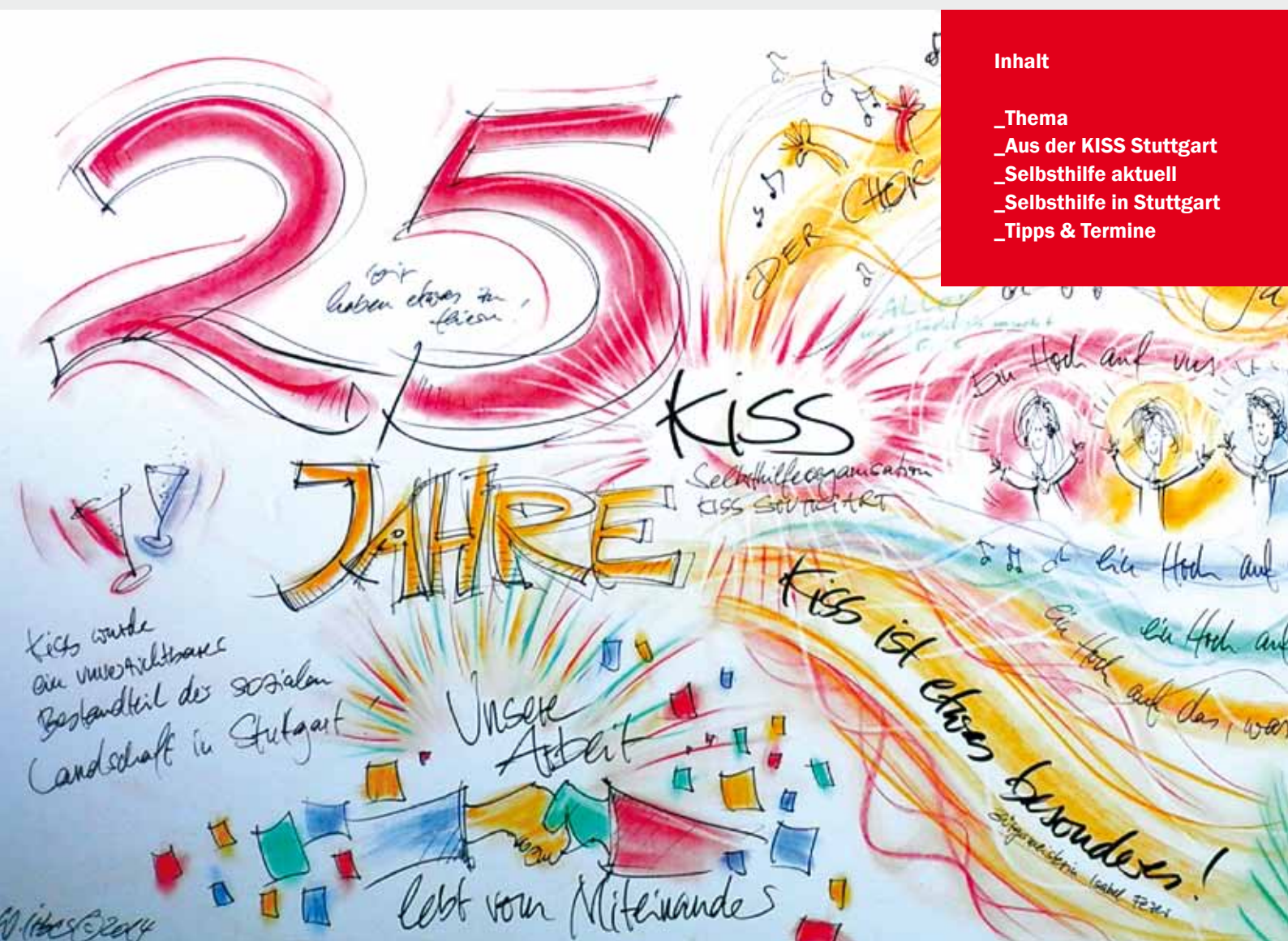


Stuttgarter Selbsthilfe Magazin

Thema
25 Jahre KISS Stuttgart

Inhalt

- _Thema
- _Aus der KISS Stuttgart
- _Selbsthilfe aktuell
- _Selbsthilfe in Stuttgart
- _Tipps & Termine



Thema	
3 - 4	- 25 Jahre KISS Stuttgart
5	- Herausforderungen der Selbsthilfeunterstützung in den nächsten Jahren
6 - 7	- Interview mit Dr. Fred Christmann
7	- Führung in der Stiftung Psyche
8 - 9	- Jubiläumsschrift
10 - 11	- Bericht vom Festakt im Rathaus
12	- Impressionen von der Jubiläumsfeier
	- O-Töne von Selbsthilfegruppen
Aus der KISS Stuttgart	
13	- Werkstatt EDV und Technik
	- Informationsveranstaltung für Fachleute aus dem Gesundheits- und Sozialbereich
Selbsthilfe aktuell	
14	- Kurz berichtet
Selbsthilfe in Stuttgart	
15	- Das Repair Café im Stuttgarter Westen
16	- Wahlverwandtschaften e. V. schenkt Familie
17	- ArbeiterKind.de - Ortsgruppe Stuttgart
18	- myself e. V. feiert 10 Jahre gegenseitige Förderung am Arbeitsmarkt
19	- Adipositas-Selbsthilfegruppe Stuttgart-Mitte
	- Newsletter der KISS Stuttgart
20	- Betroffenensuche zur Gründung von Selbsthilfegruppen
21	- Übersicht Gründungsinitiativen, Einzelkontakte, Betroffenenberatung
Tipps und Termine	
22	- Jahresprogramm 2015
	- Informationsveranstaltung: Förderung durch die Krankenkassen
	- Werkstattangebot: Nachfolge, Übergabe, Loslassen in Selbsthilfegruppen
23	- Wir gratulieren
	- Dankeschön!
	- Winterschließzeit 2014/2015
	- Sprechzeiten der KISS Stuttgart
23	Impressum

Liebe Leserinnen und Leser,

diese Ausgabe des Stuttgarter Selbsthilfemagazins steht im Zeichen unseres Jubiläums: 25 Jahre KISS Stuttgart. Erfahren Sie auf den Folgeseiten mehr über die Anfänge und Entwicklung der Selbsthilfeunterstützung in Stuttgart, aber auch über die Aufgaben und Herausforderungen, die unser Team heute und zukünftig beschäftigen werden. Auf den Seiten 6 und 7 kommt mit Fred Christmann einer der Gründerväter unserer Selbsthilfekontaktstelle zu Wort. Auf den Seiten 8 und 9 schildert unsere ehemalige Mitarbeiterin Sabine Gärtling ihre Eindrücke von unserer Jubiläumsfeier im Rathaus, von der Sie sich anschließend noch auf einer Foto-Doppelseite ein besseres Bild machen können. Zahlreiche Selbsthilfegruppen haben uns mitgeteilt, was sie mit KISS Stuttgart verbinden, ihre O-Töne finden Sie auf Seite 12.

Doch wir wollen nicht nur Rückschau halten, sondern auch neuartige Themen und Formen gemeinschaftlicher Selbsthilfe aus dem Hier und Jetzt in den Blick nehmen. Ab Seite 15 erfahren Sie mehr über selbstorganisierte Angebote, die neu in der Stadt sind. Gemeinsam reparieren statt allein wegwerfen – nach diesem Leitgedanken werden im Repair Café kaputte Gegenstände wieder in Stand gesetzt. Bei der Stuttgarter Lokalorganisation von Wahlverwandtschaften e. V. werden Menschen zu Verwandten, die vorher gefehlt haben. Den Schwierigkeiten von Kindern aus Nicht-Akademiker-Familien beim Studium nehmen sich die ehrenamtlichen Mentoren von ArbeiterKind.de an.

In dieser Ausgabe finden Sie außerdem Berichte von Veranstaltungen, Hinweise auf Termine, Kontaktsuchen, Gründungsinitiativen und Wissenswertes rund um die gemeinschaftliche Selbsthilfe.

Auf Seite 18 berichtet z. B. die Selbsthilfeorganisation myself e. V. von Ihrem 10-jährigen Jubiläum. Möchten auch Sie Ihre Selbsthilfegruppe vorstellen, von einer Veranstaltung berichten oder eine Stellungnahme zu einem bestimmten Thema veröffentlichen? Wir freuen uns über Ihre Beiträge im Stuttgarter Selbsthilfe Magazin – kontaktieren Sie uns.

Wir wünschen Ihnen friedliche Feiertage und einen guten Start ins neue Jahr!

Das Team der KISS Stuttgart

25 Jahre KISS Stuttgart

Seit einem Vierteljahrhundert gibt es uns in Stuttgart als die Fachstelle für alle Fragen rund um gemeinschaftliche Selbsthilfe. Damit gemeint sind Selbsthilfegruppen und -Initiativen, deren Zahl über die Jahre immer weiter gewachsen ist und heute 542 Einträge (Stand 2013/2014) umfasst.

Im Herbst 2014 wurde KISS Stuttgart 25 Jahre alt, oder jung. Viele MitarbeiterInnen und ehrenamtliche UnterstützerInnen haben in dieser Zeit ihre Beiträge geleistet und die Selbsthilfekontaktstelle zu einer etablierten Einrichtung in Stuttgart gemacht, die immer wieder aktuelle gesellschaftliche Themen aufgreift und tragfähige Unterstützungsstrukturen für verschiedenste Formen der Selbsthilfe bereitstellen kann. Zeit für einen Rückblick auf die Entstehung und Entwicklung von KISS Stuttgart, einen Einblick in die gegenwärtige Situation und einen Ausblick in die Zukunft.

Was macht eigentlich die KISS Stuttgart?

Zunächst möchten wir Ihnen einen Überblick über unsere Arbeitsschwerpunkte geben. KISS Stuttgart

- berät Menschen bei der Suche nach der für sie geeigneten Unterstützung
- informiert über Selbsthilfegruppen in Stuttgart (Einzelberatungen, Informationsveranstaltungen, Vorträge ...)
- vermittelt an Selbsthilfegruppen in Stuttgart oder an überregionale Selbsthilfeorganisationen
- unterstützt die Gründung von Selbsthilfegruppen
- bietet Foren für die Öffentlichkeitsarbeit von Selbsthilfegruppen
- berät und unterstützt Selbsthilfegruppen bei deren Arbeit (Fortbildungen, Räume, Infrastruktur, Vermittlung von Kontakten zu Fachleuten, Vernetzung ...)

- vertritt die Belange der Selbsthilfegruppen in Fachgremien, bei Politik und Verwaltung

Entstehung und Entwicklung

Bevor es die KISS Stuttgart gab, stellte die Gerhard-Alber-Stiftung den Selbsthilfegruppen Räume und Unterstützung zur Verfügung. Relativ schnell entwickelte sich die Arbeit mit diesen Gruppen zu einem erfolgreichen Unterstützungsangebot, brachte die Stiftung aber bald an ihre Grenzen, so dass nach einem anderen Finanzierungsmodell gesucht werden musste. Damit dies möglich werden konnte, wurde 1988 der Verein Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen e. V. gegründet, und der Gemeinderat beschloss, sich an der Finanzierung der Kontaktstelle zu beteiligen.

Am 1.9.1989 begann die Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen ihrer Arbeit als Beratungsstelle in freier Trägerschaft, ausgestattet mit zwei ganzen Stellen für SozialarbeiterInnen und einer halben Stelle für Verwaltung, sowie Büro- und Gruppen-

räumen. Bereits im Folgejahr wurde KISS Stuttgart in der Breite aktiv: sie übernahm die Verwaltung der A-Gruppenräume in der Metzstraße 11 und publizierte die erste Selbsthilfezeitung. KISS Stuttgart wurde Mitglied im Paritätischen Wohlfahrtsverband und initiierte die Landesarbeitsgemeinschaft der Kontakt- und Informationsstellen für Selbsthilfegruppen in Baden-Württemberg (LAG KISS). Bis heute führt KISS Stuttgart die Geschäftsstelle der LAG KISS, auf deren Homepage www.selbsthilfe-bw.de sich unter anderem eine Landkarte mit den Kontakten aller Selbsthilfekontaktstellen und -unterstützungsstellen in Baden-Württemberg findet.

1991 zog sich die Gerhard-Alber-Stiftung aus der Finanzierung zurück und der Gemeinderat erhöhte den Zuschuss für KISS Stuttgart, die daraufhin die ersten eigenen Räume in der Marienstraße beziehen konnte. KISS Stuttgart wurde Mitglied der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen DAG SHG, dem bundesweiten Fachverband zur Selbsthilfeunterstützung. Im Stuttgarter



Rathaus fand der erste Aktionstag der Stuttgarter Selbsthilfegruppen unter dem Motto „Deine Chance – Selbsthilfe“ statt.

1993 beschloss das Land Baden-Württemberg, sich an der Finanzierung von Selbsthilfekontaktstellen zu beteiligen. Im selben Jahr war KISS Stuttgart als Mitglied des Fördervereins für ein Freies Radio Stuttgart (FRS) an der Entstehung des Senders beteiligt. Bis heute können Selbsthilfegruppen im Rahmen des Sozialmagazins im FRS auf Sendung gehen. Und auch ein weiteres wichtiges Ereignis lässt sich in jenem Jahr verzeichnen: In der Selbsthilfekontaktstelle kam der erste PC zum Einsatz!

1995 erhielt KISS Stuttgart ihr erstes offizielles Logo. 1998 war sie Gründungsmitglied des Vereins Forum Gesunde Stadt Stuttgart e. V. Im Folgejahr erschien das erste „KISS Blättle“ – ein Vorläufer des heutigen Newsletters. KISS Stuttgart gab es jetzt bereits zehn Jahre.

Mit der Neufassung des § 20 Abs. 4 SGB V, der die Förderung der Selbsthilfe durch die Krankenkassen regelt, bekam KISS Stuttgart eine neue Finanzierungsmöglichkeit. Oberbürgermeister Wolfgang Schuster initiierte das Netzwerk frEE für freiwilliges Engagement, Ehrenamt und Selbsthilfe. KISS Stuttgart wurde Mitglied. In diesem Jahr bekam die Selbsthilfekontaktstelle außerdem einen Internetzugang sowie die erste eigene E-Mail-Adresse, im Folgejahr ging die Internetseite www.kiss-stuttgart.de online. Diese Seite besteht bis zum heutigen Tag und ist inzwischen in Kombination mit der immer weiter wachsenden Korrespondenz über E-Mail zum wichtigsten Medium der Kontaktstellenarbeit avanciert: 122.754-mal wurde sie allein im Jahr 2013 aufgerufen, Tendenz steigend.

Die Professionalität der Arbeit einer Fachstelle ist untrennbar mit dem

Anspruch dauerhafter Selbstevaluation und Weiterentwicklung verbunden. 2003 veranstaltete KISS Stuttgart den ersten Fachtag zur Koordinierung und Intensivierung der Selbsthilfeunterstützung in Stuttgart. Bis heute gehört die fachliche Fortentwicklung des eigenen Arbeitsfelds zu den Aufgaben, die eher im Hintergrund, jedoch kontinuierlich ablaufen.

2006 bekam KISS Stuttgart die Kräfte des Elements Wasser zu spüren, leider nicht im positiven Sinn: Ein Rohrbruch im darüber liegenden Stockwerk machte die Räume der Einrichtung für einige Wochen unbenutzbar, das Gesundheitsamt gewährte den Mitarbeiterinnen für zwei Monate Asyl.

Corporate Identity: Mit der Entwicklung bzw. Einführung eines neuen Erscheinungsbilds und Logos hat sich die Stelle 2007 in „Selbsthilfekontaktstelle KISS Stuttgart“ umbenannt (abgekürzt wie bisher KISS Stuttgart). Sie kennen ja die Würfel, die in ihrer Buntheit für Vielfalt und Unterschiedlichkeit stehen.

Gute Neuigkeiten in 2008: Durch die Neuregelung des § 20c SGB V wurde die Finanzierung durch die gesetzlichen Krankenkassen gesichert. Im selben Jahr erschien das erste Stuttgarter Selbsthilfemagazin sowie das Faltblatt „Gemeinsam geht es besser“ in den Sprachen Russisch, Serbisch, Kroatisch und Türkisch. Über die digitalen Kanäle ging der erste Newsletter raus.

Die vielen unterschiedlichen Publikationen der KISS Stuttgart informieren damals wie heute nicht nur die BesucherInnen der Selbsthilfekontaktstelle, sondern durch ihre umfangreiche Verteilung und Auslage in den unterschiedlichsten Einrichtungen mehr und mehr Stuttgarter BürgerInnen. Zu den regelmäßigen Veröffentlichungen „Stuttgarter Selbsthilfe Magazin“, „Newsletter“ und „Jahresbericht“ haben sich über die Jahre

noch verschiedene Faltblätter gesellt, die sowohl Fachleute über Selbsthilfegruppen informieren – als auch Selbsthilfegruppen über verschiedene Unterstützungsangebote sowie Interessierte über Selbsthilfegruppen. All diese Publikationen können Sie auf www.kiss-stuttgart.de in der linken Menüspalte unter „Materialien“ übersichtlich aufgeteilt in digitaler Form finden.

Der Umzug in die Tübinger Straße 15 sorgte 2009 für mehr Platz und modernere Räume in der Selbsthilfekontaktstelle. Im Folgejahr veränderte der Trägerverein seine Struktur. Die Mitgliederversammlung wählte von nun an einen ehrenamtlichen Aufsichtsrat und dieser bestellt den hauptamtlichen Vorstand. Sabine Gärtling und Hilde Rutsch werden für zwei Jahre als Vorstand bestellt.

In Kooperation mit der Kassenärztlichen Vereinigung Baden-Württemberg fand 2011 zum ersten Mal ein Seminar für medizinische Fachangestellte statt. Im darauf folgenden Jahr erweiterte KISS Stuttgart ihr Unterstützungsangebot bei Gruppen Gründungen mit dem Projekt „In-Gang-Setzer“. Im Hintergrund wurde derweil mit einer Neukonzeption der KISS-Datenbank und Erneuerung der Hard- und Software die EDV modernisiert. 2013 wurde eine neue Dreier-Postkartenserie produziert, die insbesondere jüngere Menschen ansprechen sollte.

2014 feiert KISS Stuttgart Jubiläum – und damit auch alle Selbsthilfegruppen und -initiativen, die unsere Arbeit erst nötig und möglich machen. Mit der gesammelten Erfahrung, der Fachkompetenz unserer MitarbeiterInnen und viel Rückhalt bei den Stuttgarter Selbsthilfegruppen blicken wir optimistisch in die Zukunft und gehen die kommenden Herausforderungen an.

Herausforderungen der Selbsthilfeunterstützung in den nächsten Jahren

Selbsthilfe und Selbsthilfeunterstützung unterliegen ebenso wie andere gesellschaftliche Bereiche einem Wandlungsprozess. Im Folgenden zeigen wir auf, welche Themen uns gegenwärtig beschäftigen und auch zukünftig weiter beschäftigen werden.

Selbsthilfe im Generationenwechsel

Die Selbsthilfeunterstützung wird sich in zweifacher Weise diesem Thema stellen müssen. Erstens im Wandel der Altersstruktur der Gruppen und zweitens im Wandel der Nachfrage zu Themen der Selbsthilfe, da es zunehmend mehr ältere Menschen geben wird. Neben dem politischen Handlungsbedarf und Angeboten des professionellen Versorgungsnetzes bekommen Formen der Selbstorganisation ein ganz neues Gewicht. Fragen werden u. a. sein: Wie lauten die Stärken und die Perspektiven der Selbsthilfe in einer demografisch veränderten Gesellschaft? Wie erreichen wir junge Menschen?

Selbsthilfe und Migration

MigrantInnen sind in den Selbsthilfegruppen noch unterrepräsentiert. Dies hat unterschiedliche Gründe. Sie sind eine äußerst heterogene Gruppe mit unterschiedlichen Lebensbedingungen und vielen ist der Zugang zu Hilfsangeboten aus den unterschiedlichsten Gründen erschwert. MigrantInnen sind dabei nicht unorganisiert, meistens jedoch in Vereinen innerhalb des eigenen Kulturkreises. Ihr Engagement konzentriert sich im Wesentlichen auf ethnisch-homogene Selbsthilfeorganisationen, die meist generationenübergreifend – unter Wahrung der kulturellen Identität – eine gesellschaftliche Integration anstreben. Inzwischen entstehen jedoch immer häufiger kleine Gesprächsgruppen.

KISS Stuttgart hat in diesem Bereich einen ersten Schritt mit fremdsprachigen Flyern getan, doch ist es wichtig, dass wir weiterhin im Dialog mit den MigrantInnenorganisationen bleiben, um gemeinsam konkrete Unterstützungsangebote zu entwickeln.

Selbsthilfe und Versorgungsstrukturen

Selbsthilfegruppen sind die Brücke zum Erfahrungswissen für Betroffene oder PatientInnen. Es ist notwendig, dass die Berührungspunkte und vielleicht auch Vorurteile zwischen Selbsthilfe und professionellem Versorgungssystem weiter abgebaut werden. Wichtig hierbei ist, dass im Rahmen der Aus-, Fort- und Weiterbildung in den spezifischen Berufssparten des Gesundheits- und Sozialbereichs die Patienten- und Klientensicht stärker in den Fokus genommen wird.

Seit einigen Jahren bietet die Selbsthilfekontaktstelle schon zielgruppenspezifische Angebote z. B. für medizinische Fachangestellte an. In den nächsten Jahren wollen wir verstärkt auf das professionelle Versorgungssystem zugehen, um gemeinsam mit Selbsthilfegruppen Seminare, Schulungen und Fachtage anzubieten.

Selbsthilfe und Beteiligung

ExpertInnen aus eigener Erfahrung, waren schon immer PartnerInnen von fachlichen und politischen Entscheidungsprozessen. Durch die Einführung des § 140 SGB V hat der Gesetzgeber im Jahre 2004 die kollektiven Rechte zur Anhörung und Mitberatung von PatientInnen gesetzlich geregelt. Je selbstverständlicher diese Beteiligung in Entscheidungsgremien ist, desto mehr Anfragen nach Beteiligung kommen hinzu. Manche Organisationen, aber auch engagierte Personen, geraten an die Grenzen des Leistbaren.

Hier ist die Selbsthilfekontaktstelle (in Kooperation mit den Selbsthilfeorganisationen auf Landesebene) gefordert, diesen Menschen mit Beratungen und Fortbildungen Unterstützung zu geben.

Selbsthilfe und neue Formen im Internet

Die Nutzerzahlen des Internets sind in den letzten Jahren rasant angestiegen und durch die immer zugänglichere Nutzbarkeit ergeben sich neue Möglichkeiten der Selbstdarstellung. Dies macht sich zum einen bei unseren Anfragen, die jetzt vermehrt per E-Mail hereinkommen, und zum anderen durch die große Anzahl von Selbsthilfeforen im Internet bemerkbar. Besonders junge Menschen nutzen virtuelle Plattformen als selbstverständliche Kommunikations- und Informationskanäle. Untersuchungen zeigen, dass die virtuelle Selbsthilfe die Face-to-Face Selbsthilfe kaum bedroht, da sich das persönliche Gespräch nicht ersetzen lässt. Aber sie ist es wert, als andere Form von Selbsthilfe anerkannt zu werden, denn sie sorgt dafür, dass mehr Menschen als vorher auf die Selbsthilfe-Angebote aufmerksam werden.

Neben der regelmäßigen Aktualisierung unserer eigenen Homepage wird eine weitere Aufgabe sein, Selbsthilfegruppen in Sachen Internet kompetenter zu machen, z. B. zu den Themen Qualitätskriterien von Selbsthilfeforen, Umgang mit möglichen Gefahren von Datenmissbrauch oder zur Nutzbarkeit des Internets für die eigene Gruppe.

Auch in den nächsten Jahren gibt es genug zu tun und wir sind sicher, dass die Selbsthilfe gerade in Zeiten zunehmenden gesellschaftlichen Gestaltungsbewusstseins immer wichtiger bleiben wird.

Interview mit Dipl.-Psych. Dr. Fred Christmann, Gründungsmitglied des Trägervereins der KISS Stuttgart

„Es sind überwiegend die persönlichen Kontakte, die das Leben auf Dauer lebenswert machen“



Herr Dr. Christmann, Sie sind Gründungsmitglied des Trägervereins der KISS Stuttgart und haben schon vorher Selbsthilfegruppen in der Gerhard-Alber-Stiftung unterstützt. Können Sie uns ein paar Worte zu Ihrem beruflichen Hintergrund sagen?

Als Diplompsychologe war ich viele Jahre in einer Beratungsstelle für Erziehungs- und Lebensfragen tätig. Dort wurde ich mit vielen Problemen, auch chronischen körperlichen Leiden konfrontiert, bei denen Veränderung nur begrenzt möglich war. Später konnte ich mich als Geschäftsführer der Gerhard-Alber-Stiftung auf die Verbesserung der Gesundheitsversorgung durch neue Therapieangebote und die Ausbildung von Verhaltenstherapeuten konzentrieren.

Welche Aufgaben und Ziele hatte die Gerhard-Alber-Stiftung und besteht sie bis heute?

Die Gerhard-Alber-Stiftung schuf 1986 ein Therapiezentrum, in dem verschiedene Disziplinen im ambulanten Bereich zusammenarbeiteten. Das war damals neu und - wie wir in

einer Therapiestudie nachgewiesen haben - auch erfolgreich. Mit dem Zusammenbruch der DDR suchten die Verantwortlichen im Gesundheitswesen jedoch vorrangig die Anpassung der dortigen Einrichtungen an das westliche Gesundheitssystem. Fortschrittliche Konzepte wurden daher als störend für diese Systembereinigung wahrgenommen, unsere Studie ging unter.

Die Gerhard-Alber-Stiftung besteht weiterhin, muss jedoch aufgrund der schwierigen Geldanlagebedingungen mit einem stark reduzierten Budget auskommen. Sie hat sich deshalb im Rahmen der Stiftung Psyche auf das Vermitteln psychologischen Wissens in einer Dauerausstellung und die Vermittlung von Lebenskompetenzen in Gruppen verlegt.

Was hat die Stiftung vor mehr als 25 Jahren zur Unterstützung gemeinschaftlicher Selbsthilfe bewogen und wie lief das damals ab?

Die Stiftung hatte viele Anfragen nach psychologischer und anderer Hilfe, die die Personalkapazitäten deutlich überschritten. Sie hatte jedoch große Räume, die für Gruppen geeignet waren. So lag es nahe, Ratsuchende zu Gruppen mit gemeinsamen Themen zusammenzufassen. Damit neue Gruppen funktionieren konnten, bot man an, sie in den ersten Stunden zu begleiten. Die Räume waren dann bald belegt, aber als Anlaufstelle konnten wir Ratsuchende auch an bestehende Gruppen andernorts vermitteln.

Wie unterschied sich die Arbeit mit Selbsthilfegruppen von den anderen Arbeitsbereichen der Stiftung?

Es war ein ganz anderes Geschehen. Die Stiftung führte eher Kurse durch,

in denen in begrenzter Zeit bestimmte Kompetenzen vermittelt wurden. Die Selbsthilfegruppen waren zeitlich und inhaltlich frei. Was dort geschah, bestimmten die anwesenden Teilnehmer. Die Stiftung konnte hier nicht inhaltlich, sondern nur begleitend organisatorisch tätig werden.

Gab es dabei auch besondere Erlebnisse, die Ihnen in Erinnerung geblieben sind?

Es liegt schon sehr lang zurück. Aber ich erinnere mich gut, dass ich immer wieder mit mir völlig neuen Themen konfrontiert wurde. Als Fachmann muss man sich thematisch eher begrenzen, um einen Expertenstatus zu erreichen. So kam es, dass ich z. B. mit Autismus oder mit Hochbegabung erstmals über die entsprechenden Selbsthilfegruppen zu tun bekam. Eines Abends kamen einmal mehrere sehr gut aussehende junge Frauen ins Therapiezentrum, hatten sie sich verirrt? Fitness-Studios im heutigen Stil gab es damals noch nicht. Nein, der Schein trog, es waren Bulimikerinnen, die gemeinsam ihre Ess-Brech-Sucht überwinden wollten. Das hieß für mich: Wieder ein neues Krankheitsbild, mit dem ich mich zu befassen hatte. Und wie so oft war das der Beginn einer Welle von Anfragen zu einem neuen Thema.

Weshalb wurde 1989 ein eigener Verein für die Kontaktstelle gegründet?

Die Nachfrage, der Raum- und Personalbedarf waren für die (kleine) Stiftung bald nicht mehr zu bewältigen. Die Stiftung benötigte Einnahmen zur Deckung der Kosten. Bei der Suche nach Unterstützung stießen wir besonders bei den Institutionen des

Gesundheitswesens und bei den Verantwortlichen der Stadt Stuttgart auf großes Wohlwollen. Die Stadt drängte allerdings auf eine von der Stiftung unabhängige Organisation. So wurde der Verein „Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen e. V.“ gegründet, zunächst mit Sitz im Therapiezentrum.

Wie sieht heute Ihre Zusammenarbeit mit Selbsthilfegruppen bzw. der KISS Stuttgart aus?

Unsere Räumlichkeiten sind heute beschränkter und unser Schwerpunkt ist die Vermittlung von Informationen und Anregungen für ein gutes Leben. In diesem Rahmen können wir Selbsthilfegruppen Ausstellungsfläche für Öffentlichkeitsarbeit und einen

Vortragsraum anbieten. Auch unsere Führungen zu Alltagsphänomenen wie Angst, Gewalt, Burnout usw. oder unsere Workshops zum Erwerb entsprechender Kompetenzen stoßen bei Selbsthilfegruppen auf Interesse.

Zum Abschluss noch eine allgemeine Frage: Aufgrund der Möglichkeiten des Internets wird immer wieder diskutiert, ob „die Selbsthilfegruppe“ noch zeitgemäß ist. Wie ist Ihre Position dazu?

So wertvoll ich das Internet finde und so sehr ich es nutze, der persönliche Kontakt ist durch nichts zu ersetzen. Gerade in Zeiten immer schnelleren und globaleren Wandels müssen wir uns um überschaubare soziale Gemeinschaften/Netzwerke

bemühen. Noch viel mehr Menschen sollten den Schritt wagen und Kontakt suchen. Das Internet kann dafür durchaus eine Hilfe sein. Es sind überwiegend die persönlichen Kontakte, die das Leben auf Dauer lebenswert machen.

Herr Dr. Christmann, wir danken Ihnen für das Gespräch!

Die Fragen stellte Hilde Rutsch

Bei unten stehender Veranstaltung aus dem neu erschienenen Jahresprogramm 2015 der KISS Stuttgart (siehe Seite 22) haben Sie Gelegenheit, Dr. Fred Christmann persönlich kennen zu lernen.

Führung in der Stiftung Psyche

Ist krank nur anders als gesund? Wie aus Gesundheit Krankheit und aus krank gesund wird

Die Ausstellung „Brechungen der Seele“ zeigt in Kurzfilmen psychologische Experimente und verhilft dadurch zu einem tieferen Verständnis alltäglicher zwischenmenschlicher Phänomene. Auch Krankheit und Gesundheit werden gesellschaftlich definiert, wonach sich dann unsere eigene Bewertung richtet. Die Führung zu diesem Ausstellungsthema zeigt sowohl ein berühmtes Experiment zur Veranschaulichung dieser Thematik, sie erläutert aber auch die Vorgehensweise der Wissenschaft zur Klärung psychischer Erkrankungen und diskutiert Zusammenhänge mit gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Entwicklungen wie auch mit anderen Themen der Ausstellung.

Im Anschluss daran besteht die Möglichkeit, die Experimente zu den

übrigen Ausstellungsschwerpunkten, wie Angst, Gewalt, Geschlechterrollen usw., selbständig zu erkunden.

Termin: Mittwoch, 25. März 2015, 18:00 - 19:15 Uhr

Ort: Stiftung Psyche, Steinenhausenstraße 33, 70193 Stuttgart

Referent: Dr. Fred Christmann, Psychologe

Anmeldung: bis 15.03.2015 bei KISS Stuttgart

Anmeldedetails: kostenloses Angebot für 6 - 15 Menschen aus Selbsthilfegruppen

Jubiläumsfestschrift

Erfahren Sie mehr über die Geschichte und Entwicklung der KISS Stuttgart in unserer 44-seitigen Jubiläumsfestschrift. Dort finden Sie neben zahlreichen Grußworten Informationen zur Entstehung und einen chronologischen Streifzug durch die letzten 25 Jahre der Selbsthilfekontaktstelle.

Welche Angebote bietet eine Selbsthilfekontaktstelle und was passiert noch alles „hinter den Kulissen“? Welche Herausforderungen kommen in Zukunft auf die Selbsthilfe zu? Auch zu diesen Fragen können Sie zahlreiche Artikel in der Festschrift finden. Und auch zahlreiche Selbsthilfegruppen, Fachleute und Menschen, die der KISS Stuttgart verbunden sind, melden sich in O-Tönen und Textbeiträgen zu Wort.

Die Festschrift liegt aus bei KISS Stuttgart und kann als PDF von www.kiss-stuttgart.de im Bereich „Materialien für Interessierte“ heruntergeladen werden.

KISS Stuttgart feiert im Rathaus

So bunt wie die Selbsthilfe: der Festakt zum 25-jährigen Jubiläum

„KISS ist schon etwas Besonderes und wir können uns hier in Stuttgart gar nicht mehr vorstellen, ohne KISS zu sein.“ begann Sozialbürgermeisterin Isabel Fezer ihre Rede im großen Sitzungssaal des Stuttgarter Rathauses. Und im anschließenden gemütlichen Teil meinten einige Selbsthilfeaktive „Wenn’s die KISS Stuttgart nicht schon gäbe, man müsste sie erfinden.“ Nun, es gibt die Selbsthilfekontaktstelle jetzt schon seit 25 Jahren und das war am 24. Oktober ein Grund zum Feiern.

Schon einmal hatte die KISS Stuttgart das Rathaus mit buntem Leben gefüllt - beim allerersten Selbsthilfetag 1991. Zum Auftakt war die Vorsitzende des Aufsichtsrats Waltraud Trukses zuversichtlich, dass dies auch bei diesem Jubiläum gelingt. Sie sollte recht behalten, das Team der KISS Stutt-

gart hatte ein kurzweiliges, buntes Programm zusammen gestellt, das den mehr als 300 Gästen sichtlich Freude machte. Schon die Begrüßung der Gäste durch die Vorstandsfrau Hilde Rutsch fiel aus dem üblichen Rahmen. Sie bat die Vertreterinnen und Vertreter unterschiedlicher Gruppen aufzustehen, damit alle sehen können, wer da ist, woher die Gäste kommen, und mit wem man nach dem Festakt vielleicht gerne reden möchte. Die gewählten Volksvertreterinnen und -vertreter machten gerne mit, danach auch die Kolleginnen und Kollegen von Beratungsstellen und aus der Verwaltung, die Dienstleister und ehrenamtlichen Mitarbeiter usw. Die weitaus größte Gruppe waren die Aktiven aus Selbsthilfegruppen und ihre Angehörigen. Ohne sie wäre die Kontaktstelle undenkbar, betonte Hilde Rutsch.

Besonders eindrucksvoll und für die meisten Gäste ganz neu war der Auftritt des Chors „Hands on Music“ vom Berufskolleg Gebärdensprache der Paulinenpflege Winnenden. Die Schülerinnen stellten „barrierefreie Musik“ vor, Songs vom Band setzten sie in Gebärdensprache um, machten sie für gehörlose Menschen erfahrbar und für Hörende zu einer anmutigen Choreografie.

Auch Bürgermeisterin Isabel Fezer war fasziniert, zum ersten Mal einen Gebärdenschor singen gesehen zu haben. In Vertretung von Oberbürgermeister Kuhn betonte sie die Relevanz der Selbsthilfegruppen für die Stadtgesellschaft und die wichtige Rolle der KISS Stuttgart für die Selbsthilfeszene in Stuttgart. Menschen zeigten Stärke, wenn sie gemeinsam mit anderen Veränderungen anstre-



Graphic Recording: Wolfgang Irber hielt seine Eindrücke von unserer Jubiläumsfeier live auf einer 3 Meter langen Leinwand fest

ben in Selbsthilfegruppen. Als etwas flapsige Beschreibung von Selbsthilfe in Gruppen zitierte sie Eugen Roth: „Das Leiden ist schon halb geheilt, hat man es anderen mitgeteilt.“ Ihre Rede war Ausdruck der Wertschätzung, die Selbsthilfegruppen und die Selbsthilfekontaktstelle in der Stadt erfahren.

Vergnüglich dann der Auftritt von Harry und Jakob, die als angebliche Mini-selbsthilfegruppe von Dichtern und von Schüchternen gereimte Comedy boten, gesprochen und gerappt.

An den Umzügen entlang erzählte Hilde Rutsch die Geschichte und Entwicklung der Selbsthilfekontaktstelle. Als Untermieterin der Gerhard-Alber-Stiftung in der Christophstraße 8 hatte KISS Stuttgart begonnen und war nach 20 Jahren in neu renovierte Räume wieder in die Nachbarschaft in die Tübinger Straße 15 gezogen. Dazwischen lagen zwei Stationen in der Marienstraße 9 und ein Interimdomizil im Gesundheitsamt wegen

eines Wasserschadens. Dazwischen lag auch die Entwicklung vom selbst gestalteten Projekt zur professionellen Stelle, von der papierenen Handkartei zur Computer-Datenbank, vom getippten Logo zum Corporate Design.

Was eine Selbsthilfegruppe leisten kann, präsentierten drei Mitglieder der Stottererselbsthilfe Stuttgart. Sie senden seit vielen Jahren Stotterfunk im Freien Radio für Stuttgart und haben es damit sogar schon in die Tageschau geschafft.

Nach dem offiziellen Festakt gab es im 4. Stock Getränke, Süßes und Salziges von Rudolfs und die Gelegenheit, Kontakte zu knüpfen oder aufzufrischen. Leute, die KISS Stuttgart schon seit den Anfangszeiten kennen, trafen einander wieder, andere hatten erst durch den Festakt Näheres über die Arbeit der Kontaktstelle erfahren und nutzten die Möglichkeit nachzufragen. Jetzt konnte auch die „Aufzeichnung“ aus der Nähe betrachtet werden, die

Wolfgang Irber während der Veranstaltung schon im Saal auf einer großen Leinwand festgehalten hatte. Grafic Recording nennt sich diese Art der Aufzeichnung von Hand und selbst für ihn als jungen Menschen sei das ziemlich modern, meine Jan Siegert von der KISS Stuttgart.

Für eine Sendung im Freien Radio für Stuttgart sammelten Ehrenamtliche Stimmen – und alle Befragten äußerten sich begeistert von diesem unterhaltsamen, bunten, vergnüglichen und informativen Festakt, den das Team der KISS Stuttgart auf die Bühne des großen Sitzungssaals gebracht hatte. KISS Stuttgart ist eben wirklich eine ganz besondere Einrichtung.

Sabine Gärtling,
bis 2012 Mitarbeiterin
der KISS Stuttgart



Impressionen von der Jubiläumsfeier



Bürgermeisterin Isabel Fezer sprach die Grußworte der Stadt Stuttgart



Hands on Music – "barrierefrei Musik" des Chors des Berufskollegs Gebärdensprache der Paulinenpflege Winnenden



Schwerstarbeit für die Gebärdendolmetscherin:
der Auftritt von Harry und Jakob



v.r.n.l. Die GemeinderätInnen Peter Pätzold, Bernd Klingler, Beate Bulle-Schmid, Judith Vowinkel



Die Selbsthilfegruppe Stottern Stuttgart stellt ihre Radiosendung Stotter-Funk vor



v.r.n.l. die Stuttgarter Behindertenbeauftragte Ursula Marx, Nikolaus Tschenk (MDL), Muhterem Aras (MDL), Aufsichtsratsvorsitzende Waltraud Trukses, Vorstandin Hilde Rutsch, Sozialbürgermeisterin Isabel Fezer

25 Jahre KISS Stuttgart



Ca. 300 Gäste feierten mit KISS Stuttgart



Graphic Recording: Wolfgang Irber hält die Highlights dieser Veranstaltung auf Leinwand fest



Ausgabe unserer Festschrift mit den wichtigsten Ereignissen der letzten 25 Jahre



Alle Mitwirkenden, die das bunte Programm gestaltet haben



Gemeinsamer Ausklang bei anregenden Gesprächen mit Süßem und Salzigem



Zeit um alte Kontakte aufzufrischen und neue Kontakte zu knüpfen

O-Töne von Selbsthilfegruppenmitgliedern

„Was verbinde ich mit KISS Stuttgart?“

- „Einen regelmäßigen Termin an dem ich mich so zeigen darf wie ich bin ohne kritisiert zu werden.“
- „Einen guten Raum für Heilung.“
- „Ein Ort an dem ich nicht nur meine „schönen Seiten“ zeigen muss, sondern wie es wirklich in mir aussieht.“

*Zitate von Mitgliedern der
Mittwochs-CoDA-Gruppe*

- „Mit Kiss Stuttgart verbinde ich: Menschen mit gleichen Interessen begegnen können.“

*S. A., Initiative für Getrenntlebende,
Alleinlebende & AD(H)S -
Elterninitiative*

- „Bei KISS gibt's alles, wenn Mann/ Frau die Unterstützung sucht und auch annimmt!“

Selbsthilfe Lungenkrebs Stuttgart

- „KISS Stuttgart ist für mich eine wichtige Informationsbörse und Beratungsstelle, um als Vorsitzende auf dem Laufenden zu sein.“

*Petra Beißwenger,
Stuttgarter-Diabetes-Initiative e. V.*

- „Es ist ein Ort der Geborgenheit, des Verstandenwerdens und des Austauschs.“

*Regina Krisch-Schelshorn, Mitglied
der SHG für Hörgeschädigte Stuttgart*

- **Kompetent in Sachen Sucht.**
- **Kann ihre Sucht Stoppen.**
- **Kamerad in Sachen Selbsthilfe.**

Selbsthilfegruppe Heumaden

- „Ich verbinde KISS Stuttgart oft unwillkürlich mit der Abkürzung eines englischen Merksatzes aus

der Rhetorik, der aber auch gut zur Selbsthilfe passt: KISS = Keep it simple, stupid! (Deutsch: mach's doch nicht so kompliziert Blödmann!)“

*Jürgen M. Beith, Oberstleutnant a. D.
und Präsident - Mitglied der DGHO -
Thalassämiehilfe ohne Grenzen e. V.*

- „myself e. V. verbindet mit KISS die Gemeinsamkeit, dass Selbsthilfegruppen die Lücke schließen, die viele öffentliche Institutionen heute nicht füllen können!“

Mitglieder von myself e. V.

- „Mit KISS verbinde ich: einen neuen Lebensabschnitt mit Lebensfreude und meinem bis dato unentdecktem Talent, Radiosendungen moderieren zu können – nach langer schwerer Depression.“

*Dr. Wilfried Pfaff, SH-Gruppe für
Depressionserfahrene*

- „Ich danke KISS für die Unterstützung beim Antrag auf finanzielle Förderung unserer Selbsthilfegruppe.“

*I. M., TIMM Stuttgart (Tinnitus und
Morbus Menière) Selbsthilfegruppe
für Betroffene von Betroffenen und
ihren Angehörigen*

- „Gute Beratung und Hilfe bei organisatorischen Fragen der SHG-Zusammenkünfte.“

Gruppe Alopecia areata Stuttgart

- „Die KISS ist für mich Informations-, Beratungs- und Unterstützungsstelle für neu zu gründende und bestehende Selbsthilfegruppen. Aber auch eine Anlaufstelle für Betroffene um zu erfah-

ren was es für Gruppen es in Stuttgart gibt. 'Man hilft den Menschen nicht, wenn man für sie tut, was sie selbst tun können!' (Abraham Lincoln)

*Prothetiktreff A.H.A.B. Stuttgart,
Claudia, Sylvia, Ingrid, Karin, Monika,
Rita, Inge, Hilde, Karl, Eugen, Helmut*

- „Vor 12 Jahren schenkte mir mein Sohn seinen veralteten Computer, weil er sich einen neuen gekauft hatte. Ich tat mich recht schwer damit und suchte nach Mitmenschen zur gegenseitigen Unterstützung und zum Erfahrungsaustausch. Über KISS erfuhr ich von der Interessengemeinschaft SeniorenNet und wurde dort Mitglied. Jetzt ist mir mein Computer schon seit einigen Jahren eine große Hilfe.“

Mitglied des SeniorenNet Stuttgart

- „KISS hat es mir ermöglicht durch Vermittlung der EVA Kontakt mit der Lenkradgruppe aufzunehmen. KISS ist eine tolle Einrichtung.“

Peter, Lenkradgruppe

- „Bei unseren Besuchen am Krankenbett sind wir sehr zufrieden, dass wir den Patienten Hilfestellungen anbieten können, so auch die sehr vielfältigen Selbsthilfegruppen bei KISS. Die Grünen Damen und Herren sind sehr beeindruckt von der Vielzahl und notwendigen Unterschiedlichkeit der angebotenen Gruppen. Eine unserer Grünen Damen berichtete, dass sie schon oft Leute beraten konnte und zu KISS geschickt hatte.“

*Mitglieder der Grünen Damen und
Herren, Stuttgart*

Werkstattangebot EDV und Technik

Router, Browser, Firewall und Bluetooth - was ist denn das?!

Der Umgang mit Computer, Internet und verschiedenem technischen Zubehör ist für viele Menschen noch von Unsicherheit oder Berührungängsten geprägt. Dabei kommt man um die „Neuen Medien“, die inzwischen gar nicht mehr so neu sind, heutzutage kaum noch herum – ob bei der Gruppenarbeit, der Vorbereitung der Treffen und der Korrespondenz untereinander, vor allem aber bei Öffentlichkeitsarbeit von Selbsthilfegruppen. KISS Stuttgart lud deshalb am 17.07.2014 zu einem Werkstattangebot zum Thema ein. Es war inhaltlich offen, da die schiere Bandbreite des Themas Wochen füllen würde, aber nur 3 Stunden zur Verfügung standen. So hatten die TeilnehmerInnen

des ausgebuchten Seminars im Wesentlichen die Gelegenheit, Fragen zu stellen und im Vorfeld ihre speziellen Interessen auf einer Pinnwand zu markieren. Manche hatten auch eigene Laptops und konkrete Anliegen mitgebracht. Daneben standen verschiedene technische Geräte rund ums Thema EDV zur Verfügung, an denen konkret veranschaulicht wurde, wie sie am einfachsten zu handhaben sind: Desktop-PC und Monitor, Laptop, Tablet (I-Pad), Smartphone, externe Festplatte, USB-Stick, Beamer sowie die dazugehörigen Übertragungskabel. Besonders groß war das Interesse bei den Themen Präsentationsmedien („Wie wird der Beamer angeschlossen?“), Fachbegriffen aus

der Welt der EDV, Betriebssystemen (Windows XP, 7, 8 oder Apple IOS etc.), Büro-Software und natürlich dem Internet mit all seinen Möglichkeiten und Gefahren. Entsprechend war Datensicherheit der Punkt mit den mehrheitlich größten Unsicherheiten. Aber auch effiziente Ordnungs- und Ablagesysteme für die Gruppenarbeit und Treffplanung wurden bearbeitet. Mehr Informationen und Materialien zum Werkstattangebot finden Sie auf unserer Internetseite – unter anderem auch ein Verzeichnis von A - Z mit Fachbegriffen aus der EDV und kurzen Erklärungen. Klicken Sie auf www.kiss-stuttgart.de auf den Bereich „Materialien / für Selbsthilfegruppen“.

Informationsveranstaltung für Fachleute aus dem Gesundheits- und Sozialbereich

Selbsthilfegruppen - für mehr Lebensqualität

Was sind Selbsthilfegruppen und wie arbeiten sie? Zu welchen Themen und in welchen Formen gibt es welche in Stuttgart? Um diese Fragen ging es bei einer Informationsveranstaltung für Fachleute aus dem Gesundheits- und Sozialbereich am 10.10.2014, zu der Mitarbeiterinnen vom Sozialamt, dem Jugendamt, der Evangelischen Gesellschaft, der AOK, dem Hospiz Stuttgart, dem Klinikum Stuttgart, der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie des Rudolf-Sophien-Stifts sowie den Beratungsstellen LAGAYA e. V. und BeFF (Berufliche Förderung von Frauen) e. V. gekommen waren, um nachher ihren PatientInnen und KlientInnen fundierter zu gemeinschaftlicher Selbsthilfe (be)raten zu können. Dabei erhielten sie ein sehr lebendiges, mitunter eindruckliches Bild von der Qualität, die Selbsthilfegruppen in den Lebenswirklichkeiten von Betroffenen bedeuten können. Denn von gleich drei Stuttgarter Selbsthilfegruppen

waren Vertreterinnen anwesend, wodurch auch die Unterschiedlichkeit in der Arbeitsweise und Treffgestaltung deutlich wurde. Es stellten sich vor: Aktionsgemeinschaft Stuttgart der Angehörigen psychisch Kranker, AGUS - Selbsthilfegruppe für Trauernde nach Suizid, Anonyme Alkoholiker.

Jan Siegert von KISS Stuttgart präsentierte die Selbsthilfekontaktstelle mit ihren Aufgaben und Möglichkeiten, die sich mit ihren Beratungsangeboten als erste Anlaufstelle für Selbsthilfefinteressierte empfiehlt.



Kurz berichtet

Infoveranstaltung im Bürgerhospital

Am 24.09.2014 stellte die KISS Stuttgart PatientInnen der Tagesklinik für Psychiatrie und Psychotherapie ihre Arbeit und die Angebote der Selbsthilfekontaktstelle vor. Ein Mitglied der Sucht-Selbsthilfegruppe Overeaters Anonymous (OA), gab einen Einblick in die Arbeitsweise einer anonymen 12-Schrittegruppe und berichtete über ihren Weg zur und in der Selbsthilfegruppe. Dieser Erfahrungsbericht zeigte auf, wie unterstützend Selbsthilfe sein kann und trug dazu bei Vorbehalte bei den Teilnehmenden abzubauen.



Diskussionsrunde in der AHG Tagesklinik

Neben dem Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe Vaihingen/Enz und den Anonymen Alkoholikern war auch KISS Stuttgart am 11.10.2014 an einer Informationsveranstaltung mit Diskussionsrunde in der AHG Tagesklinik Stuttgart beteiligt. TeilnehmerInnen einer ambulanten Therapiegruppe erfuhren an diesem Vormittag mehr über die Angebote gemeinschaftlicher Selbsthilfe speziell im Suchtbereich und hatten sowohl die Möglichkeit, Fragen zu stellen, als auch ggf. positive und negative Erfahrungen mit bisherigen Gruppenbesuchen einzubringen. Aus manch kritischer Anmerkung entstand dabei ein konstruktives Gespräch, in dem so manches Vorurteil über Selbsthilfegruppen ausgeräumt werden konnte.

Newsletter der Stuttgarter Gesundheitskonferenz

Aktuelle Informationen zu Themen, Ergebnissen und Veranstaltungshinweisen zur Gesundheitsförderung und

zur Stuttgarter Gesundheitskonferenz finden Sie im „Newsletter der Stuttgarter Gesundheitskonferenz“. Sie finden ihn entweder unter www.stuttgart.de/gesundheitskonferenz oder, um sich registrieren zu lassen, über eine E-Mail an gesundheitsfoerderung@stuttgart.de

Studie: Generali Engagementatlas 2015

In Berlin wurde Anfang November der Generali Engagementatlas 2015 vorgestellt. Die Studie liefert empirische Daten zu Anzahl, Profil, Ausstattung und Wirkung von Engagement unterstützenden Einrichtungen in Deutschland, also Freiwilligenagenturen, kommunale Stabsstellen, Bürgerbüros, Mehrgenerationenhäuser und auch Selbsthilfekontaktstellen. Die vom Generali Zukunftsfonds und dem Institut für wissenschaftliche Analysen und Beratung (ISAB) erstellte Studie spricht von einem „Wildwuchs“ in der Engagementförderung und formuliert Handlungsempfehlungen an Bund, Länder und Kommunen. So wird vorgeschlagen, die Förderung des bürgerschaftlichen Engagements als kommunale Pflichtaufgabe festzulegen, da bürgerschaftliches Engagement eine immer wichtigere Ressource der Daseinsvorsorge werde. Den vollständigen Atlas und weitere Informationen finden Sie unter dem Suchbegriff „Engagementatlas“ auf www.zukunftsfonds.generalideutschland.de

mitMiSSion: Ausschreibung für soziale MS-Maßnahmen

Die gemeinnützige Hertie-Stiftung schreibt zum dritten Mal die Initiative mitMiSSion aus, die die Entwicklung und Realisierung effizienter sozialer Maßnahmen im Bereich der Erkrankung Multiple Sklerose honoriert. Für mitMiSSion stellt sie aus ihren Fördermitteln insgesamt 200.000 € zur Verfügung. Die Fördermittel sind für die Gestaltung und Umsetzung zukünftiger

Vorhaben vorgesehen. Voraussetzung für eine Bewerbung ist die Kooperation mehrerer (auch fachfremder) Organisationen: vor allem Selbsthilfereverbände, karitative Einrichtungen und andere gemeinnützige Verbände und Gruppen. Die beantragten Projekte müssen dabei nicht zwangsläufig einen innovativen Charakter haben (wie in den Vorjahren), sondern können auch die bislang durchgeführte Arbeit betreffen. Antragsfrist ist der 15.02.2015. Weitere Informationen erhalten Sie bei Dr. Eva Koch, Tel. 069 660 756 187, E-Mail KochE@ghst.de sowie unter www.ghst.de

Borreliose-Selbsthilfe ausgezeichnet



Ingeborg Schmierer von der Borreliose-Selbsthilfe Rems-Murr wurde Ende September als regionale Preisträgerin der Initiative „HelferHerzen – der dm-Preis für soziales Engagement“ ausgezeichnet. Wie Frau Schmierer mitteilte, hatte Sie aus dem Newsletter der KISS Stuttgart von der Ausschreibung erfahren und erstmals teilgenommen. Wir gratulieren herzlich! Weitere Informationen zum Preis unter www.dm.de/de_homepage/helferherzen

Das Repair Café im Stuttgarter Westen – mehr als eine Reparaturwerkstatt



Weawerfen? Denkste!

Was ist ein Repair Café?

Ein Repair Café ist eine Veranstaltung, bei der ehrenamtliche MitarbeiterInnen gemeinsam mit den BesucherInnen in geselliger Atmosphäre kaputte Gegenstände reparieren. Allzu oft landen z. B. elektronische Geräte im Müll, obwohl sie leicht zu reparieren wären. Oft mangelt es an Reparaturwissen oder geeignetem Werkzeug. Zudem verleiten lange Wartezeiten auf den Kundendienst, verbunden mit relativ hohen Kosten angesichts oft günstiger erscheinender Neuanschaffungen, zur schnellen Entsorgung des kaputten Gegenstandes. Und letzten Endes entsprach es auch lange dem Zeitgeist, sich von Altem oder Defektem zu trennen und lieber in Neues zu investieren. In Repair Cafés finden Menschen eine Alternative dazu und im Repair Café Stuttgart nehmen wir auch den Begriff „Café“ wörtlich: Mit Kaffee, Tee, Kuchen und belegten Brötchen wird für das leibliche Wohl gesorgt. Das gesamte Angebot gibt es auf freiwilliger Spendenbasis.

Wie entstand das Repair Café im Stuttgarter Westen?

Anfang 2014 fanden sich in Stuttgart-West erstmals Interessierte zusammen, die sich regelmäßig in Form eines Repair Cafés engagieren wollten. Unsere Motive waren ganz verschieden: Für mehr Nachhaltigkeit und um der geplanten Obsoleszenz ein Schnippchen schlagen, für ein nachbarschaftliches Miteinander und

gegen die oft bemängelte Anonymität der Großstadt und für einen bewussten Umgang mit Umwelt und Ressourcen wollten wir uns einbringen. Uns allen gemeinsam war eine große Neugier auf dieses Projekt Repair Café Stuttgart.

Nach einem internen Probelauf fand am 24. Mai 2014 das erste öffentliche Repair Café im westQuartier am Bismarckplatz statt. Mit viel Aufregung blickten wir diesem Tag entgegen: Würden wir in der Lage sein, gemeinsam mit den Gästen Kaputttes zu reparieren? Würden Kaffee und Kuchen ausreichen? Und würden die Bewohner des Westens das Angebot überhaupt annehmen? Aber die Leute kamen zu uns (und nicht nur Menschen aus Stuttgart-West) und es wurde repariert, was das Zeug hält – im wahrsten Sinne des Wortes. Am Ende der Veranstaltung war das Resümee mehr als positiv.

Seitdem findet diese Veranstaltung monatlich mit großem Erfolg statt. Manche TeilnehmerInnen besuchen uns regelmäßig zu jeder Veranstaltung. Viele kommen her zum Reparieren, manche genießen einfach die gesellige Runde und wieder andere haben von uns gehört und möchten sich gerne einmal umschaun.

Warum lohnt es sich, das Repair Café zu besuchen?

Neben ExpertInnen in verschiedenen Bereichen finden die BesucherInnen im Repair Café viele Gleichgesinnte, die sich nicht selten selbst in Reparaturen anderer Gäste einbringen. Die Stimmung im oft vollen Raum ist geprägt von geschäftiger Betriebsamkeit, es wird viel gelacht und geredet, gemütlich Tee getrunken oder Kuchen genascht und geschraubt, genäht und gelötet.

Was wir seit der ersten Veranstaltung immer wieder beobachten, ist, dass es einfach Spaß macht, gemeinsam etwas Kaputttes zu reparieren, zu tüfteln, neue Reparaturerfahrungen zu machen, dazulernen. Leider zeigt es sich aber auch gelegentlich, dass nicht alles reparierbar ist, was kaputt ist. Trotzdem gehen in diesen Fällen viele der Gäste mit dem guten Gefühl nach Hause, es zumindest versucht zu haben, bevor ein Gegenstand entsorgt wird.

Das Repair Café ist mehr als eine Reparaturwerkstatt: Es bringt Menschen unterschiedlichen Alters, unterschiedlicher Fertigkeiten, verschiedener Lebensstile und unterschiedlicher Herkunft zusammen und bietet neben der einen oder anderen Reparatur auch einen Raum im Stadtteil für Begegnungen und Austausch.

Der derzeitige Veranstaltungsort ist das westQuartier, Elisabethenstraße 26, 70176 Stuttgart, die kommenden Termine finden sich auf der Website und bei Facebook.

Sylvia Keck und Matthias Bohling



Foto: Julia Bischoff

Kontakt

info@repaircafe-stuttgart.de
www.repaircafe-stuttgart.de
www.facebook.com/
repaircafestuttgart

Stuttgarter Lokalorganisation gegründet

Wahlverwandtschaften e. V. schenkt Familie!



Wahlverwandtschaften

Einsamkeit als Krankheit unserer Zeit

Alleinleben und die damit verbundene Einsamkeit sind heute ein Massenphänomen, die traditionelle Familie als Rückzugsort, der Geborgenheit und menschliche Wärme bietet, bricht immer mehr weg. In zahlreichen Großstädten gibt es heute bereits mehr Singles als Mehrpersonenhaushalte. Ursachen dieser Entwicklung sind vor allem der Rückgang der Geburten und die höhere Lebenserwartung. Die zunehmende Vereinsamung der Menschen führt oft zu psychischen, anderen gesundheitlichen oder sozialen Problemen, nicht nur bei Randgruppen. Diese Tendenz wird sich in den nächsten Jahren verstärken, obwohl es heute mehr Mobilität und Kontaktmöglichkeiten gibt als je zuvor. Wir wollen einen Beitrag dazu leisten, dass Menschen, denen verwandtschaftliche Nähe fehlt, einen vertrauten „Wahlverwandten“ finden können. Dem Zufall bei der Suche soll so nachgeholfen werden.

Wahlverwandte finden – online und offline

Im Herbst 2009 erlangte der in Mönchengladbach ansässige Verein Wahlverwandtschaften die Gemeinnützigkeit und organisiert seitdem regelmäßig Begegnungsveranstaltungen in verschiedenen deutschen Städten – seit November 2014 auch in Stuttgart. Darüber hinaus bieten wir eine

Vermittlungsplattform auf der Website www.wahlverwandtschaften.org an. Vielen Menschen konnte so bereits familiäre Geborgenheit geschenkt werden.

Hinter Wahlverwandtschaften steht eine kleine Gruppe von Ehrenamtlichen, die sich für den Verein einsetzen. Die Idee für das Projekt wurde bereits 2007 geboren und seitdem kontinuierlich vorangetrieben. Als gemeinnütziger Verein ist Wahlverwandtschaften e. V. auf die Unterstützung durch Spender, Kooperationspartner, Mitglieder und ehrenamtliches Engagement angewiesen.

Auszeichnung und Anerkennung der Arbeit

Deutschlands größte Frauenzeitschrift, die Bild der Frau, hat die Vorstandsvorsitzende des Wahlverwandtschaften e. V. Dr. Christine Wichert für ihre ehrenamtliche Arbeit mit der ‚Goldenen Bild der Frau‘ ausgezeichnet. Die ‚Goldene Bild der Frau‘ wurde fünf engagierten Frauen verliehen, die Mut, Stärke und Nächstenliebe bewiesen haben.

Kontakt

Mirjam Hübner
huebner@wahlverwandtschaften.org
www.wahlverwandtschaften.org

In Stuttgart Wahlverwandte kennen lernen!

Menschen verschiedener Generationen in frei wählbaren, familienähnlichen Beziehungen zusammenzubringen, das ist das Anliegen von Wahlverwandtschaften e. V. Am 13. Dezember um 14:30 Uhr (Dauer zirka zwei Stunden) haben interessierte BürgerInnen der Stadt Stuttgart zum zweiten Mal die Gelegenheit, andere Menschen kennen zu lernen, die außerhalb der Familie Kontakt, Zuwendung und Geborgenheit suchen. Der 2009 in Mönchengladbach gegründete gemeinnützige Verein Wahlverwandtschaften e. V. lädt zur Begegnungsveranstaltung in das Bischof-Moser-Haus (Wagnerstraße 45, 70182 Stuttgart) ein.

Wer einen „Wahlverwandten“ sucht, kann dort andere Menschen treffen, denen wichtige Familienmitglieder, wie z. B. (Ersatz)-Eltern, -Geschwister oder -Großeltern fehlen. Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Darüber hinaus gibt es ab sofort einen Stammtisch: jeden dritten Mittwoch im Monat, Café Amadeus, Charlottenplatz 17, ab 18:00 Uhr.

Die Termine für 2015 veröffentlichen wir auf unserer Website www.wahlverwandtschaften.org

ArbeiterKind.de – Ortsgruppe Stuttgart

Die Initiative ArbeiterKind.de ermutigt SchülerInnen nicht-akademischer Herkunft zum Studium und unterstützt sie auf ihrem Weg zum erfolgreichen Studienabschluss.

In Deutschland lässt sich die Wahrscheinlichkeit, ob ein Kind studieren wird, am Bildungsstand der Eltern ablesen. Laut der aktuellen Sozialstudie des deutschen Studentenwerks nehmen von 100 Akademikerkindern 77 ein Hochschulstudium auf. Dagegen studieren von 100 Kindern nicht-akademischer Herkunft lediglich 23, obwohl doppelt so viele die Hochschulreife erreichen. Die hohe finanzielle Belastung ist dabei nur einer von vielen Gründen, die Abiturienten, deren Eltern nicht studiert haben, häufig von einem Studium abhalten.

Die Vision der seit Mai 2008 bestehenden Initiative ArbeiterKind.de ist, dass in Deutschland jedes Kind aus einer nicht-akademischen Familie mit geeigneter Qualifikation die Chance auf einen Bildungsaufstieg hat. Deshalb ermutigt die Initiative SchülerInnen, ein Studium aufzunehmen, und unterstützt sie auf dem Weg zum Studienabschluss und Berufseinstieg. ArbeiterKind.de möchte durch ein niedrigschwelliges, bedarfsorientiertes und flächendeckendes Beratungsnetzwerk erreichen, dass die Quote der Nichtakademikerkinder an Hochschulen steigt und die Quote der Studienabbrecher verringert wird.



Stuttgarter Stammtisch von ArbeiterKind.de

Innovativ bei ArbeiterKind.de ist der peer-to-peer-Ansatz: Die Ehrenamtlichen sind zum größten Teil selbst Studierende der ersten Generation und ermutigen durch das eigene Beispiel.

Bei uns darf jeder seine Fragen rund ums Studium stellen – und lieber drei Fragen mehr stellen als eine zu wenig. Unsere ehrenamtlichen MentorInnen



ArbeiterKind.de mit Messestand

erzählen von ihren eigenen Erfahrungen und gehen in persönlichen Gesprächen auf die Fragen „Warum studieren? Was studieren? Wie finanzieren?“ ein.

Wir bieten außerdem interaktive Informationsveranstaltungen in Schulen und Hochschulen, Diskussionsrunden oder Informationsstände bei Veranstaltungen und Bildungsmessen an. Je Bedarf bieten wir eine individuelle Unterstützung und sowohl kurzfristige oder langfristige Begleitung durch unsere ehrenamtlichen MentorInnen und lokalen Gruppen. Unsere MentorInnen werden durch Mentorentrainings qualifiziert und bei ihrer ehrenamtlichen Arbeit unterstützt.

Inzwischen ist ein bundesweites Netzwerk von



über 6000 MentorInnen entstanden, die SchülerInnen und Studierenden als AnsprechpartnerInnen mit Rat und Tat zur Seite stehen. Die Ehrenamtlichen sind in Ortsgruppen organisiert und bereits in 70 Städten in Deutschland zu finden. Auch in Stuttgart und Umgebung gibt es zahlreiche Engagierte, die ihre Erfahrungen weitergeben möchten.

Um möglichst viele SchülerInnen zum Studium zu ermutigen und um Studierenden zur Seite stehen zu können, sucht ArbeiterKind.de aber auch weiterhin MentorInnen. Ob Nicht-Akademikerkind oder Akademikerkind, ob StudentIn, DoktorandIn oder im universitären oder außeruniversitären Bereich

beruflich tätig, alle Interessierten sind herzlich willkommen und können sich engagieren.

Wir freuen uns auf euch, eure Anliegen, Fragen und euer Engagement!

Zugang für Ratsuchende und Interessierte

Ratsuchende und Interessierte können unter <http://netzwerk.arbeiterkind.de> Mitglied im Online-Netzwerk werden, per E-Mail mit der jeweiligen Ortsgruppe Kontakt aufnehmen oder einfach beim nächsten Stammtisch vor Ort vorbeikommen. Eine Übersicht der Termine findet sich auf www.arbeiterkind.de/Gruppen

Kontakt

Weitere Informationen bei Paulina Bloss (Ansprechpartnerin für Süddeutschland),
Tel. 0711 88810062,
E-Mail bloss@arbeiterkind.de
stuttgart@arbeiterkind.de
www.stuttgart.arbeiterkind.de

myself e. V. feiert 10 Jahre gegenseitige Förderung am Arbeitsmarkt



Am 18. Oktober 2014 feierte die Selbsthilfeorganisation myself e. V. zur gegenseitigen Förderung am Arbeitsmarkt im Holderpark in Weilimdorf bei strahlendem Sonnenschein ihr 10-jähriges Bestehen. Mehr als 100 Vereinsmitglieder und Gratulanten kamen zusammen, um gemeinsam diese einzigartige Zusammengehörigkeit zu würdigen.

Seit der Gründung von myself e. V. im Jahr 2004 durch Mitarbeiter einer Transfergesellschaft, als die großen Themen Wiedereinstieg ins Berufsleben und mögliche Arbeitslosigkeit im Mittelpunkt standen, hat sich das Vereinsleben vielfältig verändert. „Viele der damaligen Mitglieder, die inzwischen eine neue Anstellung gefunden, sich selbstständig gemacht haben oder mittlerweile im Ruhestand sind, sind dem Verein bis heute treu geblieben und melden myself, wo es offene und verdeckte freie Stellen gibt. Viele neue Mitglieder sind hinzugekommen. Sie schätzen die soziale Kompetenz, die gegenseitige Unterstützung und das vorhandene Netzwerk. Schließlich kommen die interessantesten Informationen meist von unseren erfahrenen Mitgliedern“, betont Claudia Heß-Kreten, Vorsitzende von myself.

Bei myself kann sich jede und jeder persönlich einbringen. So hat z. B.

jedes Mitglied die Möglichkeit, die in der Holderäckerstraße 10 angemieteten Räume zu nutzen, um einen Vortrag zu halten oder ein anderes Angebot, sei es Schmuckdesign, ein Spieleabend oder ähnliches anzubieten. Außerdem ist es möglich, eine Gruppe zu einem bestimmten Thema ins Leben zu

rufen. Momentan sind ca. 16 Arbeitsgruppen aktiv, deren Angebot sich von ganz grundlegenden Dingen wie Neuorientierung am Arbeitsmarkt, Bewerbungsunterstützung, Informationen zum Arbeitslosengeld über soziale Themen und Existenzgründung bis hin zu Unterstützung am PC und English Conversation erstreckt.

Eine große Stärke der vielen Ehrenamtlichen bei myself ist das Zuhören, Einfühlen und Mitdenken in Einzel- oder Gruppengesprächen. Dabei profitieren die Betroffenen von den Erfahrungen derer, die häufig in ähnlicher Situation waren und jetzt ihr Wissen und Können weitergeben. Bei myself gibt es keine Kundennummer wie bei der Agentur für Arbeit oder dem Jobcenter und „kein Fall“ wird nach Schema F abgewickelt. Ein Ziel des Vereins ist es, ein anderes Bewusstsein für die Erwerbslosigkeit zu schaffen, den Einzelnen emotional aufzubauen und es ihm zu ermöglichen, sein Selbstvertrauen zurückzugewinnen. Damit füllt myself eine Lücke, die von öffentlichen Institutionen nicht geschlossen wird und nicht geschlossen werden kann, und wurde dafür zwischenzeitlich mehrfach ausgezeichnet.

So war myself 2007 Gewinner des Stuttgarter Bürgerpreises in der Kate-

gorie Innovation, 2008 Stipendiat bei startsocial, einem bundesweiten Wettbewerb zur Förderung des ehrenamtlichen sozialen Engagements und wurde 2011 von der PHINEO gAG, der Plattform für soziale Investoren, für sein bürgerschaftliches Engagement im Projekt „Jobcoaching und Silberrücken“ ausgezeichnet und wird seither für soziale Investoren empfohlen.

Neben den vielen ernsten Themen wird bei myself aber auch darauf geachtet, dass gemeinsame Unternehmungen nicht zu kurz kommen. So gibt es drei Regionalgruppen, in Pforzheim, Leonberg und Ludwigsburg, die verschiedene Aktivitäten organisieren und durchführen. Dabei bringen sich die Mitglieder unterschiedlich ein und sorgen so für ein großes abwechslungsreiches Veranstaltungsprogramm. Außerdem findet fast jedes Jahr ein größerer Ausflug statt, und ein Grillfest im Sommer bietet Gelegenheit zum Kennenlernen, Wiedersehen und Netzwerken untereinander. Diese Möglichkeit bietet auch der monatliche Plauderabend, zu welchem neben den Mitgliedern auch Interessenten herzlich eingeladen sind.

Der Verein hat heute rund 400 Mitglieder, von welchen ein Drittel nicht aus der früheren Transfergesellschaft stammt. myself ist zu einem moderaten Mitgliedsbeitrag offen für jedermann, gleich welchen Alters und Berufs.

Kontakt

myself e. V. zur gegenseitigen Förderung am Arbeitsmarkt
Holderäckerstraße 10
70499 Stuttgart
Tel. 0711 94548964
E-Mail kontaktbuero@myself-ev.de
www.myself-ev.de

Adipositas-Selbsthilfegruppe Stuttgart-Mitte im Agaplesion Bethesda Krankenhaus



Adipositas bedeutet sehr starkes Übergewicht und wird meistens begleitet von zahlreichen Nebenerkrankungen wie Diabetes, Bluthochdruck, Schlafapnoe, hohem Cholesterin, Depressionen, Gelenkproblemen und vielem mehr.

Die Adipositas SHG wurde 2005 von der Gruppenleiterin Roswitha Holecek übernommen.

Unsere Ziele sind:

- Informationen und Hilfe bekommen.
- Neuen Mut fassen und aus der Verzweiflung herausfinden.
- Bei Menschen Verständnis und Unterstützung bekommen, die ähnliche Lebenssituationen erlebt haben und aus eigener Erfahrung berichten.
- Immer aktuell informiert sein – besuchen Sie unsere Homepage.

Unsere Gruppe ist geprägt durch ein starkes und ehrliches Füreinander und Miteinander. Jede und jeder ist bei uns willkommen!

- Übergewichtige Betroffene
- Angehörige und Freunde von Betroffenen

- Alle interessierten Menschen, die sich über Adipositas oder Adipositas-Chirurgie informieren wollen.

Mit der Entscheidung von Herrn Dr. Matthias Raggi, mit dem wir als leitenden Oberarzt im Klinikum Stuttgart lange Jahre vertrauensvoll zusammengearbeitet haben, zum 01.07.2014 als Chefarzt ins Agaplesion Bethesda Krankenhaus zu wechseln, wechselte unsere Selbsthilfegruppe auch dorthin.



Seit September 2014 trifft sich die SHG weiter unter der Leitung von Roswitha Holecek jeden dritten Mittwoch

im Monat um 19:00 Uhr im Konferenzraum im 6. Stock. Parkmöglichkeiten sind kostenlos vorhanden. (Parkhaus unter dem Krankenhaus)

Jeweils jeden dritten Mittwoch im Monat um 17:00 Uhr findet außerdem ein Informationsabend „Was tun bei Übergewicht“ statt.

Mehrmals jährlich sind verschiedene fachliche Referenten bei uns zu Gast. Auch 2015 werden wir wieder größere Adipositas-Informationsveranstaltungen im Agaplesion Bethesda Krankenhaus anbieten.

Jeden zweiten Freitag im Monat treffen wir uns zu einem gemütlichen Stammtisch im TSV Steinhaldenfeld. Am Nikolaustag 6. Dezember findet nun zum 9. Mal unsere schöne gemütliche Weihnachtsfeier statt.

Kontakt und Informationen

Adipositas-SHG Stuttgart-Mitte
Agaplesion Bethesda Krankenhaus
Roswitha Holecek
07022 7896959
adipositas-stuttgart@web.de
www.adipositas-treffpunkt.de

Immer auf dem neuesten Stand: Newsletter der KISS Stuttgart

Sie möchten stets aktuell informiert sein, welche neuen Gründungsinitiativen für Selbsthilfegruppen gerade laufen? Welche Neuigkeiten und Veranstaltungsangebote es rund um die Selbsthilfe gibt? Dann tragen Sie sich in die Empfängerliste für unseren Nachrichtenüberblick ein.

Auf unserer Internetseite www.kiss-stuttgart.de finden Sie ihn unter „Newsletter“. Dort gibt es ein Eingabefeld für Ihre E-Mail-Adresse

– und schon bekommen Sie ihn alle zwei Monate zugeschickt.

Der Newsletter informiert über:

- aktuelle Kontaktsuchen und Gründungsinitiativen bei KISS Stuttgart
- Wissenswertes für Stuttgarter Selbsthilfegruppen (wichtige Entwicklungen, Gesetzesänderungen, Tipps, ...)
- Informationen zu Themen, die in irgendeiner Weise mit Selbsthilfe

zu tun haben, und die wir für lesens- und bedenkenswert halten

- Termine rund um die Selbsthilfe (in Stuttgart)

Der Newsletter ist die aktuelle Ergänzung zur Internetseite und zum Stuttgarter Selbsthilfe Magazin. In ihm können Sie die wichtigsten Informationen rund um das Thema Selbsthilfe übersichtlich „auf einen Blick“ lesen. Und das ganz aktuell.

Neue Gründungsinitiativen für Gruppen in Stuttgart

Betroffenensuche zur Gründung von Selbsthilfegruppen

Für die nachfolgenden Themen werden Interessierte zur Gründung einer Selbsthilfegruppe gesucht. Wer sich beteiligen möchte, erfährt Näheres bei KISS Stuttgart, Telefon 0711 6406117, E-Mail info@kiss-stuttgart.de oder direkt bei der angegebenen Kontaktadresse.

Kultur-für-Alle, Freizeitgruppe

„Wer die Bonuscard besitzt, kennt wahrscheinlich auch das Angebot von Kultur-für-Alle. Trotz knapper Kasse kann ein vielfältiges, kulturelles Angebot genutzt werden. Um diejenigen zusammenzubringen, die nicht immer eine Begleitung zu den Veranstaltungen finden, ist diese Freizeitgruppe gedacht. Es sind alle Bonuscard-Inhaber angesprochen, egal ob alt oder jung. Wir treffen uns einmal im Monat und können dann Kontakte knüpfen, um uns zu verabreden.“ Ein erstes Kennenlernetreffen hat bereits stattgefunden. Das zweite Treffen fand am Donnerstag, 27.11.2014 um 19:30 Uhr bei KISS Stuttgart in der Tübinger Straße 15, in 70178 Stuttgart statt. Wer mitmachen und Näheres erfahren möchte kann per E-Mail Kontakt zur Gründerin aufnehmen, E-Mail gruppe-kultur-fuer-alle@shared-files.de

Hypophysen- oder Nebennierenerkrankungen

Am Montag, 24. November 2014 fand um 18:00 Uhr ein zweites Kennenlernetreffen im Marienhospital Stuttgart, Böheimstr. 37 in 70199 Stuttgart statt. Ziel ist die Gründung einer Regionalgruppe Stuttgart des Netzwerkes für Hypophysen- und Nebennierenerkrankungen e. V. Weitere Termine für das Jahr 2015 sind geplant: 26.01., 30.03., 27.07., 28.09. und 30.11.2015, jeweils um 18:00 Uhr im Marienhospital. Willkommen sind Menschen mit einer Hypophysen- oder Nebennierenerkrankung und ihre Angehörigen, die sich

mit anderen austauschen möchten. Nähere Informationen bei Gertrud Nürnberger, E-Mail gertrud.nuernberger@gmx.de

Reisen 50plus

„Mit Unterstützung der KISS Stuttgart suche ich alleinstehende Reise- und Unternehmungslustige ab ca. 50 plus zur Gründung einer Gruppe zum gemeinsamen Planen und Verreisen wie beispielsweise kleinere Reisen über das Wochenende, Wellnessreisen, auch größere Reisen wie Weltreisen, evtl. Überwintern usw. Bei einem ersten Kennenlernetreffen am Freitag, 6. Februar 2015 um 18:00 Uhr bei KISS Stuttgart, Tübinger Str. 15 können wir Einzelheiten, Wünsche, Ziele, Vorstellungen usw. besprechen. Wer macht mit? Ich freue mich auf große Resonanz.“ Die Gründungsperson bittet um eine telefonische Voranmeldung. Interessierte können über die KISS Stuttgart Kontakt aufnehmen.

SHG Polyneuropathie Stuttgart

Missempfindungen, kalte oder heiße Füße bzw. Hände, Schwellungen, Schmerzen, Krämpfe, Gleichgewichtsstörungen und Lähmungserscheinungen sind beispielsweise Symptome bei Polyneuropathie. Polyneuropathie steht als Oberbegriff für eine Gruppe von Erkrankungen des peripheren Nervensystems. Als Auslöser dieser Erkrankungen in Betracht kommen u. a. Diabetes, Chemotherapie, Gefäßerkrankungen, Infektionen wie Borreliose und Vergiftungen. In Stuttgart ist die Gründung einer Selbsthilfegruppe für Betroffene geplant. Hierzu führt die KISS Stuttgart eine Interessiertenliste.

Frauen mit seelischer Gewalterfahrung

Sie haben – vielleicht sogar über Jahre hinweg – in der Ehe oder in der

Partnerschaft seelische Gewalt erlebt. Trotz Ihrer Trennung oder Scheidung merken Sie, dass diese Erfahrungen und ihre Auswirkungen Sie heute noch belasten. Für Frauen, die an diesem Punkt stehen und den Austausch suchen, führt die KISS Stuttgart eine Interessiertenliste zur Gründung einer Selbsthilfegruppe.

CRPS BaWue Morbus Sudeck Selbsthilfegruppe Baden-Württemberg

Ein Mitglied des „CRPS Netzwerk - Gemeinsam stark - Das bundesweite Netzwerk gegen Morbus Sudeck“ - möchte in Stuttgart eine Selbsthilfegruppen aufbauen und führt deshalb eine Interessiertenliste. Betroffene und Angehörige erhalten nähere Informationen bei Sandra Gall, Telefon 0711 21724741, E-Mail stuttgart@sudeckselbsthilfe.eu, Internet www.crps-netzwerk.de. Der Newsletter des CRPS Netzwerkes informiert über Aktuelles zur Krankheit sowie zur Selbsthilfegruppe und den Gruppentreffen: bawue.sudeckselbsthilfe.eu/ Newsletter

Unterstützung für neue Selbsthilfegruppen

In der Startphase bietet KISS Stuttgart neuen Selbsthilfegruppen eine Unterstützung durch ehrenamtliche In-Gang-Setzer an. Mehr Informationen dazu finden Sie in unserem Faltblatt „Selbsthilfe auf den Weg bringen – was machen eigentlich In-Gang-Setzer?“ oder auf www.kiss-stuttgart.de unter „Projekte / In-Gang-Setzer“ Wenn Sie Interesse an diesem Angebot haben, wenden Sie sich an Beate Voigt, telefonisch oder per E-Mail b.voigt@kiss-stuttgart.de

Gründungsinitiativen

Zu diesen Themen gab es erste Kennenlernetreffen, sind Gruppengründungen geplant oder es gibt Personen, die eine Gruppe gründen möchten. Zu einigen Themen gibt es Interessiertenlisten bei KISS Stuttgart oder einer anderen Stelle. Sobald sich genügend Interessierte gemeldet haben, gibt es ein Kennenlernetreffen. Daraus kann eine Selbsthilfegruppe entstehen.

- A.R.T.S. Anonymous
- Ängste und Zwänge (Menschen zwischen 20 - 40 Jahren)
- Austausch Healing Code
- Bisexuelle Frauen
- CRPS BaWue Morbus Sudeck Selbsthilfegruppe Baden-Württemberg
- Eltern antriebsloser junger Erwachsener
- Eltern von Kindern mit Plexusparese
- Erwachsene Kinder psychisch kranker Eltern (zwischen 20 - 50 Jahren)
- Frauen als Opfer von Stalking
- Frauen mit Depressionen ab 55 Jahren
- Frauen mit seelischer Gewalterfahrung
- Frauen mit sozialen Ängsten
- Frauen nach der Trennung
- Frauen nach Vergewaltigung und sexuellen Übergriffen
- Hypertrophe Kardiomyopathie (HCM)
- Hypophysen- und Nebennierenerkrankungen
- Kultur-für-Alle Freizeitgruppe
- Linkshändigkeit / Linksseitigkeit
- Menschen ohne Krankenversicherung
- Nah-Tod-Erlebnis
- Polyneuropathie Stuttgart
- Reisen 50plus
- Selbstbehauptung - Selbsthilfegruppe für Menschen von 20 - 40 Jahren
- Selbstbehauptung für Menschen um die 50 – Bedürfnisse durchsetzen, Konflikte meistern
- Sjögren-Syndrom
- Stuttgarter Lokalorganisation des Vereins Wahlverwandtschaften e. V.
- Ü 50 - Gruppenangebot für Frauen über 50
- UnfallverursacherInnen mit Todesfolge
- Unfruchtbarkeit / Zeugungsunfähigkeit (Betroffene zwischen 18 - 25 Jahren)
- Ungewollt Kinderlos (Paare zwischen 40 - 50 Jahren)
- Verlassene, verstoßene Eltern - Gesprächskreis

Einzelkontakte und Betroffenenberatung

Zu den folgenden Themen suchen Betroffene Kontakt zu anderen Betroffenen oder bieten Menschen mit Selbsthilfegruppenerfahrung Beratung* für Betroffene an:

- ADHS - Betroffenenberatung*
- Adoptionsforum Stuttgart - Betroffenenberatung*
- AdP e. V. - Bauchspeicheldrüsenerkrankte - Regionalgruppe Stuttgart*
- Ahnungslose Mütter von Kindern, die sexuell missbraucht wurden
- ALS Stuttgart - Deutsche Gesellschaft für Muskelkranke e. V. - DGM - Betroffenenberatung*
- Arbeitsgemeinschaft allergiekrankes Kind*
- AussteigerInnen aus der neuapostolischen Kirche*
- Betrogene PartnerInnen
- Borreliose-Selbsthilfe Rems-Murr*
- Chronische Schmerzen nach künstlicher Versteifung des Bewegungsapparates (LWS, BWS, HWS)
- Depersonalisation, Derealisation
- Deutscher Psoriasis-Bund e. V. - Regionalgruppe Stuttgart*
- Diabetiker Stuttgart-Mitte*
- Eltern von Schulrebellern
- Elternselbsthilfe GEPS Baden-Württemberg e. V. (Gemeinsame Elterninitiative Plötzlicher Säuglingstod)*
- Hals- und Lendenwirbelkanalstenose
- HDS - Hilf Dir Selbst*
- Hochsensibilität - Männer zwischen 18 - 35 Jahren
- JES - Initiative Stuttgart
- Kinderwunsch mit Hindernissen
- Langweilig? - Lass uns was unternehmen!
- Lebertransplantierte Deutschland e. V. - Kontaktgruppe Stuttgart / Tübingen*
- M.E.L.I.N.A Inzestkinder / Menschen aus VerGEWALTigung e. V.*
- Menschen mit Querschnittlähmung, die mit Assistenz zu Hause leben
- Menschen, die künstlich beatmet werden
- Neurodermitis Stuttgart*
- PAS-Eltern e. V. - Regionalgruppe Stuttgart*
- Probleme mit dem Jugendamt
- Rosa Telefon*
- Stimmenhörer/innen*
- Unfreiwilliger vorzeitiger Ruhestand
- Vorgeburtliche Trennung
- Zahnmedizinischgeschädigte*

Neuerscheinung

Jahresprogramm 2015

Unser Jahresprogramm 2015 ist erschienen, mit vielfältigen, kostenlosen Angeboten für Menschen aus Selbsthilfegruppen, Betroffene, Angehörige und Fachleute, die sich für Selbsthilfegruppen interessieren. Es liegt aus in der KISS Stuttgart in der Tübinger Straße 15 und auch in vielen anderen Einrichtungen. Die uns bekannten Selbsthilfegruppen und Beratungsstellen bekommen es zugeschickt. Wenn Sie noch weitere Exemplare brauchen, melden Sie sich bitte.



In digitaler Form (PDF) finden Sie das Jahresprogramm 2015 auf www.kiss-stuttgart.de unter „Materialien für Selbsthilfegruppen“.

Informationsveranstaltung für Selbsthilfegruppen aus dem gesundheitlichen Bereich

Förderung durch die Krankenkassen

Gesundheitsbezogene Selbsthilfegruppen können zum 31.3. Förderanträge an die kassenartenübergreifende Gemeinschaftsförderung der gesetzlichen Krankenkassen stellen. In dieser Veranstaltung stellen wir die neuen Antragsformulare vor und Sie erfahren, welche Voraussetzungen für eine Antragstellung erfüllt sein müssen, was durch die Krankenkassen gefördert wird, wie die Umsetzung der Förderung in Stuttgart aussieht, was unter Projektförderung zu verstehen ist und wo Anträge gestellt werden können. Außerdem gibt es konkrete Unterstützung beim Ausfüllen der Anträge und Antworten auf Ihre Fragen.

Termin: Dienstag, 03.02.2015, 18:30 - 20:30 Uhr

Ort: AWO Begegnungsstätte, Ostendstr. 83, 70188 Stuttgart

Referentin: Hilde Rutsch, KISS Stuttgart

Anmeldung: bis 27.01.2015 bei KISS Stuttgart

Anmeldedetails: kostenloses Angebot



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

Werkstattangebote für Menschen aus Selbsthilfegruppen

Nachfolge, Übergabe, Loslassen in Selbsthilfegruppen

Die Regelung der Nachfolge stellt für Selbsthilfegruppen zunehmend eine Herausforderung dar. Dabei geht es nicht nur um das Suchen und Finden von neuen MitstreiterInnen, die bereit sind Verantwortung zu übernehmen. Immer wichtiger wird es mögliche NachfolgerInnen gut einzuarbeiten und über Jahre angehäuften Wissen an ein neues Leitungsteam zu übergeben.

Wie kann das gelingen, in Zeiten von web 2.0 und demographischem Wandel? Welche Voraussetzungen müssen gegeben sein, damit eine Gruppe den Generationenwechsel bewältigt? Welche Instrumente sollten die Suchenden kennen, damit sie sich in ihrem ernsthaften Bemühen um mehr Beteiligung leichter tun?

Das geplante Seminar will Wissen vermitteln, konkrete Hilfestellungen geben und einen Raum bieten, um die

Schwierigkeiten des Loslöseprozesses besprechbar und bearbeitbar zu machen. Dazu werden die Ergebnisse aus einem 3-jährigen Projekt genutzt, an dem verschiedene Selbsthilfegruppen und Verbände beteiligt waren. Der entwickelte Übergabe-Kreislauf vom Suchen, Finden, Halten und Übergeben wird mittels konkreter Fälle dargestellt, genauso wie hilfreiche Aspekte zur persönlichen Haltung und förderliche Gesprächsgrundlagen.

Termin: Samstag, 28.02.2015, 10:00 - 16:30 Uhr

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

Referentin: Christine Kirchner, Organisationsentwicklerin, Coach und Supervisorin

Anmeldung: bis 10.02.2015 bei KISS Stuttgart

Anmeldedetails: kostenloses Angebot für 8 - 16 Menschen aus Selbsthilfegruppen

Wir gratulieren:

40 Jahre

- Anonyme Alkoholiker Stuttgart
- AMSEL Landesverband Baden-Württemberg
- ASBH e. V. Stuttgart/Esslingen

20 Jahre

- Trott-war e. V.

Wir gratulieren herzlich und wünschen viel Spaß und Energie für die weitere Arbeit!

Winterschließzeit 2014/2015

Bitte beachten Sie:

KISS Stuttgart ist vom 24.12.2014 bis 06.01.2015 geschlossen.

In dieser Zeit bieten wir keine Beratung an und in den Räumen in der Tübinger Straße können sich keine Gruppen treffen.

Ab 07.01.2015 gelten wieder die gewohnten Sprechzeiten und Trefftermine von Selbsthilfegruppen.

Dankeschön!



Das Team der KISS Stuttgart bedankt sich ganz herzlich bei allen Menschen und Einrichtungen, die uns zu unserem Jubiläum Glückwünsche und liebenswerte, schöne und kreative Geschenke geschickt und vorbe-

gebracht haben. Ebenso gilt unser herzlichster Dank all jenen, die sich mit Beiträgen in unserer Festschrift und bei unserer Jubiläumsfeier beteiligt haben!

Sprechzeiten der KISS Stuttgart

Telefonische Information und Beratung

unter der Telefonnummer
0711 6406117:
Montag 18 - 20 Uhr
Dienstag 10 - 12 Uhr
Montag, Mittwoch und
Donnerstag 14 - 16 Uhr

Persönliche Information und Beratung ohne Voranmeldung

in der Tübinger Straße 15,
70178 Stuttgart:
Mittwoch 18 - 19 Uhr
Donnerstag 12 - 13 Uhr

Offene Tür – Zugang

zu Informationsmaterialien:
Montag bis Donnerstag 17 - 20 Uhr

Impressum

Herausgeber:

Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen e. V.
Tübinger Straße 15
70178 Stuttgart
Telefon 0711 6406117
Fax 0711 6074561
E-Mail info@kiss-stuttgart.de
Internet: www.kiss-stuttgart.de

Vorstand: Hilde Rutsch

Redaktion, Text, Fotos, Grafik, Layout:

Jan Siegert, Sabine Gärtling,
Elena Maslovsкая, Benny Ulmer (Fotos S. 9 und 10)

Druck: Göhring Druck

Auflage: 4000

Das Stuttgarter Selbsthilfe Magazin erscheint dreimal jährlich. KISS Stuttgart wird gefördert durch die Landeshauptstadt Stuttgart, die gesetzlichen Krankenkassen und das Ministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie, Frauen und Senioren Baden-Württemberg. KISS Stuttgart ist aktiv im Netzwerk frEE Stuttgart.



Festschrift zum Jubiläum der KISS Stuttgart



Entstehung und Geschichte
der KISS Stuttgart, Grußworte,
Zukunftsaussichten und ein Blick hinter
die Kulissen – die 44-seitige Festschrift zum
Jubiläum liegt aus bei KISS Stuttgart, kostenlos
zum Mitnehmen solange der Vorrat reicht.



Selbsthilfekontaktstelle
KISS Stuttgart

**KISS Stuttgart hilft, Kontakt zu
anderen Menschen in gleicher
Situation zu bekommen.**

Selbsthilfekontaktstelle KISS Stuttgart
Tübinger Straße 15, 70178 Stuttgart
Telefon 0711 6406117, Fax 0711 6074561
E-Mail info@kiss-stuttgart.de

www.kiss-stuttgart.de