

Infobrief

Neuigkeiten aus der Selbsthilfe Ausgabe September 2020

Sehr geehrte Aktive in der Selbsthilfe, der aktuelle ‚Infobrief‘ ist nun bei Ihnen angekommen, wenn auch nach einer längeren Pause. Wie Sie unseren Informationen bereits entnehmen konnten, finden seit 8. Juni wieder SH-Gruppentreffen mit reduzierter Teilnehmerzahl in unseren Räumlichkeiten statt. Wenn sie Fragen zu den durch ‚Corona‘ bedingten, veränderten Raumnutzungsmodalitäten oder zu sonstigen Themen haben, setzen Sie sich bitte mit unserem Beratungsteam in Verbindung, wir helfen Ihnen weiter. Ich wünsche Ihnen eine gute Zeit, und dass Sie so gesund wie möglich und zuversichtlich bleiben.

Bis zum nächsten ‚Infobrief‘ verbleibe mit freundlichen Grüßen aus Edesheim,
Otmar Wegerich

Termine/Veranstaltungen/Seminare

Aufgrund der aktuellen Gesundheitssituation mussten in den vergangenen Wochen und Monate zahlreiche Veranstaltungen abgesagt oder verschoben werden. Dies betraf bspw. auch die Mitgliederversammlung unseres Vereins sowie die Regionalen Gesamttreffen für Selbsthilfegruppen. Eine Umsetzung ist voraussichtlich Ende des Jahres geplant. Wir informieren rechtzeitig vor den Veranstaltungen.

Außerdem sind wir dabei, unseren Gruppen und Gruppensprechern/-innen wieder ein interessantes Seminarangebot zusammenzustellen. Themenschwerpunkte könnten bspw. wieder aus den Bereichen Öffentlichkeitsarbeit, Datenschutz, Gruppenförderung, Gruppenführung und -moderation oder anderes sein.

Zu welchen Themen wünschen Sie sich von uns eine Schulung oder Workshop?

Nach und nach laufen kleinere Veranstaltungen von allen Seiten wieder an. Was uns gemeldet wird, stellen wir unter „Aktuelles“ auf unsere Homepage <https://www.selbsthilfe-rlp.de/kiss-pfalz/termine>. Ein regelmäßiger Klick und Blick auf unsere Seite lohnt sich.

Raumsuche

Coronabedingt sind einige Gebäude und Räume, die unsere Selbsthilfegruppen für Treffen genutzt hatten, weiterhin geschlossen. Unterstützend suchen wir interimswise oder dauerhaft andere Räume in unserem Geschäftsgebiet:

Landkreise Bad Dürkheim, Germersheim, Rhein-Pfalz-Kreis, Südliche Weinstraße, Südwestpfalz und Städte Landau, Ludwigshafen, Neustadt/Weinstraße, Pirmasens, Speyer, Zweibrücken sowie in den umliegenden Verbandsgemeinden und Dörfer.

Wissen Sie vielleicht von einem Raum?

Neues von unseren Selbsthilfegruppen



„Was ich dir noch sagen möchte“ Briefkasten an der Ruhestätte der Regenbogen-Kinder

Regenbogen-Kinder – so nennt man Kinder, die während der Schwangerschaft verstorben sind und die zu klein oder zu krank waren um zu leben. Dies betrifft tot geborene Kinder unter 500 Gramm oder Kinder aus Schwangerschaftsabbruch, für die in Rheinland-Pfalz keine Bestattungspflicht durch die Eltern besteht.

Für sie wurde bereits 2002 die Ruhestätte der Regenbogen-Kinder in **Landau** durch die Gründerin der Selbsthilfe-Initiative Leere Wiege Landau, Helga Beisel, aus Spenden eingerichtet. Eltern und Trauernde finden dort einen Ort des Gedenkens, des Trostes, der Hoffnung und Verbundenheit. Ein Ort, an dem sie sich einer Kinderseele nahe fühlen können.

Ergänzt wurde die Ruhestätte nun mit einem farbenfrohen Regenbogen-Briefkasten. Er ist ein Angebot für alle, die um ein Kind trauern. „Es kann heilsam sein, seine Trauer, Gefühle oder Abschiedsgedanken in einem Brief an das verstorbene Kind zum Ausdruck zu bringen, auch wenn der Verlust schon Jahre zurückliegt oder der Verbleib des Kindes nicht bekannt ist“ so Beisel. Alle Briefe werden wenige Tage vor der nächsten Gemeinschaftsbeisetzung abgeholt und mit den Regenbogen-Kindern in Landau bestattet.

Viele betroffene Eltern bezeichnen die Ruhestätte als eine Art „Kindergarten“, an dem ihr Kind nicht alleine ist. So haben viele Kinder aus einigen pfälzischen Kliniken auf der Ruhestätte ihren Platz, denn auf Beisels Betrieben wurde Ende 2014 das Bestattungsgesetz von Rheinland-Pfalz geändert. Demnach sind Kliniken und Ärzte gesetzlich verpflichtet, alle nicht bestattungspflichtigen tot geborenen Kinder würdig zu sammeln und zu bestatten, sofern Eltern keine individuelle Bestattung beantragen. Zudem müssen die Eltern auf ihr Bestattungsrecht hingewiesen werden.

In Landau finden die ökumenischen Trauerfeiern mit Urnenbeisetzungen zweimal jährlich, im Juni und November, im Beisein von Eltern, Geschwistern, Angehörigen und Freunden statt. Die Selbsthilfe-Initiative Leere Wiege Landau gestaltet diese mit und die Eltern erhalten ein Andenken. Diese Beisetzungen sind für Kliniken und Eltern kostenfrei.

Darüber hinaus bietet Leere Wiege den Eltern bei Treffen der Selbsthilfegruppe einen geschützten Rahmen sich gegenseitig zu stützen und Erfahrungen und Gedanken auszutauschen, um mit dem verstorbenen Kind im Herzen neue Wege ins Leben zu finden.

Weitere Infos, Hilfen und Ruhestätten
Helga Beisel, Tel. 06347 - 455
www.leere-wiege.com



Junge Selbsthilfe

Gemeinschaftliche Selbsthilfe ist für alle Menschen da – egal welchen Alters. Aber manchmal ist es einfacher, sich mit anderen auszutauschen, die in der gleichen Lebensphase stecken. Deshalb gründen mittlerweile viele junge Selbsthilfegruppen für Leute zwischen 18 und 35 Jahren.

Deutschlandweit treffen sich mehr als 800 junge Gruppen. Auf dem Portal der NAKOS [„Schon mal an Selbsthilfegruppen gedacht?“](#) gibt es eine Datenbank mit den Kontaktinformationen und Terminen z.B. 4. - 6. Dezember 2020 Bundesweites Treffen der Jungen ILCO (Krebs). Jeden Monat stellt sich eine „Gruppe des Monats“ vor, und es gibt [den „LEBENSMUTIG. Junge Selbsthilfe Blog.“](#)

Über uns bekommen Sie verschiedenes Infomaterial wie Aufkleber, Postkarten oder Visitenkarten. In der Pfalz und in der Metropolregion treffen sich aktuell u.a. folgende Gruppen:

- Junge Parkinson RLP-Süd
- "Constans" Jugendliche Drogensüchtige, Speyer
- „Redezeit“ für junge Verwitwete, Rhein-Neckar



Regionale Gruppengründungen:

Wir unterstützen den Aufbau von neuen Gruppen. Das kann u.a. beinhalten: die Raumsuche und die Vernetzung und Öffentlichkeitsarbeit, um andere Betroffene zu finden, die Erstellung von Gruppenregeln und die inhaltliche Ausgestaltung der Gruppentreffen sowie die Antragsstellung für Fördermittel.

Aktuell sind über die KISS Pfalz folgende Gruppen im Aufbau:

- CRPS Selbsthilfe, Ludwigshafen
- Transtreff Südpfalz
- Aktivgruppe (Depression, Ängste, andere psychische Erkrankungen), Pirmasens
- Männergruppe, Ludwigshafen
- Adipositas Rhein-Pfalz-Kreis, Limburgerhof
- Lipödem-Leuchtturm, Bad Dürkheim
- Sexuelle Gewalt, Angehörigengruppe, Rhein-Pfalz-Kreis
- Bipolare Störung (Betroffene), LD
- Essstörungen (Anorexie, Bulimie, Binge Eating), Landau
- Aktivgruppe (Depression, Angsterkrankung und andere psychische Erkrankungen), Zweibrücken
- Stottern, Zweibrücken

Unterstützung durch KISS:

Überlegen Sie eine eigene Gruppe zu bilden? Die KISS Pfalz unterstützt Sie dabei gerne.

Digitale Angebote in der Selbsthilfe

Die Corona-Zeit hat auch seine Chancen. So entstehen nette Nachbarschaftshilfen, technische Innovationen oder ein geändertes Nutzungsverhalten, auch in Selbsthilfegruppen. In unserem letzten Infobrief hatten wir Sie befragt, wie Sie in Kontakt bleiben und mit Ihrer Gruppe das „SocialDistancing“ meistern. Des Weiteren haben wir Ihnen Broschüren und Anleitungen für digitale Gruppentreffen an die Hand gegeben.

Konnten wir Ihnen damit weiterhelfen? Wie haben Sie die Corona-Zeit bisher erlebt? Haben Sie Ihre Gruppenarbeit umgestellt?

Lassen Sie bitte uns und andere Gruppen an Ihren Ideen teilhaben.

Nachfolgend haben wir Ihnen im Ergebnis unserer Umfrage und unseren Recherchen interessante Beispiele für digitale Angebote in der Selbsthilfe zusammengestellt:



Autismus Behinderung und Perspektiven e.V.

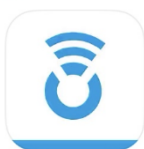
Onlineberatung des Autismus Behinderung & Perspektiven e.V. (ab&p), Aachen für Menschen mit Autismus-Spektrum-Störung und deren Angehörigen

Die Chattermine, die Themenschwerpunkte sowie weitere Informationen und die Anmeldung finden Sie auf www.abundp.org/onlineberatung



Onlinesprechstunde mit Videochat der Alzheimer Gesellschaft RLP e.V., Ludwigshafen

Weitere Informationen zur Demenzsprechstunde finden Sie auf <https://www.alzheimer-gesellschaft-rhpf.de/demenzsprechstunde/>



in.kontakt
Netzwerk pflegende Angehörige

LADEN



App „in.kontakt“ des Verbandes „wir pflegen“, bundesweite Austauschplattform für Pflegende Angehörige

Sie kann über jeden App-Store geladen werden.



Video-Sprechstunde der Krebsgesellschaft Rheinland-Pfalz e.V., Ludwigshafen für Krebspatienten und ihre Familien

Die Kontaktdaten finden Sie [hier](#).



Psychotherapie während der Corona-Pandemie, Berichte von Betroffenen

Hier gelangen Sie [zum Newsletter der Stiftung Deutsche Depressionshilfe](#)



„Friedrich-Ebert-Stiftung digital“ Regionalbüro Rheinland-Pfalz / Saarland mit Webinaren, Videos, Podcasts zu versch. Themen aus Politik und Bildung (auch z.B. zur Gesundheitsversorgung)

[Weitere Informationen](#)

Ausschreibungen

Selbsthilfe SeelenLaute Saar



Der Veranstalter Selbsthilfe SeelenLaute Saar (Saarbrücken) hat zusammen mit der Techniker Krankenkasse als Förderpartner einen bundesweit ausgeschriebenen Kunstpreis ins Leben gerufen.

Angesprochen für den Wettbewerb sind Menschen mit psycho-sozialen Beeinträchtigungen und Handicaps. Das Motto: „Malen aus der Seele“. Einsendeschluss: 15. September 2020. Weitere Informationen bekommen Sie von Herrn Peitz Tel.: 0178 - 2831417, E-Mail: sh_seelenworte-rlp@email.de



Bundesweiter Aufruf Projekte des Bundesnetzwerks Bürgerschaftliches Engagement im Rahmen der Initiative „Engagement macht stark“ zum Eintrag von Projekten in den sog. Engagementkalender einzutragen (digital und analog).

[Weitere Informationen](#)



Internet für alle - Neues Förderprogramm der AKTION MENSCH

Die Aktion Mensch bringt Sie ins Internet: Mit dem neuen Aktions-Förderangebot „Internet für alle“ werden Investitionskosten und Bildungsangebote gefördert, die eine gleichberechtigte Teilhabe aller Menschen am digitalen Fortschritt ermöglichen. Noch bis zum 30. September 2021 kann Ihr Projekt mit 2 x 5.000 Euro ohne Eigenmittel gefördert werden.

[Weitere Informationen](#)

Fördermöglichkeiten

Pauschalförderung der AOK RLP/Saarland, hier: Möglichkeit zur Umwidmung von Fördermitteln

Sofern die Mittelverausgabung aufgrund der besonderen Situation der Corona-Pandemie nicht in vollem Umfang wie geplant erfolgen kann, können Sie sich mit uns in Verbindung setzen, um eine mögliche „Umwidmung der Fördermittel zugunsten anderer förderfähiger Aufwendungen“ zu besprechen. Eine bewilligte Umwidmung hat das Ziel, dass keine Fördergelder übrig bleiben am Jahresende, sondern die Mittel für förderfähige und angemessene Aufwendungen der Gruppenbelange (bzw. der Organisation) restlos eingesetzt werden. Sie bewirkt außerdem, dass bei Wegfall geplanter Ausgaben der Fördergeldanteil für Kosten des aktualisierten Bedarfs verwendet wird und/oder dass bei Kostenverminderung andere vorhandene Ausgaben-Positionen aufgestockt werden oder die Differenz für „neuen“ Bedarf verausgabt werden kann.

Bei Umwidmung von 1-2 Positionen kann ein formloser Antrag an die AOK mit Begründung und Angaben der Beträge (was entfällt, was soll stattdessen...) ausreichen. In „einfachen“ Fällen kann die AOK sogar - wie bisher möglichst unbürokratisch – telefonisch die Umwidmung vereinbaren und vermerken. Bei „außergewöhnlichen“ und „hochpreisigen“ Umwidmungswünschen ist eine nachvollziehbare Begründung erforderlich, nach Möglichkeit sollte ein Angebot/Kostenvoranschlag/Preisbeispiel beigelegt werden. Sollte sich die Ausgabenplanung fast komplett umgestalten, bittet die AOK um eine tabellarische Gegenüberstellung der ursprünglich geplanten Ausgaben und des aktuell veranschlagten Bedarfs.

Wenn Fördermittel zum Jahresende übrigbleiben sollten, werden die Selbsthilfeeinrichtungen gebeten, dies mit der AOK telefonisch im November/Dezember 2020 zu besprechen und/oder bei postalischer Abgabe des Verwendungsnachweises 2020 zu vermerken (bitte bis zum 31.12.).

Fördermöglichkeiten der Landesregierung RLP für das Ehrenamt im Rahmen der Initiative „wir tun was“

Sie müssen jeweils das zuständige Ministerium anklicken und dann werden darunter die Förderbereiche beschrieben, diese jeweils auch mit Ansprechpartnern. Vielleicht finden Sie hier für Ihre Ehrenamtsbereiche und –projekte (zusätzliche) Fördermöglichkeiten.

[Weitere Informationen](#)

Infobrief

Unser Newsletter „Infobrief“ ist kostenfrei und wird vierteljährlich per Mail zugeschickt.

Wenn Sie Beiträge, Anliegen, Informationen, Termine oder sonstige Anregungen für den Infobrief haben, senden Sie diese mit dem Betreff „Infobrief“ an: info@kiss-pfalz.de.

Newsletter abbestellen:

Sie können den „Infobrief“ jederzeit abbestellen. Schicken Sie uns dazu eine kurze E-Mail an info@kiss-pfalz.de oder rufen Sie uns an.

Bildquellen:

Seite 2: Helga Beisel

Seite 3: pixabay

Seite 4+5: Logos der jeweiligen verlinkten Anbieter

Herausgeber:

KISS Pfalz, Selbsthilfetreff Pfalz e.V., Kirchberg 18, 67483 Edesheim

Tel: 06323 – 989924, Fax: 06323 - 7040750

E-Mail: info@kiss-pfalz.de, Internet: www.kiss-pfalz.de

Vertretungsberechtigter geschäftsführender Vorstand: Otmar Wegerich (Vorsitzender), Holger Kostrzewa, Norbert Faul (stellv. Vorsitzende)

Vereinsregister: VR 2385 · Amtsgericht Landau/Pf., Sitz: Edesheim

Datenschutz:

Unsere Datenschutzhinweise entnehmen Sie unserer Webseite www.kiss-pfalz.de.

Haftung für Links:

Unser Angebot enthält Links zu externen Webseiten Dritter, auf deren Inhalte wir keinen Einfluss haben. Deshalb können wir für diese fremden Inhalte auch keine Gewähr übernehmen. Für die Inhalte der verlinkten Seiten ist stets der jeweilige Anbieter oder Betreiber der Seiten verantwortlich. Die verlinkten Seiten wurden zum Zeitpunkt der Verlinkung auf mögliche Rechtsverstöße überprüft. Rechtswidrige Inhalte waren zum Zeitpunkt der Verlinkung nicht erkennbar. Eine permanente inhaltliche Kontrolle der verlinkten Seiten ist jedoch ohne konkrete Anhaltspunkte einer Rechtsverletzung nicht zumutbar. Bei Bekanntwerden von Rechtsverletzungen werden wir derartige Links umgehend entfernen