

Ausgabe Sommer 2024

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



Bild von Pixabay

In dieser Ausgabe der WeKISS-Zeit lesen Sie:

Inhaltsverzeichnis

Grußwort	4
Sommergruß	5

Aktuelles aus der Selbsthilfe

Ihre Themen in der WeKISS-Zeit	6
Gesamttreffen der Selbsthilfegruppen 2024	6
Roadmovie Expedition Depression.....	8
Präsenz-Workshop „Social Media verstehen“ in der WeKISS	9
Videobeitrag: Selbsthilfegruppe (Vorzeitige) Wechseljahre und Unerfüllter Kinderwunsch Westerwald im Interview	10
Rechtsgrundlagen für Selbsthilfegruppen	10
Gründung der Selbsthilfegruppe REDE-Frei	10
Neues aus den Selbsthilfegruppen	12
Datenaktualisierung	17
Jahrestermine 2024	18

Aktuelles aus der PflegeSelbsthilfe

Neues aus der PflegeSelbsthilfe	20
Kontaktbüro PflegeSelbsthilfe – Gemeinsam leichter durchs Leben.....	22
Einladung zum Demenzwochenende.....	24
Verschnaudpause	25
Gründung einer Gesprächsgruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz – „Gemeinsam unterwegs“	25

Seniorenarbeit

Mitteilung Seniorenstammtisch „Spätlese“ Hachenburg 27

So arbeitet die Nachbarschaftshilfe 27

KISS Ahr

Neue Selbsthilfegruppe für Frauen und Trauma ab Juni 2024 30

Selbsthilfegruppe: Wir schaffen es gemeinsam 31

Selbsthilfegruppe für Menschen mit psychischer Belastung in Bad Neuenahr 32

Film: Expedition Depression 33

Neues aus den Freiwilligenagenturen

Regionaler Fachtag „Verein und Ehrenamt“ am 16.11.2024 in Asbach 35

Ehrenamtliche Westerwälder Clowndoktoren

Musik- und Zauberschule für die Westerwälder Clowndoktoren 36

Spenden tut gut 39

Männer/Frauen/Divers

LAUTSTARK – Deine Stimme gegen Sexismus 40

Parität

Pressemitteilungen des PARITÄTISCHEN Gesamt- und Landesverbands 41

Das Gewalthilfegesetz muss kommen! 41

Allgemeines

„Das gesellschaftliche Tabu von Tod und Suizid überwinden“ – Nationale Suizidpräventionsstrategie veröffentlicht..... 42

Hilfe in Notsituationen – Notrufnummern 42

Impressum

Kontakt und Impressum 44

WeKISS-Zeit abbestellen 45

Grußwort

Liebe Selbsthilfe-Engagierte,
sehr geehrte Damen und Herren,

vor Ihnen liegt ein bunter Strauß an Themen, über die wir Sie mit dieser WeKISS-Zeit Ausgabe gerne informieren möchten.

Die vor uns liegenden Monate sind gespickt mit tollen Veranstaltungen für Selbsthilfeengagierte und Interessierte. Schauen Sie gerne bei einem Gesamttreffen in Ihrer Nähe oder digital vorbei und kommen Sie mit anderen Selbsthilfegruppen und uns ins Gespräch. Gönnen Sie sich eine Auszeit in gemütlicher Atmosphäre und buntem Bühnenprogramm beim Seniorensommerfest in Mainz oder schauen Sie mit uns das Roadmovie „Expedition Depression“ im Cinexx Hachenburg. Hier ist für jeden Geschmack etwas dabei.

Auch in der PflegeSelbsthilfe ist einiges los. Ganz neu ist, dass es jetzt einen Infobrief gibt. Dieser erscheint zweimal jährlich. Hier erhalten pflegende Angehörige hilfreiche Tipps und Veranstaltungsinformationen.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen und eine gute Zeit.

Ihre Elfi-Gül Hollweck und das Team der WeKISS

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

Sommergruß

„Jeder Einzelne ist ein Tropfen, gemeinsam sind wir ein Meer.“

(Ryunosuke Satoro, japanischer Autor)



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.

Gesamttreffen der Selbsthilfegruppen 2024

Auch in diesem Jahr laden wir die Gruppenteilnehmenden und -sprechenden herzlich zu den **Gesamttreffen 2024** ein. In diesem Jahr widmen wir uns dem Thema „**Supervision im Kontext Selbsthilfe**“.

Supervisionen werden von eine*r Supervisor*in geleitet. Supervision ist eine Form der Beratung, die zur Reflektion von Gruppenprozessen und des eigenen Handelns beitragen soll. Ziel ist es, Teilnehmer*innen von Selbsthilfegruppen zu unterstützen, den Austausch auf Augenhöhe und damit gelingende Selbsthilfearbeit sicherzustellen und zu verbessern. Im Rahmen einer Supervision können zum Beispiel folgende Themen in den Blick genommen werden:

- Rollen, Rollenverständnis, Verantwortung, Aufgaben, Aufgabenverteilung
- Herausforderungen, Belastungen, Überforderungen, Konflikte
- Fähigkeiten, Möglichkeiten, Ressourcen, Handlungsoptionen
- Veränderungen und Wechsel
- Grenzen erkennen und Grenzen setzen
- ...

Dazu konnten wir eine Supervisorin gewinnen. Diese wird die Chancen und Möglichkeiten der Supervision kurz darstellen. Im Anschluss werden gemeinsam mit den Anwesenden Themen herausgearbeitet, die dann supervisorisch besprochen werden.

Hinweis: Seit dem Förderjahr 2024 können förderfähige Selbsthilfegruppe Supervision für die Selbsthilfegruppe im Rahmen der Pauschalförderung geltend machen. Weitere Informationen dazu erhalten Sie bei Ihrer Kontaktstelle.



Termine für die Gesamttreffen 2024

Präsenz:

- **Dienstag, 30. Juli** 17 - 20 Uhr, Mayen (Landkreis Mayen-Koblenz) (Anmeldung bis 27.07.2024) <https://Mayen>
- **Montag, 05. August** 2024, 17 - 20 Uhr, Kaiserslautern (Anmeldung bis 02.08.2024) <https://Kaiserslautern>
- **Donnerstag, 15. August**, 17- 20 Uhr, Hachenburg (Westerwaldkreis) (Anmeldung bis 12.08.2024) <https://Hachenburg>
- **Dienstag, 10. September**, 17 - 20 Uhr, Bad Kreuznach (Landkreis Bad Kreuznach) (Anmeldung bis 07.09.2024) <https://Bad Kreuznach>
- **Montag, 16. September**, 17 - 20 Uhr, Nassau (Rhein-Lahn-Kreis) (Anmeldung bis 13.09.2024) <https://Nassau>

Digital:

- **Montag, 14. Oktober**, 16 - 19 Uhr, digitales Treffen (Anmeldung bis 11.10.2024) <https://digital Okt.>
- **Dienstag, 12. November**, 16 - 19 Uhr, digitales Treffen (Anmeldung bis 09.11.2024) <https://digital Nov.>

Die Treffen sind offen für alle Gruppen aus den Beratungsgebieten der KISS Mainz und der WeKISS

Alle Treffen können unabhängig vom Veranstaltungsort von Selbsthilfegruppen aus den Beratungsgebieten der KISS Mainz und der WeKISS besucht werden. Sie können sich also dort anmelden, wo es für Sie zeitlich und örtlich am besten passt.

Anmeldung

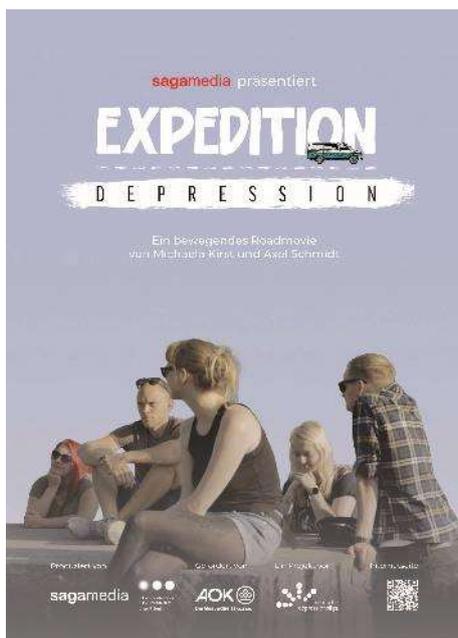
Die Veranstaltungen sind für uns mit erheblichen Kosten verbunden. Anmeldungen sind aus diesem Grunde verbindlich. Wir freuen uns daher, Sie an dem jeweiligen Veranstaltungstag vor Ort zu treffen.

Sollten Sie Unterstützung bei dem Anmeldeprozedere benötigen, steht die WeKISS oder die KISS Mainz Ihnen selbstverständlich gerne zur Verfügung.

Das Team der WeKISS und der KISS Mainz freut sich auf Ihre Teilnahme.

Roadmovie Expedition Depression

Die WeKISS zeigt in Kooperation mit der Westerwälder Allianz gegen Depressionen – in der Woche der seelischen Gesundheit – am **10.10.2024** das Roadmovie „Expedition Depression“ im **Cinexx Hachenburg**. Der Film beginnt **um 17:00 Uhr**.



Im Anschluss an die Filmvorführung gibt es für die Besuchenden die Gelegenheit, sich an Infoständen über die örtlichen Anlaufstellen und Hilfsangebote der Region informieren zu lassen.

Der Eintritt ist frei. Aus organisatorischen Gründen wird um Anmeldung gebeten:

<https://Expedition Depression>

Alle Interessierten sind herzlich willkommen!

Expedition Depression:

Fünf junge Erwachsene machen sich auf die Spuren ihrer Depression. Dabei treffen sie auf andere Menschen, Einrichtungen oder Situationen. Auf ihrer gemeinsamen Reise wollen sie mehr über Depression, ihre Behandlung und den Umgang damit herausfinden.

Der Road-Movie „Expedition Depression“ ist ein gemeinsames Projekt von AOK - Die Gesundheitskasse und Deutscher DepressionsLiga. Gefördert wird die Kino-Tour durch die AOK Rheinland-Pfalz/Saarland.

Weitere Informationen und den Kino-Trailer finden Sie [hier](#).

Präsenz-Workshop „Social Media verstehen“ in der WeKISS

Was sind Soziale Medien genau und wie funktionieren sie? Welche Chancen eröffnen sich für Selbsthilfegruppen? Worauf müssen Selbsthilfegruppen im Umgang mit Sozialen Medien achten? Nach welchen Kriterien gestalten wir als Selbsthilfegruppe unseren Auftritt in den Sozialen Medien?

Zu diesem Themengebiet bietet die WeKISS den Medienkompetenz-Workshop **"Grundlagen: Social Media verstehen"** an. Dieser findet in Präsenz statt:

Wann: Montag, 26. August 2024, 17 – 20 Uhr

Wo: Selbsthilfekontaktstelle WeKISS

PARI=Treff, 1. Stock (Barrierefreier Zugang)

Marktplatz 6, 56457 Westerbург

Anmeldung und weitere Informationen:

<https://social-media-wekiss>



**PRÄSENZ-WORKSHOP
GRUNDLAGEN:
SOCIAL MEDIA VERSTEHEN**

Montag, 26. August
17:00 - 20:00 Uhr
WeKISS Westerbург

Anmeldung über QR-Code
oder unter
[https://eveeno.com/
social-media-wekiss](https://eveeno.com/social-media-wekiss)

Videobeitrag: Selbsthilfegruppe (Vorzeitige) Wechseljahre und Unerfüllter Kinderwunsch Westerwald im Interview

Im vergangenen Jahr gründete Tanja Müller im Westerwald Selbsthilfegruppen zu den Themen Wechseljahre und Unerfüllter Kinderwunsch. Nun spricht sie in einem Interview im SWR über ihre Erfahrungen als Betroffene, ihren persönlichen Umgang mit der Betroffenheit sowie die Beweggründe, Selbsthilfegruppen ins Leben zu rufen.

Den Beitrag finden Sie unter anderem in der ARD Mediathek unter diesem Link: [Tanja Müller spricht über ihre Diagnose Vorzeitige Wechseljahre.](#)

Rechtsgrundlagen für Selbsthilfegruppen

Zum Thema **Änderungen im Gesellschaftsrecht** und die Auswirkungen auf Selbsthilfegruppen hat die Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen (NAKOS) eine Informationsbroschüre herausgegeben. Diese können Sie auf der Homepage der NAKOS herunterladen: <https://www.nakos.de/>

Gründung der Selbsthilfegruppe REDE-Frei

Männliche Betroffene von Missbrauch in der Kindheit und Jugend

Alpträume, Bilder, Stimmen, Gerüche und sogar Geräusche bestimmen oft unser Leben nach dem Missbrauch. Eine noch so gute oder erfolgreiche Therapie kann nicht das ganze Spektrum der Nebenwirkungen dieser Tat ausräumen, geschweige denn heilen. Es ist eine tiefe Wunde in uns, die nur ansatzweise geheilt werden kann.

Es dauert oftmals Jahre oder Jahrzehnte, bis der Mensch in der Lage ist sich helfen zu lassen oder sich selbst zu helfen.

Die Selbsthilfekontaktstelle WeKISS unterstützt einen Betroffenen bei der Gründung einer Selbsthilfegruppe.



„Als Betroffener möchte ich Sie mit diesem Aufruf ansprechen und dazu einladen in einer Selbsthilfegruppe im nördlichen RLP in vertraulicher und geschützter Atmosphäre Erfahrungen auszutauschen. Insbesondere der Umgang mit Erinnerungen (Flashbacks) an den Missbrauch und die dadurch entstandenen Folgebelastungen die durch Triggerpunkte verstärkt bzw. zum Ausbruch kommen, können Themen in der Gruppe sein.“

Weitere Inhalte könnten das oftmals nicht auszuhaltende Unverständnis im eigenen Umfeld sein und das Handling mit Medienberichten zum Thema. Auch mit unangenehmen Gesprächsthe-

men in Alltagssituationen – öffentlich wie auch im Freundeskreis – sehen sich Betroffene konfrontiert. All dies findet Platz in der Selbsthilfegruppe.

Der Besuch der Selbsthilfegruppe ist kostenlos, freiwillig und vertraulich.

Das Treffen der Selbsthilfegruppe findet 1-2-mal monatlich statt. Wochentag und Uhrzeit werden im Gründungstreffen festgelegt.

Wenn Sie Interesse haben, an dieser Gruppe teilzunehmen oder weitere Informationen benötigen, können Sie jederzeit mit der WeKISS in Verbindung setzen.

Selbsthilfekontaktstelle WeKISS | Der Paritätische, Tel.Nr.: 02663 – 2540 (Sprechzeiten montags, 14-18 Uhr, dienstags, 9-12 Uhr, mittwochs und donnerstags 9-14 Uhr) oder info@wekiss.de.

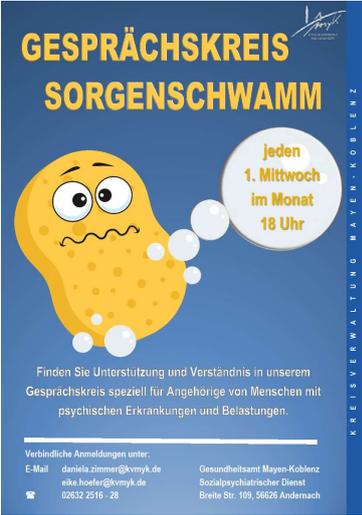
Neues aus den Selbsthilfegruppen

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:	THS Selbsthilfegruppe Mittelrhein
BESCHREIBUNG 	Neue Gruppe <p>Erfahrungsaustausch, Unterstützung und Information, rund um das Thema Tiefe Hirnstimulation (THS) bei Parkinson. Die Tiefe THS ist eine mögliche Behandlungsmethode, die zu einer Verbesserung der Symptomatik beitragen kann. Betroffene, die sich mit dem Gedanken auseinandersetzen, einen solchen operativen Eingriff vornehmen zu lassen oder diesen bereits hinter sich haben, sollen in dieser SHG die Möglichkeit bekommen, sich untereinander austauschen zu können.</p>
ZEIT UND ORT	<p>Alle 4 – 6 Wochen, 16:00 – 18:00 Uhr, Remos Koblenz, Bahnhofplatz 5, 56068 Koblenz.</p>
KONTAKT	<p>Kontaktperson der SHG: Elke-Maria Lensch, Tel. 0176 – 47 33 15 49 oder Nähere Informationen bei WeKISS Westerburg DER PARITÄTISCHE Tel. 02663 – 25 40 E-Mail: info@wekiss.de</p>

NAME DER GRUPPE:	SHG Hautkrebs Mittelrhein (Koblenz)
BESCHREIBUNG  <p>Selbsthilfegruppe (SHG) HAUTKREBS Mittelrhein</p>	Interessierte herzlich willkommen <p>Diese SHG ist für diejenigen gedacht, die in letzter Zeit an Hautkrebs erkrankt sind und Kontakt zu Gleichgesinnten suchen. Neben dem persönlichen Austausch sorgen wir für Hilfestellungen und Informationen zu medizinischen, sozialen und psychoonkologischen Themen, die uns betreffen.</p>
ZEIT UND ORT	<p>Jeden ungeraden Monat am 3. Mittwoch um 17:00 Uhr Treffen in Präsenz. Ort: Krebsgesellschaft RLP – Informations- und Beratungszentrum Koblenz, Löhrrstraße 119, 56068 Koblenz. Anmeldung erwünscht.</p> <p>In jedem geraden Monat finden am 1. Donnerstag von 18:00-19:00 Uhr Online-Treffen statt. Der Link wird mit der Anmeldung verschickt.</p>
KONTAKT	<p>Nähere Auskunft und Informationen unter: Mail: info@SHG-Hautkrebs-Mittelrhein.de oder Tel.: 0173 – 85 99 098. Ansprechpartner: Dr. Thomas Gronau (PhD)</p>

<p>NAME DER GRUPPE:</p>	<p>Gesprächskreis Sorgenschwamm (Andernach)</p>
<p>BESCHREIBUNG</p> 	<p>Interessierte herzlich willkommen</p> <p>Finden Sie Unterstützung und Verständnis im Gesprächskreis speziell für Angehörige von Menschen mit psychischen Belastungen.</p>
<p>ZEIT UND ORT</p>	<p>Jeden 1. Mittwoch im Monat um 18:00 Uhr, Breite Straße 109, 56626 Andernach.</p> <p>Verbindliche Anmeldung erforderlich.</p>
<p>KONTAKT</p>	<p>Nähere Informationen und Anmeldung unter: Gesundheitsamt Mayen-Koblenz, Sozialpsychiatrischer Dienst, Breite Straße 109, 56626 Andernach</p> <p>E-Mail: daniela.zimmer@kvmyk.de oder eike.hoefer@kvmyk.de</p> <p>Tel. 02632 – 2516 28</p>

NAME DER GRUPPE:	SHG Fahnenflucht – Kirburg (Alkohol)
BESCHREIBUNG	<p>Neue Gruppe</p> <p>Die Gruppe Fahnenflucht richtet sich an Betroffene von Alkohol- oder Medikamentensucht. Die Gruppe bietet einen Ort, sich auf Augenhöhe mit anderen Menschen auszutauschen, die ähnliche Erfahrungen machen oder gemacht haben.</p>
ZEIT UND ORT	<p>Jeden Mittwoch von 19:00 – 21:00 Uhr, Ev. Gemeindehaus, Bölsberger Straße, 57629 Kirburg.</p>
KONTAKT	<p>Kontakt zur SHG:</p> <p>Mail: Fahnenflucht-Kirburg@t-online.de</p> <p>Nähere Informationen bei WeKISS Westerburg DER PARITÄTISCHE Tel. 02663 – 25 40 E-Mail: info@wekiss.de</p>
NAME DER GRUPPE:	SHG Seelenfrieden für Angehörige (Co-Abhängigkeit) (Kirburg)
BESCHREIBUNG	<p>Neue Gruppe</p> <p>Angehörige finden hier Verständnis, Mitgefühl und Zusammenhalt. Ziel ist es, durch den regelmäßigen Erfahrungsaustausch die Herausforderungen und Belastungen im Alltag besser bewältigen zu können.</p>

ZEIT UND ORT	<p>Jeden Mittwoch von 19:00 – 21:00 Uhr, Ev. Gemeindehaus, Bölsberger Straße, 57629 Kirburg.</p>
KONTAKT	<p>Kontakt zur SHG: Mail: aarondw@t-online.de Nähere Informationen bei WeKISS Westerburg DER PARITÄTISCHE Tel. 02663 – 25 40 E-Mail: info@wekiss.de</p>

NAME DER GRUPPE:	Selbsthilfegruppe REDE-Frei
<p>BESCHREIBUNG</p> 	<p>Neue Gruppe</p> <p>Selbsthilfegruppe für männliche Betroffene von Missbrauch in der Kindheit und Jugend.</p> <p>In vertraulicher und geschützter Atmosphäre werden in dieser Gruppe Erfahrungen ausgetauscht. Insbesondere der Umgang mit Flashbacks und die daraus entstandenen Folgebelastungen können Themen in der Gruppe sein.</p>
ZEIT UND ORT	<p>1 – 2 mal monatliche Treffen nach Absprache innerhalb der Gruppe, Treffpunkt wird bei Anmeldung bekannt gegeben (nördliches Rheinland-Pfalz)</p>

KONTAKT

Nähere Informationen und Anmeldung 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:

<https://Datenaktualisierung>

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 Westerbürg
Marktplatz 6
56457 Westerbürg

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 2024

Planung nach heutigem Stand

Datum	Veranstaltung
17.07.2024	Gesamttreffen, Mainz 17-20 Uhr
30.07.2024	Gesamttreffen, Mayen 17-20 Uhr
05.08.2024	Gesamttreffen, Kaiserslautern 17-20 Uhr

15.08.2024	Gesamttreffen, Hachenburg	17-20 Uhr
26.08.2024	„Social Media verstehen“, WeKISS Pari-Treff	17-20 Uhr
01.09.2024	Seniorensommerfest, Mainz	11-18 Uhr
10.09.2024	Gesamttreffen, Bad Kreuznach	17-20 Uhr
16.09.2024	Gesamttreffen, Nassau	17-20 Uhr
10.10.2024	Kinoveranstaltung: Expedition Depression im Cinexx Hachenburg	17 Uhr
14.10.2024	Gesamttreffen, digital	16-19 Uhr
08.11.2024	Selbsthilfe im Dialog, Saarbrücken	12-18 Uhr
12.11.2024	Gesamttreffen, digital	16-19 Uhr
15.11.2024	Selbsthilfe im Dialog, Mainz	12-18 Uhr

Neues aus der PflegeSelbsthilfe

NAME DER GRUPPE:	Gesprächsgruppe für pflegende Angehörige in Bendorf
BESCHREIBUNG	<p>Neue Interessierte herzlich willkommen</p> <p>Die Teilnehmenden möchten ihre Erfahrungen und die Herausforderungen über die Pflegesituation miteinander teilen und sich gegenseitig unterstützen und stärken. Themen: Pflege nach Schlaganfall, Umgang mit Demenz, Pflege und Betreuung.</p>
ZEIT UND ORT	<p>Die Gruppe trifft sich jeden 2. Mittwoch im Monat um 18:00 Uhr im AWO Seniorenzentrum, Vierwindenhöhe 14-16, 56170 Bendorf.</p> <p>Keine Anmeldung erforderlich.</p>
KONTAKT	<p>Kontaktbüro PflegeSelbsthilfe der WeKISS, Tel. 02663 – 91 66 85 E-Mail: pflegeselbsthilfe@wekiss.de</p>

NAME DER GRUPPE:	Neue Gesprächsgruppe für pflegende Angehörige in Mayen
BESCHREIBUNG	<p>Neue Interessierte herzlich willkommen</p> <p>In der Gruppe tauschen sich Angehörige über Fragen und Herausforderungen im Zusammenhang mit der</p>

	Pflegebedürftigkeit im Alltag und über die Selbstfürsorge und Entlastungsmöglichkeiten für pflegende Angehörige aus.
ZEIT UND ORT	Die Gruppe trifft sich jeden 2. Montag im Monat um 18:00 Uhr im Mehrgenerationenhaus der Caritas, St. Veith Straße 14, 56727 Mayen
KONTAKT	Kontaktbüro PflegeSelbsthilfe der WeKISS, Tel. 02663 – 91 66 85 E-Mail: pflegeselbsthilfe@wekiss.de
NAME DER GRUPPE:	Gesprächskreis für pflegende Angehörige in Bad Marienberg
BESCHREIBUNG	Neue Interessierte herzlich willkommen Beschreibung: Austausch mit anderen Menschen, die einen Angehörigen pflegen, um sich gegenseitig zu unterstützen und zu stärken.
ZEIT UND ORT	Die Gruppe trifft sich jeden 3. Mittwoch im Monat von 14.30 Uhr bis 16.00 Uhr in den Räumlichkeiten der Tourist-Info Bad Marienberg, Wilhelmstraße 10, 56470 Bad Marienberg Keine Anmeldung erforderlich.
KONTAKT	Kontaktbüro PflegeSelbsthilfe der WeKISS, Tel. 02663 – 91 66 85 E-Mail: pflegeselbsthilfe@wekiss.de

NAME DER GRUPPE:	„Gemeinsam unterwegs“ Gesprächsgruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz, Bad Neuenahr
BESCHREIBUNG	Neue Interessierte herzlich willkommen Wir haben festgestellt, dass wir in der Situation, einen lieben Menschen mit Demenz zu pflegen, nicht alleine sind. Um uns auszutauschen und gemeinsam den weiteren Weg der Begleitung zu gehen, wollen wir uns treffen und uns gegenseitig in unserem Tun unterstützen.
ZEIT UND ORT	Die Gruppe trifft sich jeden 1. Mittwoch im Monat von 18.00 Uhr bis 19.30 Uhr im Haus der Familie / Mehrgenerationenhaus, Weststraße 6, 53474 Bad Neuenahr Keine Anmeldung erforderlich.
KONTAKT	Kontaktbüro PflegeSelbsthilfe der WeKISS, Tel. 02663 – 91 66 85 E-Mail: pflugeselbsthilfe@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 und Ilka Brec
 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 Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung RLP und die gesetzlichen sowie privaten Pflegekassen.



Einladung zum Demenzwochenende

Gemeinsam gegen das Vergessen – Das „Andersland“ der Demenz:

„Ich erinnere mich genau“

Theateraufführung am

5. Oktober 2024 um 18.30 Uhr

Freier Eintritt

Informationstag am 6.10.2024

von 10.00 – 17.00 Uhr zum Thema Demenz und
Pflege

- Ausstellung von Peter Gaymanns „Demensch“ Bilder
- Fachvorträge
- Infostände
- Ernährungsberatung im Alter
- Videovorführung
- Malecke für Kinder
- Westerwälder Clowndoktoren u.v.m.

Ort: **Kaplan Dasbach Haus in Horhausen (Westerwald)**

Veranstalter: Seniorenbeirat der VG Altenkirchen-Flammersfeld

PflegeSelbsthilfegruppe Horhausen-Honnesfeld



Verschnaufpause

heißt der neue Infobrief der PflegeSelbsthilfe für pflegende Angehörige.

Die Mitarbeiterinnen der Kontaktbüros PflegeSelbsthilfe Westerburg, Mainz und Trier bündeln Informationen für pflegende Angehörige, die sie zweimal jährlich in einem Infobrief herausgeben werden.

Interessierte können den Infobrief auf der Homepage der PflegeSelbsthilfe: www.pflegeselbsthilfe-rlp.de nachlesen oder kostenlos abonnieren über pflegeselbsthilfe@wekiss.de



Gründung einer Gesprächsgruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz – „Gemeinsam unterwegs“

Aus einer Schulung für Angehörige von Menschen mit Demenz des Pflegestützpunkts Bad Neuenahr-Ahrweiler fand sich Anfang diesen Jahres eine Gruppe von pflegenden

Angehörigen zusammen, die auch nach dem Ende der Schulung den Austausch untereinander weiterführen wollten. Die gute Erfahrung, dass man in seiner Situation nicht alleine ist, war den Teilnehmenden so wichtig, dass sie sich gerne weiterhin unterstützen wollten. Daher trafen sich im Mai 6 Angehörige von Menschen mit Demenz und das Kontaktbüro PflegeSelbsthilfe im Mehrgenerationenhaus Bad Neuenahr, um eine Selbsthilfegruppe zu gründen. Der Austausch stand bei diesem ersten Treffen direkt im Vordergrund und es wurde schon gemeinsam darüber gesprochen, wie man verschiedene Situationen wie zum Beispiel herausfordernde Arztbesuche mit den Menschen mit Demenz gut meistern kann.

Die Gruppe wird sich nun jeden ersten Mittwoch im Monat von 18.00 Uhr bis 19.30 Uhr im Mehrgenerationenhaus in der Weststraße 6, Bad Neuenahr treffen, um weiterhin von den Erfahrungen und dem Wissen der Teilnehmenden gegenseitig zu profitieren und sich über die häusliche Situation mit den Menschen mit Demenz auszutauschen.

Interessierte zur Teilnahme an der Gruppe sind herzlich willkommen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Bei Fragen wenden Sie sich gerne an das Kontaktbüro PflegeSelbsthilfe, Telefon: 02663 – 91 66 85, E-Mail: pflageselbsthilfe@wekiss.de

Mitteilung Seniorenstammtisch „Spätlese“ Hachenburg

Jeden **2. Dienstag** im Monat trifft sich der Seniorenstammtisch „Spätlese“. Das nächste Treffen findet am 13.08.2024 um 14:00 Uhr im Seniorentreff statt.

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

57627 Hachenburg Tel.: 02662/5089956

(Sprechzeit dienstags von 16:00 Uhr bis 18:00 Uhr und freitags von 9:30 Uhr bis 11:30 Uhr)

E-Mail: info@fee-hachenburg.de Homepage: www.fee-hachenburg.de

So arbeitet die Nachbarschaftshilfe

Bei der Hachenburger Nachbarschaftshilfe gibt es Neuigkeiten. Diese ehrenamtliche Initiative gibt es bereits seit 10 Jahren, und sie ist aktiv wie eh und je. Schon seit einiger Zeit ist die Nachbarschaftshilfe bei der Freiwilligenagentur FEE Hachenburg angesiedelt und nicht mehr, wie früher, im Seniorentreff. Das Büro der FEE ist in der Schwanenpassage in Hachenburg zu finden und zu den Öffnungszeiten dienstags von 16 bis 18 Uhr sowie freitags von 9.30 bis 11.30 Uhr besetzt. Dorthin kann sich jede*r

wenden – persönlich vor Ort, telefonisch oder per E-Mail – die oder der Hilfe benötigt oder ehrenamtlich aktiv sein möchte. Unter dem Motto „freiwillig, ehrenamtlich, engagiert“ vernetzt die Freiwilligenagentur, die unter dem Dach der WeKISS arbeitet, Helfende und Hilfesuchende miteinander. Wichtig für alle, die sich für das Projekt interessieren: Auch wenn der Name Hachenburger Nachbarschaftshilfe lautet, **gilt das Angebot nicht ausschließlich für die Stadt Hachenburg, sondern für die gesamte Verbandsgemeinde Hachenburg mit allen Ortsgemeinden.**

Die Nachbarschaftshilfe in Anspruch nehmen können Privatpersonen ab einem Alter von 65 Jahren in vielfältiger Weise. Das kann eine Fahrt zum Arzt sein, Unterstützung beim Einkaufen, mit dem Hund Gassi gehen oder einfach nur gemeinsam verbrachte Zeit, etwa bei einem Spaziergang oder einem Tässchen Kaffee. Hilfe wird auch beim Ausfüllen von Formularen geleistet, bei der Gartenarbeit, für kleinere handwerkliche Tätigkeiten und vieles mehr. Wer mehr über die Nachbarschaftshilfe erfahren möchte, kann einfach bei den Mitarbeitenden der FEE nachfragen. Zu beachten ist: Die ehrenamtlichen Nachbarschaftshelfenden leisten ihre Unterstützung gern und ehrenamtlich, sind aber für Dienstleistungen wie regelmäßiges Putzen oder dauerhafte Unterstützung bei der Gartenarbeit nicht zuständig. Und auch in dringenden Fällen kann die Nachbarschaftshilfe in der Regel nicht helfen: Sie ist keine Notfallorganisation

Wer Unterstützung der Nachbarschaftshilfe benötigt, kann sich einfach und unkompliziert an die FEE wenden. Die Freiwilligenagentur dokumentiert die Anfrage und verschickt ein Formular an die Hilfesuchenden, das diese einmalig ausfüllen, unterzeichnet und zurücksendet. Die FEE bewahrt diese Unterlagen unter sorgsamer Wahrung des Datenschutzes auf. Mit allen persönlichen Angaben wie Namen, Adressen und Telefonnummern gehen die Mitarbeitenden der FEE absolut vertraulich um.

Für die Nachbarschaftshilfe werden dauerhaft ehrenamtliche Helfende gebraucht. Jede Person, die Zeit investieren möchte, ist willkommen. Die Helfenden bestimmen ihr eigenes Maß für Dauer und Art des Engagements. Auch wer vielleicht nur wenig Zeit hat, kann eine geeignete Aufgabe finden und damit Menschen große Freude

bereiten. Helfende können sich an die FEE wenden, wo sie alle nötigen Informationen erhalten. Bevor sie helfend zur Tat schreiten können, füllen sie ein Formular aus und unterzeichnen eine Vereinbarung mit der WeKISS. Im Büro der FEE werden Nachfragen und Angebote gesammelt und miteinander vernetzt.

Artikel: Ulrike Fritscher (Ehrenamtliche Mitarbeiterin FEE Hachenburg)

Weitere Informationen:

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

Neue Selbsthilfegruppe für Frauen und Trauma ab Juni 2024

Viele Frauen, die traumatische Erlebnisse wie Missbrauch, Gewalt, die Flut oder schweren Verlust durchlebt haben, fühlen sich oft von ihren Angehörigen und Freunden unverstanden.

Für diese Frauen wird in Bad Neuenahr- Ahrweiler eine Selbsthilfegruppe gegründet. Die Gruppe bietet einen **geschützten Raum**, um Erfahrungen zu teilen, **gemeinsame Heilungswege** zu finden und die eigene Identität wieder zu entdecken. Das Treffen bietet die Möglichkeit, sich mit anderen auszutauschen, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben. Der Austausch kann unterstützen, um die **eigene Stärke wiederzufinden** und destruktive Muster zu durchbrechen.

Die Treffen finden 14- tägig statt, der Treffpunkt und Zeitpunkt ist über die Selbsthilfekontaktstelle KISS Ahr zu erfahren. Das Treffen wird zu Beginn von einer Mitarbeiterin der Kontaktstelle begleitet. Eine vorherige Anmeldung ist notwendig, um den Treffpunkt zu erfahren, dabei werden keine persönlichen Daten erhoben.



Interessierte Frauen sind herzlich eingeladen, unverbindlich an einem Treffen teilzunehmen. Die Gruppe ist offen für Frauen jeden Alters und Hintergrunds. Vertraulichkeit und Anonymität sind oberster Priorität. Der Besuch der Selbsthilfegruppe ist freiwillig, vertraulich und kostenlos.

Fragen und Anmeldung bei der Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe: KISS Ahr unter 02663- 9 68 19 12 oder unter info@kiss-ahr.de.

Selbsthilfegruppe: Wir schaffen es gemeinsam

Diese Gruppe sucht noch weitere Interessierte:

Gruppe für Menschen mit psychischen Belastungen ausgelöst durch die Flut.



Manchmal ist das, was man gesehen hat, das was einen vom Leben abhält. Manchmal ist das, was man gehört hat, das was einen schlaflos macht. Manchmal ist auch nicht zu denen zu gehören, die schlimmer dran sind, schon schlimm genug.

Vieles während der Flut war einfach zu viel für die Seele.

Durch die Flut und deren Folgen sind viele Menschen psychisch belasteter als vorher. Im Fokus des vertraulichen Austauschs stehen der Umgang mit belastenden Situationen sowie allgemeine Themen des Alltags. Ziel ist es Entlastung in Gemeinschaft zu erfahren, sowie eine positive Perspektive entwickeln zu können.

Selbsthilfegruppen haben zum Ziel, dass Betroffene sich gegenseitig unterstützen, informieren und sich Orientierung geben.

Es sind alle Personen willkommen, die psychische Probleme haben, die sie vor der Flut nicht kannten oder die nach der Flut verstärkt aufgetreten sind. Menschen, die sich niedergeschlagen fühlen oder eine innere Leere empfinden, kommen hier in den Austausch. Auch Antriebsmangel und verminderte Konzentration oder Schuldgefühle und Schlaflosigkeit können auf eine psychische Belastung hindeuten.

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.

Der Besuch der Selbsthilfegruppe ist freiwillig, vertraulich und kostenlos.

Die aktuellen Termine entnehmen Sie unserer Homepage www.kiss-ahr.de

Die Treffen finden 14-tägig in der Praxis Stefanie Lohse Heilpraktikerin (Psychotherapie), Hauptstraße 4, 53506 Hönningen statt.

Selbsthilfegruppe für Menschen mit psychischer Belastung in Bad Neuenahr

Diese Gruppe sucht noch weitere Interessierte:

Viele Menschen sind durch die verschiedensten Ereignisse in den letzten Jahren psychisch belastet, bei einigen können diese Belastungen bis hin zu Depressionen reichen. In solchen Lebenssituationen kann eine Selbsthilfegruppe der Entlastung dienen. Wer den Austausch sucht, kann sich über das Angebot einer Selbsthilfegruppe zum Thema informieren.



Selbsthilfegruppen haben zum Ziel, dass Betroffene sich gegenseitig unterstützen, informieren und sich Orientierung geben. Durch die Gemeinschaft kann eine positive Perspektive entwickelt und Entlastung erlebt werden. 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. Die Verschwiegenheit und Vertraulichkeit ist hierbei ein wichtiger Aspekt.

Die Verschwiegenheit und Vertraulichkeit ist hierbei ein wichtiger Aspekt.

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

Die aktuellen Termine entnehmen Sie unserer Homepage www.kiss-ahr.de. Die Treffen finden 14-tägig im Mehrgenerationenhaus in Bad Neuenahr statt.

Film: Expedition Depression

Im Rahmen der Woche der Seelischen Gesundheit vom 10. – 20.10.2024 beteiligt sich die KISS Ahr gemeinsam mit dem Mehrgenerationenhaus in Bad Neuenahr- Ahrweiler mit der Vorführung des von der AOK geförderten Films „Expedition Depression“.

„Expedition Depression“ erzählt von einer Erkrankung, unter der in Deutschland mittlerweile mehr als fünf Millionen Menschen leiden, darunter auch viele junge Menschen. So unterschiedlich die Protagonisten sind, ein Thema verbindet sie alle: Jeder und jede von ihnen hat schon im Kindes- oder Jugendalter Depressionen erlebt und musste einen Weg im Umgang mit der Erkrankung finden. Auf ihrer gemeinsamen Reise wollen sie mehr über Depressionen, ihre Behandlung und den Umgang damit herausfinden. Und auch Antworten finden auf die Frage: Was kann anderen Jugendlichen und jungen Erwachsenen im Umgang mit ihrer Erkrankung helfen? Antworten, die durch den Film an die Öffentlichkeit transportiert werden sollen.“ (<https://www.aok.de/expedition-depression/>)

Gezeigt wird der Film am 15.10.2024 um 14h im Mehrgenerationenhaus Bad Neuenahr.

Danach gibt es die Möglichkeit zum Austausch und Raum für Fragen. Die Veranstaltung ist kostenlos.

Zur besseren Planung nehmen wir gerne Anmeldungen an, diese ist aber nicht verpflichtend.

Fragen und Anmeldung bei der Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe: KISS Ahr unter 02663- 9 68 19 12 oder unter info@kiss-ahr.de.

Regionaler Fachtag „Verein und Ehrenamt“ am 16.11.2024 in Asbach

Die Leitstelle Ehrenamt und Bürgerbeteiligung wird auch in diesem Jahr einen Regionalen Fachtag „Verein und Ehrenamt“ ausrichten. Die ganztägige Fortbildungsveranstaltung für ehrenamtlich Engagierte findet am Samstag, den 16. November 2024, in Asbach im Landkreis Neuwied statt. Professionelle Referentinnen und Referenten geben in Vorträgen und Workshops ihr Fachwissen zu Themen rund ums Ehrenamt weiter.

Weitere Informationen gibt es hier: <https://wir-tun-was.rlp.de/>.

Musik- und Zauberschule für die Westerwälder Clowndoktoren

Der April brachte den Westerwälder Clowndoktoren einiges Neues mit. So starteten unsere Ehrenamtlichen mit der Schulung „Musik und Clownen - Schwerpunkt: Ukulele“ in den neuen Monat. Unser Clown Pitt brachte die Musik, das Instrument und reichlich Noten zum Ausprobieren und Kennenlernen mit. Zu Beginn wurde sich aufgewärmt, das heißt der Körper und die Gedanken auf „Clown“ gebracht. Es ist ein bezauberndes Bild, wenn Clowns ein fremdes Objekt begutachten.



Musik ist oftmals ein Schlüssel in die Welt der Kinder oder in die von Seniorinnen und Senioren. Ob jung oder alt, wir kennen die alten Lieder oder erkennen eine Melodie aus Kindheitstagen. Am Ende des ausführlichen Wochenendes spielten unsere Westerwälder Clowndoktoren gemeinsam „Bruder Jakob“ und ähnliche Lieder.

Die zweite Schulung am drauffolgenden Wochenende wurde zauberhaft und warf so manche Rätsel auf. Unser Zaubermeister Dr. Sternchen gab ein paar seiner Geheimnisse an seine Mitclowns weiter und es wurde fleißig am Ausbau der Zauberkräfte trainiert. Ob Kartentrick, Zauberpuste, Zauberstäbe oder auch einfach nur Becher – die Begeisterung für die Zauberkunst wurde geweckt. Nicht zuletzt wurde an der Luftballonmodellage gearbeitet. Hund, Blume oder gar ein Minion – es wurde gepustet und geknotet, der eine oder andere Ballon zum Platzen gebracht.



Zum großen Monatsabschluss gab es ein Clowns-Foto-Shooting. Mit der neuen Ausbildungsrunde aus 2023 kamen neue lustige ehrenamtliche Clowns in unsere Gemeinschaft, die wir natürlich auch auf unserer Homepage vorstellen werden. Unsere liebe ehrenamtliche Fotografin „Möre“ rückte alle Westerwälder Clowndoktoren in das richtige Licht und machte klasse Aufnahmen. Wir sind sehr dankbar für ihre Unterstützung. Schon bald können Sie das gesamte Clowndoktoren Team auf unserer Homepage www.die-clowndoktoren.de bestaunen.



Um die sehr wertvolle Arbeit unserer Clowndoktoren zu unterstützen sind wir auf Spenden angewiesen. Wir freuen uns über Ihren Beitrag, egal in welcher Höhe. Mit Ihrer Unterstützung können auch weiterhin zauberhafte und musikalische Besuche bei Groß und Klein durchgeführt werden. Schauen Sie gerne auf unserer Homepage vorbei und treten Sie mit uns in Kontakt.

Weitere Informationen zu den Westerwälder Clowndoktoren unter

www.die-clowndoktoren.de .

Hintergrundinformationen:

Die Westerwälder Clowndoktoren sind eine Ehrenamtsinitiative der WeKISS | DER PARITÄTISCHE (Westerwälder Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe). Sie besteht bereits seit 2002 und besucht mit ihren zurzeit rund 30 Clowndoktoren erkrankte Kinder, deren Eltern und Geschwister, Hilfebedürftige und Senior:innen in Krankenhäusern, Seniorenheimen und sozialtherapeutischen Einrichtungen in der Region nördlichen Rheinland-Pfalz.

Das ehrenamtliche Engagement der Westerwälder Clowndoktoren wird ausschließlich durch Spendenmittel unterstützt, die eingesetzt werden für ihre Aus- und Fortbildungen, die Organisation der Einsätze und hochwertige Materialien, die sie zu ihren Besuchen mitnehmen.

Westerwälder Clowndoktoren

c/o WeKISS I DER PARITÄTISCHE

Marktplatz 6

56457 Westerburg

Telefon: 02663/9153912, Homepage: 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

LAUTSTARK – Deine Stimme gegen Sexismus

„LAUTSTARK – deine Stimme gegen Sexismus“ ist eine vom Frauenministerium Rheinland-Pfalz gestartete Kampagne.

Durch die Enttabuisierung von Sexismus wurde der Blick auf tieferliegende, strukturell bedingte Ursachen gelenkt, wie die ungleiche Machtverteilung zwischen den Geschlechtern und gewachsene Abhängigkeiten. In unserer Gesellschaft hat Sexismus System und ist im Alltag von vielen Frauen Realität.

Ministerin Anne Spiegel hat diese Debatte aufgegriffen und dazu die Kampagne LAUTSTARK in Rheinland-Pfalz gestartet.

Weitere Informationen finden Sie unter: <https://lautstark.rlp.de>

Pressemitteilungen des PARITÄTISCHEN Gesamt- und Landesverbands

Das Gewalthilfegesetz muss kommen!

Häuslichen Gewalt hat in den letzten Jahren deutlich zugenommen. Die Liga Rheinland-Pfalz appelliert an die Verantwortlichen, das Gewalthilfegesetz zu verabschieden, da es dringend notwendige Änderungen für den Schutz von gewaltbetroffenen Frauen enthält.

Mehr Informationen finden Sie in der gemeinsamen Pressemitteilung der Landesverbände Bayern, Baden-Württemberg und Rheinland-Pfalz/Saarland: www.paritaet-rps.org

„Das gesellschaftliche Tabu von Tod und Suizid überwinden“ – Nationale Suizidpräventionsstrategie veröffentlicht

Im Sommer 2023 wurde die Bundesregierung durch einen fraktionsübergreifenden Antrag des Deutschen Bundestages aufgefordert, die Suizidprävention zu stärken. Gesundheitsminister Lauterbach hat nun am 02.05.2024 eine Nationale Suizidpräventionsstrategie vorgelegt.

Im Fokus der Strategie steht eine bundesweite Kompetenz- und Koordinierungsstelle, die in den kommenden Jahren weiter ausgebaut werden soll.

Weitere Informationen gibt es hier: [Positionspapier Suizidpräventionsstrategie.pdf](#)

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

Homepage: <https://www.selbsthilfe-rlp.de/wekiss>

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

PflegeSelbsthilfe

Marktplatz 6
56457 Westerburg

Telefon: 0 26 63- 91 66 85

Telefax: 02663-2667

E-Mail: pflugeselbsthilfe@wekiss.de

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 oder
rufen Sie uns an!**

E-Mail: info@wekiss.de