

# VOM ICH ZUM WIR

## KULTURPROGRAMM

### MUSIK

11:30 – 11:45 Uhr ■ 13:30 – 13:45 Uhr ■ 14:30 – 14:45 Uhr

#### Schwebendes Orchester

EG und 1. OG (an verschiedenen Orten)

### AUSSTELLUNG

10:00 – 16:00 Uhr

#### Kreativwerkstatt AMOS

Gemälde und Plastiken von Künstlerinnen und Künstlern  
B001 Theodor-Bäuerle-Saal (EG) und 1. OG

10:00 – 16:00 Uhr

#### Themenausstellung »Veränderung«

Fotografien, Comics und literarische Texte  
von Selbsthilfegruppenmitgliedern  
B001 Theodor-Bäuerle-Saal (EG)

### THEATER

12:00 – 13:00 Uhr

Junge / Aktive AphasikerInnen und Angehörige Stuttgart  
Theatergruppe »Die glorreichen Phantasten« – Fantasie  
trotz Aphasie

#### Theaterstück

In der Bar zum flotten Schuh  
Projektleitung: Barbara Darenberg  
B203 (2. OG)

### FILM

10:30 – 16:00 Uhr

Kleines Kino: Videoschleife zum Thema Selbsthilfe  
Foyer (1. OG)

### QUIZ

10:30 – 13:30 Uhr ■ 14:00 – 16:00

Glücksrad der KISS Stuttgart

Stand Nr. 42 (1. OG)

### KOORDINATION:

Selbsthilfekontaktstelle KISS Stuttgart  
Tübinger Str. 15  
70178 Stuttgart  
Tel. 0711 6406117

In Zusammenarbeit mit der  
Volkshochschule Stuttgart

### Schirmherr:

Oberbürgermeister Fritz Kuhn

Der 10. Aktionstag der  
Stuttgarter Selbsthilfegruppen  
wird gefördert von:

- AOK Baden-Württemberg
- BKK Landesverband
- BARMER GEK
- DAK
- IKK classic
- Knappschaft
- Techniker Krankenkasse

## 10. AKTIONSTAG DER STUTTGARTER SELBSTHILFEGRUPPEN

Samstag, 22. Oktober 2016

10 – 16 Uhr

im TREFFPUNKT Rotebühlplatz,  
Volkshochschule Stuttgart



## PROGRAMM

22. OKTOBER 2016

Der Aktionstag der Stuttgarter Selbsthilfegruppen findet alle drei Jahre statt. Über 70 Selbsthilfegruppen, Initiativen und die Selbsthilfekontaktstelle KISS Stuttgart präsentieren sich mit Infoständen und Veranstaltungen.

10:00 Uhr

### Eröffnung

- Dagmar Mikasch-Köthner, Direktorin der VHS
- Werner Wöfle, Bürgermeister für Soziales und gesellschaftliche Integration (SI) der Landeshauptstadt Stuttgart
- Hilde Rutsch, Vorständin der KISS Stuttgart
- Simone Rees, Blaupause Stuttgart

### Musikalische Untermalung:

#### Musica Lesbiana

Der lesbische Chor Stuttgarts präsentiert Lieder aus seinem aktuellen Repertoire

Moderation: Jan Siegert, KISS Stuttgart  
Gebärdendolmetscherin: Rita Wagner  
Foyer (EG)

10:30 - 16:00 Uhr

### Informationsstände

EG und 1. OG mit Robert-Bosch-Saal

10:30 – 15:30 Uhr

### Repair Café Stuttgart (West)

Gemeinsames Reparieren von allem Möglichen: elektrische Geräte, Möbel, Spielzeug, Fahrräder, alles aus Holz, Kleider und Textilien, Haushaltswaren und Elektronik  
B001 Theodor-Bäuerle-Saal (EG)

11:00 – 12:00 Uhr

**Adipositas – Sana Bethesda Krankenhaus**

**Vortrag**

Raus aus der Gefahrenzone – raus aus dem Schlaraffenland

Referent: Chefarzt Dr. med. Matthias C. Raggi,

MBA Sana Bethesda Krankenhaus Stuttgart, Adipositas

Zentrum Stuttgart

B003 Carola-Blume-Saal (EG)

11:00 – 12:00 Uhr ■ 15:00 – 16:00 Uhr

**Erwachsene mit ADHS/ADS**

**Impulsvortrag mit anschließender Fragerunde**

Warum nicht jeder, der unaufmerksam ist, AD(H)S hat, manche aber doch

Referent: Uwe Metz, Dipl. Theol., Mitarbeiter bei ADHS-Deutschland e. V.

B204 (2. OG) 11:00 – 12:00 Uhr

B203 (2. OG) 15:00 – 16:00 Uhr

12:00 – 13:00 Uhr

**Offene Herberge e. V. + IPE Stuttgart**

**(Initiative Psychiatrie-Erfahrene Stuttgart)**

**Vortrag und Diskussion**

Wieder-Erstarken durch Übernahme von Verantwortung in Gruppen

Referentin: Bärbel Nopper, Psychiatrie-Erfahrene, Vorsitzende

Offene Herberge e. V., Michael Ogger, 2. Vorsitzender Offene

Herberge e. V., Sprecher IPE Stuttgart

B003 Carola-Blume-Saal (EG)

12:00 – 13:00 Uhr

**Stottern und Selbsthilfe Stuttgart**

**Vortrag**

Stottern ohne Angst und Ohnmacht im Alltag – Wie bewältige ich das Leben mit Freude und Gelassenheit

Referentin: Anja Frey, Stottern und Selbsthilfe Stuttgart

B204 (2. OG)

13:00 – 14:00 Uhr

**Blaupause**

**Vortrag**

Die Rolle der Selbsthilfe innerhalb der Behandlung von suchtkranken Menschen am Beispiel der Klinik für Suchtmedizin und abhängiges Verhalten

Referentin: Ute Reser, Dipl.-Sozialarbeiterin, Fachbereichsleiterin Klinik für Suchtmedizin und abhängiges Verhalten

B003 Carola-Blume-Saal (EG)

13:00 – 14:00 Uhr

**Selbsthilfegruppe bei Histaminintoleranz (HIT)**

**Vortrag**

Histaminintoleranz – Die unentdeckte Krankheit. Wie kann die Lebensqualität von Betroffenen gesteigert werden?

Referentin: Angelika Trump, Dipl. Ing. (FH), Leiterin

der Selbsthilfegruppe HIT

B204 (2. OG)

14:00 – 15:00 Uhr

**Selbsthilfekontaktstelle KISS Stuttgart**

**Vortrag**

Selbsthilfe in Stuttgart – Einführung und Überblick

Referent: Jan Siegert, KISS Stuttgart

B003 Carola-Blume-Saal (EG)

14:00 – 15:00 Uhr

**Depressionserfahrene**

**Vortrag und Diskussionsrunde**

Was kann Selbsthilfe bei Depression leisten?

Referent: Dr. med. Winfried Pfaff,

Selbsthilfegruppe Depressionserfahrene

B204 (2. OG)

15:00 – 16:00 Uhr

**myself e. V. zur gegenseitigen Förderung**

**auf dem Arbeitsmarkt**

**Vortrag**

Hilfe, die schadet. Wir sprechen über die „eiserne Regel“ des Organisierens von Selbsthilfe: „Tue nie etwas für Menschen, was diese für sich selbst tun können“ (Saul Alinsky)

Referent: Dr. Walter Häcker, Beirat für Beziehungspflege

im myself e. V.

B204 (2. OG)

15:00 – 16:00 Uhr

**Naturheilgesellschaft Stuttgart e. V.**

**Vortrag**

Prävention vor Operation – Wie Naturheilkunde schützt und heilt.

Referent: Alois Sauer, 1. Vors. Naturheilgesellschaft

Stuttgart e. V., Gesundheitsberater GGB

B003 Carola-Blume-Saal (EG)

STAND

38 Abseitz Stuttgart e. V. der Sportverein für Schwule, Lesben und Freunde

46 ADECO – Hilfe zur Selbsthilfe für Menschen mit Suchtproblemen

56 Adipositas – Sana Bethesda Krankenhaus

24 Africa Workshop Organisation e. V.

34 AIDS-Hilfe Stuttgart e. V.

45 Al-Anon Familiengruppen

57 Amsel Kontaktgruppe Stuttgart-Mitte

45 Anonyme Alkoholiker

28 Anonyme Messies

55 Anonyme Sexaholiker (AS)

63 Aphasie und Schlaganfall Stuttgart

33 Arbeitskreis Depressionen und Ängste

31 Aspergia

47 Blaues-Kreuz-Stuttgart

43 Blaupause

6 Bundesselbsthilfeverband Kleinwüchsiger Menschen – Landesverband Baden-Württemberg

10 Bundesverband Macula-Degeneration e. V. – Regionalgruppe Stuttgart

59 Bundesverband Poliomyelitis e. V. – Regionalgruppe Stuttgart

(Menschen mit Kinderlähmung und deren Spätfolgen)

12 Bundesvereinigung JEAMH e. V. – Regionalgruppe

Baden-Württemberg

22 Café Tinnitus – Tinnitus Selbsthilfe

64 Ceres Stuttgart – Selbsthilfegruppe für Menschen mit erworbenen Hirnschädigungen und deren Angehörige

50 DA – Anonyme Schuldner – Für mehr Klarheit im Umgang mit Geld

-- Depressionserfahrene – Vortrag

32 Deutsche Depressionsliga e. V.

60 DHAG – Deutsche-Heredo-Ataxie-Gesellschaft

– Regionalgruppe Stuttgart

2 DRK – Selbsthilfegruppe Leben mit Krebs

35 Eltern homosexueller Kinder Stuttgart

30 Erwachsene mit ADHS/ADS

18 fetz e. V. – Frauenberatungs- und Therapiezentrum mit allen Selbsthilfegruppen

25 Freies Radio für Stuttgart

48 Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe – Stuttgart VII

39 Gesprächsgruppe für Lesben ab 35

9 Glaukom (Grüner Star) Stuttgart

-- Histaminintoleranz (HIT) – Vortrag

STAND

15 Hydrocephalus-Erfahrungsaustausch (Stuttgart) für Jugendliche und Erwachsene

16 Ileoanaler Pouch

29 Initiative Psychiatrie Erfahrener Stuttgart IPE

36 ISUV/VDU e. V. – Interessenverband Unterhalt & Familienrecht Bezirksstelle Stuttgart

62 Junge/ Aktive AphasikerInnen und Angehörige Stuttgart

49 KIZ – Kontakt- u. Informations-Zentrum für Suchtkranke

20 Kontinenz Selbsthilfegruppe Stuttgart

44 Kreuzbund Stuttgart

13 Marfan Hilfe – Landesgruppe Baden-Württemberg

16 myself e. V. zur gegenseitigen Förderung am Arbeitsmarkt

51 Narcotics Anonymous

1 Naturheilgesellschaft Stuttgart e. V.

11 Neurofibromatose SHG Ulm-Biberach-Stuttgart

53 OA – Selbsthilfegruppe für Menschen mit Essproblemen

29 Offene Herberge e. V.

23 Stottern und Selbsthilfe Stuttgart

8 PRO RETINA Deutschland e. V. – Selbsthilfevereinigung von Menschen mit Netzhautdegenerationen

3 Prostatakrebs Stuttgart e. V.

54 RCA – Paare in Genesung

61 Restless-Legs-Selbsthilfegruppe (RLS)

52 SAG – Selbsthilfegruppe für Angehörige von Glücksspielabhängigen

14 Sarkoidose-Netzwerk e. V. – Regionalgruppe Stuttgart

19 Schilddrüsenselbsthilfe Stuttgart

7 Schlafapnoe/ Atemstillstand Stuttgart e. V.

21 Schwerhörigenverein Stuttgart e. V.

28 SGzD – Selbsthilfegruppe zur Genesung von zwanghafter Desorganisation

58 Osteoporose Stuttgart

41 Partizipationsgruppe Obdachloser Menschen in Stuttgart

26 Tauschforum Stuttgart

27 Tauschring Nord Pool

40 Transsexuellen-Selbsthilfegruppen – Transident X, Transidente Menschen, Transmann

5 Ullrich-Turner-Syndrom UTS

37 Väteraufbruch für Kinder Stuttgart e. V.

17 Wildrose Stuttgart – Selbsthilfegruppe für Betroffene sexueller Gewalt

4 Zöliakie