

Newsletter Frühling 2019

Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe (KISS), Kommunale Gesundheitskonferenz (KGK)



1. Allgemeine Informationen

- **KiSEL-Gruppe sucht Ehrenamtliche/n für Fahrdienste.**

Die KiSEL-Gruppe (Hilfen für Kinder und Jugendliche suchtkranker Eltern) sucht Ehrenamtliche, welche die Kinder- und Jugendlichen von zu Hause zu den Gruppentreffen fahren. Für die Zeit während des Fahrdienstes ist die/der Fahrer/in versichert. Die Fahrtkosten werden erstattet.

Bei Interesse und für weitere Informationen können Sie sich bei der Drogen- und Jugendberatungsstelle des AKRM Lörrach (Arbeitskreis Rauschmittel e. V.) unter der Tel. 07621 2085 melden.

- **Anschubfinanzierung bei Neugründung**

Die Förderung der „Stiftung Mitarbeit“ unterstützt mit ihren Starthilfeforschungen neue Initiativen, junge Vereine und kleine lokale Organisationen (in den Bereichen Soziales, Politik, Bildung jenseits von Schule, Kultur und Umwelt, die auf freiwilligem und ideellem Engagement beruhen) in ihrer Anfangsphase. Die Starthilfeförderung ist eine Anschubfinanzierung und soll Bürger/innen ermutigen, sich an Gemeinschaftsaufgaben aktiv zu beteiligen und demokratische Mitverantwortung zu übernehmen.

In der Regel kann nur einmal eine Förderung von bis zu 500 Euro beantragt werden.

Weitere Infos unter

www.mitarbeit.de/foerderung_projekte/starthilfefoerderung/foerderrichtlinien

oder per E-Mail bei

Corinna Asendorf asendorf@mitarbeit.de oder

Beate Moog moog@mitarbeit.de

2. Veranstaltungshinweise der Selbsthilfe

- **18. - 26. Mai 2019: Aktionswoche Selbsthilfe**

Falls Sie in diesem Zeitraum Aktivitäten, wie z. B. einen Tag der offenen Tür, Informationsveranstaltungen, Fachtage oder Erfahrungsaustauschtreffen geplant haben, können Sie diese im bundesweiten Veranstaltungskalender (<http://www.wir-hilft.de/>) eintragen. Es können auch kulturelle Angebote aus der Selbsthilfe wie z.B. Ausstellungen, Lesungen oder Konzerte veröffentlicht werden.

- Am Montag, den 20. Mai 2019 können Sie in der VHS Rheinfelden den **Vortrag "Alltagsdrogen"** mit dem Referenten Manfred Müller besuchen.

Die Veranstaltung entstand in der Zusammenarbeit mit dem bwlV.

- Am Mittwoch, den 22. Mai 2019 präsentiert die VHS Rheinfelden in ihren Räumlichkeiten den Film "Dunkle Tage" mit Suzanne Borsody als Hauptdarstellerin. Der Filmabend entstand in Zusammenarbeit mit dem bwlV.

- **05. Oktober 2019: Selbsthilfetag in Schopfheim**

Jede Selbsthilfegruppe oder selbsthilfebezogene nicht kommerzielle Initiative ist eingeladen, kostenfrei einen Messestand an diesem Tag zu gestalten.

Bei Interesse können Sie sich melden unter:

franziska.morgalla@loerrach-landkreis.de oder Tel. 07621 410 2142

3. Aktuelles von der KISS

- **Neue Selbsthilfegruppen im Landkreis:**

- **Epilepsie-Gruppe für Angehörige**

1. Treffen am 11. April, 17:30 Uhr, LRA Lörrach, Haus 2, Raum 2.09

Epilepsie kann jeden Menschen in jedem Alter treffen. Die Bevölkerung reagiert oft mit Hilflosigkeit, Angst, Unwissenheit und Vorurteilen bei Epilepsie. Schwerpunkte der Selbsthilfegruppe sind Gespräche mit anderen Epilepsie-Erkrankten oder deren Angehörigen, das Austauschen von Informationen, das Knüpfen von Kontakten und die Weitergabe von Tipps und Erfahrungen.

Die Sitzungen finden in einem geschützten Raum statt. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Betroffene und Angehörige, die sich für diese Gruppe interessieren, erhalten weitere Informationen bei der Selbsthilfekontaktstelle.

- **EA-Gruppe (Emotions Anonymous)**

1. Treffen am 29. April, 19:30 Uhr Freiraum, Chesterplatz 9 (2.OG).

Die EA-Gruppe veröffentlicht folgenden Aufruf:

„Hast du Schwierigkeiten mit dir selbst, deiner Gesundheit, Familie oder Partnerschaft, deinem Umfeld oder Beruf?

Dann laden wir dich ein, mit uns einen Weg zu gehen, auf dem wir lernen, wie wir die Vergangenheit hinter uns lassen, neu beginnen und Lösungen für unsere Probleme finden können. Wir bieten dir unsere Gemeinschaft an. Dabei ist es unwichtig, wer du bist, woher du kommst oder was du getan hast. Wir stellen keine Fragen – aber wir hören dir gerne zu und bieten dir Hilfe zur Selbsthilfe.“

- **Elektrosensibilität und Chemikalienunverträglichkeit**

1. Treffen am 09. Mai, 18:00 Uhr, LRA Lörrach, Haus 2, Raum 2.09

Eine zunehmende Zahl von Menschen führt körperliche Beeinträchtigungen auf den Einfluss von Elektromog (z.B. Handys, WLAN, Stromleitungen) zurück. Die „Multiple Chemikalienunverträglichkeit“ bezeichnet ein Beschwerdebild, bei dem Menschen über ausgeprägte Unverträglichkeiten durch alltägliche Chemikalien, wie z.B. Desinfektionsmittel, Duftstoffe (Parfüm), Lösungsmittel, Pestizide, Waschmittel, Wohngifte (Formaldehyd, Holzschutzmittel), Feinstaub, Zigarettenrauch oder Dieselabgase bereits in äußerst geringen Mengen berichten.

In der Selbsthilfegruppe soll der Austausch unter Betroffenen im Vordergrund stehen.

- **SHG Borderline**

1. Treffen am 23. Mai, 19:30 Uhr Freiraum, Chesterplatz 9 (2.OG).

Die Borderline-Gruppe veröffentlicht folgenden Aufruf:

„Du hast Borderline und suchst andere (junge) Leute (ab 18) denen es ähnlich geht? Dann bist du herzlich willkommen. Du findest in der Gruppe andere Menschen mit denen du dich über alltägliche Probleme und Lösungen austauschen kannst. Die SHG ist an das DBT Konzept (Dialektisch-Behaviorale Therapie) angelehnt.

Aber auch ohne DTB-Erfahrung bist du herzlich willkommen.

- **Arbeitshilfe Datenschutz**

Die Landesarbeitsgemeinschaft der Selbsthilfekontaktstellen (LAG KISS) hat eine Arbeitshilfe zum Datenschutz für die Selbsthilfegruppen erstellt. Darin wird auf die wichtigsten Punkte des Datenschutzes eingegangen.

Jede Selbsthilfegruppe hat ein Exemplar per Post zugesendet bekommen oder direkt an der Forum-Sitzung erhalten. Bei weiterem Bedarf sind die Arbeitshilfen bei Frau Morgalla in der Kontaktstelle erhältlich.

- **Junge Selbsthilfe**



- Kennen Sie schon das Portal für junge Selbsthilfe der Nationalen Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen (NAKOS)?
www.schon-mal-an-selbsthilfegruppen-gedacht.de
- Auf www.junge-selbsthilfe-blog.de bloggen jetzt junge Leute über ihre Erfahrungen in Selbsthilfegruppen, Herausforderungen im Leben und ihre ganz persönliche Sicht auf Themen wie Anderssein, Gemeinschaft und Inklusion. „Wie bin ich zur Selbsthilfe gekommen?“, „Was bedeutet Erfolg für mich?“ sind die ersten Themen, zu denen sie aus ganz unterschiedlichen Perspektiven Stellung beziehen.
- Anschauen und Weitersagen: Wie Harry lernte, sein Monster zu lieben. Ein Comicfilm der Nationalen Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen (NAKOS) zeigt die aufbauende Kraft von Selbsthilfegruppen. Er richtet sich mit seiner unkonventionellen Erzählweise insbesondere an ein jüngeres Publikum.
Link: www.schon-mal-an-selbsthilfegruppen-gedacht.de/film

4. Aktuelles aus der Kommunalen Gesundheitskonferenz

- Die Gesundheitskonferenz fördert in diesem Jahr Projekte mit dem Schwerpunkt „Resilienz“ für Kinder und Jugendliche mit bis zu jeweils 1.000 Euro. Vereine, Einrichtungen, etc. aus dem Landkreis Lörrach, die über Projektideen verfügen, können sich mit einem Vorhaben bis zum **10. Mai 2019** bei der Stabsstelle Gesundheitskonferenz des Landratsamts bewerben. Die Ausschreibungsunterlagen finden Sie unter: www.loerrach-landkreis.de/bewegung.

- Eine weitere Projektmittelförderung der Gesundheitskonferenz wird zum Thema „Aktivierende Hausbesuche“ sowie „Bewegungstreffe im Freien“ in Kürze erfolgen. Vereine, Einrichtungen etc., die einen der beiden Ansätze in ihrer Gemeinde bzw. Stadt initiieren, werden mit bis zu 500 Euro unterstützt. Die Ausschreibungsunterlagen stehen in Kürze auf der Internetseite der Arbeitsgruppe „Gesund älter werden“ zur Verfügung unter: www.loerrach-landkreis.de/gesund-im-alter

→ Die Entscheidung über eine Förderung trifft die Gesundheitskonferenz.

Unter dem Vorsitz von Landrätin Marion Dammann gehören hierzu VertreterInnen aller Kreistagsfraktionen, der Verwaltung sowie Experten aus Politik, Wirtschaft, Bildung, Sozialem und Gesundheit.

- **Veranstaltungshinweise:**
 - Die Gesundheitskonferenz tagt öffentlich am **Samstag, den 29. Juni 2019 von 9-12 Uhr** im Landratsamt Lörrach, Großer Sitzungssaal.
 - Vom **24. - 29. Juni 2019** findet erneut eine „Gesundheitswoche“ zum Schwerpunkt Psychische Gesundheit statt.

Informationen zum Programm werden online abrufbar sein unter:

<https://www.loerrach-landkreis.de/Gesundheitskonferenz>.

- Am **14. November 2019** findet der **Weltdiabetestag** statt. Die Arbeitsgruppe der Gesundheitskonferenz plant aktuell im Zeitraum vom 11. - 15. November mehrere Veranstaltungen und Aktionen zum Thema.

→ Wenn Sie Interesse haben, sich an der Diabeteswoche zu engagieren, nehmen Sie gerne Kontakt mit Fr. Zuflucht von der Stabsstelle Gesundheitskonferenz auf (natalie.zuflucht@loerrach-landkreis.de oder 07621 410 2151).

5. Literaturhinweise

- Helga Schneider-Schelte: Selbsthilfegruppen für Menschen mit beginnender Demenz. In: Selbsthilfegruppenjahrbuch 2018, S. 55-62
www.dag-shg.de/data/Fachpublikationen/2018/DAGSHG-Jahrbuch-2018-Schneider-Schelte.pdf
- Kompass Ernährung (von IN FORM, Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung des Bundesministeriums für Gesundheit)
https://www.in-form.de/fileadmin/Dokumente/Kompass_Ernaehrung/2018-1-kompass-ernaehrung-barrierefrei.pdf
- Landesgesundheitsamt Baden-Württemberg: Offene Bewegungsangebote im Freien für Ältere – Ein Praxisleitfaden. Januar 2019.
<https://www.gesundheitsamt-bw.de/lga/DE/Fachinformationen/Fachpublikationen/Seiten/Gesundheitsfoerderung.aspx>



Wir würden uns freuen, wenn Sie diesen Newsletter an andere Interessierte weiterleiten. Wenn Sie den Newsletter nicht mehr beziehen wollen, schicken Sie uns bitte eine Nachricht an gesundheit@loerrach-landkreis.de mit dem Betreff: Newsletter abbestellen.

Ihre Gesundheits-Redaktion

Lörrach, 11. Mai 2019

www.loerrach-landkreis.de/shg (Homepage der KISS)

<https://www.loerrach-landkreis.de/Gesundheitskonferenz> (Homepage der KGK)