

Ausgabe Sommer 2021

KISS-Zeit

Selbsthilfe- und Gesundheitsthemen im Beratungsgebiet der KISS Mainz | DER PARITÄTISCHE

Stadt Mainz – Landkreis Mainz Bingen – Stadt und Landkreis Bad Kreuznach – Stadt Worms – Landkreis Alzey-Worms – Stadt Frankenthal – Stadt und Landkreis Kaiserslautern – Landkreis Donnersbergkreis – Landkreis Rhein-Hunsrück-Kreis



In dieser Ausgabe der KISS-Zeit lesen Sie:

Inhalt

| | |
|------------------|---|
| Grußwort | 4 |
| Sommergruß | 5 |

Aktuelles aus der Selbsthilfe

| | |
|--|----|
| Selbsthilfe-Gruppentreffen weiterhin möglich..... | 6 |
| Neues aus den Selbsthilfegruppen | 7 |
| Datenaktualisierung | 19 |
| Post-Covid-Syndrom..... | 20 |
| Interessierte gesucht – COPD-Selbsthilfegruppe in Mainz | 21 |
| Deutsche Rheuma-Liga Virtueller Seltenen-Gesprächskreis Selten - aber nicht allein! . | 21 |
| Ökumenische Hospizarbeit Rhein-Selz e.V. veröffentlicht Hospizmitteilung Ausgabe 22 . | 22 |
| Trauma-Trainings – „Hilfe für Helfende“ | 23 |
| Wir stellen uns vor | 24 |
| Deutsche Hirnstiftung | 24 |
| Digitales Angebot für Mainzer Alleinerziehende: Café Luise..... | 26 |
| Jahrestermine 2021..... | 27 |
| Bundesweiter Selbsthilfe-Kunstpreis 2021 | 28 |
| Bad Kreuznacher Gesundheitsforum am 6. Oktober, 19 Uhr Moderne Therapieformen der Hüft- und Kniegelenksarthrose..... | 28 |
| Das Sucht-Selbsthilfe-Angebot der „SoberGuides“ | 29 |

Aktuelles aus der Pflegeselbsthilfe

| | |
|--|----|
| Neues aus der Pflegeselbsthilfe | 30 |
| Kontaktbüro PflegeSelbsthilfe - Gemeinsam leichter durchs Leben..... | 31 |
| Auszeit im Online-Pflegecafé..... | 33 |
| Anspruch auf Pauschale ist vielen unbekannt..... | 34 |
| Pflege von Angehörigen lohnt sich auch für die Rente | 34 |

Männer/Frauen/Divers

| | |
|--|----|
| Benefizveranstaltung zu Gunsten des Frauenzentrums 11.09.2021..... | 35 |
| „NEBENAN. Jüdische Mainzerinnen aus sieben Jahrhunderten“ Ein Theaterspaziergang | 36 |
| Aufruf zum Fotowettbewerb "Ihr Bild gegen Gewalt an Frauen"..... | 38 |
| 30 Jahre Arbeitskreis Gewalt an Frauen und Kindern - Aktionen im Jubiläumsjahr | 39 |

Parität

| | |
|--|----|
| Pressemitteilungen des PARITÄTISCHEN Landesverbandes | 40 |
| Spendenauf Ruf des Paritätischen: Solidarität und Hilfe für vom Hochwasser betroffene Menschen und soziale Einrichtungen und Dienste | 40 |
| Keine Wahl? Von wegen! Wahlauf Ruf des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes zur Bundestagswahl 2021 | 41 |
| Studie des Paritätischen belegt gewachsene Kinderarmut: Quote steigt im Saarland stark an und ist in Rheinland-Pfalz weiterhin hoch | 42 |
| AnkER-Zentren und vergleichbare Einrichtungen abschaffen! | 44 |

Allgemeines

| | |
|--|----|
| Online Patienten-, Familien- und Ärztetreffen 2021 (PoP2021) 11. September 2021 | 46 |
| Landesberatungsstelle Barrierefrei Bauen und Wohnen führt wieder Vor-Ort-Beratungen durch..... | 46 |
| Ausschreibung Ideenwettbewerb Ehrenamt 4.0..... | 47 |
| Wichtige Änderung bei der Kraftfahrzeughilfe für Menschen mit Behinderungen | 48 |
| Vortragsreihe der AIDS-Hilfe Mainz | 49 |
| Youtube Kanal für die Senior*innen in RLP Anleitung | 51 |
| Hilfe in Notsituationen – Notrufnummern | 53 |
| Kontakt und Impressum..... | 54 |

Grußwort

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Leser*innen, liebe Freund*innen der Selbsthilfe,

vor Ihnen liegt die Sommerausgabe der KISS-Zeit, in der Sie wieder viele Informationen, Angebote und Veranstaltungen rund um die Themen Selbsthilfe und Gesundheit finden werden.

Die Corona-Pandemie spielt in unserem Alltag nach wie vor eine maßgebliche Rolle. Seit einiger Zeit sind Treffen von mehreren Menschen glücklicherweise wieder möglich.

Einige Selbsthilfegruppen, die ihr Gründungstreffen in den vergangenen Monaten aufgrund der Pandemie verschieben mussten, konnten dies nun nachholen. Andere bereits bestehende Gruppen können sich nach langer Zeit wieder „in echt“ sehen. Manche haben digital „nachgerüstet“. Es gibt auch Gruppen, die ihre Treffen seit Beginn der Pandemie nicht mehr stattfinden lassen können.

Die Selbsthilfe geht durch bewegte Zeiten. Wir gehen diesen Weg mit Ihnen gemeinsam und freuen uns immer wieder erleben zu dürfen, dass so viele Menschen zusammenkommen, um sich gegenseitig zu unterstützen.

Und nun wünschen wir Ihnen viel Spaß beim Lesen.

„In den kleinsten Dingen zeigt die Natur die allergrößten Wunder“.

Carl von Linné

Ihre Elfi-Gül Hollweck und das Team der KISS Mainz
Petra Tölle, Caroline Gerigk, Carola Beck, Sabine Silz

Sommergruß

Die Freude und das Lächeln sind der Sommer des Lebens

Jean Paul

In diesem Sinne, wünschen wir Ihnen eine schöne Sommerzeit mit unvergesslichen Augenblicken und Genussmomenten.

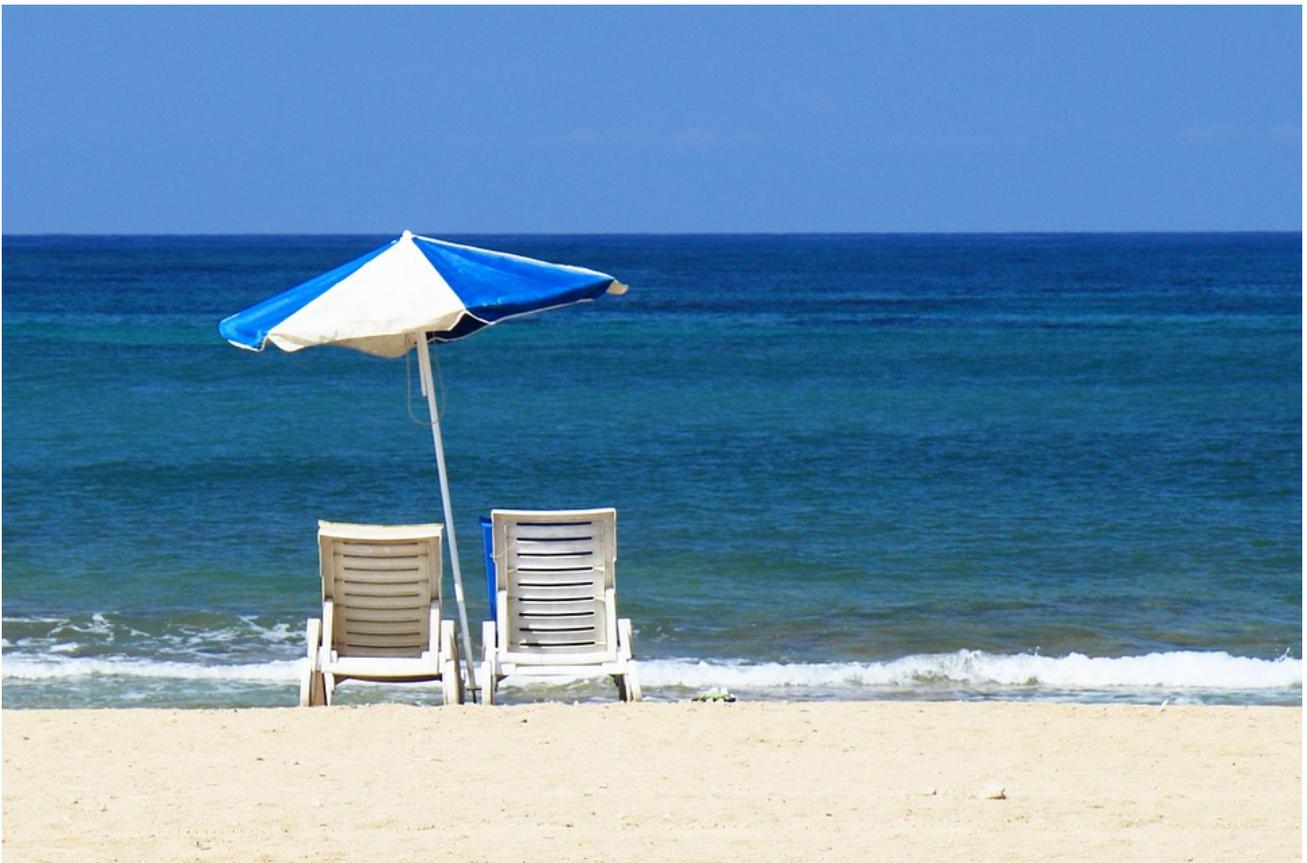


Bild von Pixabay

Selbsthilfe-Gruppentreffen weiterhin möglich

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

WICHTIG: Bitte folgen Sie dem unten zur Verfügung gestellten Link. Hierüber können Sie sich jederzeit selbst ein Bild machen, ob und wie sich Selbsthilfegruppen in Rheinland-Pfalz treffen dürfen. Dies ist insofern wichtig, da Sie unabhängig von unseren Rundschreiben selbstbestimmt über ihre Gruppentreffen entscheiden können.

<https://corona.rlp.de/de/service/rechtsgrundlagen/>

Den Link zur jeweils aktuellen und kompletten Corona-Bekämpfungsverordnung des Landes Rheinland-Pfalz finden Sie auch auf unserer Homepage www.kiss-mainz.de

Sie haben Fragen? Bitte melden Sie sich in Ihrer Kontaktstelle KISS Mainz.
Wir helfen Ihnen gerne weiter.

Neues aus den Selbsthilfegruppen

Hinweis: Aufgrund der anhaltenden Pandemie-Situation, raten wir Ihnen dringend eine vorherige Anmeldung. Zur Kontaktaufnahme steht Ihnen die Selbsthilfekontaktstelle unterstützend zur Seite.

Name der Gruppe:

Selbsthilfegruppe für Eltern von Kindern mit ADS

Gruppengründung



Wir gründen eine Selbsthilfegruppe für Eltern von Kindern mit ADS. Großes Gewicht legen wir auf den gegenseitigen Austausch bei der Bewältigung der ADS-spezifischen Alltagsprobleme. Wir reden über die Schwierigkeiten und suchen Möglichkeiten für uns Eltern und für unsere Kinder den Familienalltag zu meistern.

Zeit:

Freitag, 03.09.2021 um 19:00 Uhr Raum 16

Die Folgetreffen finden jeweils am 1. Montag im Monat um 20.00 Uhr Raum 31 statt.

Das erste Treffen erfolgt am Montag, den 06.09.2021.

Ort:

Volkshochschule der Stadt Worms
Willy-Brandt-Ring 5
67547 Worms

Kontakt:

E-Mail: ADS-Alltag@web.de

Nähere Informationen: KISS Mainz | DER PARITÄTISCHE,
Telefon: 06131-210774, E-Mail: info@kiss-mainz.de

Name der Gruppe:

Erwachsene Pflegekinder und Adoptierte

Gruppengründung

Beschreibung:



In dieser Gruppe können sich erwachsene Pflegekinder und Adoptierte im gleichberechtigtem und wertschätzendem Dialog über Komponenten der eigenen Biografie und Identität miteinander austauschen, beraten und gegenseitig unterstützen. Alle Gruppeninhalte und Gespräche

werden stets vertraulich behandelt. Jede*r von uns hat eine eigene Geschichte und komplexe Erfahrungen hinsichtlich der Fremdunterbringung in einer nicht leiblichen Familie. Wenn du dich als Betroffene*r angesprochen fühlst, bist du herzlich willkommen.

Zeit:

Donnerstag, den 14. Oktober 2021, von 17:30 Uhr bis 19:00 Uhr

Die Termine der anschließenden Treffen werden dann mit der Gruppe vereinbart.

Ort:

Selbsthilfezentrum der KISS Mainz | DER PARITÄTISCHE, Parcusstraße 8, 55116 Mainz, im 1. OG

Kontakt:

E-Mail: shg.mainz@web.de

Nähere Informationen: KISS Mainz | DER PARITÄTISCHE, Telefon: 06131-210774, E-Mail: info@kiss-mainz.de

Name der Gruppe:

Männer-SHG-Bad Kreuznach

Suchen Interessierte

Beschreibung:



Mitteilen-Zuhören-Weiterentwickeln: Man(n) kann manchmal seine Themen nicht innerhalb der Familie oder im Freundeskreis besprechen. Dabei stößt Du an Deine Grenzen und fühlst Dich überfordert oder sogar ohnmächtig? In der Gruppe treffen sich Männer zum Austauschen und Teilen von Erfahrungen. Es können gemeinsam neue Wege gefunden werden, um die eigene Situation zu verbessern Beispiele für alltägliche Probleme könnten sein:

- Persönliche, familiäre oder berufliche Krisen
- Innere Unzufriedenheit, Antriebslosigkeit und/oder anhaltende Gefühle wie Unruhe, Wut, Trauer, Ängste...
- Seelische Probleme

Zeit & Ort: Treffpunkt bitte bei der Kontaktperson der Gruppe oder der KISS Mainz erfragen

Kontakt: David Deichfischer, Tel.: 0160-98 76 46 45
E-Mail: maenner-selbsthilfe-kh@web.de oder

KISS Mainz | DER PARITÄTISCHE
Tel.: 06131-210774, E-Mail: info@kiss-mainz.de und KISS Mainz | DER PARITÄTISCHE - Büro Bad Kreuznach
Tel.: 0671-9200416
E-Mail: kiss-badkreuznach@die-muehle.net

Name der Gruppe:

Neue Wege gehen gegen Depressionen

Neue Gruppe

Beschreibung:



Die Selbsthilfegruppe möchte sich nun wieder gemeinsam mit Betroffenen auf den Weg machen. An der frischen Luft und in der freien Natur können Sie der Depression mit hilfreicher Bewegung begegnen, gemeinsam mit anderen Menschen ins Gespräch kommen und für diese Zeit ihren Alltag hinter sich lassen.

Suchen Interessierte

Zeit: jeden 1. Mittwoch im Monat 15:00 Uhr
Einmal im Quartal Samstag 11:00 Uhr

Ort: Nach Vereinbarung

Kontakt: Egbert
Tel: 0176 – 50 02 92 32
E-Mail: neuwewegegehen@mail.de

Nähere Informationen: KISS Mainz | DER PARITÄTISCHE,
Telefon: 06131-210774, E-Mail: info@kiss-mainz.de

Name der Gruppe:

Sonnenstrahlen – Selbsthilfegruppe für Angehörige von Menschen mit psychischen Erkrankungen / seelischen Erschütterungen, Ingelheim

Suchen Interessierte

Beschreibung:



In der Gruppe können Angehörige einander zuhören und sich austauschen, Fragen stellen, sich helfen und gegenseitig (unter)-stützen. Zudem sind Einladungen von Professionellen aus den Hilfesystemen angedacht.

Zeit:

jeden zweiten Dienstag im Monat, 19:00-21:00 Uhr
1. Treffen ab 14.09.2021

Ort:

Caritas Zentrum Ingelheim
Keltenweg 3 (Nähe Bahnhof)
55218 Ingelheim

Kontakt:

Cordula Hatzig, Tel.: 0176-57 82 05 12
E-Mail: corha@gmx.de oder

Nähere Informationen: KISS Mainz | DER PARITÄTISCHE,
Telefon: 06131-210774, E-Mail: info@kiss-mainz.de

Name der Gruppe:

**„SeelenSchaukel“ –
Selbsthilfegruppe für
betroffene Menschen mit
seelischen Beeinträchtigungen / Besonderheiten / Psychiatrie-Erfahrene, Mainz**

Suchen Interessierte

Beschreibung:

Betroffene können sich über persönliche Erfahrungen austauschen, Fragen stellen, sich helfen und gegenseitig zuhören. Die Themen werden von der Gruppe selbst bestimmt. Zudem wird Sie von ausgebildeten Psychiatrie-Erfahrenen unterstützt und begleitet.



Zeit:

jeden 2. Und 4. Mittwoch im Monat von 18:30-20:30 Uhr

Ort:

(Christuskirche Mainz,
Kaiserstraße 56
55116 Mainz
Matthäussaal, Zugang seitlich über den Hof)

- Derzeit ONLINE -

Kontakt:

Robert Jacobs
Tel.: 06132-5 79 77 66, Mobil: 0163-69 97 58 3
E-Mail: Robert.Jacobs@lagpe-rlp.de

Nähere Informationen: KISS Mainz | DER PARITÄTISCHE,
Telefon: 06131-210774
E-Mail: info@kiss-mainz.de

Name der Gruppe:

Selbsthilfegruppe für Eltern und Angehörige von Kindern mit Schlaganfall im Säuglings-/Kleinkindalter, Mainz

Suchen Interessierte

Beschreibung:



In der Selbsthilfegruppe treffen sich Betroffene und Eltern oder Angehörige von Kindern, die im Säuglings- oder frühen Kindesalter einen Schlaganfall erlitten haben. Sie treffen sich zum gleichberechtigten Austausch untereinander, beraten und helfen sich gegenseitig und unterstützen sich in den jeweiligen Lebenslagen zu verschiedenen Themen.

Zeit:

alle zwei Monate, jeden 2. Donnerstag im Monat um 17:00 Uhr

nächster Termin: 14.10.2021 (voraussichtlich Präsenztreffen)

Ort:

KISS Mainz | DER PARITÄTISCHE, Parcusstraße 8, 55116 Mainz

Kontakt:

Mike Graßmann, Tel. 0157-30 96 81 93, E-Mail: Mike_Grassmann@gmx.de

Nähere Informationen: KISS Mainz | DER PARITÄTISCHE, Telefon: 06131-210774, E-Mail: info@kiss-mainz.de

Name der Gruppe:

SHG Zwänge Mainz

Suchen Interessierte

Beschreibung:



In der Selbsthilfegruppe können sich Betroffene zu den Themen Zwangserkrankungen und Zwangs-Spektrums-Erkrankungen gleichberechtigt untereinander beraten und austauschen, sich helfen und gegenseitig unterstützen.

Zeit: jeden 2. Mittwoch im Monat, 18:00-19:30 Uhr

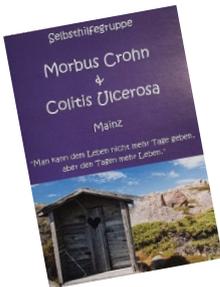
Ort: KISS Mainz | DER PARITÄTISCHE
Parcusstraße 8
55116 Mainz

Kontakt: Nähere Informationen: KISS Mainz | DER PARITÄTISCHE,
Telefon: 06131-210774
E-Mail: info@kiss-mainz.de

Name der Gruppe: **Selbsthilfegruppe Morbus Crohn und Colitis Ulcerosa, Mainz**

Suchen Interessierte

Beschreibung: In der Gruppe können sich Betroffene und Angehörige aller Altersstufen gleichberechtigt untereinander beraten und austauschen, sich helfen und gegenseitig unterstützen. Zudem sind Vorträge zu verschiedenen Themen angedacht.



Zeit: jeden 3. Dienstag im Monat um 18 Uhr

Ort: (KISS Mainz | DER PARITÄTISCHE, Parcusstraße 8, 55116 Mainz),

Kontakt: Gruppe: A. Wölke, K. Witt Tel.: 0176-51 24 26 10
E-Mail: ced.mainz@gmail.com
Nähere Informationen: KISS Mainz | DER PARITÄTISCHE,
Telefon: 06131-210774, E-Mail: info@kiss-mainz.de

Name der Gruppe:

Soziale Phobie, Mainz

Suchen Interessierte

Beschreibung:

In der Selbsthilfegruppe können sich Betroffene gleichberechtigt untereinander beraten und austauschen, sich helfen und gegenseitig unterstützen.

Zeit:

jeden 1. Dienstag im Monat, 17:30-19:30 Uhr

Ort:

(KISS Mainz | DER PARITÄTISCHE
Parcusstraße 8, 55116 Mainz)

- Derzeit ONLINE -

Kontakt:

Nähere Informationen: KISS Mainz | DER PARITÄTISCHE,
Telefon: 06131-210774
E-Mail: info@kiss-mainz.de

Name der Gruppe:

GBS CIDP Selbsthilfe
(Guillain-Barré Syndrom)

Suchen Interessierte

Zeit:

04.11.2021 von 15:00 – 17:00 Uhr

Ort:

Präsenztreffen und Online-Treffen

Kontakt:

Inge Vogl, Tel. 0176-76 72 29 49

E-Mail: i.vogl@gbs-selbsthilfe.orgWebseite: www.gbs-selbsthilfe.org

Nähere Informationen: KISS Mainz | DER PARITÄTISCHE,
Telefon: 06131-210774, E-Mail: info@kiss-mainz.de

Name der Gruppe:

Selbsthilfegruppe für Eltern von Kindern und Jugendlichen mit Diabetes Typ 1: D1ALOG, Bad Kreuznach

Suchen Interessierte

Beschreibung:

Wir sind Eltern von Kindern und Jugendlichen mit Diabetes mellitus Typ 1 und treffen uns zum Austausch über unsere Erfahrungen, Fragen, Tipps und alle Themen, die die Erkrankung unserer Kinder und den Umgang damit betreffen. Der Besuch der Selbsthilfegruppe ist kostenlos und vertraulich.

Zeit & Ort:

jeden letzten Freitag im Monat von 19:00 - 21:00 Uhr (Evangelisch-freikirchliche Gemeinde (Baptisten) Carmerstraße 3, 55543 Bad Kreuznach)

- Derzeit ONLINE -

Kontakt:

Frau Müller, Tel.: 0157-34 80 56 57; E-Mail: d1alog@web.de

Nähere Informationen: KISS Mainz | DER PARITÄTISCHE, Telefon: 06131-210774, E-Mail: info@kiss-mainz.de oder

KISS Mainz | DER PARITÄTISCHE – Büro Bad Kreuznach, Tel.: 0671-9200416,

E-Mail: kiss-bad-kreuznach@die-muehle.net

Name der Gruppe:

Selbsthilfegruppe „PTBS und Trauma“ in Alzey

Suchen Interessierte

Beschreibung



In der Selbsthilfegruppe können sich Betroffene austauschen, sich helfen und gegenseitig unterstützen. Details über die erlebten traumatischen Erfahrungen werden nicht angesprochen, um einer Retraumatisierung vorzubeugen.

Die Teilnahme ist kostenlos, freiwillig und vertraulich.

Darüber hinaus kommt die Gruppe als Ganzes oder in Teilen in unregelmäßigen Abständen zu gemeinsamen Unternehmungen (Kochen, Wandern, Basteln...) zusammen, die meist sonntags stattfinden.

Zeit: Treffen jeden 2. Mittwoch im Monat um 18.00 Uhr

Ort: Mehrgenerationenhaus Alzey
Schlossgasse 13
55232 Alzey

-Präsenz und online-

Kontakt: Nähere Informationen: KISS Mainz | DER PARITÄTISCHE,
Telefon: 06131-210774
E-Mail: info@kiss-mainz.de

Name der Gruppe:

**Wormser Parkinson Treff
WPT**

Suchen Interessierte

Beschreibung:



Wesentliches Ziel der Selbsthilfegruppe ist der Informationsaustausch zur Behandlung und zum Umgang mit Parkinson. Wir möchten Betroffenen und ihren Angehörigen aus Worms und Umgebung eine Plattform bieten, für gegenseitigen Erfahrungsaustausch, Motivation und Hilfestellung im Umgang mit der chronischen Erkrankung im Alltag. Gemeinsam planen wir Aktivitäten wie Sport und Informationsveranstaltungen.

Zeit: Treffen jeden 4. Freitag im Monat um 17:00 Uhr

Ort: (Hotel am Schloßpark
Emmrich Joseph Straße 11-13
67550 Worms-Herrnsheim

Kontakt: Angela E. Tel.: 06131-672890, Mobil: 0179-6 93 49 05
oder Mathias H. Tel.: 0176-68 61 94 99
E-Mail: wormserparkinsontreff@gmail.com

Nähere Informationen: KISS Mainz | DER PARITÄTISCHE,
Telefon: 06131-210774, E-Mail: info@kiss-mainz.de

Name der Gruppe:

**Selbsthilfegruppe
„Depressionen“
Emmelshausen**

Suchen Interessierte

Beschreibung:



Wir möchten uns bei unseren regelmäßigen Treffen unterstützen und uns austauschen. Zum Beispiel zu den Themen: Alltagsgestaltung/Leben mit der Krankheit, Medikamentenerfahrung, Therapeutensuche, Akuteinweisung etc. Es findet keine therapeutische Begleitung statt.

Zeit:

jeden Donnerstag um 18:00 Uhr (je nach Wetter draußen)

Ort:

Emmelshausen (Örtlichkeit erfahren Sie gerne auf Anfrage)

Kontakt:

Kristin Liesenfeld; 0176-64 00 14 53,
SelbsthilfegruppeEmmelshausen@web.de

Nähere Informationen: KISS Mainz | DER PARITÄTISCHE,
Telefon: 06131-210774, E-Mail: info@kiss-mainz.de

Name der Gruppe:

**Gem(einsam)
Selbsthilfegruppe für junge Erwachsene mit Sozialphobie
(im Alter von 20 -29 Jahren)**

Suchen Interessierte

Beschreibung:



In dieser Gruppe können sich junge Erwachsene (im Alter von 20 bis 29 Jahren) gleichberechtigt über die Themen sozialer Phobie und Einsamkeit austauschen, sich gegenseitig beraten, helfen und unterstützen.

- Zeit: Jeden 2. und 4. Montag von 17 – 18.30 Uhr online
Oder aber zweimal monatlich nach Absprache
- Ort: Sollte es aufgrund der Corona-Pandemie weiterhin Einschränkungen geben, bleibt das Treffen Online. Bitte vorher anmelden, um die Zugangsdaten und alle weiteren Informationen zu erhalten
- Kontakt: Valeria
E-Mail: selbsthilfe-gemeinsam@outlook.de
- Nähere Informationen: KISS Mainz | DER PARITÄTISCHE,
Telefon: 06131-210774, E-Mail: info@kiss-mainz.de
-

Datenaktualisierung

Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Freundinnen und Freunde der Selbsthilfe,
im Rahmen der Datenschutzgrundverordnung
(DSGVO) sind wir **verpflichtet**, Ihre Daten zu
pflegen.



Wir möchten Sie bitten, uns alle Änderungen bezüglich der Selbsthilfegruppen bzw. Pflege-
selbsthilfegruppen mitzuteilen, z.B.:

- Änderung von persönlichen Daten (z.B. Adresse, Telefonnummer, E-Mail-Adresse)
- Änderung von freigegebenen Kontaktdaten für Hilfesuchende
- Änderung des ersten oder zweiten Ansprechpartners
- Änderungen zu den Gruppentreffen (z.B. Treffpunkt, Zeitpunkt)
- Änderung des Themas der Gruppe
- **Auflösung der Gruppe**

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

**Ohne Ihre Auskunft über Änderungen bleiben Ihre (alten) Daten in unserer Da-
tenbank und können nicht geändert oder gelöscht werden.**

Nähere Informationen zu unserer Arbeit, zum Datenschutz sowie den **Datenbogen als be-
schreibbare PDF** finden Sie auf unserer Homepage unter:

<https://www.selbsthilfe-rlp.de/kiss-mainz/datenaktualisierung>

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

KISS Mainz | DER PARITÄTISCHE
Parcusstraße 8
55116 Mainz

Vielen Dank für Ihre Mitarbeit!

Derzeit erstellen wir einen **Selbsthilfewegweiser/Beratungsführer**, in dem möglichst alle Selbsthilfegruppen und Beratungsstellen veröffentlicht werden sollen. Wenn Sie Interesse haben, in dem Wegweiser mit aufgelistet zu werden, haben Sie die Möglichkeit dies auf Seite 3 des Datenbogens entsprechend anzukreuzen.

Post-Covid-Syndrom

Auch **nach überstandener Covid-19 Erkrankung** können **Beschwerden** über einen langen Zeitraum bestehen bleiben oder **Spätfolgen** auftreten. **Anlaufstellen für Betroffene** sind **selten**. Es gibt bundesweit bereits **Selbsthilfegruppen**, die dies ändern möchten. Auch in Rheinland-Pfalz schließen sich Betroffene zum Austausch zusammen.

Die **vier Selbsthilfekontaktstellen in Rheinland-Pfalz** möchten Menschen, die von Langzeitfolgen von Covid-19 betroffen sind, dabei **unterstützen** sich mit anderen Betroffenen in **Selbsthilfegruppen** über ihre **Erfahrungen auszutauschen**.

Am 30.06.2021 fand dazu ein **digitale Informationsveranstaltung** über den Krankheitsverlauf und die zielgerichtete Behandlung von Langzeitsymptomen der Covid-19-Erkrankung sowie **Möglichkeiten der gesundheitsbezogenen Selbsthilfe** statt. Zahlreiche Interessierte nahmen an dem Online-Vortrag mit anschließender Fragerunde teil.

Wenn Sie am **Austausch mit anderen Betroffenen** zu diesem Thema interessiert sind, sprechen Sie die Mitarbeiter*innen der KISS Mainz gerne an.

E-Mail: info@kiss-mainz.de Tel.: 06131/210774

Interessierte gesucht – COPD-Selbsthilfegruppe in Mainz

Die KISS Mainz sucht für die mögliche Gründung einer Selbsthilfegruppe für Betroffene von COPD nach Interessierten.

Bitte melden Sie sich bei uns.

KISS Mainz | DER PARITÄTISCHE,
Telefon: 06131-210774,

E-Mail: info@kiss-mainz.de

Deutsche Rheuma-Liga

Virtueller Seltenen-Gesprächskreis

Selten - aber nicht allein!

Im Frühjahr 2021 hat die Deutschen Rheuma-Liga, Landesverband Rheinland-Pfalz einen Gesprächskreis für Menschen mit seltenen rheumatischen Erkrankungen gegründet. Der Gesprächskreis „Selten -aber nicht allein“ richtet sich an Menschen mit Kollagenosen -wie Lupus Erythematodes, Sjögren, Sklerodermie, Mischkollagenosen- aber wir wollen auch Betroffene mit Vaskulitis, Polymyalgica Rheumatica etc. ansprechen.

Aufgrund der Pandemie findet der Gesprächskreis zunächst als Online Austausch „von Betroffenen für Betroffene“ per Videochat statt. Dabei soll herausgestellt werden, wie wichtig die Selbsthilfe auf dem persönlichen Weg durch die chronische Erkrankung eines jeden Betroffenen ist. Es geht dabei um Akzeptanz, Respekt, Verständnis und die Möglichkeit, selbst aktiv zu werden und das eigene Leben selbst in die Hand zu nehmen. Aber es geht auch um die Beantwortung der vielen Fragen der Teilnehmer. Im Austausch der Betroffenen werden zahlreiche Emotionen spürbar: Da gibt es viele Unsicherheiten, Ängste und Verzweiflung. Aber wir können auch spüren, wie viel Kraft in den Teilnehmern steckt und welchen Willen sie dadurch aufbringen, um ihr Leben mit einer chronischen Erkrankung selbst zu gestalten und ihren eigenen Weg mit der und durch die Krankheit zu finden.



Es ist sehr beschwerlich, allein zu sein mit einer seltenen rheumatischen Erkrankung, denn man hat oftmals niemanden, mit dem man sich austauschen kann, um Verständnis und Trost zu finden und an Informationen zu kommen. Daher tauchte der Wunsch nach einem Gesprächskreis in den letzten Jahren immer häufiger auf.

Wir planen regelmäßige Treffen -ob nun per Video-Chat oder als Präsenz-Veranstaltung. Wenn Sie betroffen sind und Interesse haben, auch in die Gesprächskreis-Gruppe zu kommen, melden Sie sich bitte per Mail an seltene@rheuma-liga-rlp.de oder per Telefon bei Frau Besic unter 02641-919094 oder Frau Solbach unter 06131-240772. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme.

Ökumenische Hospizarbeit Rhein-Selz e.V. veröffentlicht Hospizmitteilung Ausgabe 22

Für alle Interessierten ist die Ausgabe 22 unter folgendem Link abrufbar:

https://www.hospiz-rhein-selz.org/fileadmin/hospiz/dokumente/hospiz_mitteilung/2021/hospiz_mitteilung_ausgabe_022.pdf

Trauma-Trainings – „Hilfe für Helfende“



Gemeinsame Pressemeldung

Mainz und Eisenberg, 16.08.2021

Hilfe für Helfende der Flutkatastrophe

Unter dem Motto „Hilfe für Helfende der Flutkatastrophe“ steht die gemeinsame Veranstaltungsreihe des Paritätischen Rheinland-Pfalz/Saarland sowie der Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe (KISS-Mainz) und der AOK Rheinland-Pfalz/Saarland – Die Gesundheitskasse. Das Frühinterventionskonzept ist ein **Angebot für Helferinnen und Helfer**, die bei ihrem **Einsatz** sehr **belastenden Situationen** ausgesetzt waren.

Die schrecklichen Unwetterereignisse von Mitte Juli machen fassungslos – erst nach und nach wird die ganze Dimension sichtbar. Die erschütternden Auswirkungen der Katastrophe sind nur durch den **unermüdlichen Einsatz der vielen Helferinnen und Helfer** zu bewältigen. Unzählige, teils ehrenamtliche Einsatz- und Rettungskräfte aus Feuerwehr, THW, Polizei, Hilfsorganisationen und Bundeswehr und viele Freiwillige leisteten Soforthilfe. Helfende gelangen mitunter an die **Grenzen ihres Leistungsvermögens**. Die Schilderungen aus dem Katastrophengebiet machen deutlich, dass sie sicherlich noch lange durch die schrecklichen Erlebnisse belastet sein werden und dringend Unterstützung benötigen, um **sekundären Traumata vorzubeugen**.

Die engagierten Helferinnen und Helfer dürfen jetzt nicht vergessen werden. Sie sind oftmals auf die schockierenden Bilder und Situationen sowie die **Arbeit mit traumatisierten Menschen** kaum vorbereitet. Somit fällt es ihnen schwer, adäquat mit dem Erlebten umzugehen. **Ziel** ist es, **den Helfenden geeignetes Rüstzeug für ihre so wichtige Arbeit und zur eigenen Gesunderhaltung mitzugeben**“, erklärt Dr. Martina Niemeyer, Vorstandsvorsitzende der AOK Rheinland-Pfalz/Saarland – Die Gesundheitskasse. Daher sollen im Rahmen von **vier zweitägigen Trainings zur Trauma-Prävention im September und Oktober** Helfende in die Lage versetzt werden, **traumarelevante**

Belastungen zu erkennen und besser zu **verstehen**. In Kleingruppen werden **trauma-distanzierende Techniken** eingeübt und die Teilnehmenden bekommen Gelegenheit über ihre Erfahrungen zu sprechen.

„Die Helferinnen und Helfer waren von Anfang an zur Stelle und leisten bis heute großartige Hilfe – oft bis an die Grenzen der Belastbarkeit oder auch darüber hinaus. Es ist für mich ein Ausdruck des Respekts und der Wertschätzung, dass wir für diese Menschen jetzt auch „Hilfe für Helfende“ anbieten“, so Michael Hamm, Landesgeschäftsführer des Paritätischen Rheinland-Pfalz/Saarland.

Das erste Training zur Traumabewältigung findet am 6. und 7. Oktober in Edesheim statt. Die nächsten Termine sind am 11. und 12. Oktober in Daun, am 13. und 14. Oktober in Kirchberg/Hunsrück und am 26. und 27. November in Koblenz. Die Maßnahme wird aus Mitteln der Selbsthilfeförderung der AOK Rheinland-Pfalz/Saarland unterstützt.

Information erhalten Sie unter: KISS Mainz 06131 210 772, info@kiss-mainz.de oder WeKISS Westerburg, 02663 2540 oder info@wekiss.de.

Anmeldung und weitere Infos unter: <https://www.selbsthilfe-rlp.de/kiss-mainz/termine>

Wir stellen uns vor

Deutsche Hirnstiftung

Liebe Engagierte,

Schlaganfall, Demenz, Parkinson, Multiple Sklerose – immer mehr Menschen sind von neurologischen Problemen wie diesen betroffen. Um sie zu unterstützen, wurde 2019 die Deutsche Hirnstiftung e.V. auf Initiative der Deutschen Gesellschaft für Neurologie gegründet.

Die Deutsche Hirnstiftung berät Patientinnen, Patienten und Angehörige online und am Telefon zu allen neurologischen Fragen – auf Basis des neusten medizinischen Wissens. Finanziert wird dieses unabhängige, kostenfreie Angebot durch Mitgliedsbeiträge und Spenden. Unsere wichtigsten Unterstützer sind Ärztinnen, Ärzte, Kliniken, Patientenorganisationen und Privatleute.

Betroffene und Selbsthilfegruppen finden bei uns folgendes Angebot:

- [Onlineberatung](#)
- finanzielle [Förderung](#)
- [Details](#) zu Erkrankungen
- monatliche [Telefonberatung](#) (im Mai u.a. zu Schlaganfall und MS)

Einen schnellen Überblick zur Deutschen Hirnstiftung bekommen Sie bei Youtube [in unserem kleinen Film.](#)

[Die Deutsche Hirnstiftung - Bewusstsein schaffen. Unterstützung geben. - YouTube](#)

Unser Präsidium im Kurzfilm zur Deutschen Hirnstiftung e.V.



Für alle organisatorischen Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung unter: 030 / 531 437 936 (Montag bis Freitag, 10–14 Uhr) oder info@hirnstiftung.org

Hier können Interessierte auch Faltblätter zur Hirnstiftung und vielen neurologischen Erkrankungen bestellen. Wir freuen uns sehr über Ihre Mithilfe, unser kostenfreies Angebot bei Betroffenen und Angehörigen bekannter zu machen.

Ihr Team der Deutschen Hirnstiftung

P. S.: Über Neuigkeiten aus der Forschung berichten wir laufend in den Sozialen Medien. Folgen Sie uns bei [Facebook](#), [Twitter](#), [Instagram](#) oder abonnieren Sie unseren [Newsletter](#).

Deutsche Hirnstiftung e.V.

Reinhardtstraße 27 | 10117 Berlin

www.hirnstiftung.org



Digitales Angebot für Mainzer Alleinerziehende: Café Luise

Der Verband Alleinerziehender Mütter und Väter RLP e.V. hat ein neues Online-Angebot: regional und digital soll das Café Luise allen Mainzer Alleinerziehenden (und Umgebung) Raum geben, die an einem Austausch untereinander interessiert sind. Die Teilnehmer*innen geben die Themen vor und können sich informieren, austauschen und lernen andere Alleinerziehende in Mainz und Umgebung kennen. Der Fokus liegt auf Selbstreflektion und solidarischer Unterstützung durch andere Alleinerziehende. Machen Sie es sich auf dem Sofa gemütlich und schalten Sie sich gerne bei einem guten Getränk dazu! Das Café Luise findet jeweils am ersten Montag im Monat um 20.00 Uhr statt.

Jetzt NEU: Unsere Online-Beratung für Alleinerziehende in Rheinland-Pfalz!

www.onlineberatung.vamv-rlp.de



Verband Alleinerziehender Mütter und Väter, Landesverband RLP e. V.

Kaiserstraße 29, 55116 Mainz

Tel.: 06131-61 66 33

Fax: 06131-97 11 689



Jahrestermine 2021

Planung nach heutigem Stand

| Datum | Veranstaltung | |
|--|---|-----------------------|
| 29. August <i>hat wie geplant stattgefunden</i> | Ehrenamtstag Bad Kreuznach <i>einen Bericht finden Sie in der nächsten Ausgabe</i> | Präsenz / Virtuell |
| 23. November | Selbsthilfe im Dialog RLP/Saarland Ingelheim | Präsenz / virtuell |
| 01. Dezember | Selbsthilfe im Dialog RLP/Saarland Saarbrücken | Präsenz / virtuell |
| voraussichtlich Herbst 2021 | Gesamttreffen (Beratungsgebiet KISS Mainz) | virtuell |

Bundesweiter Selbsthilfe-Kunstpreis 2021

Nähere Informationen unter

<http://www.art-transmitter.de/index.php?tp=22>

Bad Kreuznacher Gesundheitsforum am 6. Oktober, 19 Uhr Moderne Therapieformen der Hüft- und Kniegelenksarthrose

Ab wann ist eine Operation notwendig und welche Operationsmethode ist für wen geeignet? Im Rahmen der Vorträge wird die Arthroseerkrankung erläutert und die verschiedenen Therapieformen, mit dem Schwerpunkt der operativen Therapie, übersichtlich und patientengerecht dargestellt.

Die beiden Experten Dr. med. Peter Garay, Leitender Arzt der Sektion Unfallchirurgie/Endoprothetik am Krankenhaus St. Marienwörth und Dr. med. Christoph Meister, Sportmediziner und Konsiliararzt mit dem Spezialgebiet Endoprothetik von Knie- und Hüftgelenk am Krankenhaus St. Marienwörth in Bad Kreuznach, beantworten gerne im Anschluss die Fragen aus dem Publikum.

Referenten:

Dr. med. Peter Garay, Leitender Arzt der Sektion Unfallchirurgie/Endoprothetik am Krankenhaus St. Marienwörth

Dr. med. Christoph Meister, Sportmediziner und Konsiliararzt mit dem Spezialgebiet Endoprothetik von Knie- und Hüftgelenk am Krankenhaus St. Marienwörth

Veranstaltungsort:

Haus des Gastes, Kurhausstraße 22 - 24, 55543 Bad Kreuznach

Eintritt frei

In Zusammenarbeit mit dem Krankenhaus St. Marienwörth, der Volkshochschule Bad Kreuznach und der Gesundheit und Tourismus für Bad Kreuznach GmbH (GuT)

Das Sucht-Selbsthilfe-Angebot der „Sober-Guides“

Ein bundesweites digitales Hilfeangebot der Guttempler in Deutschland e.V.,
gefördert durch die BARMER:

Die SoberGuides sind geschulte und ehrenamtlich tätige cleane Süchtige, die aus Ihren persönlichen Erfahrungen mit der Sucht und dem Weg aus der Sucht schöpfen und mit den Hilfesuchenden „dieselbe Sprache“ sprechen können. Seit Mitte 2020 betreuen sie Hilfesuchende aus dem ganzen Bundesgebiet. Das Angebot ist anonym, suchtförmübergreifend und kostenfrei.

Eine Besonderheit des Selbsthilfeangebotes ist, dass sich Hilfesuchende direkt über die Homepage www.soberguides.de zeit- und ortsunabhängig ihre*n ehrenamtliche*n Begleiter*in selbst aussuchen können. Dies macht das Angebot nicht nur für jüngere und mobilitätseingeschränkte Personen attraktiv, sondern ermöglicht auch in Zeiten der Pandemie einen niedrigschwelligen Einblick in die Angebote der Suchtselbsthilfe.

Kontakt zu einem oder einer SoberGuide können die Hilfesuchenden zunächst telefonisch während der Sprechzeiten oder per eMail aufnehmen. Im Anschluss wird die weitere Begleitung individuell abgesprochen. Möglich sind Einzel- und Gruppenberatungen, digital oder face-to-face, und suchtmittelfreie Freizeitangebote. Auf Wunsch werden Hilfesuchende auch in wohnortnahe Selbsthilfegruppen vermittelt. Welche Begleitung gewünscht wird, hängt dabei ganz von den Bedürfnissen der Hilfesuchenden ab.

Podcast der „Sober-Guides“:

JedeWoche, immer am Sonntagnachmittag, gibt es eine neue Episode: Dafür trifft Moderator Roman interessante Menschen und führt mit ihnen spannende und informative Gespräche rund um das Thema Sucht.

Alle Episoden können kostenfrei unter www.soberradio.de sowie auf allen gängigen Podcast-Portalen angehört werden. Hören Sie gerne einmal beim „SoberRadio“ über www.soberradio.de rein und schauen Sie auf der Homepage www.soberguides.de vorbei!

Neues aus der Pflegeselbsthilfe

Name der Gruppe:

Pflegeselbsthilfegruppe Pflegende Angehörige Alzey-Worms

Suchen Interessierte

„Zusammen neue Ausblicke gewinnen“

Beschreibung:



Die Gruppe dient dem Austausch über die praktischen Erfahrungen im täglichen Zusammenleben mit den Angehörigen.

Es gibt Gelegenheit, sich über Fragen auszutauschen, die täglich konkret bei der Pflege entstehen und Anregungen und Tipps, wie ich mir als Angehörige*r und der zu pflegenden Person das Leben leichter machen kann.

Was soll ich und kann ich tun, um einer mentalen und physischen Überforderung vorzubeugen?

Zeit:

Dienstags 17:00 Uhr

regelmäßig nach Absprache

Ort:

Online über den Videokonferenzraum des Kontaktbüros PflegeSelbsthilfe. Später in Präsenz.

Kontakt:

Nähere Informationen und Anmeldung über: Kontaktbüro PflegeSelbsthilfe c/o KISS Mainz | DER PARITÄTISCHE, Telefon: 06131-143 30 92, E-Mail: pflegeselbsthilfe@kiss-mainz.de

Kontaktbüro PflegeSelbsthilfe - Gemeinsam leichter durchs Leben



Kontakte finden, in PflegeSelbsthilfegruppen zusammenkommen, sich über Fördermöglichkeiten informieren: An- und Zugehörige und Menschen, die selbst gepflegt werden, können in diesen Fragen auf die Kontaktbüros PflegeSelbsthilfe zählen. PflegeSelbsthilfegruppen unterstützen dabei die eigenen Ressourcen zu stärken, der Pflegesituation überlegt zu begegnen und eigene Grenzen zu erkennen und zu wahren.

Weggemeinschaften für Pflegebedürftige und pflegende Angehörige

In PflegeSelbsthilfegruppen begegnen sich die Teilnehmer*innen auf Augenhöhe und finden Entlastung und Verständnis. Eine Auszeit finden, für sich selbst sorgen, hilfreiche Informationen und Erfahrungen austauschen, Sorgen von der Seele reden, sich gegenseitig Kraft und Mut zuzusprechen: das alles wird zu einer wertvollen Hilfe. Vom Austausch über hilfreiche Leistungen und Unterstützungsangebote profitieren alle Teilnehmer*innen. Die Gemeinschaft stärkt. Die eigene Zeit bewusst planen und gemeinschaftlich Entlastungsangebote und Fachexperten in Anspruch zu nehmen beugt vor, dass Pflegende selbst erkranken.

Im Kontaktbüro PflegeSelbsthilfe der KISS Mainz berät und informiert die pädagogische Mitarbeiterin Carola Beck unentgeltlich und vertraulich über Gruppen im Aufbau und bestehende Gruppen im Bereich der Pflegeselbsthilfe. Sie ist in vielfältigen fachbezogenen Netzwerken zum Thema Pflege aktiv.

Die Mitarbeiterinnen unterstützen bei:

- der Gründung und dem Aufbau von Selbsthilfegruppen
- Beratung zu Möglichkeiten der Förderung
- Öffentlichkeitsarbeit für und mit PflegeSelbsthilfegruppen
- Vermittlung von Referenten rundum das Thema Pflege

Kontaktbüro PflegeSelbsthilfe Rheinland-Pfalz, Mainz

Carola Beck

c/o KISS Mainz | DER PARITÄTISCHE

Parcusstraße 8, 55116 Mainz

Tel. 06131 – 1 43 30 92

PflegeSelbsthilfegruppen werden in Rheinland-Pfalz mit dem Ziel gefördert, pflegende Angehörige zu entlasten. Im Mittelpunkt steht das Thema Pflege und so treffen sich Pflegebedürftige und/oder pflegende An- und Zugehörige gefördert nach **§ 45 SGB XI** in Abgrenzung zur gesundheitsbezogenen Selbsthilfe (nach § 20 SGB V). Eine Förderung ist Möglich ist für PflegeSelbsthilfegruppen eine Förderung von bis zu 1.200 € im Jahr. Sie wird getragen durch das Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demografie RLP und die gesetzlichen sowie privaten Pflegekassen.



Auszeit im Online-Pflegecafé

RHEINLAND-PFALZ. **Zusammenkommen, Kraft tanken:** Die **Kontaktbüros PflegeSelbsthilfe** der WeKISS Westerburg und der KISS Mainz des Paritätischen Landesverbandes Rheinland-Pfalz/Saarland laden **alle 6 Wochen** zum **Online-Café WIRtuell** ein.

Nächster Termin: Mittwoch, 15.09.2021 von 15.00 Uhr – 16.30 Uhr

Anmeldung auf www.pflegeselbsthilfe-rlp.de unter Aktuelles/ Termine Mainz.

Wer über längere Zeit pflegt, kann an seine körperlichen und psychischen Grenzen kommen. Was tut gut? Sich **mit Gleichgesinnten auszutauschen, Erfahrungen zu teilen** und auch mal „**Dampf ablassen**“ zu können – das stärkt die eigenen Ressourcen und kann **neue Perspektiven erwecken**.

Pflegende Angehörige und vergleichbar Nahestehende, die sich noch nicht in einer Pflegeselbsthilfegruppe in Präsenz treffen oder auch bei der Gründung einer eigenen Gruppe behilflich sein möchten, sind herzlich eingeladen, sich online zusammenzuschalten.

Gemeinsam können Sie eine **Auszeit vom Pflegealltag** nehmen und im **Miteinander** herausfinden, was füreinander getan werden kann. Wo haben Sie Unterstützung erfahren? Was fehlt und was wünschen sie sich für die Zukunft.

Ausdrücklich eingeladen sind auch alle, die **bisher noch keine Übung** mit der Teilnahme an einer Veranstaltung über ein **Videokonferenzsystem** haben. Sie haben Gelegenheit, vor der Veranstaltung eine **individuelle Einweisung per Telefon** zu erhalten – dazu ist eine Terminvereinbarung mit dem Kontaktbüro PflegeSelbsthilfe erforderlich.

Kontaktbüro PflegeSelbsthilfe Rheinland-Pfalz, Mainz

Carola Beck

c/o KISS Mainz | DER PARITÄTISCHE

Parcusstraße 8, 55116 Mainz

Tel. 06131 – 1 43 30 92

Anspruch auf Pauschale ist vielen unbekannt

Der Sozialverband VdK informiert:

Pflegebedürftige ab PG 1, haben **Anspruch auf eine monatliche Pauschale für Pflegehilfsmittel zum Verbrauch**. Diese wurde bis Jahresende von 40 auf 60 Euro angehoben. Damit soll während der Corona-Pandemie die häusliche Pflege gestärkt werden.

Vollständiger Artikel abrufbar über die Homepage:

https://www.vdk.de/deutschland/pages/themen/pflege/82028/anspruch_auf_pauschale_ist_vielen_unbekannt?dscc=essenc&dscc=ok

Pflege von Angehörigen lohnt sich auch für die Rente

Die **Pflege von Familienangehörigen** bedeutet für Sie als Pflegende oft ein **Zurückstecken im Beruf** – manchmal sogar die komplette Berufsaufgabe. Trotzdem übernehmen meist Sie, als Ehepartner, Geschwister oder Kinder, die Pflege Ihrer Angehörigen. Diesen Einsatz belohnen wir.

Deshalb zahlt die **Pflegeversicherung** für Sie als pflegende Angehörige **unter bestimmten Voraussetzungen Beiträge zur Rentenversicherung**. Zahlreiche nicht erwerbsmäßig tätige Pflegepersonen sind auf diese Weise durch die gesetzliche Rentenversicherung geschützt. Das alles kostet Sie keinen Cent.

Vollständiger Artikel abrufbar über die Homepage:

https://www.deutsche-rentenversicherung.de/DRV/DE/Rente/Familie-und-Kinder/Angehoe-rige-pflegen/angehoerige-pflegen_node.html

Benefizveranstaltung zu Gunsten des Frauenzentrums 11.09.2021

Feiern im Mainzer Kultur Garten am Schloss zu Gunsten des Frauenzentrums Mainz e.V.

Der **Förderverein des Frauenzentrums Mainz e.V.** lädt am **11.09.2021 von 15 - 22 Uhr** zu einer **Benefizveranstaltung** zu Gunsten des **Frauenzentrums Mainz e.V.** ein. **Alle** sind eingeladen, gemeinsam bei Musik, einem guten Getränk und mehr einen schönen Nachmittag und Abend zu verbringen. Dabei werden Sie musikalisch begleitet von **DJane Jasmin sowie DJanes Løra Papi & Genie** von kwier getanzt. **Schmitt & Schulz** unterhalten mit ihren »performative walking acts« und regen zum Schmunzeln und Nachdenken an. Den Höhepunkt des Abends bildet der Auftritt von **Finkbass**, Solo Artist mit E-Bass. Wenn Finkbass spielt, schmilzt das Hier & Jetzt.

Das **Frauenzentrum ist ein feministisches Zentrum**, welches es bereits seit **47 Jahren in Mainz** gibt. Das **vielfältige und umfassende Angebot** beinhaltet Beratung, Bildung und Information, Kultur und Freizeit, sowie frauenpolitische Aktionen. Zahlreiche ehrenamtlich Engagierte und die Mitarbeiterinnen setzen sich jedes Jahr für die Umsetzung eines breit gefächerten Angebotes und den Erhalt des Frauenzentrums ein.

Die Corona-Pandemie ist auch am Frauenzentrum nicht spurlos vorbeigezogen. Sie sind dankbar für jeden Euro, der die Arbeit des Zentrums unterstützt.

Das Programm des Abends:

Finkbass

Dabei legt Finkbass den Fokus stets auf gutes Songwriting und stärkende Botschaften. Auch live lässt die Künstler*in keinen Zweifel daran, dass es ihr um queere Sichtbarkeit und Empowerment geht. Eine spannende Mischung aus Musikalität, Spielfreude und Aktivismus, die das Publikum in ihren Bann zieht.

DJane Jasmin

DJane Jasmin ist seit über 25 Jahren fest in der regionalen Party-Szene verankert und hat bereits Mitte der 90er beim Mainzer Frauenziegeleifest aufgelegt.

www.beat-complete.com

DJane Løra Papi & Genie kwier getanzt

DJane Løra Papi lässt wahlweise die Roaring Twentys mit Electro Swing Mix aufleben oder kreiert einen Gute-Laune-Klang-Teppich aus Indie, Pop und elektronischen Sounds.

DJane Genie setzt ihrem eingängigen FemPop Sound diesmal eine gehörige Portion Disco-Grooves zu. Elektronisch Funk und divers solls sein.

Beide sind Teil des queeren Party Kollektivs kwier getanzt.

Schmitt & Schulz pad - performance art depot

Schmitt& Schulz kreieren ihre Walking Acts jedes Mal neu und nehmen dabei die spezielle Atmosphäre der Orte, die sie bespielen auf.

Bankverbindung: Mainzer Volksbank

IBAN: DE21 5519 0000 0330 8220 16 | BIC: MVBMD55

Kontakt:

Frauenzentrum Mainz e.V.

Kaiserstraße 59-61

55116 Mainz

Tel: 06131-221263

fz@frauenzentrum-mainz.de

www.frauenzentrum-mainz.de

„NEBENAN. Jüdische Mainzerinnen aus sieben Jahrhunderten“ Ein Theaterspaziergang

<https://www.mainz.de/verwaltung-und-politik/beiraete-beauftragte/nebenan.php>

An drei Sonntagen im September und Oktober auf den Spuren jüdischer Mainzerinnen vom 14. bis zum 20. Jahrhundert:



Landeshauptstadt
Mainz

Nebenan

Jüdische Mainzerinnen aus
sieben Jahrhunderten.
Ein Theaterspaziergang

19., 26. September und 3. Oktober 2021

Projektgruppe Sommertheater

Einige Namen aber stechen hervor – und ihnen ist der Theaterspaziergang gewidmet. Zu ihnen zählen Bruna aus dem 14. Jahrhundert, Goldchen von Nürnberg (15. Jahrhundert),

Die Vorstellungstermine

Sonntag, 19. September 2021, Sonntag 26. September 2021, Sonntag, 3. Oktober 2021, jeweils 13 und 15 Uhr (weitere Uhrzeiten möglich). Treffpunkt ist am Haus des Erinnerns, Flachmarktstraße 36, 55116 Mainz. Bei starkem Regen entfällt der Theaterspaziergang.

Karten gibt es zum Preis von 20 Euro/ermäßigt 16 Euro ausschließlich im Vorverkauf unter www.mainzer-kammerspiele.de, Telefon 06131 – 225002.

Zu den aktuellen Hygiene- und Abstandsregelungen: www.mainzer-kammerspiele.de

Aufruf zum Fotowettbewerb "Ihr Bild gegen Gewalt an Frauen"

Fotowettbewerb „Ihr Bild gegen Gewalt“

<https://www.mainz.de/verwaltung-und-politik/beiraete-beauftragte/fotowettbewerb.php>



Landeshauptstadt
Mainz

Landeshauptstadt Mainz

Frauenbüro

Landeshauptstadt Mainz

Postfach 38 20

55028 Mainz

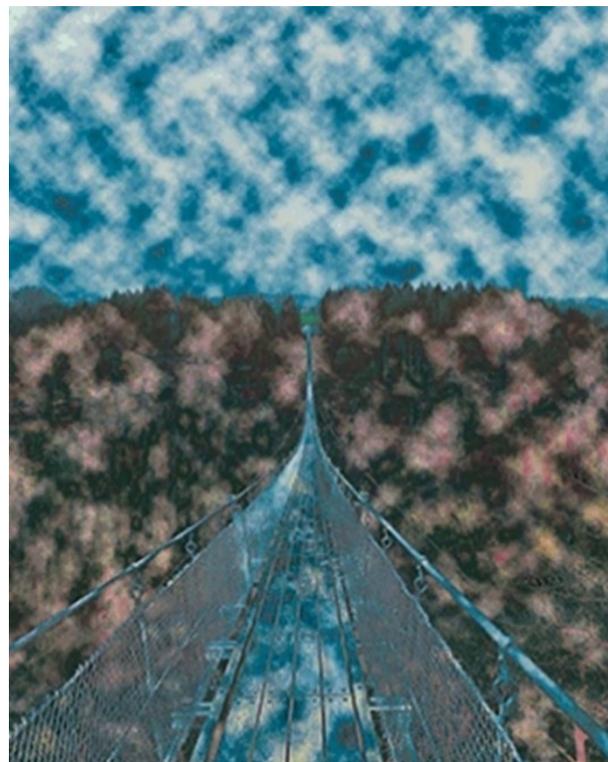
Stadthaus Große Bleiche

Große Bleiche 46/Löwenhofstraße 1

Tel. 06131 12-2175

Fax 06131 12-2707

<http://www.mainz.de/frauenbuero>



Passend zum 30jährigen Bestehen des Arbeitskreises Gewalt an Frauen und Mädchen lädt das Frauenbüro der Landeshauptstadt Mainz bundesweit Amateur- und Profi-Fotografinnen ab 16 Jahren herzlich zur Teilnahme am Fotowettbewerb "Ihr Bild gegen Gewalt!" ein. Gesucht werden ausdrucksstarke Motive gegen Gewalt an Frauen – aufgenommen aus der ganz persönlichen Perspektive der Fotografinnen.

30 Jahre Arbeitskreis Gewalt an Frauen und Kindern - Aktionen im Jubiläumsjahr

Informationen finden Interessierte unter www.mainz.de/30-jahre-akgewalt



Kontakt:

Frauenbüro Landeshauptstadt Mainz | Stadthaus Große Bleiche |

Große Bleiche 46/Löwenhofstraße 1 | 55116 Mainz

Tel. 06131 12-2175, E-Mail: frauenbuero@stadt.mainz.de

Pressemitteilungen des PARITÄTISCHEN Landesverbandes

Spendenaufruf des Paritätischen: Solidarität und Hilfe für vom Hochwasser betroffene Menschen und soziale Einrichtungen und Dienste



Starkregen und **Hochwasser** haben in vielen Regionen des Landes, insbesondere in Nordrhein-Westfalen und Rheinland-Pfalz, **verheerende Schäden** angerichtet. Während in einigen Städten der Wasserstand nun wieder sinkt und die Aufräumarbeiten beginnen, bangen andere noch um die Stabilität von Häusern. Noch immer sind manche Orte nicht erreichbar und das volle Ausmaß der Katastrophe noch kaum zu erfassen.

Betroffen sind nicht nur **Menschen in ihren Wohnungen**, sondern auch **zahlreiche soziale Einrichtungen und Dienste**, die in den verwüsteten Regionen dringend benötigt werden: vom ambulanten **Pflegedienst** bis zur **Kindertagesstätte**, vom **betreuten Wohnen** bis zur **Pflegeeinrichtung**. Teilweise mussten Wohn- und Pflegeheime geräumt werden, vielerorts sind die Gebäude bis auf weiteres nicht mehr nutzbar. Dem Hochwasser zum Opfer gefallen sind **Elektrik, EDV, Spielgeräte, Büro- und Kücheneinrichtungen, Werkmaschinen, Fahrzeuge**. Dort, wo die Räume nach und nach wieder trocken gelegt werden, kommen weitere Schäden zum Vorschein, die Wasser und Schlamm hinterlassen. Teilweise wird eine **grundlegende Sanierung** erforderlich sein. Ohne Hilfe werden gerade die **vielen kleinen Vereine** die auf sie zukommenden **Kosten zum Wiederaufbau alleine nicht stemmen** und ihre **Hilfs-, Betreuungs- und Beratungsangebote nur eingeschränkt anbieten** können oder sogar **ganz einstellen** müssen.

Wir bitten Sie daher um solidarische Unterstützung! **Helfen Sie den sozialen Einrichtungen und den Menschen, die sie brauchen. Spenden Sie für den Wiederaufbau sozialer Dienste** in den vom Hochwasser geschädigten Regionen. Jeder Beitrag hilft.

Der Paritätische Gesamtverband hat bei der Bank für Sozialwirtschaft ein **Sonderkonto "Hochwasserhilfe"** eingerichtet, um Paritätische Mitgliedseinrichtungen bei der Bewältigung der Hochwasserschäden zu unterstützen:

IBAN: DE71 5502 0500 0007 0395 50

BIC: BFSWDE33MNZ

Stichwort: Hochwasserhilfe

Spenden für die Nothilfe in der Hochwasserkatastrophe sammelt auch das [Bündnis Aktion Deutschland Hilft](#), in dem auch der Paritätische mit seinen Mitgliedsorganisationen vertreten ist (siehe auch: [Einsatzfall Hochwasser: Aktion Deutschland Hilft ist aktiv](#)).

IBAN: DE62 3702 0500 0000 1020 30

Wir danken Ihnen herzlich für Ihre Unterstützung!

Keine Wahl? Von wegen! Wahlaufruf des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes zur Bundestagswahl 2021



2021 stehen gleich **mehrere Landtagswahlen** an, am **26. September** finden **Bundestagswahlen** statt. Bürger*innen entscheiden mit ihrer Wahl über die Zusammensetzung von Bundes- und Landesparlamenten und bestimmen damit auf mehrere Jahre die politischen Mehrheiten in unserem Land. **Demokratische Wahlen** sind eine konkrete Möglichkeit, **Politik aktiv mitzugestalten**. Die gewählten Repräsentant*innen erhalten durch die Wähler*innen Mandat und Auftrag, eine gute Politik zu machen – im Interesse der Menschen, die sie gewählt haben.

Manche, denen der **soziale solidarische Zusammenhalt** dieser Gesellschaft am Herzen liegt oder die vielleicht auch selbst unter Ausgrenzung leiden, **zweifeln, ob politische Veränderung** überhaupt **möglich ist**. Wir sagen: Ja, **Wahlen können verändern** und das nicht erst am Wahltag. **Bereits im Wahlkampf** entscheidet sich, welche Themen nach

der Wahl politisch aufgegriffen und bearbeitet werden. Es entscheidet sich, welche Probleme das zukünftige Parlament und die zukünftige Regierung nicht ignorieren kann.

Wir brauchen politischen Druck und **Mehrheiten für eine Sozialpolitik**, die **alle mitnimmt** und **keinen zurücklässt**. Wir brauchen politisches Engagement und eine breite Wahlbeteiligung derjenigen, die für ein **offene, vielfältige** und **solidarische Gesellschaft** stehen!

Wir rufen alle Bürger*innen auf, sich in den Wahlkampf einzumischen, Parteien und Kandidat*innen mit den **drängenden sozialen Fragen** zu konfrontieren und ihre Stimme für eine vielfältige, solidarische und **sozial gerechte Gesellschaft** abzugeben.

Deutschland ist ein sehr reiches Land: **Armut kann abgeschafft werden**. Jedes Kind kann die **bestmögliche Förderung** bei der Entfaltung seiner Persönlichkeit erhalten. Eine **menschenwürdige Pflege** für alle kann garantiert werden. Eine soziale Infrastruktur, die **allen barrierefrei Zugang zu den wichtigen Leistungen der Daseinsvorsorge** ermöglicht, kann geschaffen werden. Und die selbstverständliche Teilhabe für jeden und jede kann umgesetzt werden. Kurz: Ein gutes Leben für alle ist möglich. Was es braucht, ist Solidarität, Fantasie,

Studie des Paritätischen belegt gewachsene Kinderarmut: Quote steigt im Saarland stark an und ist in Rheinland-Pfalz weiterhin hoch

Die bestehenden sozialen Sicherungssysteme reichen nicht aus, um Kinderarmut effektiv zu verhindern, kritisiert der Paritätische Wohlfahrtsverband. Obwohl die Hartz-IV-Quoten sinken, wachse die Kinderarmut überdurchschnittlich, wie eine aktuelle Studie des Verbandes zeigt. Trotz verschiedener sozialpolitischer Reformen bspw. beim Kinderzuschlag seien Minderjährige mit einer Armutsquote von 20,5 Prozent im Vergleich zu anderen Altersgruppen überproportional von Armut betroffen. Der Paritätische fordert wirksame Maßnahmen zur Beseitigung von Kinderarmut, darunter u.a. die Einführung einer bedarfsgerechten, einkommensabhängigen Kindergrundsicherung.

In der aktuellen Studie der Paritätischen Forschungsstelle wird die Entwicklung der Kinderarmut in Deutschland über einen Zehn-Jahres-Zeitraum untersucht. Während weniger Kinder und Jugendliche Hartz IV-Leistungen bekommen, ist die Einkommensarmut gestiegen, so ein zentraler Befund: Rund 2,8 Millionen Kinder und Jugendliche (20,5 Prozent) lebten inzwischen in Armut. Besonders hart und häufig treffe es unverändert Alleinerziehende und kinderreiche Familien. Insgesamt seien die Leistungen der Grundsicherung deutlich zu niedrig bemessen und ergänzende familienpolitische Maßnahmen nicht ausreichend, um Familien und Kinder effektiv vor Armut zu schützen, so die Kritik. „Jüngere Reformen bei Leistungen wie Kinderzuschlag und Unterhaltsvorschuss holen zwar verstärkt Familien mit Kindern aus dem SGB-II-Bezug, aber sind mitnichten armutsfest“, erläutert der Autor der Studie Dr. Andreas Aust von der Paritätischen Forschungsstelle.

Die Studie, die auch Länder-Trends untersucht, belegt dabei eine konträre Entwicklung zwischen Ost- und Westdeutschland, bei starker regionaler Differenzierung. Während sich die Lage der Kinder und Jugendlichen in den neuen Bundesländern (ausgehend von sehr hohem Niveau) positiv entwickelt, wachsen die Probleme in verschiedenen westdeutschen Ländern wie dem Saarland, Bremen, Hessen, Niedersachsen oder Nordrhein-Westfalen teilweise dramatisch.

Demnach ist mehr als jedes fünfte Kind im Saarland von Armut betroffen, die Quote lag im Saarland 2019 bei 22,5 Prozent, im Bundesmittel bei 20,5 Prozent. Im vergangenen Jahrzehnt ist sie damit um 6 Prozentpunkte seit 2010 gewachsen, deutschlandweit beträgt das Plus für diesen Zeitraum 2,3 Prozentpunkte.

In Rheinland-Pfalz ist die Quote von Armut betroffener Kinder in diesem Zeitraum von 19,1 Prozent im Jahr 2010 zu 19,6 Prozent im Jahr 2019 leicht angestiegen.

Gewarnt wird in der Studie zudem vor einer aktuellen Verschärfung der Lage, die sich (noch) nicht in den amtlichen Daten abbildet:

Die Folgen der Corona-Pandemie belasteten gerade einkommensarme Familien zusätzlich, wie die Autoren skizzieren:

„Es ist beschämend und erschütternd, wie sich Kinderarmut in diesem reichen Land verschärft und verhärtet. Das Ausmaß und die Entwicklung der Armut von Kinder und Jugendlichen sind nicht nur besorgniserregend, sondern skandalös und ein Ausdruck armuts- und gesellschaftspolitischen Versagens“, so Dr. Joachim Rock, Leiter der Forschungsstelle sowie der Abteilung Arbeit, Soziales und Europa im Paritätischen Gesamtverband.

Der Paritätische fordert die Einführung einer bedarfsgerechten, einkommensabhängigen Kindergrundsicherung und einen Rechtsanspruch auf Angebote der Jugendarbeit. Um Armut von Kindern und ihren Eltern wirksam zu beseitigen, müsse darüber hinaus sowohl am Arbeitsmarkt als auch bei der Grundsicherung angesetzt werden. Schließlich müssten auch Verteilungsfragen neu diskutiert werden: „Alle Maßnahmen, die geeignet sind, die Kluft zwischen arm und reich zu schließen, kommen auch Familien und damit Kindern zugute“, heißt es in der Studie.

Die Expertise „Kein Kind zurücklassen. Warum es wirksame Maßnahmen gegen Kinderarmut braucht“ finden Sie unter:

<https://www.der-paritaetische.de/presse-und-kampagnen/>

AnkER-Zentren und vergleichbare Einrichtungen abschaffen!

Gemeinsam mit der Diakonie Deutschland, dem Deutschem Caritasverband, der Arbeiterwohlfahrt Bundesverband, PRO ASYL und vielen weiteren Organisationen und Verbänden hat der Paritätische den Aufruf für eine zukunftsorientierte Erstaufnahme von Asylsuchenden in Deutschland veröffentlicht.

Unter dem Motto „Isolation beenden – das Ankommen fördern – faire Asylverfahren sicherstellen“ fordert der Paritätische die Abschaffung von AnkER-Zentren und ähnlich konzipierten Einrichtungen sowie die gesetzliche Begrenzung der Zeit in einer Erstaufnahmeeinrichtung auf wenige Wochen, maximal drei Monate. Es braucht Erstaufnahmeeinrichtungen, die das Ankommen der Menschen in den Mittelpunkt stellen und sie bestmöglich auf das Asylverfahren und den Aufenthalt in Deutschland vorbereiten.

Mit Blick auf die Bundestagswahl verleiht der Paritätische damit seinem jahrelangen zentralen Anliegen nach humaneren, menschenrechtskonformen Aufnahmebedingungen Nachdruck.

Bereits seit 2015 ist zu beobachten, wie die Politik das Thema Unterbringung nutzt, um verstärkt auf die Isolation, Entrechtung und Ausgrenzung geflüchteter Menschen hinzuwirken. Seit Einführung von AnKER-Zentren und vergleichbaren Einrichtungen im August 2018 wurde eine neue Art der Unterbringung geschaffen, die einen Großteil der Menschen teilweise dauerhaft in häufig abgelegenen Erstaufnahmeeinrichtungen isoliert und keine Privatsphäre ermöglicht. Die Menschen unterliegen neun Monate lang einem Arbeitsverbot und haben nur eingeschränkten Zugang zu Bildungsangeboten, Beratung und Rechtsanwält*innen. Zudem haben die Erfahrungen der vergangenen Jahre, insbesondere aber während der COVID-19-Pandemie gezeigt, wie problematisch die Unterbringung und Versorgungssituation in Großeinrichtungen aufgrund der engen Wohnverhältnisse, der fehlenden Schutzräume und der ungenügenden medizinischen und psychosozialen Versorgung ist.

Die Art der Unterbringung von Geflüchteten spielt eine zentrale Rolle für den Ankommens- und Integrationsprozess und hat enorme Auswirkungen auf den Zugang zu ihren Rechten. Wo und wie Menschen wohnen, entscheidet vielfach über den Gesundheitszustand, die Teilnahme an Sprachkursen, den Zugang zu Kita, Schule und Arbeit sowie die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben.

Isolation beenden, das Ankommen fördern, faire Asylverfahren sicherstellen. Das sind daher die zentralen Forderungen des Aufrufs für die Abschaffung der AnKER-Zentren. Stattdessen fordern die Initiator*innen eine zukunftsweisende Erstaufnahme von Asylsuchenden in Deutschland. Diese beinhaltet nicht nur die systematische Identifizierung von vulnerablen Personen und ihrer Bedarfe sowie die Umsetzung der daraus folgenden Garantien im Asylverfahren und sozialrechtlichen Ansprüche. Sie gewährleistet ein faires Asylverfahren und eine Krankenbehandlung im Rahmen der notwendigen medizinischen Leistungen der gesetzlichen Krankenkassen. Die Pflicht zur Wohnsitznahme in einer Erstaufnahmeeinrichtung gemäß § 47 AsylG muss spätestens nach 3 Monaten enden. Alle weiteren konkreten Forderungen sind dem Aufruf zu entnehmen:

<https://www.der-paritaetische.de/alle-meldungen/anker-zentren-und-vergleichbare-einrichtungen-abschaffen/>

Online Patienten-, Familien- und Ärztetreffen 2021 (PoP2021) 11. September 2021

Der Bundesverband Angeborene Gefäßfehlbildungen e.V. lädt zum „Online Patienten-, Familien- und Ärztetreffen 2021“ (POP2021) am 11. September 2021 ein. Die seit vielen Jahren regelmäßig stattfindende Veranstaltung findet aufgrund der Coronapandemie zum zweiten Mal online statt und konnte sich im letzten Jahr trotz des ungewohnten Formats an einer guten Teilnehmerzahl aus allen Teilen Deutschlands erfreuen. Der Fachaustausch mit und durch hochspezialisierte Mediziner für die seltenen Gefäßfehlbildungen und die auch online mögliche „persönliche“ Begegnung zwischen Patienten und Ärzten ist zentrales Anliegen der Veranstaltung.

<https://www.angiodyplasie.de/de/patiententreffen/PoP2021.php>

Kontakt

Bundesverband Angeborene Gefäßfehlbildungen e.V., Blötter Weg 85, 45478 Mülheim an der Ruhr 0208 3099399-0 info@angiodyplasie.de www.angiodyplasie.de

Ansprechpartnerin Presse:

Anja Strobach Telefon: +49(0)208 3099399-1 a.strobach@angiodyplasie.de

Landesberatungsstelle Barrierefrei Bauen und Wohnen führt wieder Vor-Ort-Beratungen durch

Persönliche und kostenfreie Beratung nach Terminvereinbarung möglich in einer der Beratungsstellen oder zu Hause.

Termine können telefonisch Montag, Mittwoch und Donnerstag von 10 bis 13 Uhr unter **(06131) 28 48 71** vereinbart oder auch per Terminanfrage an barrierefrei-wohnen@vz-rlp.de schriftlich angefordert werden.

Weitere Informationen finden Interessierte unter www.barrierefrei-rlp.de.

Über die Landesberatungsstelle Barrierefrei Bauen und Wohnen

Architektinnen und Architekten der Landesberatungsstelle Barrierefrei Bauen und Wohnen beraten zu allen Fragen des barrierefreien Bauens und Wohnens – vom stufenlosen Hauszugang, über die Umgestaltung von Badezimmer, Küche und Wohnbereich bis hin zu Hilfsmitteln und möglichen Fördermitteln. In vielen Fällen kommen Beraterinnen und Berater zu den Ratsuchenden nach Hause.

Standorte: Bad Kreuznach, Bad Neuenahr-Ahrweiler, Daun, Kaiserslautern, Ingelheim, Koblenz, Ludwigshafen, Mainz, Neuwied, Pirmasens, Saarburg, Speyer, Tier, Wittlich und Wörrstadt.

www.verbraucherzentrale-rlp.de / www.twitter.com/vzrlp / www.facebook.com/vzrlp / www.youtube.com/VerbraucherzentraleRheinlandPfalz

Vorstand: Ulrike von der Lüche

VR AG Mainz VR 1088

Ausschreibung Ideenwettbewerb Ehrenamt 4.0

Zum fünften Mal, schreibt die **Staatskanzlei** den **Ideenwettbewerb Ehrenamt** aus.

Bewerben können sich **Vereine, Verbände, Initiativen, Stiftungen**, oder **Projekte** mit **Digitalen Ideen** für das Ehrenamt.

Zehn Projekte, werden mit einem **Preisgeld** von 1.000,00 € prämiert.

Informationen zur Einreichung von Bewerbungen (bis 5.September) und **Details zur Ausschreibung** finden Sie unter:

<https://wir-tun-was.rlp.de/de/anerkennung/ideenwettbewerb-ehrenamt-40/> (Letzter Aufruf [16.08.2021](https://wir-tun-was.rlp.de/de/anerkennung/ideenwettbewerb-ehrenamt-40/))

Wichtige Änderung bei der Kraftfahrzeughilfe für Menschen mit Behinderungen

Menschen mit Behinderungen können unter bestimmten Bedingungen **Hilfe zum Erwerb eines Fahrzeugs**, eines **Führerscheins** und für die **behinderungsbedingte Ausstattung** des Fahrzeugs erhalten. Geregelt sind die Grundsätze in der Kraftfahrzeughilfeverordnung (KfzHV). Die Verordnung erreichen Sie über folgenden Link: [Kraftfahrzeughilfeverordnung](http://www.gesetze-im-internet.de/kfzhv/BJNR022510987.html) (<http://www.gesetze-im-internet.de/kfzhv/BJNR022510987.html>)

In §5 der KfzHV ist die **maximale Höhe des Zuschusses** festgelegt. Seit vielen Jahren war dies ein Betrag von 9.500 €. Der Betrag wurde nun **deutlich auf 22.000€ erhöht**. Die übrigen Regelungen zu den **Zugangsvoraussetzungen**, der Zuzahlung etc. **bleiben unverändert**. Unverändert ist auch, dass die Kosten für den Erwerb der Fahrerlaubnis sowie die Kosten für den Umbau des Fahrzeugs gesondert betrachtet werden, also nicht Bestandteil des Zuschusses sind.

Die Regelung wurde im sog. **Teilhabe**stärkungsgesetz**** getroffen. Da die Veröffentlichung im Bundesgesetzblatt Nr. 29 vom 09. Juni 2021 veröffentlicht wurde, trat sie am Tag nach der Veröffentlichung in Kraft, also am 10. Juni. Alle bis einschließlich 9. Juni eingegangenen Anträge zur KfzHV werden noch nach der alten Regelung bearbeitet, danach wird der neue Betrag dann gültig. Das Bundesgesetzblatt Nr. 29 erreichen Sie über folgenden Link: **Bundesgesetzblatt Nr. 29**

Quelle: Homepage der Landesarbeitsgemeinschaft Selbsthilfe von Menschen mit Behinderungen und chronischen Erkrankungen Rheinland-Pfalz e.V.

<https://www.lag-sb-rlp.de/aktuelles/neuigkeiten/314-wichtige-aenderung-bei-der-kraftfahrzeughilfe> (Letzter Aufruf 16.08.2021)

Vortragsreihe der AIDS-Hilfe Mainz

| | |
|--|--|
| <p>VORSORGE Vollmachten - Verfügungen 22.10.2021 - 19.00 UHR</p> <p>Jeder kann unabhängig vom Alter in Situationen geraten, in der andere für Sie entscheiden müssen. Wer die Entscheidung über medizinische Behandlungen im Ernstfall nicht anderen überlassen möchte, sollte rechtzeitig seinen Willen schriftlich in einer Patientenverfügung festhalten. Auch wenn es nicht leicht ist, sich mit Fragen zu Krankheit und dem eigenen Tod auseinanderzusetzen: Eine Patientenverfügung bietet eine sehr gute Möglichkeit, um für den Notfall vorzusorgen. So erhalten Ärzte und Pfleger einen Leitfaden an die Hand, der Ihr Recht auf Selbstbestimmung auch dann sicherstellt, wenn Ihre Einwilligungsfähigkeit nicht mehr gegeben ist. Darüber hinaus können Vollmachten und Verfügungen genügend Schutz dafür bieten, dass sämtliche Angelegenheiten Ihres Lebens von einer Person Ihres Vertrauens erfüllt werden können, um im Falle einer Entscheidungs- oder Handlungsunfähigkeit weiterhin selbstbestimmt leben zu können. Der Referent definiert die notwendigen Begriffe, informiert über deren Inhalte und stellt Kombinationsmöglichkeiten mit der Patientenverfügung sowie relevante Praxisbeispiele vor.</p> <p>Referent: Dominic Kaiser Rechtsanwalt, Maître en droit (Paris) Kaiser Rechtsanwälte</p> | <p>SICH SEHEN LASSEN Ist die perfekte Performance wirklich nötig? 12.11.2021 - 19.00 UHR</p> <p>Muss ich auch nach Coming Out & Co. immer noch eine perfekte Performance abliefern, um mich unangreifbar und sicher zu fühlen? Und was wird aus meiner Sehnsucht, mich endlich sehen lassen zu können, wie ich wirklich bin, ganz ohne alle Masken?</p> <p>Viele Handlungsmuster wiegen uns zwar in Sicherheit, weil sie Angst, Scham oder Traurigkeit und Verletzlichkeit vermeiden helfen. Zugleich aber sorgen genau diese Schutzstrategien dafür, dass unser tiefes Bedürfnis nach Nähe und Akzeptanz bzw. danach, nicht bewertet zu werden, ungestillt bleibt. Aber: Nur wenn ich mich sehen und mir nahe sein kann, kann ich mich auch anderen so zeigen, wie ich wirklich bin und Nähe zulassen.</p> <p>Wir werfen einen Blick auf die Strategien, die verhindern, dass ich mich sehe und sehen lasse - und welche Alternativen es dazu gibt.</p> <p>Referent: Georg Henkel Heilpraktiker (Psychotherapie)</p> |
| <p>LONGACTING Depotspritzen in der HIV-Therapie 23.09.2021 - 19.00 UHR</p> <p>Statt täglicher Tabletteneinnahme wird 2021 die erste Depotgabe in der Behandlung von HIV zugelassen werden.</p> <p>Was wissen wir aus Studien?</p> <p>Für wen kommt diese Behandlung in Frage?</p> <p>Wie ist die Verträglichkeit?</p> <p>Und was bedeutet das in der praktischen Umsetzung?</p> <p>Referent: Siegfried Schwarze Projektinformation e.V., Berlin</p> | <p>Alle drei Veranstaltungen finden statt in der</p> <p>Bar Jeder Sicht Lesbischwules Kultur- und Kommunikationszentrum Hintere Bleiche 29, 55116 Mainz Beginn jeweils 19.00 Uhr</p> <p></p> <p>Moderatorin aller Veranstaltungen ist</p> <p>Annette Piecha HIV - Hepatitis Contact Kompetenznetz HIV und Aids e.V.</p> |



The image contains three vertical posters for 'KISS-Zeit' events. Each poster has an orange border and a 'KISS-Zeit Mainz' logo in the top left corner with the text 'LÄDT EIN'.

- Poster 1 (Left):** Title: **VORSORGE FÜR DEN NOTFALL**. Subtitle: **Vorsorgevollmacht, Patienten- und Betreuungsverfügung**. Speakers: **Dominic Kaiser** (Rechtsanwalt, Maître en droit (Paris), Kaiser Rechtsanwälte) and **Annette Piecha** (HIV - Hepatitis Contact, Kompetenznetz HIV/Aids e.V.). Date: **22.10.2021** at **19.00 Uhr**. Image: A couple walking a dog on a walkway.
- Poster 2 (Middle):** Title: **LONGACTING DEPOTSPRITZEN**. Subtitle: **In der Behandlung der HIV-Infektion**. Speakers: **Siegfried Schwarze** (Projektinformation e.V., Berlin) and **Annette Piecha** (HIV - Hepatitis Contact, Kompetenznetz HIV/Aids e.V.). Date: **23.09.2021** at **19.00 Uhr**. Image: A person's muscular torso with a blue hoodie pulled up, and medical syringes at the bottom.
- Poster 3 (Right):** Title: **SICH SEHEN LASSEN**. Subtitle: **KANN ICH SEIN WIE ICH BIN?**. Question: **Brauche ich die perfekte Performance?**. Speakers: **Georg Henkel** (Heilpraktiker (Psychotherapie), Wuppertal) and **Annette Piecha** (HIV - Hepatitis Contact, Kompetenznetz HIV/Aids e.V.). Date: **12.11.2021** at **19.00 Uhr**. Image: A mosaic-style portrait of a person's face.

Youtube Kanal für die Senior*innen in RLP Anleitung

Günter Gerhardt von der Landesseniorenvertretung RP e. V. hat eine Anleitung für den Youtube Kanal für die Senior*innen in RLP geschrieben:

Liebe Seniorinnen, liebe Senioren, ich schicke Ihnen heute eine Anleitung „Wie komme ich an die Informationen in dem Youtube Kanal für die Senior*innen in RLP?“

Ich sehe uns als eine aktive, kritische, mitredende Gruppierung, an der keine vorbei kommt, die berücksichtigt, gefragt und nicht vergessen werden darf. Diese Gruppierung können wir aber nur sein, wenn wir immer aktuell informiert werden und zeitnah reagieren/mitreden können. Mit uns bekannten E-Mails können wir nur Senior*innen, die in Seniorenvertretungen unterwegs sind, erreichen. Wir müssen aber auch viele von denen erreichen, die das nicht sind (1,2 Millionen Senior*innen in RLP !). Aus dieser Mehrzahl haben mich wenige Briefe erreicht, die Damen und Herren waren von Verwandten, Freunden und Nachbarn auf den Kanal aufmerksam gemacht worden.

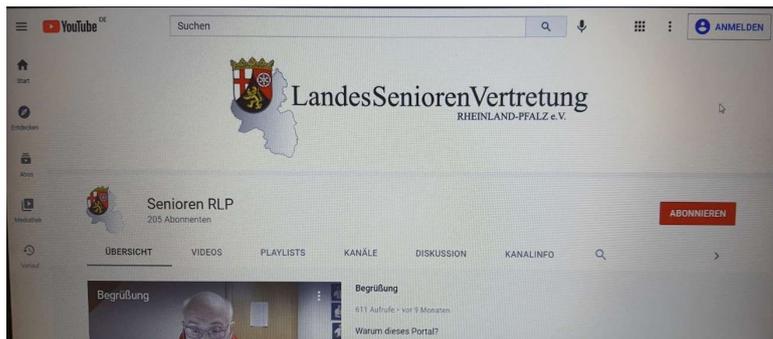
Ganz nach dem Motto „Jeder kennt Altersgenossinnen und Altersgenossen“ setzte ich jetzt auf Sie, diese Zeilen und die Anleitung bitte weiterzuleiten. Lassen Sie sich, wie unter Punkt 4. der Anleitung beschrieben, von Tochter, Sohn, Enkelin, Enkel oder Freunden/Nachbarn helfen bei der Einrichtung dieses Kanals. Ich bin der festen Überzeugung, dass die meisten von Ihnen noch fit genug sind, sich in kleinen Schritten, je nach Bedarf, in die digitale Welt einzuarbeiten. Das wäre dann auch eine gute Übung für den eigenverantwortlichen Umgang mit der elektronischen Patientenakte. Ich vermute mal, dass auch wieder die meisten von Ihnen, schon wissen wollen was in dieser Ihrer Patientenakte steht und was mit Ihren Daten geschieht. Wir werden uns in unserem Seniorenkanal auch mit diesem Thema immer mal wieder beschäftigen.

Viele der Themen, die Sie interessieren dürften, stammen aus den Bereichen Gesundheit (Versorgung mit Arznei- Heil- und Hilfsmitteln), Pflege, Reha usw. Ein(e) natürliche(r) Partner*in ist hier die Ärztin/der Arzt Ihres Vertrauens. Wenn dem so ist, würde ich vorschlagen, Sie sprechen diese Ärztin/diesen Arzt an und bitten sie, sich auf www.aezte-rlp.de zu informieren. Ein gemeinsames Anpacken zahlreicher, v.a. die Senior*innen betreffender Probleme, wäre sehr hilfreich. E-Mail: info@landesseniorenvertretung-rlp.de

www.landesseniorenvertretung-rlp.de

Wie komme ich an die Informationen in dem Youtube Kanal für die Senior*innen in RLP?

1. Gehen Sie ins Internet! Wie? Melden Sie sich auf dem Computer in YouTube an über Ihren Internet Explorer (z.B. Google chrome oder Microsoft Edge oder FireFox) und geben Sie: „Youtube.com/seniorenrlp“ in der Adressleiste oben ein
2. Die Youtube-Seite öffnet sich, im nächsten Schritt muss man sich oben rechts (über das blaue Rechteck) anmelden



wenn man auf „anmelden“ klickt, muss man sich ein kostenloses google-Konto einrichten mit email-Adresse. Es muss ein Passwort vergeben werden, dabei wird eine Bestätigung an die angegebene email-Adresse verschickt. (EINMALIGER VORGANG), und man muss es in der email noch mal bestätigen.

3. nächster Schritt: Auf das rote Rechteck „Abonnieren“ klicken, KOSTET auch nichts!

Wichtig: Lassen Sie sich von Tochter, Sohn, Enkel, Enkelin am besten helfen bei der Einrichtung dieses Kanals. Sie können Ihnen auch ein Lesezeichen auf Ihrem Computer installieren, das Sie nur anklicken müssen. Das ist die einfachste Möglichkeit, damit können Sie sofort den Youtube-Kanal erreichen.

Anmerkung: Wenn man bereits ein google-Konto hat, kann man sich mit diesen Daten anmelden. (siehe unter Punkt 2.)

Ein Video zu dem Vorgang können Sie sich hier ansehen:

<https://youtu.be/obsnxBq-ERg>



Landesseniorenvertretung RP e. V., c/o Gerhardt, Am Sonnigen Hang 2, 55127 Mainz
Telefon: 06131 – 364461 (AB), 0174-5302745

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 |

Kontakt und Impressum

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

KISS Mainz | DER PARITÄTISCHE Selbsthilfezentrum Mainz

Parcusstraße 8
55116 Mainz

Leiterin: Elfi-Gül Hollweck

Telefon: 06131-210772
Telefon: 06131-210774
Telefax: 06131-210773
E-Mail: info@kiss-mainz.de

Sprechzeiten:

Montag 15:00 Uhr bis 18:00 Uhr
Dienstag bis Donnerstag 09:00 Uhr bis 12:00

Büro Bad Kreuznach

Mühlenstraße 23
55543 Bad Kreuznach

Telefon: 0671-9200416
Telefax: 0671-9200422
E-Mail: kiss-badkreuznach@die-muehle.net

Sprechzeiten:

Dienstag 09:00 Uhr bis 12:00 Uhr

Verantwortlich für den Inhalt:

Elfi-Gül Hollweck
KISS Mainz | DER PARITÄTISCHE
Selbsthilfezentrum
Parcusstraße 8
55116 Mainz
Telefon: 06131-210772
E-Mail: elfi-guel-hollweck@kiss-mainz.de

KISS 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@kiss-mainz.de