



Selbsthilfe aktuell

Termine, Informationen und Angebote zur Selbsthilfe in Dresden
im II. Quartal 2018 (Stand: 12. März 2018)

Vernetzungsangebote



■ Erfahrungsaustausch für Gruppen mit psychischer Thematik

Treff: 31. Mai 2018, 16.30 Uhr
Ort: KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden, Raum 4
Anmeldung: KISS, telefonisch unter (03 51) 2 06 19 85
oder per E-Mail kiss@dresden.de

■ Gruppenleiter-Erfahrungsaustausch mit anderen Gruppen ins Gespräch kommen

Treff: 26. Juli 2018, 16.30 Uhr
Ort: KISS, Ehrlichstraße 3, Raum 4
Anmeldung: KISS, telefonisch unter (03 51) 2 06 19 85
oder per E-Mail unter kiss@dresden.de

■ offener Stammtisch „Junge Selbsthilfe“

Im Mai 2017 haben sich in der KISS Dresden „Selbsthilfelotsen“ themenübergreifend zusammengefunden, um die Selbsthilfe vielfältiger und - insbesondere auch für junge Menschen - attraktiver zu gestalten. Selbsthilfelotsen sind Vertreter/-innen von Selbsthilfegruppen, die junge und jung gebliebene Menschen für Selbsthilfe begeistern wollen. Initiiert wurde das Projekt durch Stephan Fischer vom Gesprächskreis Hirntumor Dresden und Kristin Rietschel von der KISS Dresden. Betroffene und Interessierte sind herzlich willkommen.

Treff: 3. Mai 2018 & 12. Juli 2018, jeweils 17.30 Uhr

Ort: „Die Fabrik“,

Papstdorfer Straße 17, 01277 Dresden

Internet:

<https://diefabrik.wixsite.com/diefabrik>

Anmeldung nicht erforderlich



■ Inklusionsnetzwerk Sachsen

Die Landesarbeitsgemeinschaft Selbsthilfe Sachsen e. V. (LAG SH Sachsen) baut derzeit ein sächsisches Inklusionsnetzwerk auf. Da gerade die Betroffenen selbst am besten wissen, welche Barrieren aktuell bestehen, interessiert sich das Netzwerk für Berichte aus Betroffensicht. Deshalb sind Sie - als Mensch mit einer Behinderung oder chronischen Erkrankung (unabhängig von einer Vereinsbindung) - aufgerufen ihre konkreten Anregungen und Forderungen an die Gesellschaft zu formulieren. Als ehrenamtlicher Experte für Inklusion berichten Sie von Hindernissen im Alltag und stehen den Netzwerkpartnern zur Umsetzung ihrer inklusiven Vorhaben als Experte in eigener Sache beratend zur Seite. Sie fühlen sich angesprochen und möchten sich ehrenamtlich engagieren? Dann signalisieren Sie Ihr Interesse per E-Mail an info@inklusionsnetzwerk-sachsen.de oder telefonisch unter (03 51) 47 93 50 14.

Weiterbildung

■ EhrenamtsKomPass - Qualifikation für das bürgerschaftliche Engagement

Kurse zum Erwerb von Basiskompetenzen und Fachkompetenzen für ehrenamtlich Tätige, auch in Selbsthilfegruppen, finden Sie im Programmheft Frühjahr/Sommer 2018 der Volkshochschule Dresden sowie im Internet unter <http://www.vhs-dresden.de/startseite/gezielt-fuer-alle/buergerschaftliches-engagement/>.



Mitstreiter/-innen gesucht

Es werden interessierte Betroffene für den Aufbau einer neuen Selbsthilfegruppe bzw. für die Mitwirkung in einer kürzlich gegründeten Gruppe gesucht.



■ **Anonyme Alkoholiker**

sind eine Gemeinschaft von Männern und Frauen, die miteinander ihre Erfahrung, Kraft und Hoffnung teilen, um ihr gemeinsames Problem zu lösen und anderen zur Genesung vom Alkoholismus zu verhelfen. Die einzige Voraussetzung für die Zugehörigkeit ist der Wunsch, mit dem Trinken aufzuhören. Zusätzlich zu den bereits in der Landeshauptstadt Dresden bestehenden Selbsthilfegruppen der Anonymen Alkoholiker gab es in den vergangenen Monaten zwei Neugründungen.

1) **Offenes AA-Frauenmeeting**

Die Gruppe ist offen für alle Frauen, die eine Suchtproblematik haben oder Angehörige von Suchtkranken sind. Babys und Kleinkinder können gern zum Gruppentreff mitgebracht werden.

Treff: jeden Donnerstag, 9 Uhr

Ort: KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden, Raum 3

2) **Anonyme Alkoholiker „Gruppe Körnerplatz“**

Männer und Frauen jeden Alters, welche Probleme mit Alkohol oder Medikamenten haben, können an den regelmäßigen Treffen teilnehmen.

Treff: jeden Donnerstag, 19.30 Uhr

Ort: Beratungszentrum BÜLOW, Pillnitzer Landstraße 12, 01326 Dresden (Bitte nutzen Sie den Seiteneingang.)

■ **Erwachsene Kinder von suchtkranken Eltern oder Erziehern (EKS)**

Angesprochen sind Menschen, die in einer Familie oder Umgebung aufgewachsen sind, in der eine Abhängigkeit stofflicher oder nicht stofflicher Art herrschte. Ziel der Gruppe ist es, sich gemeinsam zu befähigen, eine gesunde und erfüllte Beziehung zu sich selbst und zu anderen zu führen. Weitere Informationen erhalten Sie unter www.eksev.org.

Treff: jeden 1., 2. & 3. Donnerstag im Monat, 18.30 Uhr

Ort: KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden, Raum 1

■ **Neurofibromatose**

Die Neurofibromatose ist eine seltene Erkrankung, die Haut und Nervensystem beeinträchtigt. Die Gruppentreffen dienen dem regelmäßigen Austausch über neue medizinische Erkenntnisse und Therapiemöglichkeiten. Ziel ist es, sich in der neuen Selbsthilfegruppe gegenseitig zu stärken und die Öffentlichkeit besser für die Erkrankung zu sensibilisieren.

Treff: jeden 4. Sonntag im ungeraden Monat, 14.30 Uhr

Ort: KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden, Raum 4

■ **Ungewollt Kinderlos**

Die Tatsache, nicht Eltern werden zu können, stellt meist eine enorme seelische Belastung dar. Die Möglichkeit, zusätzlich zur ärztlichen Betreuung persönliche Gespräche mit Menschen in ähnlicher Situation führen zu können, kann unterstützend und ausgleichend wirken.

Treff: jeden 2. Dienstag im Monat, 18 Uhr

Ort: KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden, Raum 3

■ **schizoaffektive Störung**

Ein junger Betroffener möchte gern eine Selbsthilfegruppe für Menschen mit schizoaffektiven Störungen gründen. Die Gruppe soll sich einmal im Monat an einem neutralen Ort treffen, um gemeinsam Erfahrungen im Umgang mit der Erkrankung auszutauschen, sich gegenseitig Hilfestellung zu geben, die Freizeit gemeinsam zu gestalten und neue Freundschaften zu schließen.

■ **Skoliose**

Die Skoliose zählt zu den ältesten orthopädischen Leiden, bei denen die Erkrankten eine seitliche Verkrümmung der Wirbelsäule vorweisen. Zum gemeinsamen Austausch - insbesondere zu bestehenden und neuen Behandlungsmethoden - werden noch an Skoliose erkrankte Menschen über 40 gesucht.

■ **Spina bifida und Hydrocephalus (SBHC)**

Der Verband der Körperbehinderten der Stadt Dresden e. V. sucht neue Mitglieder für eine Selbsthilfegruppe.

■ **Stotterer**

Stottern ist eine Sprechbehinderung, die sich im Wiederholen von Wörtern, Silben und Lauten sowie Blockaden äußert. Häufig ist Stottern mit einer übermäßigen Anstrengung beim Sprechen verbunden. Die Sprechstörung ist individuell sehr unterschiedlich ausgeprägt und tritt in verschiedenen Situationen unterschiedlich stark auf. In der Gruppe können sich chronische Stotterinnen und Stotterer über 40 über ihre Erfahrungen austauschen, die sie auf Grund ihrer Redeflussstörung im beruflichen, sozialen oder privaten Alltag gemacht haben. Ziel ist es, Strategien zu entwickeln, um sich im Alltag besser behaupten zu können, sich gegenseitig zu ermutigen und einen anderen Blickwinkel auf die eigene Behinderung und das Leben zu bekommen.

■ **Narcotics Anonymous (persisch)**

NA ist eine gemeinnützige Gemeinschaft von Männern und Frauen, für die Drogen zum Hauptproblem geworden sind. Süchtige auf dem Weg der Genesung, kommen regelmäßig zusammen, um sich gegenseitig zu helfen, clean zu bleiben. Es gibt nur eine einzige Voraussetzung für die Zugehörigkeit: Das Verlangen aufzuhören. Eine kleine Gruppe junger persischsprechender Menschen sucht weitere Betroffene für regelmäßige Treffen. Weitere Informationen erhalten Sie im Internet unter www.na-iran.org/

Treff: jeden Sonntag, 18 Uhr

Ort: Männer-Netzwerk Dresden, Schwepnitzerstraße 10, 01097 Dresden

Nähere Informationen zu den Gruppengründungen erhalten Interessierte bei der Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen (KISS), Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden, telefonisch unter (03 51) 2 06 19 85 oder per E-Mail via kiss@dresden.de.

Nicht ganz so neu, aber genauso interessiert an neuen Mitgliedern ist die Selbsthilfegruppe der

■ **Aphasiker und Angehörigen**

Aphasie ist eine erworbene Sprachstörung, die nach einer Schädigung der linken Gehirnhälfte auftreten kann. Ziel der Gruppe ist es, Wege aus der Isolation und Resignation aufzuzeigen und zu motivieren wieder aktiv am Leben teilzunehmen. Unterstützt wird der regelmäßige Informationsaustausch durch Ärztinnen und Ärzte sowie Therapeut/innen.

Treff: jeden 3. Freitag im Monat (außer Juli & August), 16 Uhr

Ort: Begegnungsstätte des Verbandes der Körperbehinderten der Stadt Dresden e. V., Strehleener Straße 24, 01069 Dresden

Die Sprechstunde

Als Profis in eigener Sache haben einige Betroffenengruppen und -verbände regelmäßige Sprechstunden für Ratsuchende eingerichtet.

■ **Parkinson**

jeden zweiten Dienstag im Monat, 15 bis 16.30 Uhr

Ort: KISS, Ehrlichstraße 3, Vereinsbüro

Telefon: (03 51) 5 00 76 35

■ **Rheuma-Liga**

jeden ersten Mittwoch im Monat, 14 bis 15.30 Uhr

Telefon: (03 51) 5 00 76 35

■ **Verband der Körperbehinderten der Stadt Dresden e. V.**

jeden Dienstag, 15 bis 17 Uhr sowie nach Vereinbarung

Ort: Geschäftsstelle Strehleener Straße 24, 01069 Dresden

Telefon: (03 51) 4 72 49 42

■ **Selbsthilfenetzwerk für seelische Gesundheit in Sachsen**

jeden Dienstag, 15 bis 17 Uhr

Ort: Freiburger Straße 31, 01067 Dresden, Raum 212

Telefon: (03 51) 49 76 98 29

E-Mail: selbsthilfedrei@yahoo.de

■ **Mollybetiker - Selbsthilfegruppe für Adipositas**

jeden ersten Mittwoch des Monats, 16 bis 18 Uhr

Ort: Städtisches Klinikum Dresden-Neustadt, Industrie-Straße 40, 01129 Dresden, Konferenzraum im Haupt-Gebäude, 1. Etage, Telefon: (01 52) 03 18 68 16

Veranstaltungen/Aktionen 2018

■ **29. Dresdner Pflegestammtisch**

„Gewalt in Pflege“ - ein Tabuthema

Datum: 21. März 2018, 15.30 Uhr

Ort: „Haus an der Kreuzkirche“, Mauersberger Saal (EG),

An der Kreuzkirche 6, 01067 Dresden

Kontakt: (03 51) 4 88 48 71

Anmeldung nicht erforderlich

■ **23. Präventionstag „Gewalt und Radikalität“**

Interessierte Bürgerinnen und Bürger erwartet ein Rahmenprogramm sowie eine begleitende Ausstellung.

Datum: 12. Juni 2018

Ort: Internationales Congress Center Dresden,

Ostra-Ufer 2, 01067 Dresden, Germany

Internet: <http://www.praeventionstag.de/>

nano.cms/jahreskongress

■ **11. Dresdner Selbsthilfetag**

Datum: 29. September 2018

Ort: World Trade Center Dresden,

Ammonstraße 72, 01067 Dresden

Detaillierte Informationen folgen im III. Newsletter 2018.

Was sonst noch interessant ist

■ **Selbsthilfe online**

Seit 23. Februar 2018 ist die lang ersehnte Selbsthilfedatenbank der KISS online. Nun können sich Interessierte Dresdnerinnen und Dresdner selbstständig im Netz über die Dresdner Selbsthilfelandschaft informieren und erhalten so jederzeit die aktuellsten Informationen zu den in der Landeshauptstadt Dresden aktiven Selbsthilfegruppen und ihren Treffen. Zur Datenbank gelangen Sie über die Schaltfläche „Selbsthilfegruppen“ auf der Internetseite der KISS unter www.dresden.de/selbsthilfe

■ **Empowerment und Selbsthilfe**

Am 8. Februar 2018 erlangten die Studierenden der Fakultät Erziehungswissenschaften an der TU Dresden in der KISS Dresden einen Einblick in die Selbsthilfearbeit - als zentrale Wurzel der Empowermentbewegung. Nach erfolgter Präsentation der Arbeit durch die KISS und in den Gruppen, erhielten die angehenden sozialpädagogischen Fachkräfte Gelegenheit ihre Fragen direkt an Vertreterinnen und Vertreter Dresdner Selbsthilfegruppen zu richten. Dabei stellten Sie mit Erstaunen fest, dass Selbsthilfe doch einiges mehr als ein Stuhlkreis ist. Einen herzlichen Dank an die Mitglieder des Projektes der jungen Selbsthilfe, die mit ihrem kurzfristigen Einsatz einen erheblichen Beitrag zum Gelingen der Veranstaltung geleistet haben.

■ **Seniorentelefon: (03 51) 4 88 48 00**

Das Seniorentelefon ist ein Angebot der Landeshauptstadt Dresden für ältere Menschen und deren Angehörige. Bei Bedarf wird an die zuständigen Stellen vermittelt.

Impressum

Herausgeberin
Landeshauptstadt Dresden
Der Oberbürgermeister

Sozialamt
Kontakt- und Informationsstelle
für Selbsthilfegruppen - KISS
Telefon (03 51) 2 06 19 85
Telefax (03 51) 5 00 76 36
E-Mail kiss@dresden.de

Büro des Oberbürgermeisters
Abteilung Öffentlichkeitsarbeit
Telefon (03 51) 4 88 23 90
Telefax (03 51) 4 88 22 38
E-Mail presse@dresden.de

Postfach 12 00 20
01001 Dresden
www.dresden.de

Zentraler Behördenruf 115 – Wir lieben Fragen

Redaktion: Stefanie Gilbricht

März 2018

Kein Zugang für verschlüsselte elektronische Dokumente. Elektronische Dokumente mit qualifizierter elektronischer Signatur können über ein Formular unter www.dresden.de/kontakt eingereicht werden. Dieses Informationsmaterial ist Teil der Öffentlichkeitsarbeit der Landeshauptstadt Dresden. Es darf nicht zur Wahlwerbung benutzt werden. Parteien können es jedoch zur Unterrichtung ihrer Mitglieder verwenden.