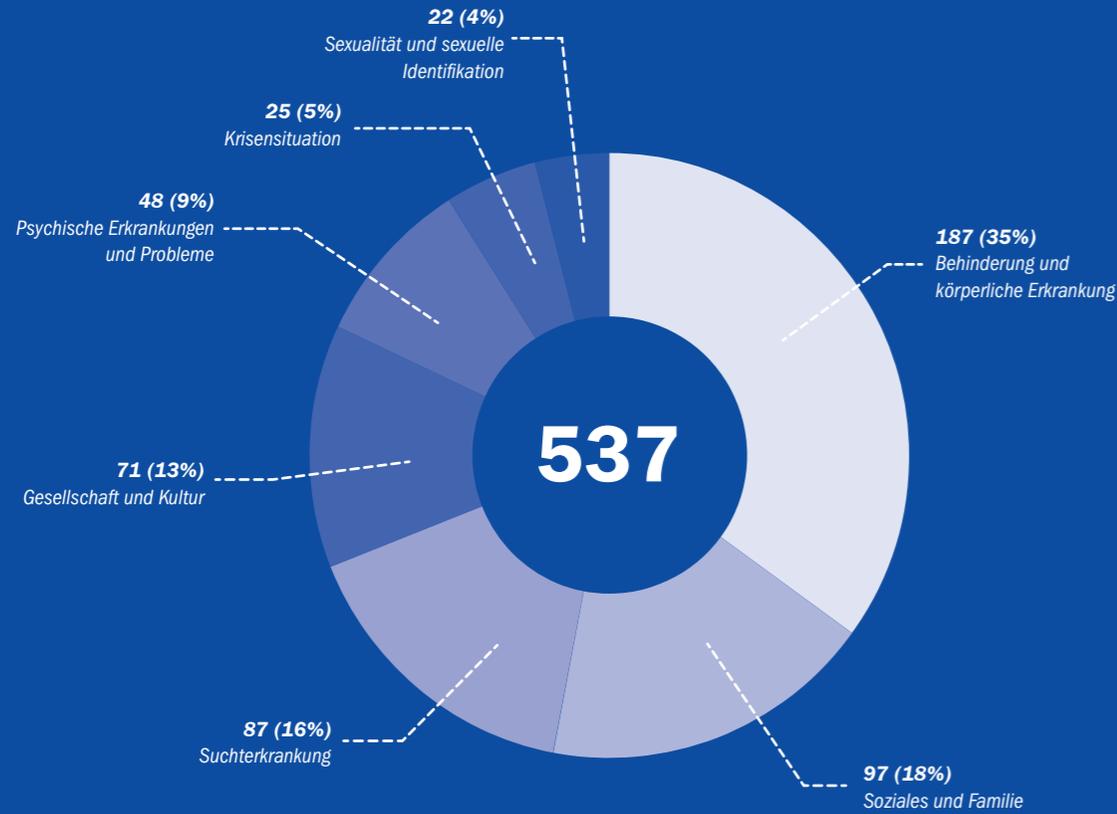
### City Cards und City Lights

Auch 2024 konnte man mit zwei neuen Postkarten in den City Card-Ständern an 250 Standorten im

# Das Jahr 2024 in Zahlen und Fakten

Unsere Datenbank enthält zum Jahresabschluss **537** Selbsthilfegruppen, selbstorganisierte Initiativen und Gründungsinitiativen in sieben Themenkategorien.

**Wir unterteilen die Einträge in diese sieben Themenkategorien:**



## GRUPPENGÜNDUNGEN

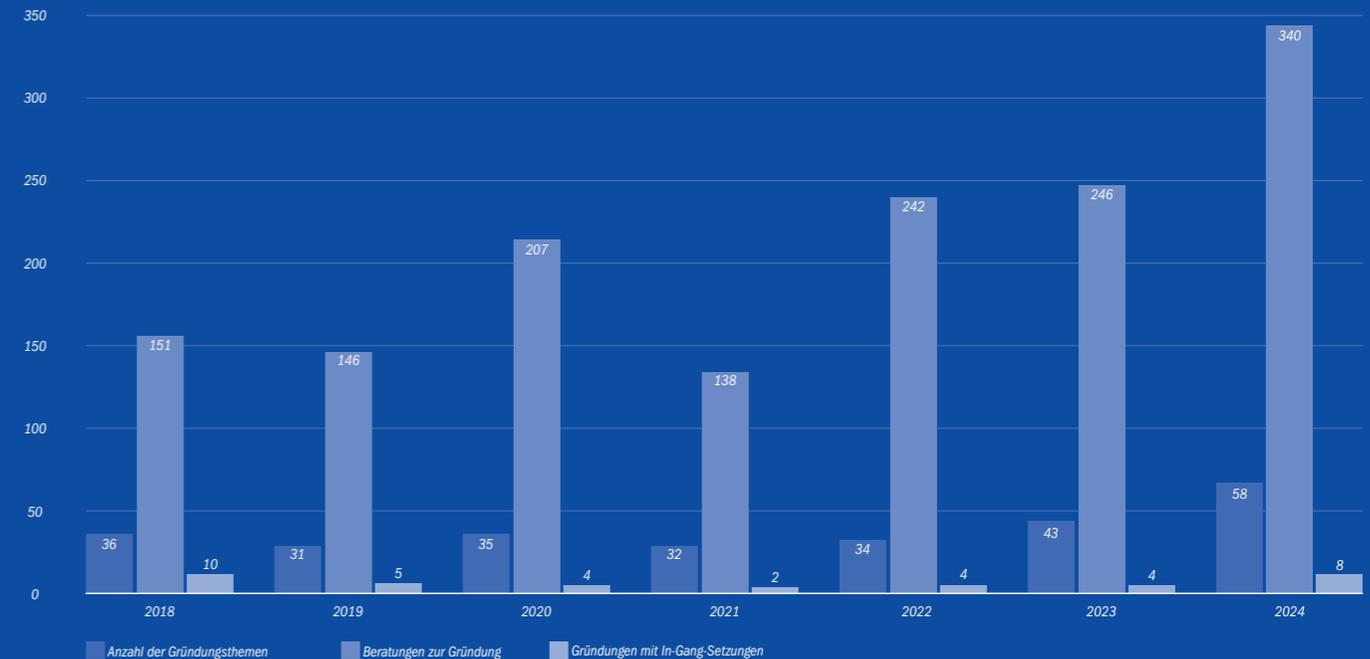
Die KISS Stuttgart begleitet seit über 35 Jahren Gruppengründungen. In den letzten Jahren verzeichnen wir ein stetes Wachstum des Interesses an Selbsthilfe und auch an der Initiative, selbst Gruppen zu gründen.

Gründungen werden von uns vom ersten Schritt an begleitet. In einem Beratungsgespräch werden zunächst die Möglichkeiten zur Suche Gleichgesinnter besprochen, die grundsätzliche Arbeitsweise von Selbsthilfefzusammenschlüssen erklärt und die Bedürfnisse, Erwartungen und Bedenken der Gründer\*innen thematisiert.

Wenn sich genug Interessierte für ein erstes Kennenlernetreffen gefunden haben, bestimmen die dort Anwesenden gemeinsam die mögliche Gestaltung ihrer Gruppentreffen sowie den möglichen Zugang von weiteren Interessierten. Auch hierbei steht KISS unterstützend zur Verfügung.

Auf Wunsch begleiten sogenannte In-Gang-Setzer\*innen (IGS) die ersten Treffen. Die durch uns geschulten Ehrenamtlichen unterstützen zum Beispiel durch die anfängliche Moderation der Treffen und geben Anregungen für Organisation und Gestaltung.

Anstieg der Gruppengründungen 2018 bis 2024



## GRÜNDUNGSINITIATIVEN 2024

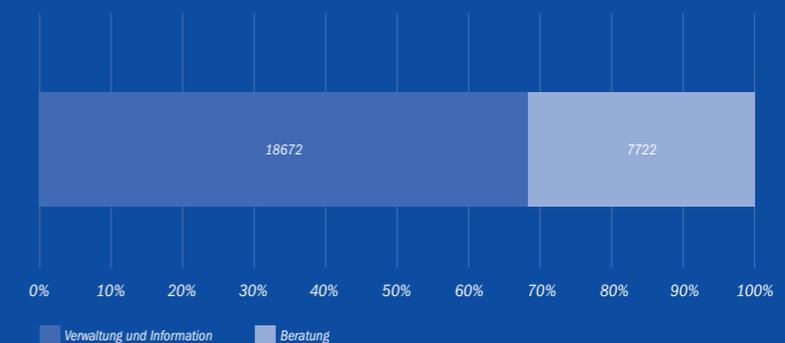
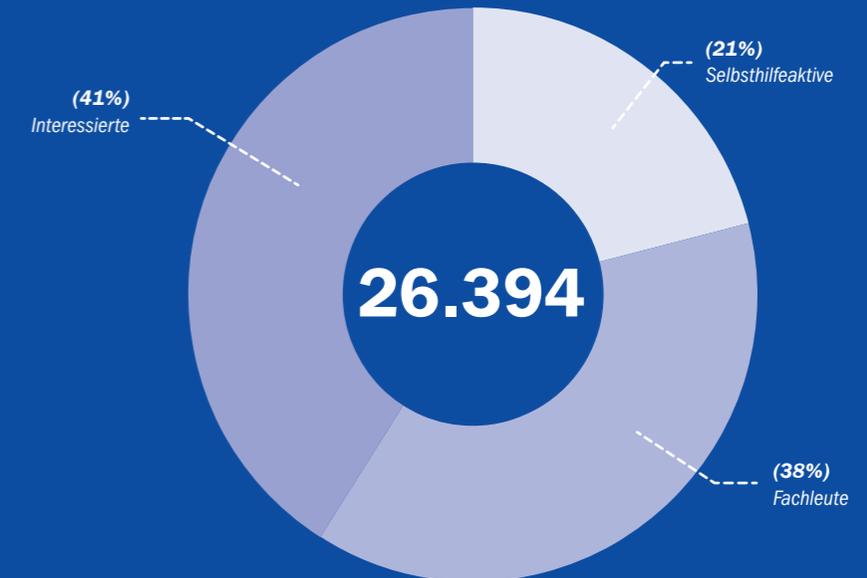
Im vergangenen Jahr haben Gründungsinitiativen zu **58** Gründungsthemen beraten, unterstützt und begleitet.

- *Al Mudmin – Abhängigkeit bei Muslim\*innen*
- *Al-Anon ukrainisch/russisch*
- *Alter annehmen*
- *Anderes Burnout-Café: ABC Stuttgart*
- *Angehörige krebskranker Menschen*
- *Angehörige von Menschen mit PTBS*
- *Angehörige von Menschen mit antidemokratischer Einstellung*
- *Angehörigengruppe Borderline*
- *Chemsex*
- *Chronische Gastritis*
- *Depression 50 plus*
- *Depression 65 plus – Nachmittags*
- *Diabetes Typ 1*
- *EA – Emotions Anonymous (verhaltensfokussiert)*
- *EKS – Erwachsene Kinder von suchtkranken Eltern*
- *Eifersucht*
- *Ex-Partner\*innen von Menschen mit narzisstischer Persönlichkeitsstörung*
- *Fatiago*
- *Fibro-Selbsthilfegruppe Stuttgart-Mitte*
- *Frauen\* mit psychischer Gewalterfahrung*
- *Fremd in meiner Kultur*
- *Gastroparese (Magenlähmung)*
- *Gemeinsam aus der Trauer*
- *Gemeinschaft, Sinn und Sicherheit – Initiative gemeinsam Wohnen*
- *Gesprächsgruppe „Diagnose Bluthochdruck“*
- *Gesprächskreis für Menschen zur Zielerreichung / in Krisen*
- *Gewalt bei der Geburt*
- *Individuelle Malgruppe*
- *Initiative Gemeinsam gegen Einsam*
- *InnerMen:d Brotherhood – Healing Circle for Men (BIPoC-Männer)*
- *Insomnie*
- *Junge Herzen: Gemeinsam durch Trennung und Scheidung*
- *Junge Menschen mit körperlichen Erkrankungen*
- *Kontaktabbruch zu den Eltern*
- *Kontaktabbruch zur Familie*
- *Lungenfibrose*
- *Menschen mit Anämie*
- *Menschen mit PMS*
- *Menschen mit narzisstischer Persönlichkeitsstörung*
- *Menschen, die in ihrer Beziehung betrogen wurden*
- *Narzisstische Eltern*
- *Opfer von Narzissmus*
- *Patchworkleben*
- *Polycythaemia vera*
- *Postpartale Depression*
- *SHG Kontinenz*
- *SHG Schlaganfall Weilimdorf*
- *Schluckbeschwerden nach Karzinom-OP / Bestrahlung am Zungengrund*
- *Selbstfürsorge bei PTBS und Borderline*
- *Selbsthilfegruppe für Osteoporose*
- *Selbsthilfegruppe nach Herzinfarkt*
- *Single-Moms*
- *Trennung und Scheidung*
- *Trennung und Scheidung (Altersgruppe 50 plus)*
- *Trennung und Scheidung (bei gemeinsamen minderjährigen Kindern)*
- *(Un-)glücklich im Job*
- *WUNSCHKIND – ungewollt kinderlos*
- *Wohnzimmer Neurodivers*

## INFORMATION, BERATUNG, UNTERSTÜTZUNG – UNSERE KONTAKTE IN 2024

Neben der Datenaktualisierung und der Begleitung von Gruppengründungen liegt die Hauptaufgabe der KISS Stuttgart in der Unterstützung sowohl von Stuttgarter Selbsthilfegruppen und -initiativen, als auch Menschen, die an Selbsthilfe interessiert sind. Dabei sind im Jahr 2024 insgesamt **26.394** Kontakte entstanden – per Telefon, E-Mail, postalisch oder persönlich.

### Gesamtkontakte



### Kontakte zu Selbsthilfegruppen

Selbsthilfegruppen unterstützen wir in ihrer Arbeit – durch Beratung zur Gruppenarbeit und zur finanziellen Förderung, bei der Öffentlichkeitsarbeit, durch Fortbildungsangebote und Vernetzung der Gruppen untereinander, bei der Suche neuer Mitglieder und bei der Raumsuche.

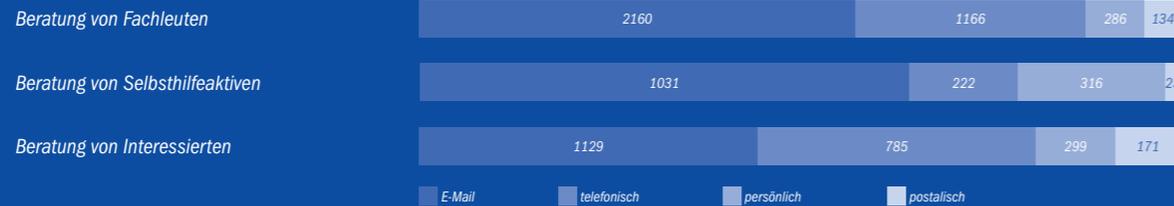
### Kontakte zu Interessierten

Menschen, die sich über Selbsthilfe informieren möchten oder die auf der Suche nach der passenden Selbsthilfegruppe bzw. Initiative sind, helfen wir, alle

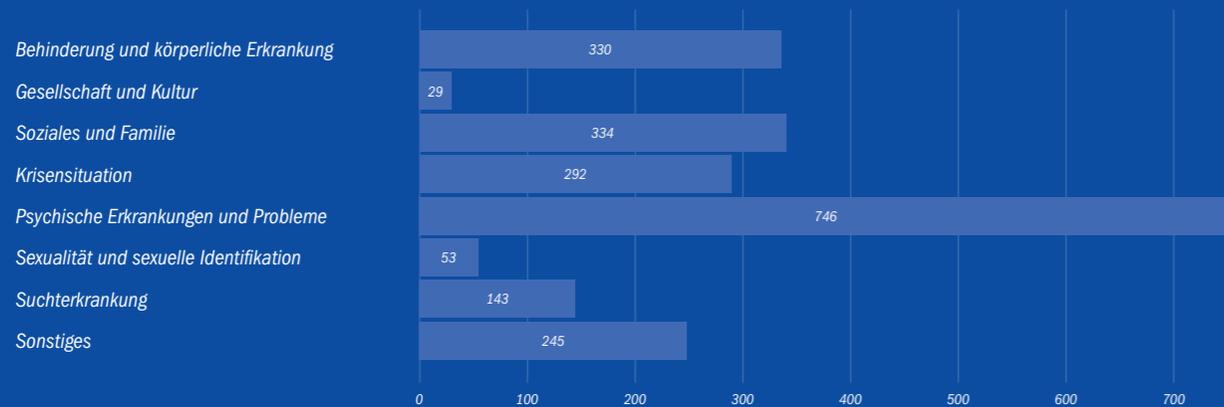
möglichen Fragen zu beantworten, informieren über Gruppen aus unserer Datenbank oder leiten ggf. an andere Fach- und Beratungsstellen weiter.

### Kontakte zu Fachleuten

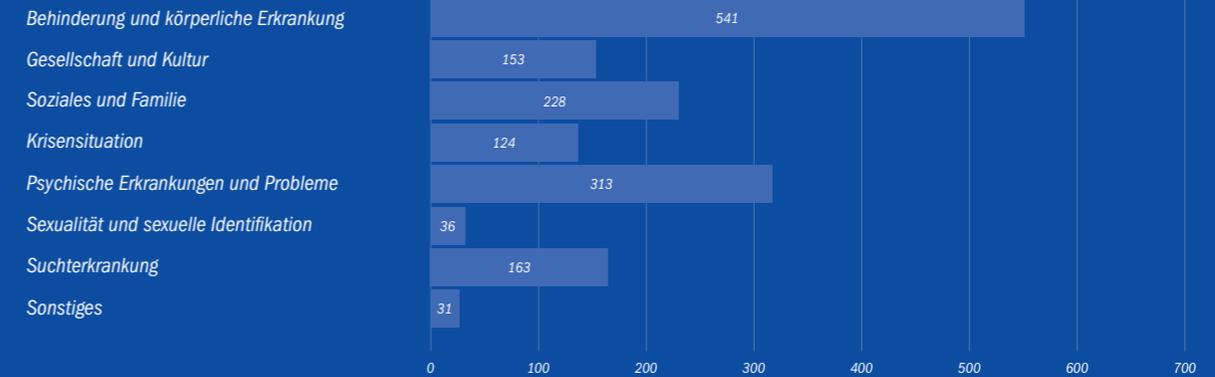
Ein wichtiger Bestandteil unserer Arbeit ist auch der Austausch und die Kooperation mit anderen Fachkräften. Dabei informieren wir zum einen über die Selbsthilfe bzw. unsere Angebote, oder bieten ganz konkrete fachliche Beratung, kooperieren aber auch im Rahmen weitreichender Angebote und spannender Veranstaltungen.



### Zu diesen Themenbereichen wurde von Interessierten angefragt:



### Aus diesen Gruppenbereichen kontaktierten uns Selbsthilfeaktive:



### KISS-Veranstaltungen

Die KISS Stuttgart stellt ein umfangreiches wechselndes Jahresprogramm bereit, bei dem sowohl für Selbsthilfeaktive, als auch für Fachkräfte und

Interessierte Seminare und Infoveranstaltungen angeboten und Foren für Begegnung und Vernetzung geschaffen werden.



# KISS online

## Nutzung unserer Websites

Heutzutage ist die digitale Kommunikation entscheidend. Auch KISS Stuttgart setzt deshalb auf starke Internetpräsenz sowohl auf unserer Website als auch in den Sozialen Medien.

Unsere Homepage, die wichtigste Säule unserer Online-Arbeit, verzeichnet auch 2024 steigende Aufrufzahlen: Rund 20% mehr Menschen als im Vorjahr besuchten [www.kiss-stuttgart.de](http://www.kiss-stuttgart.de). Besuchermagnet blieb nach wie vor die Suche nach Selbsthilfegruppen, aber auch unser Veranstaltungskalender war sehr beliebt.

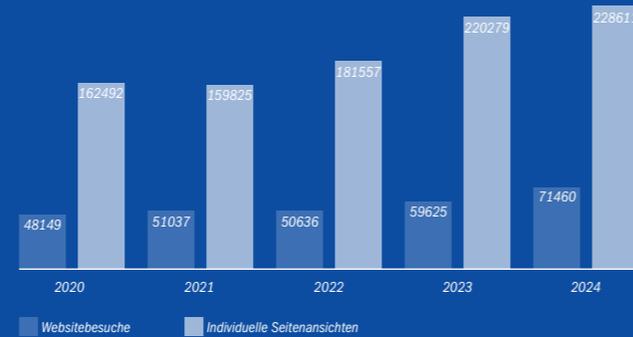
Unsere Meeting-App „Meeting Me“ (Android, iOS, PC) verfügt über eine eigene Website [meeting-me.de](http://meeting-me.de) und wurde in 2024 so umgebaut, dass das Anlegen virtueller Meetings nun ohne Registrierung/Login möglich ist.

## Unsere Sozialen Medien

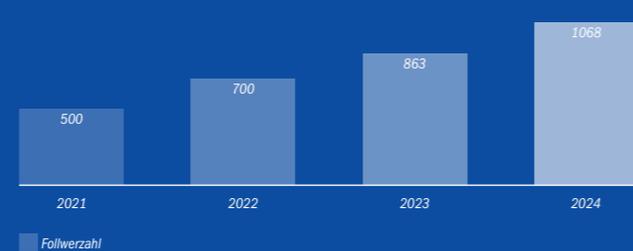
Unser Instagram Kanal knackte 2024 die 1000-Follower Marke, was sich nicht nur in der Reichweite niederschlug – sowohl dort als auch auf Facebook stiegen die Interaktionen mit unserem Content dieses Jahr um über 100 Prozent. Oft genutzt wurde auch die Messenger-Funktion, über die uns Selbsthilfe-Interessierte ebenso wie andere Organisationen für Vernetzung und Kooperation kontaktieren.

Beliebter Content waren Video-Reels, wie z. B. unsere Reihe über Selbsthilfe-Vorurteile, die wöchentlichen Tipps für die Gruppenarbeit und die Auflistung von Aktionstagen. Nicht zuletzt durch unsere Kampagnen konnten wir zusätzlich eine Vielzahl an Nicht-Follower\*innen auf uns aufmerksam machen.

Websiteaufrufe über die Jahre



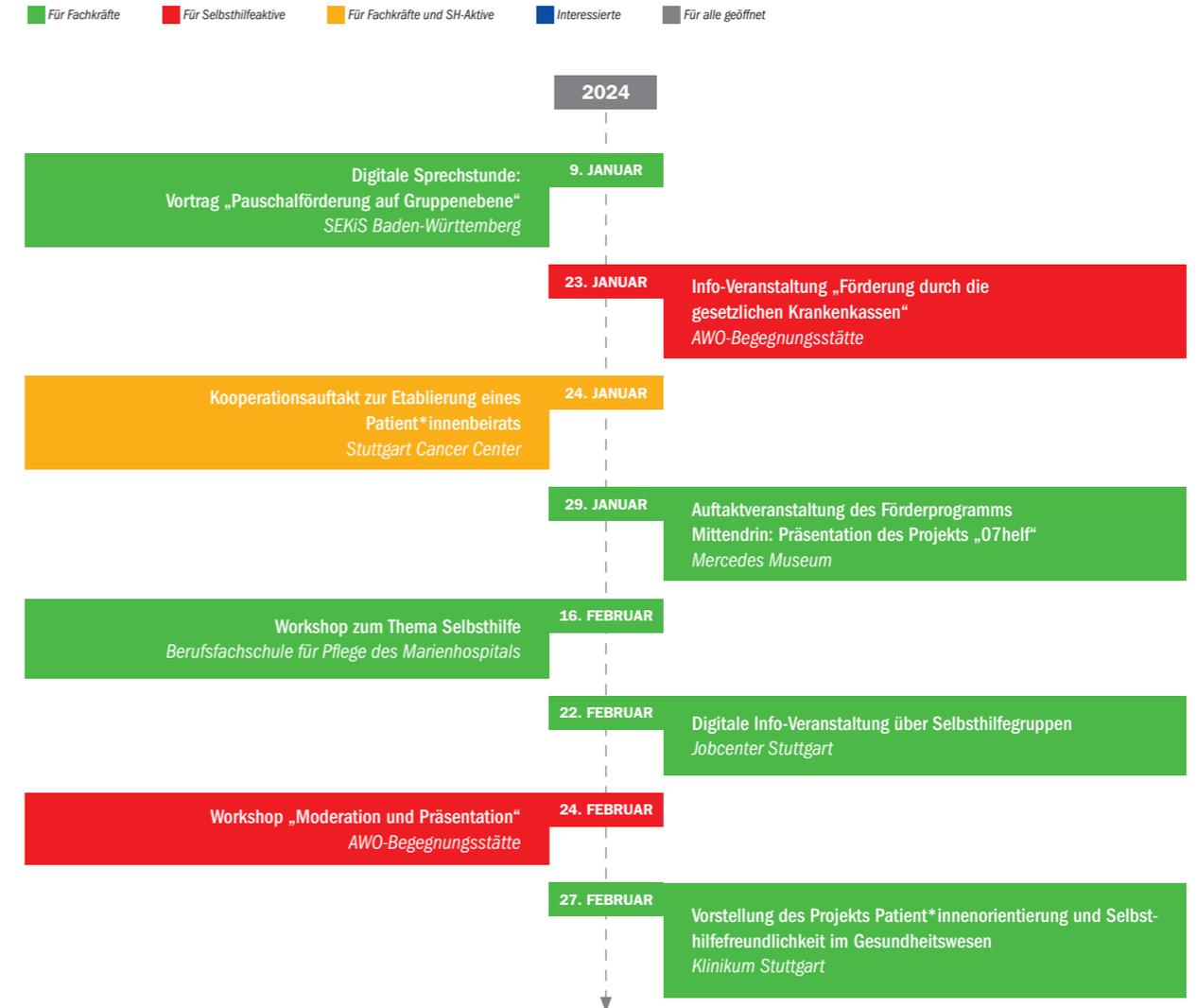
Follower auf Instagram über die Jahre



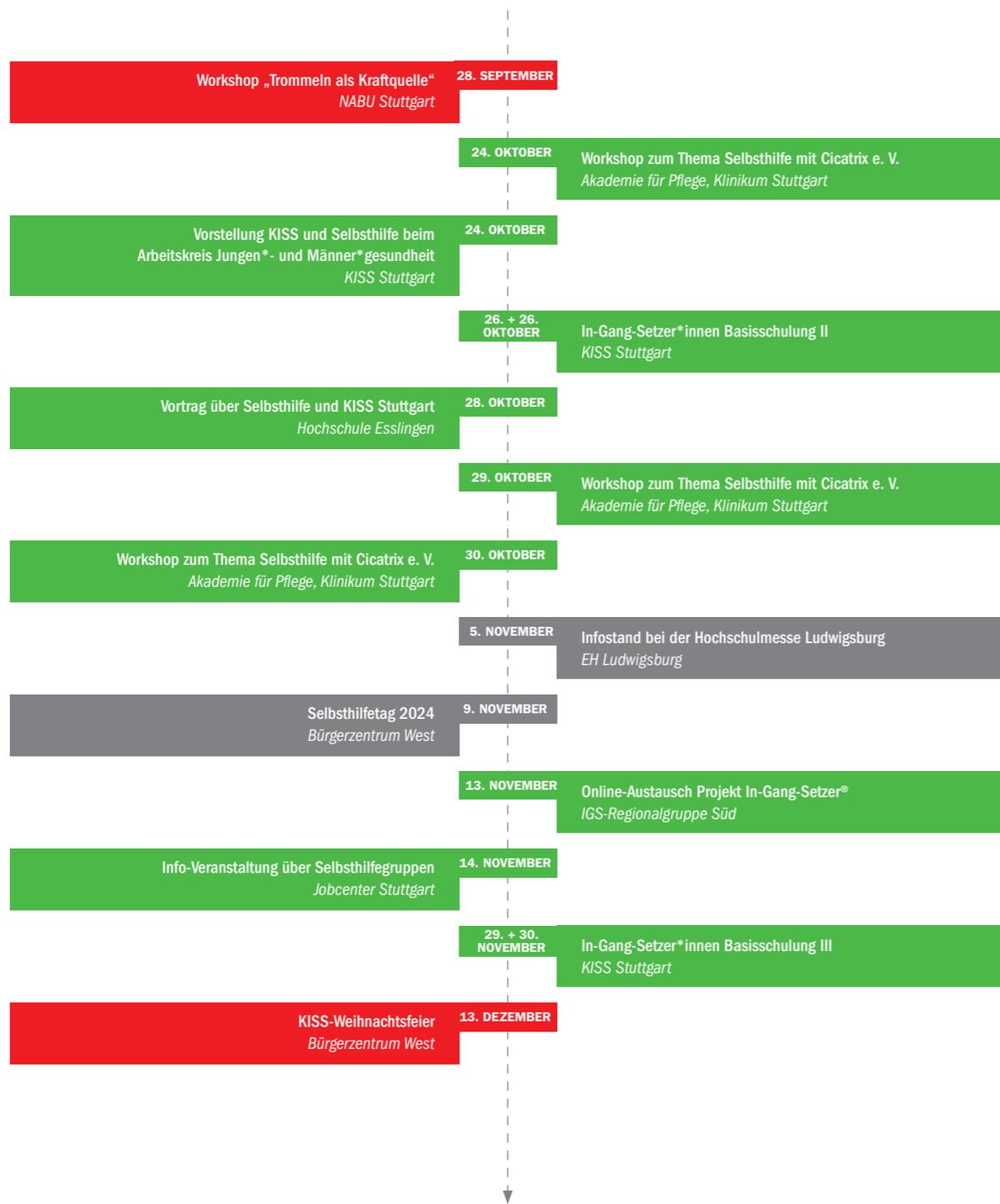
# VERANSTALTUNGEN DER KISS IN 2024

Insgesamt 50 Veranstaltungen von und mit KISS Stuttgart gab es im vergangenen Jahr. Neben unserem Jahresprogramm mit verschiedenen Infoveranstaltungen, Kulturangeboten und Workshops für Selbsthilfeaktive, Fachkräfte und Interessierte waren wir bei

verschiedenen Stuttgarter Einrichtungen zu Gast, um Selbsthilfe und die KISS Stuttgart vorzustellen und waren Teil vielfältiger Kooperationen, Arbeitskreise und Veranstaltungen.

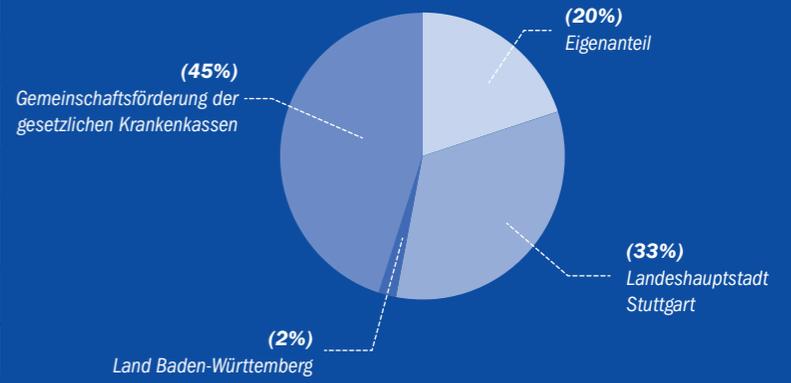






## DIE FINANZEN

Zuschüsse 2024 von	Euro
Landeshauptstadt Stuttgart	340.467
Land Baden-Württemberg	16.500
Gemeinschaftsförderung der gesetzlichen Krankenkassen	468.346
<b>Eigenanteil</b>	
Projektförderung durch gesetzliche Krankenkassen	25.000
Projektförderung durch Drittmittel	150.000
sonstige Einnahmen	29.064
<b>Summe</b>	<b>1.029.395</b>



## WIR SAGEN DANKE

- dem Sozialamt der Stadt Stuttgart
- der Gemeinschaftsförderung der gesetzlichen Krankenkassen
- dem Ministerium für Soziales und Integration Baden-Württemberg
- der AOK Baden-Württemberg
- der Bürgerstiftung Stuttgart
- der Mercedes-Benz Group AG
- der Alfred Kärcher SE & Co. KG
- der Communication Consultants GmbH
- der E. Scheurle Messebau GmbH
- der Ströer Deutsche Städte Medien GmbH
- unseren Spenderinnen und Spendern
- unseren Vereinsmitgliedern
- unseren Ehrenamtlichen

Die Finanzierung der KISS Stuttgart erfolgt zum großen Teil durch die Stadt Stuttgart, die gesetzlichen Krankenkassen und das Land Baden-Württemberg. Damit wir unsere Angebote im gewohnten Umfang anbieten können, sind wir auf weitere finanzielle Unterstützung durch Projektmittel, Geld- und Sachspenden und ehrenamtliches Engagement angewiesen.

*Ein herzliches Danke!*

### In 2024 besuchten unsere Mitarbeiter\*innen Fortbildungen zu folgenden Themen:

Buchhaltung und Controlling, Begleitung von Pflege-Selbsthilfegruppen, Grundlagen der Selbsthilfeunterstützung, Gruppenberatung und Vermittlung im Kontext rechts-extremer Tendenzen oder ambivalenter Überzeugungen, Moderationstools in der Selbsthilfeunterstützung, Selbsthilfe und Psychotherapie, Selbstorganisation von Gruppen, Stressbewältigung, sowie Zukunftsorientierung von Kontaktstellen.

## AUFSICHTSRAT

Irene Kolb-Specht (Vorsitzende), Prof. Dr. Paul-Stefan Roß, Dr. Hanna Katrin Gebicke, Simon Kienzle

## EHRENAMTLICHE

### Radio

Ein kleines Team von Freiwilligen, das die Redaktion der Selbsthilfegruppen im Freien Radio für Stuttgart bildet.

### In-Gang-Setzer®

Diese Ehrenamtlichen unterstützen neue Gruppen während der Gründungsphase.

### Selbsthilfeaktive

Mitglieder aus Selbsthilfegruppen unterstützen KISS Stuttgart bei der Öffentlichkeitsarbeit, auf Veranstaltungen und vertreten die Interessen der Selbsthilfe.



<b>Jan Siegert</b> (100%)	Geschäftsführender Vorstand Personal, Projektaufsicht, Öffentlichkeitsarbeit <i>Dipl. Sozialarbeiter/Sozialpädagoge</i>
<b>Anna Lytkin</b> (80%)	Teamleitung Beratung, Gruppegründung und -unterstützung, Förderung, Finanzen <i>Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin B.A.</i>
<b>Leona Müller</b> (100%)	Beratung Gruppengründung und -unterstützung, Projektleitung O7helf, Selbsthilfetag <i>Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin B.A. Systemische Beraterin</i>
<b>Beate Voigt</b> (80%)	Beratung Gruppengründung und -unterstützung, Projektleitung In-Gang-Setzer*innen, Kooperation mit Kliniken, Stadtteilarbeit <i>Dipl. Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin Systemische Therapeutin</i>
<b>Pia Schlicht</b> (50%)	Beratung Gruppengründung und -unterstützung, Jahresprogramm <i>Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin B.A.</i>
<b>Alina Braitmaier</b> (80%)	Öffentlichkeitsarbeit Print-Publikationen, Kampagnen, Radio, IT <i>Digital Humanities M.A.</i>
<b>Janne Rauhut</b> (70%)	Öffentlichkeitsarbeit Digital-Publikationen, Homepage, Social Media, Junge Selbsthilfe, Beratung <i>Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin B.A. Digital Designerin</i>
<b>Felipa Kast</b> (70%)	Verwaltung Datenpflege, Auslage, Großversände <i>Bürokauffrau</i>
<b>Maria Russi</b> (50%)	Verwaltung Buchhaltung, Büroorganisation, Raumverwaltung <i>Kontoristin</i>



### Bildnachweis

S. 1: Kira Jacobi, Wiesbaden am Meer / S. 4: Benny Ulmer / S. 5: KISS Stuttgart / S. 6: the kitchen / S. 7-8: KISS Stuttgart / S. 9: Benny Ulmer / S. 11-13: KISS Stuttgart; Wiesbaden am Meer / S. 19: KISS Stuttgart / S. 27: Christof Mattes

### Impressum

#### Herausgeber:

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

Tel. 0711 6406117

Fax 0711 6074561

E-Mail [info@kiss-stuttgart.de](mailto:info@kiss-stuttgart.de)

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

#### Redaktion und Layout:

Alina Braitmaier, Jan Siegert, Stefan Winter / Wiesbaden am Meer

KISS Stuttgart wird gefördert durch die Landeshauptstadt Stuttgart, die gesetzlichen Krankenkassen und das Ministerium für Soziales und Integration Baden-Württemberg.

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

**In über 500 Stuttgarter Selbsthilfegruppen  
unterstützen sich Betroffene oder Angehörige  
gegenseitig.**

Lebenskrise, psychische Probleme, Sucht, Krankheit oder Behinderung –  
triff andere, denen es geht wie Dir!

Selbsthilfegruppen finden oder gründen

**Selbsthilfekontaktstelle KISS Stuttgart**

Tübinger Str. 15

Tel. 0711 6406117

70178 Stuttgart

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

**Telefonische Sprechzeiten**

Montag 14 – 16 Uhr

18 – 20 Uhr

Dienstag 10 – 12 Uhr

Mittwoch 14 – 16 Uhr

Donnerstag 14 – 16 Uhr

**Persönliche Sprechzeiten**

**ohne Voranmeldung**

Mittwoch 17 – 18 Uhr

Donnerstag 12 – 13 Uhr

