



# 2026

## JAHRESPROGRAMM

FORT- UND WEITERBILDUNGEN, VERANSTALTUNGEN



Selbsthilfezentrum  
KISS Stuttgart

# Liebe Leserinnen und Leser,

unser Jahresprogramm richtet sich an Selbsthilfeaktive, professionelle Fachkräfte und generell an Selbsthilfe interessierte Menschen. Dank der Förderung durch die gesetzlichen Krankenkassen können wir Ihnen alle Veranstaltungen kostenfrei anbieten.

Für Selbsthilfeaktive, also Mitglieder von Selbsthilfegruppen oder -initiativen, haben wir ein abwechslungsreiches Fortbildungsprogramm zusammengestellt, das Ihnen ermöglicht Neues zu lernen & neue Seiten an sich zu entdecken:

Das Spektrum reicht vom Workshop Vielfalt & Diskriminierung über ein kunsttherapeutisches Angebot bis hin zur queeren historischen Stadtführung. Es werden sowohl Informationsveranstaltungen zur finanziellen Förderung gesundheitsbezogener Selbsthilfegruppen und Veranstaltungsorganisation angeboten als auch neue Seminare für Selbsthilfegruppen zu Themen wie Gruppendynamik, thematische Zentrierung und Achtsamkeit.

Für Kolleg\*innen aus anderen Beratungs- und Fachstellen bieten wir zwei Infoveranstaltungen an. Beim Tag der offenen Tür dürfen alle Interessierten bei Kaffee, Tee und Kuchen unsere Räume und Angebote entdecken. Während des laufenden Jahres kommen üblicherweise kurzfristig weitere Veranstaltungen hinzu, die Sie auf kiss-stuttgart.de unter dem Menüpunkt „Termine“ finden können.

Wenn Sie sich zu unseren kostenfreien Veranstaltungen anmelden, bitten wir um Verbindlichkeit und ggf. eine rechtzeitige Abmeldung, sollten Sie verhindert sein. Die Teilnahmeplätze sind begrenzt und so können andere dann den Platz einnehmen. Wir wünschen Ihnen gute Begegnungen und hilfreiche Anregungen!

Das Team der KISS Stuttgart

# Inhaltsverzeichnis



<b>ALLGEMEINE INFORMATIONEN</b>	
Vorwort	2
Inhaltsverzeichnis	3
Was bietet KISS Stuttgart?	4
<b>FÜR SELBSTHILFEAKTIVE</b>	
Mut spielerisch entdecken – Theaterworkshop	6
Förderung durch die gesetzlichen Krankenkassen	8
Ressourcen in Form und Farbe – Ein kunsttherapeutisch begleiteter Workshop	10
Zeichen.Setzen – Vielfalt und Diskriminierung verstehen	12
Schwarmintelligenz nutzen – Wie die Gruppe ihre (Lebens-)Klugheit einsetzt, um Themen gemeinsam zu bearbeiten	14
Queere Historische Stadtführung durch Stuttgart	16
Austauschtreffen der Stuttgarter Selbsthilfegruppen	18
Veranstaltungen sicher planen: Ein praxisorientierter Einstieg	20
Gruppenprozesse & -rollen in Selbsthilfegruppen verstehen und gestalten	22
Merry KISS-Mas – die KISS-Weihnachtsfeier	24
<b>FÜR FACHLEUTE</b>	
Selbsthilfegruppen – welche es gibt und was sie machen	26
Selbsthilfegruppen – Unterstützung für Patient*innen und Entlastung für die Praxis	28
<b>FÜR INTERESSIERTE</b>	
Tag der offenen Tür bei KISS Stuttgart	30
<b>HINWEISE</b>	
Aus der KISS Stuttgart	32
WIR – Stuttgarter Selbsthilfe Magazin	34
Terminübersicht chronologisch	35



# Was bietet KISS Stuttgart?

## Für Interessierte

- Wir informieren und beraten zu Selbsthilfegruppen bzw. selbstorganisierten Initiativen und vermitteln Kontakt und Zugang.
- Wir pflegen eine ständig aktualisierte Datenbank mit Informationen zu mehr als 540 Stuttgarter Selbsthilfeszusammenschlüssen, aber auch zu Fachstellen.
- Wir unterstützen bei der Gründung von neuen Selbsthilfegruppen und selbstorganisierten Initiativen.
- Wir bieten Infoveranstaltungen und Publikationen zum Thema Selbsthilfe in Stuttgart an.

## Für Menschen, die eine Selbsthilfegruppe / selbstorganisierte Initiative gründen wollen

- Wir beraten Sie hinsichtlich Ihrer Bedürfnisse, Erwartungen sowie zur Gruppenarbeit, Zielgruppe und Zeitplanung.
- Wir geben praktische Unterstützung bei der Raumsuche, Öffentlichkeitsarbeit und der finanziellen Förderung für Selbsthilfegruppen.
- Wir bieten an, dass bei den ersten Treffen von uns geschulte Ehrenamtliche teilnehmen - sogenannte In-Gang-Setzer\*innen - um Sie bei der Organisation und Gestaltung der Treffen zu unterstützen.

## Für Selbsthilfegruppen

- Wir unterstützen bestehende Selbsthilfegruppen / selbstorganisierte Initiativen mit Fortbildungen und Informationsveranstaltungen.
- Wir unterstützen bei Anträgen zur finanziellen Förderung sowie bei der Öffentlichkeitsarbeit.
- Wir bieten auf Anfrage Beratung und Unterstützung zur Gruppenarbeit an.
- Wir stellen Möglichkeiten zur Vernetzung der Gruppen untereinander zur Verfügung.
- Wir vermieten kostengünstig barrierearme Räume an Selbsthilfegruppen / selbstorganisierte Initiativen und stellen technische Geräte und Präsentationsmedien für die Gruppentreffen zur Verfügung.

## Für Fachleute

- Wir unterstützen Sie bei der Gründung von Selbsthilfegruppen.
- Wir kommen zu Vorträgen und Infoveranstaltungen in Ihre Einrichtung.
- Wir vermitteln Kontakt zu Selbsthilfegruppen / selbstorganisierten Initiativen und regen Kooperationen an.
- Wir vermieten unsere Gruppenräume tagsüber auch an Fachleute.

Unsere Angebote sind für Stuttgarter Selbsthilfegruppen / selbstorganisierte Initiativen und Einrichtungen kostenfrei.

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

## Mut spielerisch entdecken – Theaterworkshop

In diesem eintägigen Theaterworkshop wird ein sicherer Raum geboten, um Mut zu erforschen. Was bedeutet Mut für mich? Wo kann ich ihn finden und wie kann ich Mut ausdrücken?

Theater kann ein heilsames Medium sein, um diesen Fragen auf den Grund zu gehen. Im sicheren Rahmen wird mit Körper und Stimme experimentiert und geforscht. Es ist keine Vorerfahrung notwendig. Die Teilnehmenden erfahren gemeinsam Spielfreude und Kreativität. Hieraus werden Impulse für eine selbstbestimmte Lebensgestaltung entwickelt. Mitzubringen sind nur bequeme Kleidung, in der man sich gut bewegen kann, und Interesse an Theater.

**Ziele:** **Mut als Ressource kennenlernen, Resilienzförderung, Stärkung der Kreativität, Erwerb von Erkenntnissen für die Selbsthilfe.**



WORKSHOP FÜR MENSCHEN AUS  
SELBSTHILFEGRUPPEN /  
SELBSTORGANISIERTEN INITIATIVEN



<b>Termin</b>	<b>Samstag   31.01.2026, 10:00 – 16:00 Uhr</b>
<b>Ort</b>	KISS Stuttgart Tübinger Str. 15   70178 Stuttgart
<b>Leitung</b>	Svea Menne
<b>Anmeldung</b>	<b>bis 14.01.2026 unter</b> <a href="http://kiss-stuttgart.de/termine/mut-26">kiss-stuttgart.de/termine/mut-26</a>
<b>Telefon</b>	0711 6406117
<b>E-Mail</b>	<a href="mailto:info@kiss-stuttgart.de">info@kiss-stuttgart.de</a>
<b>Teilnehmende</b>	8 – 16 Menschen aus Selbsthilfegruppen/-initiativen



**Svea Menne**

Theatertherapie (B.A.), Referentin, psychosoziale Beraterin und Kulturschaffende

## Förderung durch die gesetzlichen Krankenkassen

Örtliche Selbsthilfegruppen aus dem Gesundheitsbereich können bei den gesetzlichen Krankenkassen Fördergelder für ihre Gruppenarbeit nach §20h SGB V erhalten. Wir geben Ihnen grundlegende Informationen rund um die Antragstellung und den Verwendungsnachweis in der Förderregion Stuttgart.

Ob es Ihr erster Förderantrag ist oder Sie sich nicht mehr sicher sind, auf was Sie achten müssen, in dieser Veranstaltung erfahren Sie

- 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 Tipps und Anregungen gegeben sowie auf Ihre individuellen Fragen eingegangen.

In 2026 möchten wir die Veranstaltung in hybrider Form anbieten. Wenn Sie nicht persönlich vor Ort teilnehmen können, erhalten Sie eine digitale Teilnahmemöglichkeit.



### INFORMATIONSVERANSTALTUNG FÜR SELBSTHILFEGRUPPEN AUS DEM GESUNDHEITLICHEN BEREICH

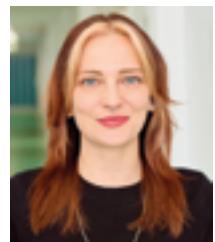


<b>Termin</b>	<b>Freitag   13.02.2026, 18:30 - 20:30 Uhr</b>
<b>Ort</b>	AWO Stuttgart e.V., Stadtteilhaus am Ostendplatz, Gemeinwesenzentrum Ostendstr. 83   70188 Stuttgart sowie online (den Link erhalten Sie nach dem Anmeldeschluss)
<b>Referentinnen</b>	Anna Lytkin, Katja Schön
<b>Anmeldung</b>	<b>bis 04.02.2026 unter</b> <a href="http://kiss-stuttgart.de/termine/foerderung-26">kiss-stuttgart.de/termine/foerderung-26</a>
<b>Telefon</b>	0711 6406117
<b>E-Mail</b>	<a href="mailto:info@kiss-stuttgart.de">info@kiss-stuttgart.de</a>
<b>Teilnehmende</b>	8 – 40 Menschen aus gesundheitsbezogenen Selbsthilfegruppen

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

**Anna Lytkin**

Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin (B.A.),  
KISS Stuttgart



**Katja Schön**

Federführerin für die kassenartenübergreifende Gemeinschaftsförderung in Stuttgart-Böblingen, AOK – Die Gesundheitskasse Stuttgart-Böblingen



# Ressourcen in Form und Farbe – Ein kunsttherapeutisch begleiteter Workshop



KREATIVEWORKSHOP FÜR MENSCHEN  
AUS SELBSTHILFEGRUPPEN /  
SELBSTORGANISIERTEN INITIATIVEN



<b>Termin</b>	<b>Samstag   07.03.2026, 10:00 – 16:00 Uhr</b>
<b>Ort</b>	Marienhospital Stuttgart Böheimstr. 37   70199 Stuttgart
<b>Referentin</b>	Svenja Geiß
<b>Anmeldung</b>	<b>bis 18.02.2026 unter</b> <a href="http://kiss-stuttgart.de/termine/kreativ-26">kiss-stuttgart.de/termine/kreativ-26</a>
<b>Telefon</b>	0711 6406117
<b>E-Mail</b>	<a href="mailto:info@kiss-stuttgart.de">info@kiss-stuttgart.de</a>
<b>Teilnehmende</b>	5 – 7 Menschen aus Selbsthilfegruppen/-initiativen

In diesem Workshop gehen wir gestalterisch auf die Suche nach dem, was uns im Leben stärkt und trägt. Wir werden mit offenen, kunsttherapeutischen Impulsen unsere inneren und äußeren Ressourcen erkunden. Mit frei wählbaren Materialien bringen wir sie mit Farben, Formen und Symbolen zum Ausdruck. Dabei stehen Ihnen sowohl verschiedene Mal- und Zeichenmaterialien (wie z.B. unterschiedliche Kreiden, Acryl- und Aquarellfarbe, Kohle, Tusche, Graphit) als auch Collagenmaterialien und plastische Gestaltungsmöglichkeiten wie Draht, Wolle, Ton und Gips zur freien Verfügung.

Innerhalb einer kleinen Gruppe werden wir uns bewegungsfrei darüber austauschen, wie wir unsere Lebensqualität und unsere Selbstwirksamkeit stärken können.

Sie brauchen keinerlei Vorkenntnisse. Die entstandenen Gestaltungen werden mit nach Hause genommen, wo sie weiterwirken und inspirieren können.

**Die genaue Wegbeschreibung zum Raum wird den Teilnehmenden nach der Anmeldefrist mitgeteilt.**



**Svenja Geiß**

Kunsttherapeutin (grad. DFKGT)

# Zeichen.Setzen – Vielfalt und Diskriminierung verstehen

Diskriminierung begegnet uns im Alltag oft subtil und unbemerkt. Doch sie hat tiefgreifende Auswirkungen auf das Zusammenleben und das soziale Miteinander. Der Workshop Zeichen.Setzen hilft dabei, Mechanismen von Diskriminierung zu verstehen, eigene Vorurteile zu reflektieren und Strategien zu entwickeln, um aktiv gegen Ausgrenzung vorzugehen.

Was Sie in diesem Workshop lernen können:

- Diskriminierung erkennen und verstehen: Was bedeutet Diskriminierung? Welche Formen gibt es? Wie entstehen Vorurteile?
- Vielfalt als Stärke begreifen: Wie beeinflussen unterschiedliche Perspektiven unser gesellschaftliches Zusammenleben?
- Empathie und Perspektivechsel üben: Praktische Methoden wie Rollenspiele und interaktive Übungen helfen, sich in andere hineinzuversetzen.
- Handlungsstrategien entwickeln: Wie kann ich in meinem Umfeld aktiv gegen Diskriminierung vorgehen?

Wenn Sie ein Bewusstsein für Diskriminierung und Vielfalt entwickeln möchten, nehmen Sie am Workshop teil und gestalten Sie eine inklusive Gesellschaft mit!

**Bringen Sie bitte falls vorhanden ein internetfähiges Gerät mit (z.B. Smartphone).**

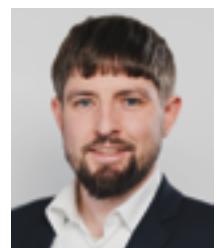
WORKSHOP FÜR MENSCHEN AUS  
SELBSTHILFEGRUPPEN /  
SELBSTORGANISIERTEN INITIATIVEN



<b>Termin</b>	<b>Donnerstag   16.04.2026, 18:00 – 21:00 Uhr</b>
<b>Ort</b>	KISS Stuttgart Tübinger Str. 15   70178 Stuttgart
<b>Referent</b>	Simon Danco
<b>Anmeldung</b>	<b>bis 01.04.2026 unter</b> <a href="http://kiss-stuttgart.de/termine/zeichen-26">kiss-stuttgart.de/termine/zeichen-26</a>
<b>Telefon</b>	0711 6406117
<b>E-Mail</b>	<a href="mailto:info@kiss-stuttgart.de">info@kiss-stuttgart.de</a>
<b>Teilnehmende</b>	10 – 20 Menschen aus Selbsthilfegruppen/-initiativen

**Simon Danco**

Fachreferent bei der Fachstelle  
Extremismusdistanzierung im Demokratiezentrum  
Baden-Württemberg



# Schwarmintelligenz nutzen



SEMINAR FÜR MENSCHEN AUS  
SELBSTHILFEGRUPPEN /  
SELBSTORGANISIERTEN INITIATIVEN



<b>Termin</b>	<b>Samstag   09.05.2026, 10:00 – 16:00 Uhr</b>
<b>Ort</b>	Experimentierraum Katharinenstr. 21 D   70182 Stuttgart
<b>Leitung</b>	Birgit Sowade
<b>Anmeldung</b>	<b>bis 23.04.2026 unter</b> <a href="http://kiss-stuttgart.de/termine/schwarm-26">kiss-stuttgart.de/termine/schwarm-26</a>
<b>Telefon</b>	0711 6406117
<b>E-Mail</b>	<a href="mailto:info@kiss-stuttgart.de">info@kiss-stuttgart.de</a>
<b>Teilnehmende</b>	8 – 15 Menschen aus Selbsthilfegruppen/-initiativen

## Wie die Gruppe ihre (Lebens-)Klugheit einsetzt, um Themen gemeinsam zu bearbeiten

Schwärme denken im Team. Fische oder Vögel, die Beobachtungen ähneln sich: vorne ist immer jemand anderes. Gibt es hinten links eine wichtige Beobachtung, biegt schnell der ganze Schwarm ab. Wem die Kraft ausgeht, wird ein Platz im Windschatten gemacht.

In diesem Seminar möchten wir von der Schwarmintelligenz im Tierreich lernen. Wir prüfen:

- Was macht unsere Gruppe aus? Wie passiert bei uns gemeinsames Lernen?
- Worin erleben wir unsere Stärken & wie nutzen wir sie am besten aus?
- Wie schaffen wir es, von unserer Unterschiedlichkeit nicht nur genervt zu sein?

Im 1. Teil des Seminars wird es um unsere Gruppen gehen & um die Möglichkeit, über geteilte Verantwortung unserer „Schwarmintelligenz“ weiten Raum zu geben.

Im 2. Teil wenden wir uns Methoden thematischen Arbeits zu. Wir lernen Tools & Materialien kennen, die es in der gemeinsamen Bearbeitung von Themen erleichtern, den Wissensschatz der Gruppe einzubeziehen.

Ein Seminar, dass neben Input die Erfahrungen & den Austausch der Teilnehmenden mit einbezieht. Schwarmintelligenz eben.



**Birgit Sowade**

Dipl. Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin,  
Leitung der Selbsthilfe-Kontaktstelle Berlin-Mitte

# Queere Historische Stadtführung durch Stuttgart

Schwulst e.V. führt Sie im Rahmen einer kleinen Stadtführung durch die queere Geschichte Stuttgarts.

Mit einem illustren Spaziergang durch die Stuttgarter Innenstadt werden wir uns der queeren Geschichte der Stadt nähern und viele interessante Geschichten und Anekdoten erfahren.

Unsere Reise führt uns vom Königreich, über die wilde Zeit der Goldenen Zwanziger, den dunklen Tagen der Verfolgung im Nationalsozialismus, den Aufbaujahren der Nachkriegszeit, bis in die Gegenwart.

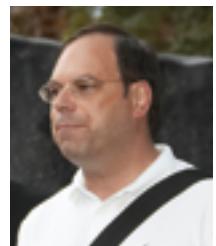
Wo war die älteste Szenekneipe? Wie sah die queere Szene vor 50 Jahren aus? Wie kam es zum 1. CSD in Stuttgart? Warum haben wir eine CSD-Hocketse? Welche württembergischen Könige waren schwul?

Diese und noch viel mehr Fragen werden wir an diesem Abend beantworten.

SONDERVERANSTALTUNG FÜR  
MENSCHEN AUS SELBSTHILFE-  
GRUPPEN / SELBSTORGANISIERTEN  
INITIATIVEN



<b>Termin</b>	<b>Dienstag   16.06.2026, 18:00 – ca. 20:00 Uhr</b>
<b>Treffort</b>	Buchladen Erlkoenig Nesenbachstr. 52   70178 Stuttgart
<b>Referent</b>	Stefan Weidner
<b>Anmeldung</b>	<b>bis 01.06.2026 unter</b> <a href="http://kiss-stuttgart.de/termine/queere-stadtf-26">kiss-stuttgart.de/termine/queere-stadtf-26</a>
<b>Telefon</b>	0711 6406117
<b>E-Mail</b>	<a href="mailto:info@kiss-stuttgart.de">info@kiss-stuttgart.de</a>
<b>Teilnehmende</b>	8 – 25 Menschen aus Selbsthilfegruppen/-initiativen



**Stefan Weidner**

Stadtguide bei Schwulst e.V.

# Austauschtreffen der Stuttgarter Selbsthilfegruppen

## Impulsvortrag: Was ist Achtsamkeit und was nützt sie mir im Alltag?

Das Austauschtreffen bietet die Möglichkeit, andere Engagierte kennenzulernen, untereinander ins Gespräch zu kommen, Ideen und Erfahrungen auszutauschen und sich gegenseitig zu inspirieren.

Am Vormittag führt uns Susanne Bartholomay ins Thema Achtsamkeit ein. Der Vortrag zeigt auf Basis wissenschaftlicher & erfahrungsbezogener Erkenntnisse, wie Achtsamkeit das Wohlbefinden stärkt & Stress reduziert. Durch praktische Übungen, wie einer geführten Körperwahrnehmung und/oder einer Kurzmeditation erleben Sie die positive Wirkung bewusster Wahrnehmung auf Körper & Geist. Wer achtsam lebt, kann die eigene Lebensqualität in allen Bereichen erhöhen. Der Vortrag richtet sich an alle, die Achtsamkeit besser verstehen & in ihren Alltag integrieren möchten.

Am Nachmittag besteht die Möglichkeit, eigene Fragestellungen einzubringen, um von den Gruppenerfahrungen anderer profitieren zu können.

**Getränke, Obst/Gemüse und vegane Brezeln werden kostenfrei bereitgestellt.**



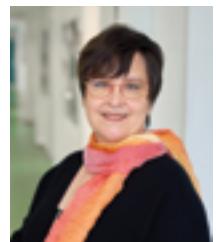
**AUSTAUSCHTREFFEN MIT  
IMPULSVORTRAG FÜR MENSCHEN  
AUS SELBSTHILFEGRUPPEN /  
SELBSTORGANISIERTEN INITIATIVEN**



<b>Termin</b>	<b>Samstag   19.09.2026, 10:30 – 15:30 Uhr</b>
<b>Ort</b>	Bürgerräume im Bürgerzentrum West Bebelstr. 22   70193 Stuttgart
<b>Leitung</b>	Beate Voigt
<b>Vortrag</b>	Susanne Bartholomay
<b>Anmeldung</b>	<b>bis 03.09.2026 unter</b> <a href="http://kiss-stuttgart.de/termine/at-26">kiss-stuttgart.de/termine/at-26</a>
<b>Telefon</b>	0711 6406117
<b>E-Mail</b>	<a href="mailto:info@kiss-stuttgart.de">info@kiss-stuttgart.de</a>
<b>Teilnehmende</b>	15 – 40 Menschen aus Selbsthilfegruppen/-initiativen

**Beate Voigt**

Dipl. Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin,  
KISS Stuttgart



**Susanne Bartholomay**

Resilienztrainerin & Coach



# Veranstaltungen sicher planen: Ein praxisorientierter Einstieg

Die Konzeption, Durchführung und Auswertung von Seminaren, Tagungen und Kongressen ist längst nicht mehr nur professionellen Akteur\*innen und Institutionen vorbehalten. Vielmehr werden heute immer mehr Menschen von sich aus aktiv und führen – aus beruflichen oder privaten Gründen – andere Engagierte und Interessierte in verschiedenen Veranstaltungsformaten zusammen. Die Bandbreite möglicher Veranstaltungsformen und damit verbundener Zielsetzungen ist vielfältig: von der Fundraising-Party bis hin zur Regionalkonferenz für Initiativgruppen ist vieles umsetzbar. Nicht zuletzt bieten öffentlichkeitswirksame Veranstaltungen eine Möglichkeit, auf die eigene Gruppe oder ein Thema besondere Aufmerksamkeit zu lenken.

Von den Teilnehmenden einer Veranstaltung wird es dabei als selbstverständlich angesehen, dass diese inhaltlich erfolgreich und organisatorisch reibungslos abläuft. Voraussetzung dafür sind eine inhaltlich kenntnisreiche Konzeption und eine weitblickende Organisation.

In diesem Workshop erhalten die Teilnehmenden einen Überblick zu den wichtigsten inhaltlichen, organisatorischen und rechtlichen Rahmenbedingungen für eine gelungene Planung und Durchführung von Veranstaltungen. Dabei werden verschiedene Veranstaltungsformate in den Blick genommen und gemeinsam darüber nachgedacht, was sonst noch wichtig ist, um die praktischen Aufgaben rund um Veranstaltungsorganisation erfolgreich und stressfrei zu bewältigen. Besonderes Augenmerk soll dabei auf die Ressourcenplanung gelegt werden, da dies oft ein kritischer Punkt ist, gerade für kleinere Initiativgruppen und Zusammenschlüsse.



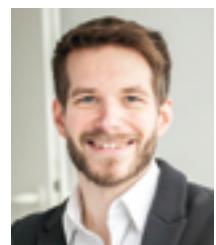
## WORKSHOP FÜR MENSCHEN AUS SELBSTHILFEGRUPPEN / SELBSTORGANISIERTEN INITIATIVEN



<b>Termin</b>	<b>Donnerstag   15.10.2026, 18:00 – 21:00 Uhr</b>
<b>Ort</b>	KISS Stuttgart Tübinger Str. 15   70178 Stuttgart
<b>Referent</b>	Timo Jaster
<b>Anmeldung</b>	<b>bis 30.09.2026 unter</b> <a href="http://kiss-stuttgart.de/termine/veranstaltungen-26">kiss-stuttgart.de/termine/ veranstaltungen-26</a>
<b>Telefon</b>	0711 6406117
<b>E-Mail</b>	info@kiss-stuttgart.de
<b>Teilnehmende</b>	5 – 20 Menschen aus Selbsthilfegruppen/-initiativen

**Timo Jaster**

Referent für Demokratie und Bürgerbeteiligung  
(Stiftung Mitarbeit)



# Gruppenprozesse & -rollen in der Selbsthilfe verstehen und gestalten

Das Seminar beleuchtet zentrale Gruppenprozesse in Selbsthilfegruppen, von den ersten Begegnungen bis zu Umbrüchen wie Ein- und Austritten. Der Fokus liegt auf dem Verstehen und Begleiten von Rollenentwicklungen, informellen Dynamiken und gruppeninternen Übergängen (z.B. bei Wechsel in der Gruppenleitung oder dem Ausscheiden von (Schlüssel-) Personen.)

Die Teilnehmenden ...

- verstehen typische Gruppenphasen und erkennen Herausforderungen früher,
- reflektieren ihre eigene Rolle in der Gruppe,
- lernen Methoden kennen, um Gruppenprozesse aktiv zu begleiten,
- fühlen sich gestärkt, mit Spannungen oder Unsicherheiten produktiv umzugehen.

Wir werden mit folgenden Methoden arbeiten:

- Kurze fachliche Impulse mit Transfer in die Selbsthilfe
- Arbeit mit Beispielen wie Fallsituationen aus der Selbsthilfe-Praxis
- Ggf. Rollenspiele und Reflexionsübungen
- Austauschformate (Kleingruppen, Plenum und moderierter Erfahrungstransfer)



**Petra Kolb**

Dipl. Pädagogin, System. Beraterin (SG),  
TZI-Diplom



**Christian Zinkel-Camp**

Soziale Arbeit (M.A.) mit Schwerpunkt  
Interkulturelle Soziale Arbeit



SEMINAR FÜR MENSCHEN AUS SELBSTHILFEGRUPPEN / SELBSTORGANISIERTEN INITIATIVEN



<b>Termin</b>	<b>Samstag   14.11.2026, 10:00 – 16:00 Uhr</b>
<b>Ort</b>	AWO Stuttgart e.V., Stadtteilhaus am Ostendplatz, Gemeinwesenzentrum Ostendstr. 83   70188 Stuttgart
<b>Leitung</b>	Petra Kolb   Christian Zinkel-Camp
<b>Anmeldung</b>	<b>bis 28.10.2026 unter</b> <a href="http://www.kiss-stuttgart.de/termine/prozess-26">www.kiss-stuttgart.de/termine/prozess-26</a>
<b>Telefon</b>	0711 6406117
<b>E-Mail</b>	<a href="mailto:info@kiss-stuttgart.de">info@kiss-stuttgart.de</a>
<b>Teilnehmende</b>	8 – 25 Menschen aus Selbsthilfegruppen/-initiativen

## Merry KISS-Mas – die KISS-Weihnachtsfeier

Bevor das Jahr zu Ende geht, laden wir alle Mitglieder von Stuttgarter Selbsthilfegruppen und selbstorganisierten Initiativen sowie Wegbegleiter\*innen und Unterstützer\*innen herzlich zur Weihnachtsfeier der KISS Stuttgart ein.

Kommen Sie vorbei und nutzen Sie die Gelegenheit, andere Selbsthilfeakteure und das KISS-Team kennenzulernen. Ein weihnachtliches Programm, kleine Köstlichkeiten und ein gemeinsames Beisammensein erwarten Sie. Lassen Sie uns zusammen mit einem Weihnachtsfest den Ausklang des Jahres feiern.

Kommen Sie gern allein oder mit mehreren Mitgliedern Ihrer Selbsthilfegruppe oder -initiative. Pro Person darf auf Wunsch auch gern eine Begleitperson mitgebracht werden. Wir bitten lediglich um eine vorherige Anmeldung, damit wir uns auf die Anzahl an Personen einstellen können.

*Das Team der KISS Stuttgart*

SONDERVERANSTALTUNG FÜR  
MENSCHEN AUS SELBSTHILFE-  
GRUPPEN / SELBSTORGANISIERTEN  
INITIATIVEN



<b>Termin</b>	<b>Freitag   04.12.2026,</b> <b>18:00 – 21:00 Uhr</b>
<b>Ort</b>	KISS Stuttgart Tübinger Str. 15   70178 Stuttgart
<b>Anmeldung</b>	<b>bis 27.11.2026 unter</b> <a href="http://kiss-stuttgart.de/termine/weihnachtsfeier26">kiss-stuttgart.de/termine/weihnachtsfeier26</a>
<b>Telefon</b>	0711 6406117
<b>E-Mail</b>	<a href="mailto:info@kiss-stuttgart.de">info@kiss-stuttgart.de</a>
<b>Teilnehmende</b>	Menschen aus Selbsthilfegruppen/ -initiativen und KISS-Unterstützer*innen

# Selbsthilfegruppen – welche es gibt und was sie machen



## INFORMATIONSVERANSTALTUNGEN FÜR FACHKRÄFTE IN BERATUNGSPUNKTIONEN

<b>1. Termin</b>	<b>Freitag   13.03.2026, 11:00 – 12:30 Uhr</b>
<b>Ort</b>	KISS Stuttgart Tübinger Str. 15   70178 Stuttgart
<b>Referentin</b>	Pia Schlicht
<b>Anmeldung</b>	<b>bis 06.03.2026 unter</b> <a href="http://kiss-stuttgart.de/termine/fachkraefte1-26">kiss-stuttgart.de/termine/fachkraefte1-26</a>
<b>2. Termin</b>	<b>Mittwoch   24.06.2026, 10:00 – 11:30 Uhr</b>
<b>Ort</b>	Online via Zoom (den Link erhalten Sie nach dem Anmeldeschluss)
<b>Leitung</b>	Anna Lytkin
<b>Anmeldung</b>	<b>bis 17.06.2026 unter</b> <a href="http://kiss-stuttgart.de/termine/fachkraefte2-26">kiss-stuttgart.de/termine/fachkraefte2-26</a>
<b>Telefon</b>	0711 6406117
<b>E-Mail</b>	<a href="mailto:info@kiss-stuttgart.de">info@kiss-stuttgart.de</a>
<b>Teilnehmende</b>	4 – 20 Mitarbeitende aus dem Bereich Beratung (Sozial- und Gesundheitsbereich sowie Betriebe und Behörden)

Die Chance, durch den Besuch einer Selbsthilfegruppe oder selbstorganisierten Initiative Entlastung und vertrauensvolle Gemeinschaft zu erfahren, 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)ratzen können.

Hierfür gibt es in 2026 wieder zwei voneinander unabhängige Termine: einen vor Ort bei uns in der KISS Stuttgart und einen Termin online. Entscheiden Sie, welcher sich besser in Ihren Arbeitsalltag integrieren lässt.

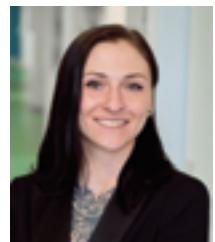
### Wir freuen uns auf Sie!



Termin 1      Termin 2

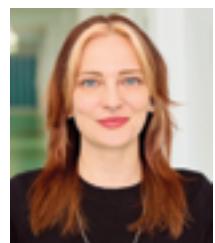
#### Pia Schlicht

Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin (B.A.),  
KISS Stuttgart



#### Anna Lytkin

Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin (B.A.),  
KISS Stuttgart



# Selbsthilfegruppen – Unterstützung für Patient\*innen und Entlastung für die Praxis

In Kooperation mit der Kassenärztlichen Vereinigung Baden-Württemberg bietet KISS Stuttgart dieses Seminar an, um Praxismitarbeiter\*innen über das vielfältige Angebot an Selbsthilfegruppen zu informieren.

Sie erhalten eine Einführung in die gemeinschaftliche Selbsthilfe und erfahren, wie Sie zu geeigneten Gruppen vermitteln können, um Ihren Patient\*innen ohne großen Aufwand gezielt Hilfen an die Hand zu geben. Mitglieder verschiedener Selbsthilfegruppen werden dabei konkret über ihre Erfahrungen berichten und Ihre Fragen beantworten.

Ziel dieses Seminars ist es, medizinische Fachangestellte in der Praxis als zentrale Ansprechpartner\*in für Selbsthilfegruppen zu qualifizieren. Diese Strukturveränderung setzt Ressourcen im Praxisablauf frei, trägt zur Patientenbindung bei und führt zur Entlastung der Ärzt\*innen. Eine Teilnahme am Seminar sollte in Abstimmung mit der Praxisleitung erfolgen.

## INFORMATIONSVERANSTALTUNG FÜR MEDIZINISCHE FACHANGESTELLTE



<b>Termin</b>	<b>Mittwoch   18.11.2026, 14:30 – 17:30 Uhr</b>
<b>Ort</b>	KISS Stuttgart Tübinger Str. 15   70178 Stuttgart
<b>Leitung</b>	Daniela Fuchs   Leona Müller Mitglieder von Selbsthilfegruppen
<b>Anmeldung</b>	<b>bis 11.11.2026 unter</b> <a href="http://kiss-stuttgart.de/termine/ft-mfa-26">kiss-stuttgart.de/termine/ft-mfa-26</a>
<b>Telefon</b>	0711 6406117
<b>E-Mail</b>	<a href="mailto:info@kiss-stuttgart.de">info@kiss-stuttgart.de</a>
<b>Teilnehmende</b>	8 – 20 Praxismitarbeitende

**Daniela Fuchs**

KOSA, Kassenärztliche Vereinigung  
Baden-Württemberg



**Leona Müller**

Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin (B.A.),  
KISS Stuttgart



# Tag der offenen Tür bei KISS Stuttgart

**Was Sie schon immer einmal über  
Selbsthilfegruppen wissen wollten.**



In Stuttgart gibt es über 500 Selbsthilfegruppen und -initiativen – die meisten Menschen sind überrascht, wenn sie das erfahren. Für viele ist Selbsthilfe ein unklarer Begriff, obwohl sie als „vierte Säule“ der Gesundheitsversorgung bezeichnet wird, professionelle Angebote ergänzt und Versorgungslücken schließt. Denn sie bietet Betroffenen einen selbstbestimmten Lernort, Unterstützung und Erfahrungsaustausch.

Beim Suchen und (Zurecht-)finden hilft das Selbsthilfenzentrum KISS Stuttgart: Es führt eine ausführliche Datenbank über Stuttgarter Selbsthilfe-Angebote und unterstützt sowohl Selbsthilfeinteressierte als auch Selbsthilfezusammenschlüsse.

Beim Tag der Offenen Tür erhalten Sie einen Überblick über die Gruppen in der Landeshauptstadt und 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 zur KISS oder zum Thema Selbsthilfegruppen haben. Währenddessen besteht jederzeit die Gelegenheit zu einer persönlichen Beratung durch eine KISS-Mitarbeiterin.

## INFORMATIONSVERANSTALTUNG FÜR INTERESSIERTE



<b>Termin</b>	<b>Donnerstag   17.09.2026, 16:00 – 19:00 Uhr</b>
	Der Vortrag beginnt um 16:30 Uhr.
<b>Ort</b>	KISS Stuttgart Tübinger Str. 15   70178 Stuttgart
<b>Leitung</b>	Alina Braitmaier
<b>Anmeldung</b>	<b>Nicht notwendig, aber möglich unter</b> <a href="http://kiss-stuttgart.de/termine/infotag-26">kiss-stuttgart.de/termine/infotag-26</a>
<b>Telefon</b>	0711 6406117
<b>E-Mail</b>	<a href="mailto:info@kiss-stuttgart.de">info@kiss-stuttgart.de</a>
<b>Teilnehmende</b>	Menschen, die mehr über Selbsthilfegruppen und KISS Stuttgart erfahren möchten

**Alina Braitmaier**

Digitale Kulturwissenschaftlerin (M.A.),  
KISS Stuttgart





## KISS-Newsletter

Aktuelle Informationen für Interessierte, für Fachleute, für Selbsthilfegruppen und -Initiativen:

- Welche Gruppen werden momentan neu gegründet?
- Welche Veranstaltungstermine stehen an?
- Welche Fördermöglichkeiten, Wettbewerbe und Serviceangebote für Gruppen, Initiativen und gemeinnützige Vereine gibt es aktuell?
- Was gibt es Neues rund um die Selbsthilfe, was hat sich verändert, was ist zu beachten?

Der Newsletter erscheint alle zwei Monate und kann hier angeschaut und abonniert werden:

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

## Publikationen bestellen

Gern schicken wir Ihnen kostenfrei unsere Publikationen und Informationsmaterialien zu, einmalig oder regelmäßig. Hier geht's zum Bestellformular:

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

## KISS auf Social Media



## Radio: Selbsthilfe auf Sendung

Bei „WIR auf Sendung“ ist der Name Programm: Es geht um Menschen und das menschliche Miteinander. Hier werden soziale Themen aufbereitet und mit engagierten Menschen mit interessanten Lebensläufen gesprochen. Selbsthilfegruppen und selbstorganisierte Initiativen stellen sich vor. Musik ist natürlich immer mit dabei.

WIR auf Sendung wird produziert von der Redaktion der Selbsthilfegruppen. Die Sendungen der Redaktion:

- WIR auf Sendung – immer am ersten Donnerstag im Monat 19:00 – 21:00 Uhr. Wechselnde Themen sowie Forum für Selbsthilfegruppen oder selbstorganisierte Initiativen und immer mit den neusten Nachrichten aus der KISS Stuttgart
- Stotterfunk – immer am fünften Donnerstag im Monat 19:00 – 21:00 Uhr. Eine Sendung des Freundeskreises stotternder Menschen in Stuttgart

KISS Stuttgart ist Gründungsmitglied des Freien Radios für Stuttgart und unterstützt die Redaktion der Selbsthilfegruppen. Das Freie Radio für Stuttgart ist zu empfangen auf 99,2 MHz über Antenne in Stuttgart, auf 102,1 MHz im Kabel und weltweit als Livestream übers Internet unter [www.freies-radio.de](http://www.freies-radio.de)



## Netzwerk frEE Stuttgart

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



WIR heißt die zweimal jährlich erscheinende Zeitschrift rund um die Selbsthilfe in Stuttgart. Die Zeitschrift liegt bei KISS Stuttgart in der Tübinger Str. 15 aus, aber auch in medizinischen Praxen, therapeutischen Einrichtungen, Rathäusern, Büchereien, Ämtern und an vielen anderen Orten.

## Kostenlos abonnieren oder downloaden

Wenn Sie das Stuttgarter Selbsthilfe Magazin kostenfrei abonnieren möchten, nutzen Sie bitte das Bestellformular auf unserer Website. Wollen Sie aber die aktuelle oder eine ältere Ausgabe des WIR Magazins als PDF-Datei lesen, können Sie diese auch downloaden. Beides finden Sie hier:

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



## Terminübersicht chronologisch

Datum	Programm	Seite
31.01.2026	Mut spielerisch entdecken – Theaterworkshop	6
13.02.2026	Förderung durch die gesetzlichen Krankenkassen	8
07.03.2026	Ressourcen in Form und Farbe – Ein kunsttherapeutisch begleiteter Workshop	10
13.03.2026	Selbsthilfegruppen – welche es gibt und was sie machen	26
16.04.2026	Zeichen.Setzen – Vielfalt und Diskriminierung verstehen	12
09.05.2026	Schwarmintelligenz nutzen – Wie die Gruppe ihre (Lebens-)Klugheit einsetzt, um Themen gemeinsam zu bearbeiten	14
16.06.2026	Queere Historische Stadtführung durch Stuttgart	16
24.06.2026	Selbsthilfegruppen – welche es gibt und was sie machen	26
17.09.2026	Tag der offenen Tür bei KISS Stuttgart	30
19.09.2026	Austauschtreffen der Stuttgarter Selbsthilfegruppen	18
15.10.2026	Veranstaltungen sicher planen: Ein praxisorientierter Einstieg	20
14.11.2026	Gruppenprozesse & -rollen in Selbsthilfegruppen verstehen und gestalten	22
18.11.2026	Selbsthilfegruppen – Unterstützung für Patient*innen und Entlastung für die Praxis	28
04.12.2026	Merry KISS-Mas – die KISS-Weihnachtsfeier	24

# **Selbsthilfezentrum KISS Stuttgart**

**Tübinger Str. 15  
70178 Stuttgart**

**Tel. 0711 640117  
Fax. 0711 6074561**

**info@kiss-stuttgart.de  
www.kiss-stuttgart.de**

## **Sprechzeiten**

### **Telefonische Information und Beratung**

**Montag        14:00 – 16:00 Uhr und 18:00 – 20:00 Uhr  
Dienstag      10:00 – 12:00 Uhr  
Mittwoch      14:00 – 16:00 Uhr  
Donnerstag    14:00 – 16:00 Uhr**

### **Persönliche Beratung**

**Mittwoch      17:00 – 18:00 Uhr  
Donnerstag    12:00 – 13:00 Uhr**

