

# 2027

# JAHRESPROGRAMM

**SEMINARE UND VERANSTALTUNGEN**

KISS

Selbsthilfezentrum
KISS Stuttgart

# Liebe Leserinnen und Leser,

**unser Jahresprogramm bietet Seminare, Infoveranstaltungen und Events für Selbsthilfeaktive, also Menschen aus Selbsthilfegruppen und -initiativen (rot), aber auch für Fachkräfte (gelb) und generell am Thema Interessierte (blau). Dank der Förderung durch die gesetzlichen Krankenkassen können wir Ihnen alle Veranstaltungen kostenfrei anbieten.**

**Thematisch reicht das Spektrum von Verantwortungsmanagement über Einsichtsdialog und Achtsamkeit bis hin zur finanziellen Förderung. Sie finden Angebote zu gemeinsamem Singen, stabilisierenden (Körper-)Übungen und einem digitalen Selbstverteidigungskurs.**

**Das Highlight ist der Selbsthilfetag Stuttgart, die größte Messe zum Thema in Baden-Württemberg, die 2027 zum ersten Mal im Rathaus stattfindet. Eine einzigartige Erfahrung macht das Kunstangebot „Broken Orchestra“ möglich, bei dem auch musikalische Laien Teil eines Orchesters werden können, das bei seinen Aufführungen zeigen wird: eine Gruppe ist mehr als die Summe ihrer Teile.**

**Wenn Sie uns durch eine Mitgliedschaft in unserem Trägerverein unterstützen, sind Sie herzlich zu unserer Mitgliederversammlung eingeladen. Offen für alle Selbsthilfeaktiven und ihre Angehörigen ist das große KISS-Weihnachtskino zum Jahresabschluss.**

**Wenn Sie zu unseren kostenfreien Veranstaltungen angemeldet und dann kurzfristig verhindert sind, bitten wir um eine kurze Nachricht. Auf Grund begrenzter Teilnahmeplätze können dann andere noch den Platz einnehmen. Vielen Dank und viel Freude bei der Auswahl!**

*Das Team der KISS Stuttgart*

# Inhaltsverzeichnis


**ALLGEMEINE INFORMATIONEN**

Vorwort 2

Inhaltsverzeichnis 3

Selbsthilfezentrum KISS Stuttgart 4

**FÜR INTERESSIERTE**

Selbsthilfetag 2027 6

**FÜR SELBSTHILFEAKTIVE**

Selbsthilfe & Kunst: Broken Orchestra 8

Verantwortung teilen – Gruppe aktivieren 10

Vorbereitungstreffen für den Selbsthilfetag 2027 12

Förderung durch die gesetzlichen Krankenkassen 14

Stabilisierende (Körper-)Übungen 16

Aus der Stille sprechen – Einsichtsdialog und achtsame Begegnung 18

„Aus voller Kehle für die Seele“ – Singen für Alle 20

Angehörige – Betroffene in der zweiten Reihe 22

Austauschtreffen der Stuttgarter Selbsthilfegruppen 24

Digitale Selbstverteidigung 26

KISS-Weihnachtskino 28

**FÜR FACHLEUTE**

Selbsthilfegruppen – welche es gibt uns was sie machen 30

Selbsthilfegruppen – Unterstützung für Patient*innen und Entlastung für die Praxis 32

**FÜR VEREINSMITGLIEDER**

Mitgliederversammlung 34

**HINWEISE**

Aus dem Selbsthilfezentrum 36

07help – das Unterstützungsverzeichnis 38

Terminübersicht chronologisch 39




# Was bietet KISS Stuttgart?

**SELBSTHILFEZENTRUM KISS STUTTGART**

- seit 1989 die Fachstelle für gemeinschaftliche Selbsthilfe
- kostenfreie Beratung für Interessierte, Selbsthilfegruppen und Fachleute
- Räume für Gruppentreffen im Zentrum von Stuttgart
- Fortbildungen und Veranstaltungen für Selbsthilfeaktive

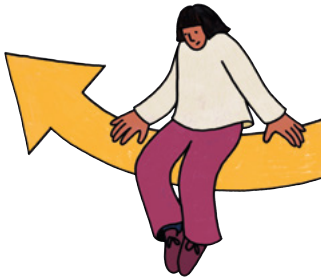
**UNSERE ANGEBOTE**

## Für Interessierte

- Wir informieren und beraten zu Selbsthilfegruppen bzw. selbstorganisierten Initiativen und vermitteln Kontakt und Zugang.
- Wir unterstützen bei der Gründung von neuen Gruppen und Initiativen.
- Wir bieten Infoveranstaltungen und Publikationen zum Thema Selbsthilfe in Stuttgart an.
- Wir pflegen eine Datenbank mit Informationen über mehr als 540 Stuttgarter Selbsthilfezusammenschlüssen.
- Wir betreiben die Unterstützungsdatenbank 07helf.de

## 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**




**MESSE**

| | |
|---|---|
| **Termin** | **Samstag \| 18.09.2027,**<br>**11:00 – 16:00 Uhr** |
| **Ort** | Rathaus Stuttgart \| Marktplatz 1<br>70173 Stuttgart |
| **Begleitung** | KISS-Mitarbeitende |
| **Telefon** | 0711 6406117 |
| **E-Mail** | info@kiss-stuttgart.de |
| **Teilnehmende** | Offen für alle interessierten Menschen |
| **Anmeldung** | **Für Besucher*innen nicht erforderlich**<br>Selbsthilfegruppen können ihre Teilnahme bis 22.05.2027 anmelden unter kiss-stuttgart.de/termine/details/sht27 |

# Selbsthilfetag 2027

**Der alle drei Jahre stattfindende Selbsthilfetag Stuttgart ist die größte Messe für Selbsthilfe in Baden-Württemberg.**

2027 lädt er ins Rathaus der Landeshauptstadt ein. Über 50 Stuttgarter Selbsthilfegruppen und selbstorganisierte Initiativen zu unterschiedlichen Themen geben an Infoständen Einblicke in ihre Arbeit, beantworten Fragen und bieten Vorträge und Bühnenbeiträge an. Nirgendwo sonst haben Sie die Möglichkeit, so viele Selbsthilfezusammenschlüsse an einem Ort kennenzulernen.
Ein buntes, multimediales und kreatives Kulturprogramm sorgt zusätzlich für Inspiration und Unterhaltung. Ob Musik, Vortrag oder Mitmachangebot – lassen Sie sich überraschen!
Kommen Sie mit Selbsthilfeaktiven ins Gespräch, entdecken Sie neue Perspektiven und erleben Sie die Vielfalt der Selbsthilfe mitten im Herzen Stuttgarts.
Das ausführliche Programm finden Sie ab Juli 2027 auf www.kiss-stuttgart.de

Damit sowohl möglichst viele Gruppen als auch Interessierte den Tag besuchen können, ist Barrierefreiheit für uns ein wichtiges Thema. Der Ort ist barrierefrei, öffentlich gut zu erreichen und in der Nähe gibt es mehrere Parkhäuser. Die Eröffnungsveranstaltung wird in Gebärdensprache übersetzt.




*Hinweis für Gruppen:*
*Informationen zum Vorbereitungstreffen können Sie Seite 12 und 13 entnehmen*




**KUNSTPROJEKT FÜR MENSCHEN AUS SELBSTHILFEGRUPPEN/ SELBSTORGANISIERTEN INITIATIVEN**

| | |
|---|---|
| **Termin** | **Auftakt zum Ausprobieren: Samstag \| 30.01.2027 10:00 – 13:00 Uhr** |
| **Folgetermine montags** | **22. Februar \| 15. März \| 5. April 26. April \| 10. Mai \| 7. Juni \| 28. Juni und 19. Juli jeweils von 17:30 – 20:30 Uhr** |
| **Ort** | Kunstverein Wagenhalle e.V. \| Innerer Nordbahnhof 1 \| 70191 Stuttgart |
| **Telefon** | 0711 6406117 |
| **E-Mail** | info@kiss-stuttgart.de |
| **Teilnehmende** | 5 - 15 Menschen aus Selbsthilfegruppen/-initiativen |
| **Anmeldung** | **bis 25.01.2027 unter** kiss-stuttgart.de/termine/details/broken-orchestra |

# Selbsthilfe & Kunst: Broken Orchestra

Im Gegensatz zum herkömmlichen Orchester, bei dem sich ausgebildete Musiker*innen einer Partitur unterordnen und alles genau nach Plan laufen muss, lebt das „Broken Orchestra“ von der Individualität und dem musikalischen Minimalismus der Mitwirkenden. Menschen aus Selbsthilfegruppen treffen den Künstler und Musiker Thomas Putze in seinem Atelier an den Wagenhallen. Dort eignen sie sich gemeinsam Instrumente an, die sie nicht unbedingt spielen können oder die sogar kaputt sind.

Die Aneignung findet unter professioneller Anleitung, aber spielerisch improvisierend statt. Dabei werden die Instrumente handwerklich an die Spielenden angepasst. Sie können individuell gestaltet bis hin zu komplett umgebaut werden. Der eigene Lebensweg soll sich in der Gestaltung des Instrumentes ausdrücken dürfen und alle entwickeln den ihrer Person entsprechenden Sound.

Sie wollen wissen, auf welche Erfahrung Sie sich einlassen? Ein Schnuppertermin zum Ausprobieren bietet Ihnen die Möglichkeit, den Künstler und das Projekt vor Ort kennen zu lernen. Es folgen acht Termine. Am Schluss stehen mehrere Aufführungen und das Gefühl, Teil eines einzigartigen Projekts zu sein. Auf abstrakt künstlerische, aber auch fühlbare Weise zeigt das Broken Orchestra, dass eine Gruppe mehr ist als die Summe ihrer Teile.

**Thomas Putze**
Künstler, Musiker und Dozent der Akademie der Bildenden Künste Stuttgart
thomasputze.com

# Verantwortung teilen – Gruppe aktivieren



Selbsthilfegruppen funktionieren besonders gut, wenn Verantwortlichkeiten geteilt werden und mehrere Personen aktiv sind. Doch genau dies gestaltet sich in der Praxis oft schwierig.

Im Workshop werden Informationen und Anregungen gegeben, warum das Teilen von Verantwortung zunächst mehr, später aber viel weniger Arbeit macht. An eigenen Praxisbeispielen kann reflektiert und können Wege aufgezeigt werden, wie Gruppenverantwortliche entlastet und die Arbeit auf mehrere Schultern besser verteilt werden kann. Das hat den Vorteil, dass die Gruppenmitglieder aktiver werden und sich mehr für ihre Selbsthilfegruppe einsetzen.

Neben dem Austausch untereinander und kleinen Auflockerungsübungen in den Pausen (freiwillig) gehen die Teilnehmenden nach einem intensiven Tag mit neuen Anregungen und einem ausführlichen Skript nach Hause.

**WORKSHOP FÜR MENSCHEN AUS SELBSTHILFEGRUPPEN / SELBSTORGANISIERTEN INITIATIVEN**

| | |
|---|---|
| **Termin** | **Samstag \| 23.01.2027, 09:30 – 16:30 Uhr** |
| **Ort** | KISS Stuttgart<br>Tübinger Str. 15 \| 70178 Stuttgart |
| **Telefon** | 0711 6406117 |
| **E-Mail** | info@kiss-stuttgart.de |
| **Teilnehmende** | 8 – 40 Menschen aus gesundheitsbezogenen Selbsthilfegruppen |
| **Anmeldung** | **bis 06.01.2027 unter** kiss-stuttgart.de/termine/details/verantwortung-27 |

**Theresa Keidel**
Dipl. Sozialpädagogin, Coach,
Entspannungspädagogin

# Vorbereitungstreffen für den Selbsthilfetag 2027



**INFOVERANSTALTUNG FÜR MENSCHEN AUS SELBSTHILFEGRUPPEN/-INITIATIVEN**

Eingeladen sind Menschen aus Selbsthilfegruppen, Selbsthilfe-Organisationen, Verbände, aber auch aus ehrenamtlichen Initiativen und Projekten.

Der Selbsthilfetag bietet Ihnen die Möglichkeit, sich mit Informationsständen und Begleitveranstaltungen (Film, Vortrag, Theaterstück) in der Öffentlichkeit zu präsentieren. Gestaltet wird er von KISS Stuttgart sowie den teilnehmenden Gruppen und Initiativen. Aus Platzgründen können etwa 50 Gruppen teilnehmen. Die Teilnahme ergibt sich aus der zeitlichen Reihenfolge der Anmeldungen.

Beim Vorbereitungstreffen sammeln wir Ideen für das Rahmenprogramm, für die Öffentlichkeitsarbeit, klären Fragen und Organisatorisches. Sollten Sie vorab noch nicht wissen, ob Ihre Gruppe am Selbsthilfetag teilnimmt, sind Sie trotzdem herzlich eingeladen. Am Vorbereitungstreffen teilzunehmen kann die Entscheidungsfindung erleichtern.

| | |
|---|---|
| **Termin** | **Mittwoch \| 03.02.2027, 18:00 – 20:00 Uhr** |
| **Ort** | Kleiner Sitzungssaal im Rathaus Stuttgart<br>Marktstr. 1 \| 70173 Stuttgart |
| **Telefon** | 0711 6406117 |
| **E-Mail** | info@kiss-stuttgart.de |
| **Teilnehmende** | Menschen aus Selbsthilfegruppen/-initiativen |
| **Anmeldung** | **bis 26.01.2027 unter** |

kiss-stuttgart.de/termine/details/vobe-sht-27

**Leona Müller**
Fachstellenleitung,
KISS Stuttgart

**Pia Schlicht**
Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin (B.A.),
KISS Stuttgart

# Förderung durch die gesetzlichen Krankenkassen



**INFORMATIONSVERANSTALTUNG FÜR SELBSTHILFEGRUPPEN AUS DEM GESUNDHEITLICHEN BEREICH**

| | |
|---|---|
| **Termin** | **Freitag \| 19.02.2027, 18:30 – 20:30 Uhr** |
| **Ort** | Begegnungsstätte Plus \| Bischof-Moser-Haus des Caritasverbandes für Stuttgart e.V. \| Wagnerstr. 45<br>70182 Stuttgart<br>sowie online (den Link erhalten Sie nach dem Anmeldeschluss) |
| **Telefon** | 0711 6406117 |
| **E-Mail** | info@kiss-stuttgart.de |
| **Teilnehmende** | mind. 10 Mitglieder aus gesundheitsbezogenen Selbsthilfegruppen |
| **Anmeldung** | **bis 12.02.2027 unter** kiss-stuttgart.de/termine/details/foerderung-27 |

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 Fragen eingegangen.

In 2027 bieten wir die Veranstaltung wieder in hybrider Form an. Wenn Sie nicht vor Ort dabei sein können, erhalten Sie eine digitale Teilnahmemöglichkeit. Rückfragen werden online nicht möglich sein.

Außerdem steht in 2027 wieder die Wahl der drei Selbsthilfevertretungen für die nächste Amtsperiode von drei Jahren an. Bei Interesse am Amt, sprechen Sie uns gerne an!

**Anna Lytkin**
Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin (B.A.),
KISS Stuttgart

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

# Stabilisierende (Körper-)Übungen



**WORKSHOP FÜR MENSCHEN AUS SELBSTHILFEGRUPPEN / SELBSTORGANISIERTEN INITIATIVEN**

**Termin** **Samstag | 24.04.2027, 10:00 – 16:00 Uhr**

**Ort** Rudolf Schmid Saal im Generationenhaus Heslach der Rudolf Schmid und Hermann Schmid Stiftung | Gebrüder Schmid Weg 13 70199 Stuttgart

**Telefon** 0711 6406117

**E-Mail** info@kiss-stuttgart.de

**Teilnehmende** 8 – 24 Menschen aus Selbsthilfegruppen/-initiativen

**Anmeldung** **bis 07.04.2027 unter** kiss-stuttgart.de/termine/details/koerper-27

## Wie gelingt es, inmitten eines oft hektischen Alltags bei sich selbst zu bleiben?

In diesem Workshop gehen wir dieser Frage gemeinsam nach.

Auf Grundlage eines verständlichen theoretischen Inputs zu Stressmechanismen und dem autonomen Nervensystem lernen Sie alltagstaugliche, körperorientierte Übungen kennen, die gezielt zur Stabilisierung beitragen.

Die Methoden stammen aus meiner therapeutischen Praxis sowie aus dem Yoga und lassen sich sowohl für die eigene Selbstfürsorge als auch in der Arbeit mit anderen Menschen einsetzen. Der Fokus liegt dabei auf einfachen, wirksamen Techniken, die sich leicht in den Alltag integrieren lassen.

Ziel des Workshops ist es, Ihr Verständnis für innere Prozesse zu vertiefen, Ihre Selbstwahrnehmung zu stärken und Ihre Handlungsmöglichkeiten im Umgang mit alltäglicher Belastung zu erweitern. Sie nehmen konkrete Übungen mit, die Sie nachhaltig unterstützen – für mehr Stabilität, Präsenz und Selbstwirksamkeit im Alltag und in der Begleitung anderer Menschen.

**Eva Weinmann**
Dipl. Psychologin, Therapeutin, Yogalehrerin

# Aus der Stille sprechen



**WORKSHOP FÜR MENSCHEN AUS SELBSTHILFEGRUPPEN / SELBSTORGANISIERTEN INITIATIVEN**

## Einsichtsdialog und achtsame Begegnung.

Wie können wir uns selbst und einander auf eine neue, achtsame Art begegnen? In diesem Workshop schaffen wir einen Raum der Stille und Begegnung, in dem wir innehalten, uns selbst wahrnehmen und miteinander in einen offenen Dialog kommen.

Grundlage ist der Einsichtsdialog nach Gregory Kramer. Durch achtsames Zuhören und Sprechen aus der eigenen unmittelbaren Erfahrung können neue Einsichten und Sichtweisen entstehen.

Im Workshop wechseln sich Zeiten der Stille, praktische Übungen und Begegnungen zu zweit und in der Gruppe ab.

Vorerfahrungen sind nicht erforderlich – nur die Offenheit, sich selbst einzubringen und neugierig auf sich und andere zu sein.

| | |
|---|---|
| **Termin** | **Donnerstag \| 13.05.2027, 18:00 – 21:00 Uhr** |
| **Ort** | Globales Klassenzimmer<br>Welthaus Stuttgart e.V.<br>Charlottenplatz 17 \| 70173 Stuttgart |
| **Telefon** | 0711 6406117 |
| **E-Mail** | info@kiss-stuttgart.de |
| **Teilnehmende** | 6 - 12 Menschen aus Selbsthilfegruppen/-initiativen |
| **Anmeldung** | **bis 20.04.2027 unter** |

kiss-stuttgart.de/termine/details/einsicht-27

**Jakob Nacken**
Improvisationskünstler, Kabarettist,
Theaterpädagoge, Coach und Impro-Trainer

# „Aus voller Kehle für die Seele“ - Singen für Alle



**KREATIVANGEBOT FÜR MENSCHEN AUS SELBSTHILFEGRUPPEN / SELBSTORGANISIERTEN INITIATIVEN**

**Termin** **Samstag | 05.06.2027, 10:00 – 16:00 Uhr**

**Ort** Otto Herbert Hajek-Saal, Bürgerräume im Bürgerzentrum West
Bebelstr. 22 | 70193 Stuttgart

**Telefon** 0711 6406117
**E-Mail** info@kiss-stuttgart.de
**Teilnehmende** 10 – 30 Menschen aus Selbsthilfegruppen/-initiativen

**Anmeldung** **bis 18.05.2027 unter**
kiss-stuttgart.de/termine/details/singen-27

**„Aus voller Kehle für die Seele“ richtet sich an alle Menschen, die gerne singen oder es einfach mal ausprobieren wollen!**

Es sind wirklich alle gemeint: Jene, die denken, dass sie gar nicht singen können und jene, die es ein wenig können oder es oft und gerne tun. So entsteht ein geschützter Raum, in dem man sich entspannen und sich mit anderen Menschen verbinden kann. Eine Verabredung zum Singen, bei der Spaß im Vordergrund stehen soll: Spaß am gemeinsamen Singen, Spaß am Ausprobieren und Experimentieren und auch Spaß am gemeinsamen Scheitern. Gesungen wird ohne Noten, der Text wird auf eine Leinwand projiziert.

Wer Hemmungen hat, sich mit der eigenen Stimme zu zeigen, wird nach dem ersten gesungenen Lied merken, dass diese vermeintliche Angst unbegründet war und dass in diesem Umfeld vieles von ganz alleine geheilt wird.

**Patrick Bopp**
Musiker, Sänger und Chorleiter

# Angehörige – Betroffene in der zweiten Reihe



**WORKSHOP FÜR MENSCHEN AUS ANGEHÖRIGEN-SELBSTHILFEGRUPPEN**

Angehörige von kranken und psychisch belasteten Menschen wollen unterstützen - sie fühlen sich in ihrer Rolle meist sehr verantwortlich, aber oft auch überfordert. In ihrer Situation brauchen auch sie Unterstützung.

In vielen Bereichen der gemeinschaftlichen Selbsthilfe gibt es Gruppen speziell für Angehörige. In diesem Workshop widmen wir uns den spezifischen Fragestellungen von Angehörigenselbsthilfegruppen. Wir werden uns austauschen über Erfahrungen und Arbeitsweisen.

Zentrale Fragestellungen werden sein:

- Was brauchen Angehörige in ihrer Rolle als Unterstützer*innen und Wegbegleiter*innen?
- Was können Selbsthilfegruppen beitragen zur Entlastung und Stärkung von Angehörigen in der Bewältigung ihrer alltäglichen Herausforderungen?

Der Workshop bietet Raum für gegenseitigen Austausch und erfahrungsnahes Lernen mit unterschiedlichen Methoden. Die persönlichen Erfahrungen aus dem Alltag der Selbsthilfegruppen bilden die Grundlage für ein erlebnisreiches und auch humorvolles Seminar. Es ist ein Lernen, das Spaß machen soll und gleichzeitig die Möglichkeit für ernsthafte Begegnungen und Auseinandersetzungen bietet.

**Termin** **Mittwoch | 06.10.2027, 18:00 – 21:00 Uhr**
**Ort** Experimentierraum | Katharinenstr. 21 D, 70182 Stuttgart

**Telefon** 0711 6406117
**E-Mail** info@kiss-stuttgart.de
**Teilnehmende** 8 – 15 Menschen aus Selbsthilfegruppen/-initiativen

**Anmeldung** **bis 20.09.2027 unter**
kiss-stuttgart.de/termine/details/angehoerige-27

**Klaus Vogelsänger**
Kommunikationstraining, Empathisches Coaching, Bildungsangebote im Selbsthilfebereich

# Austauschtreffen der Stuttgarter Selbsthilfegruppen



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

| | |
|---|---|
| **Termin** | **Samstag \| 16.10.2027, 10:30 – 16:30 Uhr** |
| **Ort** | Begegnungsstätte Plus, Bischof-Moser-Haus des Caritasverbandes für Stuttgart e.V., Wagnerstr. 45 \| 70182 Stuttgart |
| **Telefon** | 0711 6406117 |
| **E-Mail** | info@kiss-stuttgart.de |
| **Teilnehmende** | 15 - 40 Menschen aus Selbsthilfegruppen/-initiativen |
| **Anmeldung** | **bis 22.09.2027 unter** kiss-stuttgart.de/termine/details/at-27 |

## Impulsreferat: Die Kraft der Stille – Zen und Meditation in schwierigen Zeiten

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

Am Vormittag bietet Leoni McGough eine Einführung in die Grundlagen von Zen und Meditation. Im Mittelpunkt steht die praktische Anwendbarkeit im Alltag – besonders in herausfordernden Situationen oder Krisen. Die Teilnehmenden erhalten konkrete Impulse und Werkzeuge, um auch in schwierigen Zeiten Zugang zu innerer Ruhe und Akzeptanz zu finden und neue Wege im Umgang mit Belastungen zu entdecken.

Am Nachmittag können eigene Fragestellungen in Arbeitsgruppen eingebracht werden, um gegenseitig von den Gruppenerfahrungen profitieren zu können.

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

**Beate Voigt**
Dipl. Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin,
KISS Stuttgart

**Leoni McGough**
Zen- und Meditationslehrerin (Dharma Holder Soto Zen), Heilpraktikerin für Psychotherapie

# Digitale Selbstverteidigung



Warum kennen Google und Facebook unsere Diagnosen, bevor wir sie unseren Liebsten erzählt haben? Warum wissen Dating- und Wetter-Apps mehr über uns als wir dort jemals angegeben haben? Ein Datenskandal reiht sich an den nächsten. Die Internetkonzerne wissen scheinbar alles über uns - und wir fühlen uns ihnen häufig ausgeliefert. Welche der vielen Datenschutz- und Sicherheitsratschläge helfen da überhaupt? Vor allem, wenn es um sensible Daten wie denen von Selbsthilfegruppen geht?

Es kann schon helfen, eine grobe Vorstellung davon zu bekommen, wie die Daten gesammelt und zusammengeführt werden. Denn zum Glück kann man sich dagegen schützen – gegen vieles sogar mit einfachen Mitteln. Dabei möchte der Vortrag helfen. Außerdem soll es genügend Raum für Fragen geben.

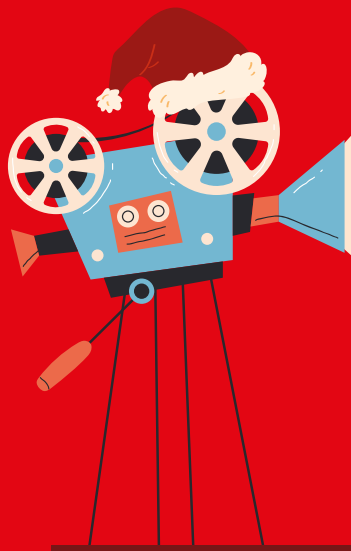
*Bei Bedarf wird der Vortrag per Live-Stream zugänglich sein. Dabei ist keine Interaktion möglich. Bitte geben Sie bei Ihrer Anmeldung an, ob Sie davon Gebrauch machen möchten.*
*Wir behalten uns vor den Stream bei geringer Anmeldezahl nach Rücksprache einzustellen.*

**SEMINAR FÜR MENSCHEN AUS SELBSTHILFEGRUPPEN/ SELBSTORGANISIERTEN INITIATIVEN**

| | |
|---|---|
| **Termin** | **Mittwoch \| 10.11.2027, 18:00 – 21:00 Uhr** |
| **Ort** | BIDIB - Bildungszentrum für Datenschutz und Informationsfreiheit Baden-Württemberg, Heilbronner Str. 35 \| 70191 Stuttgart |
| **Telefon** | 0711 6406117 |
| **E-Mail** | info@kiss-stuttgart.de |
| **Teilnehmende** | 5 - 20 Menschen aus Selbsthilfegruppen/-initiativen |
| **Anmeldung** | **bis 25.10.2027 unter** kiss-stuttgart.de/termine/details/digitale-sv-27 |

**Moritz Tremmel**
Technischer Referent beim Landesbeauftragten für den Datenschutz und die Informationsfreiheit Baden-Württemberg

# KISS-Weihnachtskino



**SONDERVERANSTALTUNG FÜR MENSCHEN AUS SELBSTHILFE-GRUPPEN / SELBSTORGANISIERTEN INITIATIVEN**

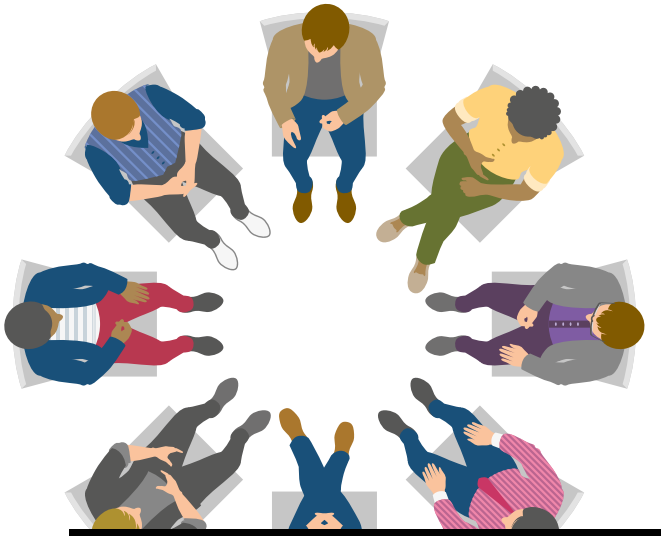
Bevor das Jahr zu Ende geht, lädt das KISS-Team alle Mitglieder von Stuttgarter Selbsthilfegruppen und selbstorganisierten Initiativen sowie Wegbegleiter*innen und Unterstützer*innen herzlich zu einem gemeinsamen Jahresabschluss ein. 2027 präsentieren wir erstmals das KISS-Weihnachtskino im Großen Saal des Delphi-Kinos.

Kommen Sie vorbei und nutzen Sie die Gelegenheit, zusammen einen wunderbaren Filmabend zu erleben, andere Selbsthilfeaktive und das KISS-Team kennenzulernen. Ein kleines Bühnen- und Vorfilm-Programm, weihnachtliches Popcorn und andere kleine Köstlichkeiten erwarten Sie. Lassen Sie uns zusammen 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*

| | |
|---|---|
| **Termin** | **Freitag \| 03.12.2027, 18:00 – 21:30 Uhr** |
| **Ort** | Delphi Arthaus Kino<br>Tübinger Str. 6 \| 70178 Stuttgart |
| **Telefon** | 0711 6406117 |
| **E-Mail** | info@kiss-stuttgart.de |
| **Teilnehmende** | Menschen aus Selbsthilfegruppen/ -initiativen mit Familie und Freunden |
| **Anmeldung** | **bis 25.11.2027 unter** kiss-stuttgart.de/termine/details/weihnachtskino27 |



**INFORMATIONSVERANSTALTUNGEN FÜR FACHKRÄFTE IN BERATUNGSSTELLEN UND -FUNKTIONEN**

**1. Termin** **Freitag | 19.03.2027, 11:00 – 12:30 Uhr**
**Ort** KISS Stuttgart
Tübinger Str. 15 | 70178 Stuttgart
**Anmeldung** **bis 11.03.2027 unter**
kiss-stuttgart.de/termine/details/fachkraefte1-27

**2. Termin** **Mittwoch | 23.06.2027, 10:00 – 11:30 Uhr**
**Ort** Online via Zoom (den Link erhalten Sie nach dem Anmeldeschluss)
**Anmeldung** **bis 15.06.2027 unter**
kiss-stuttgart.de/termine/details/fachkraefte2-27

**Telefon** 0711 6406117
**E-Mail** info@kiss-stuttgart.de
**Teilnehmende** 4 – 20 Mitarbeitende aus dem Bereich Beratung (Sozial- und Gesundheitsbereich sowie Betriebe und Behörden)

# Selbsthilfegruppen – welche es gibt und was sie machen

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)raten können.

Hierfür gibt es in 2027 wieder zwei voneinander unabhängige Termine: einen vor Ort bei uns in der KISS Stuttgart und einen Termin online. Entscheiden Sie selbst, welcher sich besser in Ihren Arbeitsalltag integrieren lässt.

**Wir freuen uns auf Sie!**

Termin 1 Termin 2

**Anna Lytkin**
Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin (B.A.),
KISS Stuttgart

**Janne Rauhut**
Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin (B.A.),
KISS Stuttgart

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



**INFORMATIONSVERANSTALTUNG FÜR MEDIZINISCHE FACHANGESTELLTE**

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.

| | |
|---|---|
| **Termin** | **Mittwoch \| 27.10.2027, 14:30 – 17:30 Uhr** |
| **Ort** | KISS Stuttgart<br>Tübinger Str. 15 \| 70178 Stuttgart |
| **Telefon** | 0711 6406117 |
| **E-Mail** | info@kiss-stuttgart.de |
| **Teilnehmende** | 8 - 20 Praxismitarbeiter*innen |
| **Anmeldung** | **bis 20.10.2027 unter** |

kiss-stuttgart.de/termine/details/ft-mfa-27

**Daniela Fuchs**
KOSA, Kassenärztliche Vereinigung Baden-Württemberg

**Pia Schlicht**
Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin (B.A.), KISS Stuttgart

# Mitgliederversammlung von KISS Stuttgart e.V.




**MITGLIEDERVERSAMMLUNG FÜR VEREINSMITGLIEDER**

| | |
|---|---|
| **Termin** | **Donnerstag \| 21.10.2027, um 19:00 Uhr** |
| **Ort** | KISS Stuttgart<br>Tübinger Str. 15 \| 70178 Stuttgart |
| **Telefon** | 0711 6406117 |
| **E-Mail** | info@kiss-stuttgart.de |
| **Teilnehmende** | Vereinsmitglieder |
| **Anmeldung** | **für Vereinsmitglieder nicht nötig, Sie erhalten eine schriftliche Einladung** |

Sie sind Mitglied im Trägerverein von KISS Stuttgart? Besuchen Sie unsere Mitgliederversammlung, bestimmen Sie bei den Wahlen mit und erfahren Sie als erstes, was KISS in Zukunft plant.

Noch kein Mitglied? Sie können die Ziele des gemeinnützigen KISS-Vereins und damit unsere Arbeit unterstützen und für 36,- Euro im Jahr Mitglied werden. Der Mitgliedsbeitrag ist zudem für antragsberechtigte Selbsthilfegruppen im Rahmen der Förderung durch die gesetzlichen Krankenkassen förderfähig und generell als steuerlich abzugsfähig.

**Weitere Infos unter**
**www.kiss-stuttgart.de/termine/details/mv-27**

**Jan Siegert**
geschäftsführender Vorstand, KISS Stuttgart

# Aus dem Selbsthilfezentrum

## WIR – STUTTGARTER SELBSTHILFE MAGAZIN

WIR heißt das zweimal jährlich erscheinende Magazin rund um die Selbsthilfe in Stuttgart. Das Magazin 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.

Das WIR Magazin kann kostenfrei abonniert werden. Wollen Sie aber die aktuelle oder eine ältere Ausgabe des WIR Magazins digital lesen, ist das über folgende Seite möglich
**kiss-stuttgart.de/downloads/wir-stuttgarter-selbsthilfe-magazin/**

## KISS-NEWSLETTER

Enthält aktuelle Informationen zur Selbsthilfe in Stuttgart wie neue Gruppengründungen, anstehende Veranstaltungen sowie Fördermöglichkeiten, Wettbewerbe und Serviceangebote für Gruppen, Initiativen und gemeinnützige Vereine.

Der Newsletter erscheint alle zwei Monate und kann hier angeschaut und abonniert werden **kiss-stuttgart.de/downloads/newsletter**

## PUBLIKATIONEN BESTELLEN

Gerne schicken wir Ihnen kostenfrei unsere Publikationen und Informationsmaterialien zu, einmalig oder regelmäßig. Hier geht's zum Bestellformular **kiss-stuttgart.de/downloads/kostenlos-bestellen**

## KISS AUF SOCIAL MEDIA

## RADIO: SELBSTHILFE AUF SENDUNG

Bei „WIR auf Sendung" geht es um Menschen und das Miteinander. Hier werden soziale Themen aufbereitet, mit engagierten Menschen gesprochen, Selbsthilfegruppen und selbstorganisierte Initiativen vorgestellt und natürlich Musik gespielt. WIR auf Sendung wird produziert von der Redaktion der Selbsthilfegruppen. Die Sendungen der Redaktion:

- WIR auf Sendung – am ersten Donnerstag im Monat 19:00 – 21:00 Uhr wechselnde Themen sowie neuste Nachrichten aus der Selbsthilfe in 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 und weltweit als Livestream übers Internet unter **freies-radio.de**

## NETZWERK FREE STUTTGART

KISS Stuttgart ist aktiv bei frEE Stuttgart, dem Netzwerk für freiwilliges Engagement, Ehrenamt und Selbsthilfe in Stuttgart. Die frEE-Akademie Stuttgart bietet Kurse zur Weiterbildung ehrenamtlich engagierter Bürger*innen an. Einzelne unserer Veranstaltungen werden im Rahmen der frEE Akademie gefördert. Nähere Infos unter
**vhs-stuttgart.org/beratungfoerderung/free-akademie**

## GEMEINSCHAFTSFÖRDERUNG DER KRANKENKASSEN

Die Erstellung des Jahresprogramms der KISS Stuttgart sowie die Durchführung vieler Angebote wird ermöglicht durch die Gemeinschaftsförderung der gesetzlichen Krankenkassen. Weitere Informationen hierzu unter **gkv-selbsthilfefoerderung-bw.de**

# 07help – das Unterstützungs-verzeichnis für Stuttgart

## Die Ausgangslage:

Niemand kennt alle Unterstützungsangebote in Stuttgart und es gibt bisher keine Gesamtübersicht für die Stadt. Die traditionelle Google-Suche ist durch eingeblendete Werbung unübersichtlich. Sie zeigt neue oder unbekannte Angebote nur schlecht an. KI-Such-ergebnisse sind unvollständig und manchmal falsch. Dadurch gehen viele Projekte in Stuttgart digital unter.

## Unser Ziel:

Ein barrierearmer Zugang zu Unterstützungswissen für alle Bürger*innen, Berater*innen, Klient*innen, Patient*innen und deren Angehörige. Hierfür soll ein dauerhaft aktualisiertes Suchverzeichnis entstehen, von dem insbesondere Menschen mit eingeschränk-ten Zugängen profitieren. Eine Webseite, auf der alle Angebote zu Ihrer Unterstützung aus den Bereichen Soziales, Gesundheit, Begegnung und Bildung zu finden sind. Filterbar nach ihren Bedürfnissen und danach, wann Sie Zeit haben.

## Der Weg:

Es gibt noch keine vergleichbare Datenbank für eine so große Stadt wie Stuttgart. Deshalb nehmen KISS und das Jobcenter Stuttgart ihr jeweiliges Wissen aus jahrzehntelanger Datenbankpflege, tauschen sich mit anderen erfahrenen Akteur*innen der Stadt aus und entwickeln daraus gemeinsam 07help - immer mit technischer Unterstützung durch ein Team von Entwick-ler*innen. Deshalb freuen wir uns schon jetzt auf die Online-Schaltung unter **07help.de**

07help

# Terminübersicht chronologisch


| Datum | Programm | Seite |
|---|---|---|
| 23.01.2027 | Verantwortung teilen – Gruppe aktivieren | 10 |
| 03.02.2027 | Vorbereitungstreffen für den Selbsthilfetag 2027 | 12 |
| 19.02.2027 | Förderung durch die gesetzlichen Krankenkassen für örtliche Gruppen | 14 |
| 19.03.2027 | Selbsthilfegruppen – welche es gibt uns was sie machen (live) | 30 |
| 24.04.2027 | Stabilisierende (Körper-)Übungen | 16 |
| 13.05.2027 | Aus der Stille sprechen – Einsichtsdialog und achtsame Begegnung | 18 |
| 05.06.2027 | „Aus voller Kehle für die Seele“ - Singen für Alle | 20 |
| 23.06.2027 | Selbsthilfegruppen – welche es gibt uns was sie machen (online) | 30 |
| 18.09.2027 | Selbsthilfetag 2027 | 6 |
| 06.10.2027 | Angehörige - Betroffene in der zweiten Reihe | 22 |
| 16.10.2027 | Austauschtreffen der Stuttgarter Selbsthilfegruppen | 24 |
| 21.10.2027 | Mitgliederversammlung | 34 |
| 27.10.2027 | Selbsthilfegruppen – Unterstützung für Patient*innen und Entlastung für die Praxis | 32 |
| 10.11.2027 | Digitale Selbstverteidigung | 26 |
| 03.12.2027 | KISS-Weihnachtsfeier | 28 |


Die einzelnen Termine des Projekts Selbsthilfe & Kunst: Broken Orchestra finden Sie auf Seite 8

**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** |

**Offene Tür (Zugang zu Informationsmaterial)**
**Montag bis Donnerstag** **17:00 – 20:00 Uhr**

