

## Weitere Veranstaltungen

### Was tun, wenn es in der SHG nicht passt? 9 | Okt

In einer SHG gibt es klare Regeln und die meisten halten sich auch daran. Doch was kann man tun, wenn Konflikte in einer SHG entstehen? Wie spreche ich an, was die Gruppe vielleicht gerade in Lager teilt, eine Person vielleicht nicht in die Gruppe passt oder eben auch andere Probleme, die dazu führen, dass die SHG in Gefahr ist?

Informationen dazu gibt's an diesem Thementag.

Referentin: Götz Liefert

Zeit: **10- 16:30 Uhr**

Ort: KISS Pirna

### Hilfsmittel Schlaganfall/Parkinson 27 | Okt

Was gibt es Neues an Hilfsmitteln, um den Tag für Schlaganfallbetroffene oder Parkinsonerkrankte zu erleichtern. Wie funktionieren diese Sachen und wo kann ich sie bekommen. Übernimmt die Krankenkasse einen Teil oder muss ich selber zahlen?

Informationsveranstaltung.

Referenten: Hr. Großmann/Fr. Heindel-Hammer  
Orthopädie- und Rehathechnik Dresden

Zeit: **15 - 16:30 Uhr**

Ort: KISS Pirna

## Regionaltreffen der SHG-Leiter

### Dippoldiswalde (15 - 17 Uhr) 29 | Sep

Reichskrone  
Niedertorplatz 3

### Freital (15 - 17 Uhr) 20 | Okt

Koordinationsbüro für soziale Arbeit (KoBü)  
Dresdner Straße 90

### Neustadt (15 - 17 Uhr) 29 | Okt

ASB Mehrgenerationenhaus  
Maxim-Gorki-Straße 11 A

### Pirna (15 - 17 Uhr) 5 | Nov

KISS Pirna  
Schillerstraße 35

## Informationen

Bis auf die extra ausgewiesenen Orte, finden alle Veranstaltungen in den Räumen der KISS Pirna statt und sind kostenlos.

Die Veranstaltungen am **7. & 8.; 15. Juli** sind unseren Sport-SHG vorbehalten.

Die Veranstaltung am **18. September** findet in Zusammenarbeit mit Fr. Kaps (LRA Pirna) statt. Im Anschluss an den Vortrag wird eine Messe der Beratungsstellen sein.

Die Veranstaltung am **9. Oktober** wird in Zusammenarbeit mit der Selbsthilfeakademie Parität durchgeführt.

Wir bitten um vorherige Anmeldung unter:

KISS Pirna  
Schillerstraße 35 | 01796 Pirna/Copitz  
03501 582713

Unser Träger:  
Bürgerhilfe Sachsen e.V.  
Bahnhofstraße 66 | 01259 Dresden



• VERANSTALTUNGEN | 2026

KISS



21 | Mai

### Wo kann ich was beantragen?

Ob Anträge für Pflege oder Kur und vieles andere mehr, es ist immer schwierig den richtigen Ansprechpartner zu finden. Hier wird ein kleiner Überblick geschaffen und erklärt, wo sie die notwendigen Unterlagen beantragen können und wer ihnen beim Ausfüllen helfen kann.

Referentin: Kathrin Gautsch | Caritas  
Zeit: **14 - 16 Uhr**  
Ort: KISS Pirna

18 | Jun

### Blind, sehbehindert und nun?

Mit einer Augenbeeinträchtigung durch den Alltag zu gehen, ist eine Herausforderung. Mangelnde Barrierefreiheit, fehlende Blindenleitsysteme und zunehmende Bürokratie. Diese Infoveranstaltung berät über genau diese Themen, aber auch über Hilfsmittel und anderes.

Referentin: Fr. Smitkiewicz | Blickpunkt Auge Dresden  
Zeit: **9 - 13 Uhr**  
Ort: KISS Pirna

7 & 8; 15 | Jul

### Bewegung für unsere SHG

Mobilität bei Erkrankungen und im Alter ist wichtig. Um diese zu erhalten und zu fördern, ist regelmäßige Bewegung wichtig. Gemeinsam werden wir an drei Nachmittagen bekannte und neue Impulse geben, damit sich die betroffenen Gruppen auch selbst anleiten können. Bitte nur Mitglieder der SHG!

Referentin: Jana Nöckel  
Zeit: **15 - 16 Uhr**  
Ort: KISS Pirna

## Selbsthilfeweche 14. September bis 18. September

14 | Sep

### Achtsamkeit her - Stress weg!

Jeder Tag wird gefühlt anstrengender in der heutigen Zeit. Termindruck, schlechte Nachrichten, schwierige Kommunikation. All das beeinflusst unseren Geist und Körper. Wie kann ich dem durch Essen, Meditation, Wahrnehmung und gesunder Kommunikation entgegenwirken?  
Infoveranstaltung zum Thema Achtsamkeit und Selbstfürsorge.

Referentin: Eva Scholtyssek  
Zeit: **15:30 - 17 Uhr**  
Ort: KISS Pirna

15 | Sep

### Gründung einer Selbsthilfegruppe

Viele Menschen mit unterschiedlichen sozialen oder gesundheitlichen Problemen suchen oft Gleichgesinnte oder -betroffene. Nicht immer gibt es jedoch eine Gruppe mit dem passenden Themeninhalt. Hier ist Initiative gefragt. Wie gründe ich eine Selbsthilfegruppe, was muss ich beachten, wer hilft mir dabei? Workshop für Betroffene und Interessierte.

Referentin: Jana Nöckel  
Zeit: **16:30 - 18:30 Uhr**  
Ort: KISS Pirna

16 | Sep

### Das ist doch ganz einfach! - Oder doch nicht?

Sport und Bewegung gehört bei vielen zum täglichen Ablauf inzwischen dazu. Doch was ist mit der Feinmotorik, was mit den Fingern und der Kopfkoordination. Ein paar Geschicklichkeitsübungen zum Mit- und Nachmachen bringen Schwung und Abwechslung in die sonst immer gleichen sportlichen Übungen.

Referentin: Jana Nöckel  
Zeit: **14 - 15 Uhr**  
Ort: KISS Pirna

18 | Sep

### „Pflege deinen Humor“

Wer ständig im Alltag Probleme lösen muss, verlernt möglicherweise mit der Zeit seinen Humor. Dabei ist es gerade diese Eigenschaft, die uns oft aus schwierigen Situationen hilft, die uns mit anderen in Kommunikation bleiben lässt und manchmal auch Mut macht. Matthias Prehm wird in seinem Vortrag den Humor genauer unter die Lupe nehmen und Tipps geben, wie man stressigen Momenten mit Humor den Wind aus den Segeln nimmt.

Referent: Matthias Prehm  
Zeit: **9 - 10:30 Uhr**  
Ort: Kirchengemeindezentrum Pirna/Copitz  
Schillerstraße 21 A