DER PARITÄTISCHE
RHEINLAND-PFALZ | SAARLAND

WeKISS
Westerwälder Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe

Ausgabe Herbst 2023

WeKISS-Zeit

Selbsthilfe- und Gesundheitsthemen im Beratungsgebiet der WeKISS Westerburg | DER PARITÄTISCHE

Landkreis Altenkirchen -- Landkreis Bad Neuenahr – Ahrweiler -- Landkreis Mayen-Koblenz -- Landkreis Neuwied -- Landkreis Rhein-Lahn -- Landkreis Westerwald und Stadt Koblenz

In dieser Ausgabe der WeKISS-Zeit lesen Sie:

Inhaltsverzeichnis

.....1

Grußwort 5

Herbstgruß 6

Aktuelles aus der Selbsthilfe

Ihre Themen in der WeKISS-Zeit 7

WeKISS lädt zur Familienlesung „Papas Seele hat Schnupfen" ein. 7

Wie Familien mit einem seelisch erkrankten Elternteil gut für sich sorgen können7

Selbsthilfe im Dialog 2023 9

Die Selbsthilfekontaktstelle (WeKISS) und das Kontaktbüro PflegeSelbsthilfe stellen im Cinexx Kino Hachenburg ihr Angebot vor.....10

Jubiläen.....11

Neugründung: Online Selbsthilfegruppe für Eltern von Kindern mit ADHS 11

Neues aus den Selbsthilfegruppen 12

Datenaktualisierung 13

Jahrestermine 2023 15

Aktuelles aus der PflegeSelbsthilfe

Neues aus der PflegeSelbsthilfe 16

Kontaktbüro PflegeSelbsthilfe – Gemeinsam leichter durchs Leben.....17

Vortragsreihe: Pflege zu Hause.....19

Film- und Informationstag Lebens(T)räume 20

Workshop für Gruppenleitende von Pflegeselbsthilfegruppen 20

Seelentiefen – Wanderausstellung zur seelischen Gesundheit im Alter 21

Jahrestermine 2023 22

Seniorenarbeit

Hachenburger Nachbarschaftshilfe seit zehn Jahren aktiv 24

Digitale Bewegungslandkarte weist älteren Menschen den Weg zu Bewegungsangeboten 25

Ratgeber der BAGSO bietet Orientierung und Hilfestellung 25

Hachenburger Seniorenstammtisch in der Landeshauptstadt Mainz unterwegs .. 25

Seniorenstammtisch Hachenburg 26

KISS Ahr

Nachmittagscafé und mehr – KISS Ahr weiter aktiv 28

Selbsthilfegruppe Depression und Angst im Ahrtal 29

Informationsveranstaltung: Neue Selbsthilfegruppe für Menschen mit psychischer Belastung in Bad Neuenahr 30

Selbsthilfegruppe Depression – Neugründung in Hönningen 31

Wieder ins Lot kommen – Selbsthilfegruppe für in Folge der Flut in Trennung und Scheidung befindliche Menschen 32

Neue Mitarbeiterin in der KISS Ahr 33

Neues aus den Freiwilligenagenturen

Die Freiwilligenagentur FEE Hachenburg freut sich auf Verstärkung 34

Das Ehrenamt stärken und unterstützen in der Verbandsgemeinde Hachenburg 34

Ehrenamtliche Westerwälder Clowndoktoren

Wir gratulieren unseren neuen Ehrenamtlichen Westerwälder Clowndoktoren ... 36

Spenden tut gut 38

Männer/ Frauen/ Divers

Das Regenbogenportal – Für die LSBTIQ*-Community und alle Interessierten .. 39

Parität

Pressemitteilungen des PARITÄTISCHEN Gesamt- und Landesverbands 40

Lohnersatz für pflegende Angehörige: Paritätischer unterstützt Vorschlag der Union für ein Familienpflegegeld analog zum Elterngeld 40

Stellungnahme des Paritätischen Gesamtverbands zum Entwurf eines Gesetzes zur Einführung einer Kindergrundsicherung 40

Allgemeines

Die LZG wird 50 und feiert dies mit vielfältigen Angeboten 41

Die Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG) blickt auf ein halbes Jahrhundert Bildungs- und Präventionsarbeit zurück. Sie engagiert sich seither für den Auf- und Ausbau nachhaltiger gesundheitsfördernder und präventiver Strukturen im Land. 41

Interkulturelle Woche in Mainz 41

Jugend-Engagement-Wettbewerb 41

Team Organspende der LZG beim Mainzer Firmenlauf 42

Hilfe in Notsituationen – Notrufnummern 42

Impressum

Kontakt und Impressum 44

WeKISS-Zeit abbestellen 45

Grußwort

Liebe Selbsthilfe-Engagierte,

sehr geehrte Damen und Herren,

Selbsthilfe schafft positive Veränderungen. Sie verbindet, macht Mut und bestärkt. Sie eröffnet neue Perspektiven und Handlungsmöglichkeiten. Selbsthilfe bewegt und ist in Bewegung: Mit der vorliegenden Herbst-Ausgabe der WeKISS-Zeit laden wir Sie ein, gemeinsam mit uns einen Blick zu werfen auf Themen in und aus der Selbsthilfe und dem Gesundheitsspektrum, auf neue Gruppen, auf Selbsthilfe-Aktivitäten, auf Angebote für und von Selbsthilfe-Engagierten sowie Informationen und Veranstaltungen rund um das Thema Gesundheit.

Wir wünschen Ihnen und Euch viel Freude beim Lesen.

Ihre Elfi-Gül Hollweck und das Team der WeKISS

Sumaya Bohmerich, Ilka Brec, Sarah Frank, Vanessa Hastrich, Stefanie Schardt, Moritz Schlenbäcker, Yvonne Theiß, Sylvia Wawrzinski-Schmidt

Herbstgruß

Was dem Einzelnen nicht möglich ist, das vermögen Viele.

-Friedrich Wilhelm Raiffeisen-

Bild von: Pixabay

Ihre Themen in der WeKISS-Zeit

Sie haben ein **Thema aus der Selbsthilfe**, über das Sie gerne berichten möchten? Sie möchten eine **Selbsthilfe-Veranstaltung bekannt machen**? Sie möchten **Interessierte für Ihre Selbsthilfegruppe** über die WeKISS-Zeit suchen? Sprechen Sie uns an. Telefonisch unter 02663 / 2540 oder per E-Mail info@wekiss.de.

WeKISS lädt zur Familienlesung „Papas Seele hat Schnupfen" ein.

Wie Familien mit einem seelisch erkrankten Elternteil gut für sich sorgen können

Familien, in denen ein Elternteil seelisch belastet oder erkrankt ist, stehen von Herausforderungen, Veränderungen und Fragen. Das betrifft sowohl die Erkrankten selbst, als auch Partner, Kinder und andere Familienangehörige. Oft spielen bei allen Familienmitgliedern Unsicherheiten und Ängste eine Rolle: „Ich kann nicht mehr. Aber ich muss doch für meine Familie da sein.", „Ich mute meiner Familie und meinen Kindern durch meine Erkrankung sehr viel zu.", „Vielleicht sollte ich besser nicht darüber reden, um meine Familie zu schützen."; „Was darf ich von meinem betroffenen Partner einfordern?", „Es dreht sich alles um meinen Partner – und was ist mit mir?"; „Was ist nur mit Papa oder Mama los?", „Seit Papa so komisch ist, hat auch Mama so wenig Zeit für mich."

Die Selbsthilfekontaktstelle WeKISS möchte Familien einen Raum bieten, solche und ähnliche Gedanken und Gefühle zu thematisieren. Dazu konnte die Autorin Claudia Gliemann gewonnen werden, die in kinderfreundlicher Erzählweise und bei musikalischer Untermalung aus ihrem Buch „Papas Seele hat Schnupfen" lesen wird. Mit ihrem Buch möchte Gliemann zur Aufklärung und Entstigmatisierung seelischer Erkrankungen beitragen. Die Veranstaltung richtet sich an Eltern sowie deren Kinder im Alter von acht bis zwölf Jahren. Ältere Kinder, die sich angesprochen fühlen sowie

weitere Familienangehörige sind ebenso herzlich willkommen. Im Anschluss an die Lesung wird der Psychologe und Therapeut Kurt Atzinger einen fachlichen Input für die erwachsenen Anwesenden einbringen. Hier wird es unter anderem darum gehen, wie Eltern einen guten und offenen Umgang mit seelischen Belastungen finden und positive Veränderungen erwirken können. Anschließend haben die Eltern und erwachsenen Familienangehörigen die Möglichkeit, sich auszutauschen und Erfahrungen zu teilen. Weiterhin haben Interessierte die Gelegenheit, sich über die Möglichkeiten des Erfahrungsaustauschs und der gegenseitigen Unterstützung im Rahmen der Selbsthilfe zu informieren. Während des Vortrags und der Austauschrunde für die Eltern und erwachsenen Familienangehörigen ist für die Kinder ein kreatives Beschäftigungsangebot geplant.

Die Veranstaltung ist **kostenfrei** und findet in einem vertraulichen Rahmen statt.

Angaben zur Veranstaltung:

Wann: Mittwoch, den 18.10.2023 von 16:30 Uhr bis ca. 19:00 Uhr

Wo: Marktplatz 6 (Pari=Treff, 1. OG Gruppenraum der WeKISS) in 56457 Westerburg

Interessierte melden sich bitte zeitnah und spätestens bis zum 25.09.2023 über folgenden **Link** an:

https://eveeno.com/282265869

Weitere Informationen erhalten Interessierte bei der Selbsthilfekontaktstelle WeKISS | DER PARITÄTISCHE unter 02663-2540 (Sprechzeiten Mo. 14-18 Uhr, Di. 9-12 Uhr, Mi., Do. 9-14 Uhr) oder per Mail unter info@wekiss.de

Selbsthilfe im Dialog 2023

Liebe Freundinnen und Freunde der Selbsthilfe,

liebe Selbsthilfegruppenteilnehmerinnen und Teilnehmer,

Mit dem Motto **„Das Gehirn – Denk mal…neu, …um, …anders"** wollen wir Sie einladen den Blick auf Denkmuster zu richten. Zusammenkommen, Erfahren, Ausprobieren, Gestalten und entspannt beisammen sein, sind die diesjährigen Ziele der Kooperationspartner AOK Rheinland-Pfalz/ Saarland – Die Gesundheitskasse und DER PARITÄTISCHE Landesverband Rheinland-Pfalz | Saarland.

Als Redner konnten wir **Dr. Henning Beck, Neurowissenschaftler**, Autor, Science Slam gewinnen, der sich in seinem Impulsvortrag dem spannenden Motto „Das Gehirn" annehmen wird.

Alle können mitreden: Schon heute sind Sie herzlich eingeladen im September miteinander verschiedene Aspekte rund um das Thema „Denk mal… neu – um – anders" in der **Fish bowl – Diskussionsrunde** einzubringen.

In den **Workshops** erwarten Sei interessante und nützliche Angebote zu verschiedenen Themen der Selbsthilfe. So erfahren Sie mehr über Supervision und darüber wie Sie Gruppenprozesse gut moderieren können. Sie werden etwas über Brain Food erfahren, sich gesund bewegen und auch

ein wenig Ihr Hirn trainieren dürfen. Sicher wird das begehbare Gehirn ein Highlight unserer diesjährigen Veranstaltung sein.

Unter https://eveeno.com/539991668 können Sie sich anmelden und erhalten zusätzliche Informationen zu Selbsthilfe im Dialog.

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Wir freuen uns auf Sie!

Kaiserslautern am Freitag, 15.09.2023, 12:30 – 17:45 Uhr/ Gelände der Gartenschau

Saarbrücken am Freitag, 22.09.2023, 12:30 – 17:45 Uhr/ Saarbrücker Schloss

Hybridveranstaltung – Teilnahme auch online möglich!

Anmeldung unter: https://eveeno.com/539991668

Die Selbsthilfekontaktstelle (WeKISS) und das Kontaktbüro PflegeSelbsthilfe stellen im Cinexx Kino Hachenburg ihr Angebot vor

Warum nicht auch mal das Kino nutzen, um Menschen über die Selbsthilfe zu informieren? Das dachten sich auch die WeKISS und das Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe. Am 21.08.2023 hatten Besuchende im Anschluss einer Filmvorführung die Möglichkeit das Informationsangebot zu nutzen und sich über die klassische, oder auch die PflegeSelbsthilfe zu informieren.

Jubiläen

SHG Lebertransplantierte Westerwald/ Rhein-Lahn

Seit über zwei Jahrzenten steht die Selbsthilfegruppe Lebertransplantierte Westerwald/ Rhein-Lahn Betroffenen und Angehörigen mit Rat und Tat zur Seite. Im Jahre 2022 musste die Feier zum 25. Bestehen pandemiebedingt ausfallen. Die Feier holt die Gruppe in diesem Jahr nach. Wir gratulieren der Selbsthilfegruppe ganz herzlich zum langjährigen Bestehen und wünschen für die Zukunft weiterhin alles Gute.

Frauenselbsthilfe Krebs Landesverband Rheinland-Pfalz Saarland

Die FSH Frauenselbsthilfe Krebs in Rheinland-Pfalz/ Saarland e.V. feiert ihr 44-jähriges Bestehen. Zudem verabschiedet sich die Landesvorsitzende Frau Sylvia Brathuhn nach 30 Jahren aus dem Landesverband. Wir wünschen der scheidenden Landesvorsitzenden für die kommende Zeit alles Gute. Dem Landesverband wünschen wir auch weiterhin erfolgreiche Selbsthilfearbeit.

Neugründung: Online Selbsthilfegruppe für Eltern von Kindern mit ADHS

Am Dienstag den **26.09.2023** gründet sich eine **Online Selbsthilfegruppe** für Eltern von Kindern mit ADHS. Eltern finden in dieser Gruppe Entlastung durch Austausch, Verständnis durch andere Betroffene und Tipps, Infos und Hintergrundwissen zum Thema. Jeder ist willkommen – es ist KEINE Diagnose nötig.

Die Gruppe ist kostenfrei, es ist jedoch eine Anmeldung per Mail notwendig.

Anmeldung unter: eltern@adhs-ww.de

Weitere Informationen unter: www.adhs-ww.de

Neues aus den Selbsthilfegruppen

Diese Selbsthilfegruppen freuen sich über weitere Teilnehmende.

Die hier aufgeführten Selbsthilfegruppen befinden sich in Gründung, haben sich kürzlich gegründet oder sie bestehen schon länger und möchten sich gerne erweitern.

NAME DER GRUPPE:	**Unerfüllter Kinderwunsch (SHG Westerwald)**
BESCHREIBUNG 	**Neue Gruppe** Die Selbsthilfegruppe möchte betroffenen Frauen eine Stimme geben und ein Netzwerk knüpfen, um sich aus-zutauschen.
ZEIT UND ORT	Jeden 3. Dienstag im Monat, 18:30 bis 20:00 Uhr Pari=Treff der WeKISS, 1. OG, Marktplatz 6, 56457 Westerburg
KONTAKT	Nähere Informationen bei WeKISS Westerburg | DER PARITÄTISCHE Tel. 02663 – 25 40 E-Mail: info@wekiss.de

NAME DER GRUPPE:	**(Vorzeitige) Wechseljahre (SHG Westerwald)**
BESCHREIBUNG	**Neue Gruppe** Die Selbsthilfegruppe möchte betroffenen Frauen eine Stimme geben und ein Netzwerk knüpfen, um sich auszutauschen.
ZEIT UND ORT	Jeden 2. Dienstag im Monat von 18:30-20:00 Uhr Pari=Treff der WeKISS, 1. OG, Marktplatz 6, 56457 Westerburg
KONTAKT	Nähere Informationen bei WeKISS Westerburg | DER PARITÄTISCHE Tel. 02663 – 25 40 E-Mail: info@wekiss.de

Datenaktualisierung

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Freundinnen und Freunde der Selbsthilfe,

im Rahmen der **Datenschutzverordnung** (**DSGVO**) sind wir verpflichtet, Ihre Daten zu pflegen. Wir möchten Sie bitten, uns alle **Änderungen** bezüglich der Selbsthilfe/ PflegeSelbsthilfegruppen mitzuteilen:

- Änderung personenbezogener Daten: Adresse, Tel-Nr., Kontodaten (Fördergeldüberweisung)
- Auflösung der Gruppe
- Änderung des Treffpunkts

- Änderung des Zeitpunkts
- Änderung: Datenfreigabe- Löschen der persönlichen Daten
- Wechsel des 1. und 2. Ansprechpartners
- Inhaltsänderung

Somit kann unsere Datenbank immer auf dem neuesten Stand sein und wir können den Hilfesuchenden aktuelle Informationen und Kontaktdaten von Ihnen bzw. Ihrer Selbsthilfegruppe vermitteln, damit eine Kontaktaufnahme gelingt.

Ohne Ihr schriftliches Einverständnis dürfen wir nicht in Ihre Gruppe vermitteln.

Hier haben Sie die Möglichkeit, sich den Datenbogen und die entsprechenden Informationen zu den Datenschutzbestimmungen herunterzuladen:

http://www.selbsthilfe-rlp.de/wekiss/datenaktualisierung_1

Wir stellen Ihnen das Formular als beschreibbare PDF zur Verfügung.

Bitte beachten Sie, dass Sie das Dokument erst herunterladen bzw. auf ihrem PC speichern und dann ausfüllen. Online ausgefüllte Daten werden im Formular nicht gespeichert. Anschließend drucken Sie bitte das Dokument aus und unterschreiben es.

Bitte senden Sie den ausgefüllten Bogen mit Ihrer **Original-Unterschrift** zurück an:

WeKISS Westerburg
Marktplatz 6
56457 Westerburg

Sie haben keinen Drucker? Kein Problem!

Schicken Sie uns bitte den ausgefüllten Bogen per E-Mail an info@wekiss.de

Wir drucken für Sie und senden Ihnen den Bogen per Post zur Unterschrift zu. Sie erhalten von uns einen frankierten Rückumschlag.

Vielen Dank für Ihre Mitarbeit!

Jahrestermine 2023

Planung nach heutigem Stand

Datum	**Veranstaltung**
15.09.2023	Selbsthilfe im Dialog in Kaiserslautern
22.09.2023	Selbsthilfe im Dialog in Saarbrücken
11.10.2023	Lesereise „Papas Seele hat Schnupfen" in Mainz
18.10.2023	Lesereise „Papas Seele hat Schnupfen" in Wester-burg
2023 siehe Tabelle PSH	Vorstellung des Kontaktbüros PflegeSelbsthilfe im Beratungsgebiet
Herbst/ Winter 2023	Gesamttreffen

Neues aus der PflegeSelbsthilfe

NAME DER GRUPPE:	**Partnerinnen und Partner von jung an Demenz erkrankten Menschen, Lahnstein**
BESCHREIBUNG	**Neue Interessierte herzlich willkommen** In Lahnstein und Umgebung bietet das Kontaktbüro PflegeSelbsthilfe Menschen, deren Partner:in **jung** an Demenz erkrankt ist die Gelegenheit sich mit anderen in ähnlicher Situation auszutauschen.
ZEIT UND ORT	Die Gruppe trifft sich jeden 1. Montag im Monat um 18:00 Uhr in der „Maddinstubb", Pfarrgasse 6 in 56112 Lahnstein.
KONTAKT	Kontaktbüro PflegeSelbsthilfe der WeKISS, Tel. 02663 – 91 66 85 E-Mail: pflegeselbsthilfe@wekiss.de

NAME DER GRUPPE:	**Pflegende Angehörige, Bad Marienberg**
BESCHREIBUNG	**Freuen sich über Interessierte** Das Kontaktbüro PflegeSelbsthilfe unterstützt die Gründung einer Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige in Bad Marienberg. Die Gruppe möchte ihre Erfahrungen und die Herausforderungen in der Pflege und Betreuung eines Nahestehenden miteinander teilen. Es

	gibt die Gelegenheit, sich auf Augenhöhe über Probleme und vor allem mögliche Lösungen auszutauschen. Anregungen und Tipps sollen dazu beitragen, dass Sie sich als Angehörige:r und der zu pflegenden Person das Leben leichter machen können. Die Gruppe ist offen für alle Angehörigen und Nahestehenden.
ZEIT UND ORT	Jeden 3. Mittwoch im Monat im Lesesaal der Touristinfo Bad Marienberg, Wilhelmstr. 10
KONTAKT	Kontaktbüro PflegeSelbsthilfe der WeKISS, Tel. 02663 – 91 66 85 E-Mail: pflegeselbsthilfe@wekiss.de

Kontaktbüro PflegeSelbsthilfe – Gemeinsam leichter durchs Leben

Die Mitarbeiterinnen unterstützen und informieren bei:

- der Suche nach bestehenden Gruppen im Bereich PflegeSelbsthilfe
- der Gründung und dem Aufbau von Selbsthilfegruppen
- Beratung zu Möglichkeiten der Förderung
- Öffentlichkeitsarbeit für und mit Pflege-Selbsthilfegruppen
- Vermittlung von Referenten rundum das Thema Pflege

Vorteile einer Pflege-Selbsthilfegruppe:

- ✓ Austausch hilfreicher Informationen

- ✓ Auszeit finden
- ✓ Begegnung auf Augenhöhe
- ✓ Entlastung und Verständnis
- ✓ der eigenen Überbelastung vorbeugen
- ✓ Entstehen von Weggemeinschaften für Pflegebedürftige und pflegende Angehörige

Kontaktbüro PflegeSelbsthilfe Rheinland-Pfalz
Sylvia Wawrzinski-Schmidt
Kontaktbüro PflegeSelbsthilfe Westerburg
c/o WeKISS
Marktplatz 6

Gut zu wissen: Pflege-Selbsthilfegruppen werden in Rheinland-Pfalz mit dem Ziel gefördert, pflegende Angehörige zu entlasten. Im Mittelpunkt steht das Thema (**§ 45 SGB XI** in Abgrenzung zur gesundheitsbezogenen Selbsthilfe nach § 20 SGB V). Eine Förderung von bis zu 1.200 € im Jahr ist möglich. Sie wird getragen durch das Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demografie RLP und die gesetzlichen sowie privaten Pflegekassen.

Vortragsreihe: Pflege zu Hause

1. Vortrag der PflegeSelbsthilfe über die **Unterstützung von pflegenden Angehörigen**
   Referentin: Sylvia Wawrzinski-Schmidt, Pflegekontaktbüro
2. Vortrag: **Täglich pflegen und auch mich… geht das?**
   Alltägliche Selbstfürsorge für pflegende Angehörige – gestärkt und wach wieder durch den Alltag gehen. Entspannung lernen, Ruhe finden, Kraft schöpfen.
   Referentin: Frau Anke Brühl-Tschuck, Achtsamkeitstrainerin, Systemische Beratung

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Wo? AWO Seniorenzentrum Sterngarten im Café des Seniorenzentrums, Pfarrer-Winand-Straße 1, 56727 Mayen

Wann? 20.11.2023 um 16:00 Uhr

Film- und Informationstag Lebens(T)räume

04.10.2023 Film- und Informationstag: **Lebens(T)räume – Alter? – da geht noch was**. Eine Vielzahl von Informationsständen im Foyer des Kinos zeigen Möglichkeiten auf, wie es gelingen kann, möglichst lange gesund und aktiv zu bleiben.

Broschüren zu den Themen Pflege, Demenz und Selbstfürsorge werden ausgestellt.

Filmvorführung im Cinexx Hachenburg, Nisterstraße 4, 57627 Hachenburg

Edie – Für Träume ist es nie zu spät

Eine 83-Jährige beschließt ihr Leben selbst in die Hand zu nehmen und sich einen fast unvergessenen Traum zu erfüllen: den Berg Suilven in den schottische Highlands zu erklimmen. Eintritt 6,50 €

Beginn: 14:30 Uhr – Begrüßung und Informationsstände

16 Uhr – Filmvorführung

ab 17:30 Uhr – Gelegenheit zum Austausch und Fragen

Workshop für Gruppenleitende von Pflegeselbsthilfegruppen

Thema: **Gruppen leiten mit Herz und Verstand**

Referentin: Ingrid Sauer (Dipl. Sozialpädagogin, Coach, TZI-Ausbildung)

Donnerstag, 02.11.2023 17:00-20:00 Uhr **online-Veranstaltung**

Unabhängig von den Themen, die uns bewegen, uns einer Selbsthilfegruppe anzuschließen oder eine zu gründen, ist es wichtig, sich mit dem Thema Gruppenleitung zu beschäftigen.

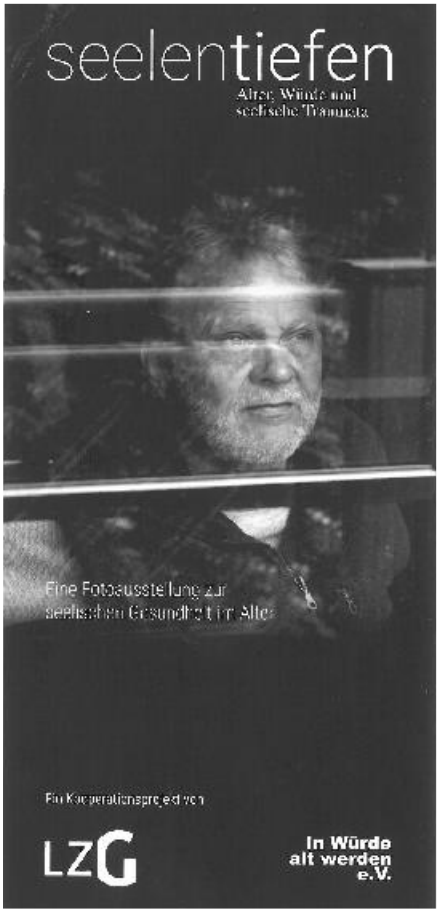
Wie können wir es schaffen, ein produktives und respektvolles Miteinander zu fördern? Wie schaffen wir es, alle miteinzubeziehen und Schwierigkeiten im Umgang miteinander zu meistern?

In diesem Workshop machen wir uns mit hilfreichen Methoden bekannt, die wir im alltäglichen Umgang anwenden können.

Anmeldung über Kontaktbüro PflegeSelbsthilfe c/o WeKISS Westerburg

Tel.: 02663 – 91 66 85, E-Mail: pflegeselbsthilfe@wekiss.de

Seelentiefen – Wanderausstellung zur seelischen Gesundheit im Alter



Die Fotoausstellung findet vom 24. August bis zum 20. September 2023 im Forum Confluentes in Koblenz statt. Die Ausstellung wird durch das Ministerium für Wissenschaft und Gesundheit RLP gefördert und als Kooperationsprojekt zwischen dem Verein In Würde alt werden e.V. und der Landeszentrale für Gesundheit umgesetzt. Zu sehen sind 19 großformatige Schwarz-Weiß-Fotografien von älteren Menschen. Die Lebensspuren sind in den Gesichtern sichtbar. Persönliche Statements der Protagonisten ergänzen die Portraits. Das Projekt soll sensibilisieren für Themen wie seelische Traumata, Altersdepression, Demenz und Einsamkeit im Alter.

Die Pflege der Partnerin, des Partners als zusätzliche Belastung im Alter, soziale Isolation, Existenzängste können eine psychische Erkrankung im Alter auslösen oder verstärken. Miteinander reden, Austausch in Pflegeselbsthilfegruppen,

achtsame Selbstfürsorge durch Entspannungsmomente und Ruheoasen trage zum persönlichen Wohlbefinden und einer positiven Lebensgestaltung bei.

Im Rahmen dieser Ausstellung informierte die Kontaktstelle PflegeSelbsthilfe Besuchende am 31.08.2023 von 15:00-17:00 Uhr über ihr Angebot. Gleichzeitig hatten Interessierte die Möglichkeit, eigene Gedanken zum Thema „Älter werden" künstlerisch auf einer Holzscheibe umzusetzen.

Diese lohnenswerte Wanderausstellung wird in den nächsten Monaten noch an verschiedenen Orten in Rheinland-Pfalz zu sehen sein.

Jahrestermine 2023

Die PflegeSelbsthilfe stellt ihre Arbeit an verschiedenen Terminen und Orten in Ihrer Nähe vor:

Unter dem Motto: Gemeinsam leichter durchs Leben –

Selbsthilfe für Betroffene, pflegende Angehörige und vergleichbar Nahestehende –

stellt das Kontaktbüro PflegeSelbsthilfe bei dieser Gelegenheit ihr Unterstützungsangebot vor. Bei Interesse hilft sie Anwesenden bei der Gründung einer neuen Pflegeselbsthilfegruppe. Das Angebot ist kostenlos und vertraulich.

Datum	**Veranstaltungsort**
05.10.2023, 16:00 Uhr	im Foyer der Bausenberghalle, Horststraße 5, 56651 Niederzissen

07.10.2023, 14:00-17:00 Uhr	Seniorennachmittag in Bendorf, Stadthalle Bendorf, Yzeurer Platz
25.10.2023, 16:00 Uhr	Stadtverwaltung Rathaussaal Sinzig, Kirchplatz 5, 53489 Sinzig
08.11.2023, 16:00 Uhr	Bad Breisig (genauer Ort wird auf der Homepage noch bekannt gegeben) https://www.pflegeselbsthilfe-rlp.de/ueber-uns/kontaktbuero-c/o-wekiss
15.11.2023, 16:00 Uhr	AWO Seniorenzentrum Bendorf, Vierwindenhöhe 14-16, 56170 Bendorf
20.11.2023, 16:00 Uhr	AWO Seniorenzentrum Sterngarten, Pfarrer-Winand-Str. 1-3, 56727 Mayen
22.11.2023, 16:00 Uhr	Teilhabezentrum der Kreisverwaltung, Kirchstraße 13, 53518 Adenau
23.11.2023, 16:00 Uhr	Marienhaus Seniorenzentrum St. Anna, Franziskusstr. 4, 53474 Bad Neuenahr-Ahrweiler
29.11.2023, 10:00-17:00 Uhr	Pflege gemeinsam gestalten: Pflegetag in der Rheingoldhalle Mainz

Hachenburger Nachbarschaftshilfe seit zehn Jahren aktiv

Die Hachenburger Nachbarschaftshilfe feiert in diesem Jahr ihr **10-jähriges Jubiläum**. Ins Leben gerufen wurde die Initiative im Jahr 2013 durch die Selbsthilfekontaktstelle WeKISS. Die fleißigen Nachbarschaftshelfenden engagieren sich für ältere Menschen aus der Verbandsgemeinde Hachenburg. Seit dem Gründungsjahr ist das Angebot für Seniorinnen und Senioren ein fester Bestandteil in der Verbandsgemeinde Hachenburg.

Anlässlich des Jubiläums wurden die Ehrenamtlichen zum Seniorensommerfest nach Mainz eingeladen. Es gab ein vielfältiges Informationsangebot zu verschiedenen Themen wie z.B. Gesundheit oder Leben im Alter. Das abwechslungsreiche und bunte Bühnenprogramm des Festes rundete den Ausflug ab. Natürlich durfte auch ein Abstecher zum Dom und Landtag nicht fehlen.

Digitale Bewegungslandkarte weist älteren Menschen den Weg zu Bewegungsangeboten

„Ich bewege mich – mir geht es gut!" ist der Titel einer Bewegungslandkarte für ältere Menschen, welche die Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG) mit Mitteln des GKV-Bündnisses für Gesundheit durchführt. Die Bewegungslandkarte unter www.lzg-bewegungslandkarte.de weist mit wenigen Klicks den Weg zum nächstgelegenen Angebot in Ihrer Nähe.

Ratgeber der BAGSO bietet Orientierung und Hilfestellung

Bei der Suche nach dem richtigen Pflege- und Seniorenheim bietet der Ratgeber der BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisation Orientierung und Hilfestellung. Jetzt auch auf Türkisch und Russisch bestellbar!

Weitere Informationen finden Sie hier: https://www.bagso.de/publikationen/

Hachenburger Seniorenstammtisch in der Landeshauptstadt Mainz unterwegs

Am Sonntag, den 03.09.2023 ging es für den Hachenburger Seniorenstammtisch zum Seniorensommerfest nach Mainz. Organisiert wurde der Ausflug durch die Selbsthilfekontaktstelle WeKISS.

In Mainz angekommen, machte sich die Gruppe auf eine Entdeckungstour durch die Altstadt. Zudem genossen die Seniorinnen und Senioren das vielfältige Angebot des Seniorensommerfests. Für jeden Geschmack war etwas dabei, ob kulinarisch,

kulturell oder musikalisch. Gegen Nachmittag ging es dann zurück in den Westerwald. Der Ausflug hat allen Beteiligten sehr gut gefallen.

Hinweis zum Angebot: Der Seniorenstammtisch trifft sich jeden 2. Dienstag im Monat in der Zeit von 14 bis 16 Uhr im Seniorentreff (Ecke Färberstraße/ Judengasse) in Hachenburg, um gemeinsam Kaffee und Kuchen zu genießen und sich auszutauschen.

Interessierte Seniorinnen und Senioren können sich für weitere Informationen und Anmeldungen bei der WeKISS | DER PARITÄTISCHE telefonisch unter 02663-2540 (Sprechzeiten montags 14-18 Uhr, dienstags 9-12 Uhr, mittwochs und donnerstags 9-14 Uhr) oder per Mail unter info@wekiss.de melden.

Seniorenstammtisch Hachenburg

Das nächste Treffen vom Seniorenstammtisch findet am **10.10.2023 um 14:00 Uhr** im Seniorentreff statt.

Der Seniorenstammtisch trifft sich zu folgenden Terminen:

10.10.2023 14:00 Uhr bis 16:00 Uhr

14.11.2023 14:00 Uhr bis 16:00 Uhr

12.12.2023 14:00 Uhr bis 16:00 Uhr

Treffpunkt ist der Seniorentreff (Ecke Färberstraße/Judengasse) in Hachenburg. In geselliger Runde wird sich bei Kaffee und Kuchen ausgetauscht.

Die Teilnahme ist kostenlos.

Interessierte Seniorinnen und Senioren, können sich für weitere Informationen und Anmeldungen bei der Freiwilligenagentur „FEE Hachenburg" melden:

Freiwilligenagentur "FEE Hachenburg"
c/o WeKISS | DER PARITÄTISCHE
Wilhelmstraße 4
D-57627 Hachenburg
Tel.: 02662/5089956
E-Mail: info@fee-hachenburg.de
Homepage: www.fee-hachenburg.de

Nachmittagscafé und mehr – KISS Ahr weiter aktiv

Die KISS Ahr wurde nach der Flutkatastrophe 2021 durch den PARITÄTISCHEN Landesverband Rheinland-Pfalz/ Saarland e.V. mit seinen Abteilungen KISS Mainz und WeKISS (Selbsthilfekontaktstellen) und dem Opferbeauftragten des Landes Rheinland-Pfalz in Kooperation ins Leben gerufen. Zu den Förderern und Unterstützern zählen maßgeblich das Bündnis Aktion Deutschland Hilft e.V. und der Opferbeauftragte des Landes Rheinland-Pfalz.

Ziel der KISS Ahr ist es, sowohl in selbstorganisierte als auch professionell angeleitete Selbsthilfegruppen vor Ort entweder weiterzuvermitteln oder mit Interessierten gemeinsam ins Leben zu rufen. In diesen Gruppen haben Betroffene, Angehörige und Helfende die Möglichkeit, sich auf Augenhöhe auszutauschen und die entstandenen Belastungen besser bewältigen zu können. Wir helfen Ihnen bei der Organisation von Gruppentreffen, bei der Suche nach Räumlichkeiten und bei der Öffentlichkeitsarbeit. Das Angebot ist kostenlos und vertraulich.

Neben der Weitervermittlung, Begleitung und Gründung von Selbsthilfegruppen bieten wir 14-tägig ein Nachmittagscafé in der Alten Schule in Mayschoss (Dorfstraße 51) an. In gemütlicher Atmosphäre gibt es die Möglichkeit, um zusammenzukommen und sich auszutauschen über alltägliche Herausforderungen. So haben alle Interessierten die Gelegenheit im offenen Nachmittagscafé ungezwungen in Kontakt zu kommen und bei Interesse durch die Mitarbeiterinnen der KISS Ahr über Hilfsangebote informiert zu werden. Für das leibliche Wohl sorgt die KISS Ahr mit Kaffee und frischem Kuchen. Der Treff ist offen für alle Interessierten auch aus der Umgebung. Wir freuen uns auf bekannte und neue Gesichter.

Das Nachmittagscafé findet dienstags in der Zeit von 15:00 bis 17:00 Uhr wie folgt statt:

19. September 2023

17. Oktober 2023

31. Oktober 2023

28. November 2023

12. Dezember 2023

Alle Termine, Sprechzeiten und Telefonnummern finden Sie auf unserer Website unter: www.kiss-ahr.de

Sie erreichen uns telefonisch unter: 02663 – 96 81 912 sowie per Mail unter:

info@kiss-ahr.de

Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme

Das Team der KISS Ahr

Selbsthilfegruppe Depression und Angst im Ahrtal

Seit Januar trifft sich die Selbsthilfegruppe „Depression und Angst" im Mehrgenerationenhaus in Bad Neuenahr. Die Gruppe wird durch einen Psychologen begleitet, der die einzelnen Gruppenmitglieder bei Bedarf in akuten Krisen unterstützt.

Depressionen gehören zu den häufigsten Formen psychischer Erkrankungen in unserer Gesellschaft. Für die Betroffenen führt die Erkrankung zu Beeinträchtigungen in vielen Aspekten ihrer Lebensführung. Familiäre Schwierigkeiten treten genauso auf wie Nachteile im Beruf. Fehlende Motivation einhergehend mit einer tiefen Erschöpfung und Freudlosigkeit sind nur einige der Symptome.

Den Besuch einer Selbsthilfegruppe erleben viele depressive Patienten als sehr wichtigen Faktor, um sich angenommen zu fühlen. Das Wir-Gefühl, das durch regelmäßige Treffen entstehen kann, wird von Betroffenen als Wirkfaktor wahrgenommen.

Der Besuch der Selbsthilfegruppe ist freiwillig, vertraulich und kostenlos.

Aufgrund der hohen Teilnehmerzahl nimmt diese Gruppe aktuell keine neuen Personen mehr auf.

Aufgrund der hohen Nachfrage nach Plätzen wird in Bad Neuenahr im September eine zweite Gruppe für Menschen mit psychischen Belastungen gegründet.

Informationsveranstaltung: Neue Selbsthilfegruppe für Menschen mit psychischer Belastung in Bad Neuenahr

Durch die Flut und deren Folgen sind viele Menschen auch psychisch hoch belastet. Bei einigen können diese Belastungen bis hin zu Depressionen reichen. Für viele Menschen kann in solchen Lebenssituationen eine Selbsthilfegruppe der Entlastung dienen. Wer sich in Folge der Flutkatastrophe psychisch belastet fühlt und einen Austausch sucht, kann sich über das Angebot einer Selbsthilfegruppe zum Thema informieren.

Die KISS Ahr bietet am **19.09.2023** in der Zeit von **19:00 bis 20:30 Uhr** einen Informationsaustausch im Mehrgenerationenhaus (**Weststr. 6, Bad Neuenahr**) für alle Interessierten zum Thema psychische Belastungen an.

Selbsthilfegruppen haben zum Ziel, dass Betroffene sich gegenseitig unterstützen, informieren und sich Orientierung geben, der Austausch findet auf Augenhöhe statt. Auch Themen des Alltags und des Lebens mit der belastenden Situation stehen im Fokus des vertraulichen Austauschs in der Gesprächsrunde. Ziel ist es Entlastung und Gemeinschaft zu erleben sowie eine positive Perspektive entwickeln zu können.

Menschen die sich niedergeschlagen fühlen oder eine innere Leere empfinden sind zu dieser Gruppengründung genauso eingeladen, wie Menschen die unter Antriebsmangel leiden oder von verminderter Konzentrationsfähigkeit betroffen sind. Wer sich vorstellen kann, einer solchen freiwilligen und kostenfreien Selbsthilfegruppe anzugehören, ist herzlich willkommen. Eine Anmeldung im Vorfeld ist nicht

erforderlich. Fragen beantwortet die Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe: KISS Ahr unter 02663-9 68 19 12 oder unter info@kiss-ahr.de (Sprechzeiten montags 14-18 Uhr, dienstags 9-12 Uhr, mittwochs und donnerstags 9-14 Uhr).

Der Besuch der Selbsthilfegruppe ist freiwillig, vertraulich und kostenlos.

Die Gründung findet am 19.09.2023 um 19 Uhr im Mehrgenerationenhaus in Bad Neuenahr statt. Sie sind herzlich willkommen.

(Zugang über den rückwärtigen Eingang)

Selbsthilfegruppe Depression – Neugründung in Hönningen

Depressionen gehören zu den häufigsten Formen psychischer Erkrankungen in unserer Gesellschaft. Für die Betroffenen führt die Erkrankung zu Beeinträchtigungen in vielen Aspekten ihrer Lebensführung. Familiäre Schwierigkeiten treten genauso auf wie Nachteile im Beruf. Fehlende Motivation einhergehend mit einer tiefen Erschöpfung und Freudlosigkeit sind nur einige Symptome.

Den Besuch einer Selbsthilfegruppe erleben viele depressive Menschen als sehr wichtigen Faktor, um sich angenommen zu fühlen. Das Wir-Gefühl, das durch regelmäßige Treffen entstehen kann, wird von Betroffenen u.a. als Wirkfaktor wahrgenommen.

Die KISS Ahr bietet am **28.09.2023** in der Zeit von **19:30 bis 21:00 Uhr** in den Räumlichkeiten der Praxis „Flying Carpets" (Hauptstr. 4, 53506 Hönningen), einen Informationsaustausch für alle Interessierten zum Thema Depression an.

Wer sich vorstellen kann, einer solchen freiwilligen und kostenfreien Selbsthilfegruppe anzugehören, ist herzlich willkommen. Eine Anmeldung im Vorfeld ist nicht erforderlich. Fragen beantwortet die Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe:

KISS Ahr unter info@kiss-ahr.de (Sprechzeiten montags 14-18 Uhr, dienstags 9-12 Uhr, mittwochs und donnerstags 9-14 Uhr).

Der Besuch der Selbsthilfegruppe ist freiwillig, vertraulich und kostenlos.

Die Gründung findet am 28.09.2023 um 19:30 Uhr in den Räumen der Praxis „Flying Carpets" statt. Sie sind herzlich willkommen.

Wieder ins Lot kommen – Selbsthilfegruppe für in Folge der Flut in Trennung und Scheidung befindliche Menschen

Im Augenblick haben Sie den Eindruck Achterbahn zu fahren. Ein Wechselbad der Gefühle. Sie schwanken zwischen Trauer und Verlust, erleben Stress und Sorge und fragen sich, was werden soll, versuchen zu verstehen und gleichzeitig zu funktionieren. Manche haben das Gefühl die Situation „mehr schlecht als recht" zu bewältigen. In diesem Prozess stellen sich Fragen ein wie: Wie mit den Kindern umgehen? Wie mit dem Partner/ der Partnerin konstruktiv reden? Wie lassen sich die wirtschaftlichen Verhältnisse regeln? In welcher Situation befinden sich die in der Trennung/ Scheidung einbezogenen Beteiligten?

Für diese und weitere Fragen haben Sie in der Selbsthilfegruppe Zeit und Raum. Bei einigen liegt die Trennung schon länger zurück. Andere befinden sich gerade am Anfang. Eine herausfordernde Ausgangslage, um zu verstehen, welche Dynamik und welche Aspekte im Trennungs- und Scheidungsverlauf eintreten.

Eine Therapie kann die Selbsthilfegruppe nicht ersetzen. Doch Sie lernen digitale und analoge Plattformen kennen, mit deren Hilfe Sie Ihre höchst individuelle Situation angehen können. So lernen Sie Mediation sowie den kontrollierten Streitdialog kennen.

Wer sich vorstellen kann, einer solchen freiwilligen und kostenfreien Selbsthilfegruppe anzugehören, ist herzlich willkommen. Eine Anmeldung im Vorfeld ist nicht

erforderlich. Fragen beantwortet die Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe: KISS Ahr unter info@kiss-ahr.de (Sprechzeiten montags 14-18 Uhr, dienstags 9-12 Uhr, mittwochs und donnerstags 9-14 Uhr).

Die Gründung findet am 08.11.2023 um 19:30 Uhr im Mehrgenerationenhaus in Bad Neuenahr statt. Sie sind herzlich willkommen.

(Zugang über den rückwärtigen Eingang)

Neue Mitarbeiterin in der KISS Ahr

Mein Name ist Ruth Podlinski, seit dem 15.07.2023 darf ich meine wunderbare Kollegin Ilka Brec bei der Arbeit der KISS Ahr unterstützen. Neben dem regelmäßigen Nachmittagscafé in Mayschoss sind wir dabei einige neue Gruppen für die Menschen im Ahrtal zu gründen. Ich freue mich sehr auf die Zusammenarbeit mit den Menschen vor Ort. Bisher durfte ich schon viele beeindruckende Menschen kennenlernen. Mir ist wichtig, dass die Menschen weiterhin gesehen werden und das Geschehene nicht in Vergessenheit gerät. In meinem bisherigen Berufsleben spielte das Credo ‚Hilfe zur Selbsthilfe' immer eine wichtige Rolle. Gerne unterstütze und begleite ich Menschen dabei ihren eigenen Weg zu gehen, denn ich glaube, dass jede Person selbst die Lösung ihrer Probleme bereits in sich trägt.

Die Freiwilligenagentur FEE Hachenburg freut sich auf Verstärkung

Das Ehrenamt stärken und unterstützen in der Verbandsgemeinde Hachenburg

Es gibt eine Vielfalt an Möglichkeiten sich einzubringen, wie z. B.:

- Beratung von Ehrenamtssuchenden, Vereinen und Organisationen
- Vermittlung von Ehrenamtlichen in passende Angebote
- Erfassung und Digitalisierung von Angeboten aus Vereinen und Organisationen
- Unterstützung bei Veranstaltungen
- Öffentlichkeitsarbeit
- Kleinere Bürotätigkeiten
- Und vieles mehr…

Das bieten wir:

- Gemeinschaft
- Sinnstiftende Tätigkeit
- Freude
- Unterstützung der Heimat
- Fortbildung
- Erweiterung der Kompetenzen

Unser Team aus haupt- und ehrenamtlich Mitarbeitenden freut sich über Euren Einsatz.

Persönlich sind wir dienstags von 16:00 bis 18:00 Uhr und freitags von 09:30 bis 11:30 Uhr in der Schwanenpassage anzutreffen.

Für weitere Informationen melden Sie sich gerne direkt bei uns:

Freiwilligenagentur "FEE Hachenburg"
c/o WeKISS | DER PARITÄTISCHE
Wilhelmstraße 4
D-57627 Hachenburg
Tel.: 02662/5089956
E-Mail: info@fee-hachenburg.de, Homepage www.fee-hachenburg.de

Wir gratulieren unseren neuen Ehrenamtlichen Westerwälder Clowndoktoren

Anfang dieses Jahres machten sich 13 motivierte angehende Clowndoktoren auf den Weg ein ehrenamtlicher Westerwälder Clowndoktor zu werden. Dank einer großzügigen Spende konnte eine vielseitige und tiefergehende Ausbildung für die zukünftigen Spaßmacherinnen und Spaßmacher unter der Leitung von Anne Schwede, Gründerin Humorkolleg, Klinikclown, Autorin, Schulclown angeboten werden. Eine spannende und lehrreiche Zeit geht zu Ende und wir freuen uns sehr die frisch gebackenen Clowndoktoren in unserem Westerwälder Clowndoktoren Team begrüßen zu dürfen.

In 5 Modulen hat die erfahrene Klinik Clownin Anne Schwede mit viel Herzblut den angehenden Clowndoktoren praktische Fähigkeiten und Wissen vermittelt. Inhalte der Ausbildung waren unter anderem Improvisations- und Objektspiel, Stärken der eigenen Kompetenzen, Duo- und Soloarbeit, Arbeit mit Kindern und Seniorinnen und Senioren sowie der Umgang mit Krankheit.

Es braucht einige Fähigkeiten, aber insbesondere viel Einfühlungsvermögen und Empathie in den jeweiligen Situationen spontan und kreativ zu reagieren. Unsere 13 neuen Teammitglieder haben gezeigt, dass sie an sich arbeiten, neues zulassen und über sich hinauswachsen können. Sie sind zu wunderbaren, fantasievollen und starken Clowndoktoren herangewachsen. Wir freuen uns sie weiterhin auf ihrem Weg begleiten zu dürfen.

Wie groß die Freude über die neuen Clowndoktoren ist, zeigen nicht zuletzt unsere erfahrenen Clowndoktoren. Herzlichst wurden sie bereits während ihrer Ausbildung unterstützt, um das Erlernte beim Hospitieren in der Praxis kennenzulernen. Es ist schön zu sehen, wie das Team zusammenwächst und wir gemeinsam die kommende Zeit planen.

Wir danken ausdrücklich unseren Spendenden und Fördernden, die es möglich gemacht haben diese Ausbildung stattfinden lassen zu können. Mit unseren neuen Westerwälder Clowndoktoren können wir weiterhin unsere Besuche in Seniorenheimen, Kinderkliniken und Hospizen und weitere Besuchszeiten abdecken.

Die Kontaktadresse für Fragen, Informationen und Ideen rund um die Westerwälder Clowndoktoren:

WeKISS | DER PARITÄTISCHE

c/o Clowndoktorenbüro der „Westerwälder Clowndoktoren"

Marktplatz 6

56457 Westerburg

Telefon: 0 26 63/9 15 39 12

Fax: 0 26 63/26 67

E-Mail: clowndoktoren@wekiss.de

www.die-clowndoktoren.de

Spenden tut gut

Entdecken auch Sie: Spenden tut gut. Für unsere Ehrenamtsinitiative "Westerwälder Clowndoktoren" sind uns Spenden in jeder Höhe willkommen - Ihrer Phantasie sind keine Grenzen gesetzt.

Egal ob Firma, Belegschaft, Kegelclub, Sportverein, Basar, Schulklasse, Einzelspender: das von Ihnen gespendete Geld kommt unmittelbar durch die Besuche der Clowndoktoren kranken Kindern und Erwachsenen zugute.

Die Spenden werden gebraucht für die Ausstattung der Clowns, die Organisation der Besuche und vor allem für eine fundierte Aus- und Weiterbildung. Selbstverständlich erhalten Sie auf Wunsch eine Spendenquittung und Nennung in der Liste der Spender.

Spendenkonto

WeKISS/DPWV

c/o Westerwälder Clowndoktoren

IBAN: DE37 5735 1030 0002 0203 11

BIC: MALADE51AKI

Das Regenbogenportal – Für die LSBTIQ*-Community und alle Interessierten

Das Regenbogenportal ist der Informationspool der Bundesregierung zu sexueller und geschlechtlicher Vielfalt. Es wird herausgegeben vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend und redaktionell betreut vom Bundesamt für Familie und zivilgesellschaftliche Aufgaben. Das Portal bietet hilfreiche Informationsartikel und Materialien und listet Angebote im gesamten Bundesgebiet auf. Zu diesen zählen zum Beispiel Beratungsstellen, Selbsthilfegruppen, Interessensverbände wie auch Freizeitangebote.

Weitere Informationen finden Sie hier: https://www.regenbogenportal.de/

Pressemitteilungen des PARITÄTISCHEN Gesamt- und Landesverbands

Lohnersatz für pflegende Angehörige: Paritätischer unterstützt Vorschlag der Union für ein Familienpflegegeld analog zum Elterngeld

Der Paritätische Wohlfahrtsverband begrüßt den Vorstoß der CDU/CSU-Bundestagsfraktion für die Einführung einer Lohnersatzleistung für pflegende Angehörige als „sehr gut und lange überfällig". In Anlehnung an das Elterngeld fordert der Verband bereits seit Langem einen Rechtsanspruch auf Freistellung vom Arbeitsplatz und eine staatliche Lohnersatzleistung für pflegende Angehörige.

Diesen und andere Pressemitteilungen können Sie über den folgenden Link aufrufen: https://www.der-paritaetische.de/presse-und-kampagnen/

Stellungnahme des Paritätischen Gesamtverbands zum Entwurf eines Gesetzes zur Einführung einer Kindergrundsicherung

Die komplette Stellungnahme finden Sie unter: https://www.der-paritaetische.de/alle-meldungen/stellungnahme-des-paritaetischen-gesamtverbands-zum-entwurf-eines-gesetzes-zur-einfuehrung-einer-kindergrundsicherung/

Die LZG wird 50 und feiert dies mit vielfältigen Angeboten

Die Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG) blickt auf ein halbes Jahrhundert Bildungs- und Präventionsarbeit zurück. Sie engagiert sich seither für den Auf- und Ausbau nachhaltiger gesundheitsfördernder und präventiver Strukturen im Land.

Umfassend informieren können Sie sich unter folgendem Link: https://www.lzg-rlp.de/de/index.html

Interkulturelle Woche in Mainz

Vom 08. bis 17. September findet die Interkulturelle Woche in Mainz statt. Das umfangreiche Programm beinhaltet 25 Veranstaltungen.

Nähere Informationen finden Sie hier: https://www.mainz.de/leben-und-arbeit/migration-und-integration/interkulturelle-woche.php

Jugend-Engagement-Wettbewerb

Zum 10. Mal hat Ministerpräsidentin Malu Dreyer den Jugend-Engagement-Wettbewerb Rheinland-Pfalz „Sich einmischen – was bewegen" öffentlich ausgeschrieben. Die Bewerberinnen und Bewerber können je 500 € für die Realisierung eigener Projektideen erhalten. Bis zum 05. November 2023 können sich junge Engagierte bewerben.

Weiter Informationen gibt es hier: https://wir-tunwas.rlp.de/de/anerkennung/jugend-engagement-wettbewerb/.

Team Organspende der LZG beim Mainzer Firmenlauf

Wenn am 14.09.2023 der Mainzer Firmenlauf startet, ist auch Elke Aryeequaye mit dem Logo der Initiative Organspende Rheinland-Pfalz auf ihrem Trikot dabei. Ein Kurzbericht aus Betroffenen-Perspektive und weitere Informationen zum Thema Organspende finden Sie hier: www.lzg-rlp.de

Hilfe in Notsituationen – Notrufnummern

Hier finden Sie eine Übersicht über alle Notrufe und Hilfe-Telefonnummern:

Polizei	**110**
Feuerwehr	**112**
Rettungsdienst	**112**
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	**116 117**
Häusliche Gewalt gegen Frauen	**08000-116 016**
Häusliche Gewalt gegen Männer	**0800-123 99 00**
Hilfe bei sexualisierter Gewalt	**0800-22 55 530**
„Nummer gegen Kummer" (für Kinder und Jugendliche)	**116 111**

„Nummer gegen Kummer" - Elterntelefon	**0800-111 0 555**
Hilfe für Opfer von Straftaten	**116 006**
Telefon-Seelsorge	**0800-111 0 111 oder** **0800-111 0 222**
Safe Sport – Dein Halt bei Gewalt	**0800-11 222 00**

Kontakt und Impressum

Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe
des Paritätischen Landesverbands Rheinland-Pfalz/Saarland e.V.

WeKISS |DER PARITÄTISCHE

Marktplatz 6
56457 Westerburg

Leiterin: Elfi-Gül Hollweck

Telefon: 02663-2540
Telefax: 02663-2667
E-Mail: info@wekiss.de

PflegeSelbsthilfe

Marktplatz 6
56457 Westerburg

Telefon: 0 26 63- 91 66 85
Telefax: 02663-2667
E-Mail: pflegeselbsthilfe@wekiss.de

Sprechzeiten:

Montag	14:00 Uhr bis 18:00 Uhr
Dienstag	09:00 Uhr bis 12:00 Uhr
Mittwoch	09:00 Uhr bis 14:00 Uhr
Donnerstag	09:00 Uhr bis 14:00 Uhr

Verantwortlich für den Inhalt:

Elfi-Gül Hollweck
WeKISS | DER PARITÄTISCHE
Marktplatz 6
56457 Westerburg
Telefon: 02663-2540

WeKISS-Zeit abbestellen

Aufgrund der neuen Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO), die zum 25. Mai 2018 in Kraft getreten ist, weisen wir Sie hiermit auf Ihr Widerrufsrecht hin. Sie haben jederzeit das Recht, dem weiteren Erhalt von E-Mails zu widersprechen. Sollten Sie von Ihrem Widerspruchsrecht Gebrauch machen wollen, informieren Sie uns bitte über folgende E-Mail-Adresse: info@wekiss.de

Sie haben Feedback zur WeKISS-Zeit? Anregungen, Ideen, Veränderungswünsche? Schreiben Sie uns!

E-Mal: info@wekiss.de