



Freundeskreise
für Suchtkrankenhilfe
Landesverband Baden e.V.

AUSGABE 31
JULI
2021

Freundeskreise aktuell

Landesverband Baden

Erfolgreiche
Jahreshauptversammlung
des Landesverbandes Baden in Bad Herrenalb

Seite 6-10

„Was lange währt – wird endlich gut“

INHALT

- 3 - 5 **„Was lange währt – wird endlich gut“**
Einweihung des aus Spenden finanzierten Lifts im
Altbaugebäude in der Adlerstr. 31
- von Dieter Engel -
- 6 - 10 **Jahreshauptversammlung LVB**
- von Albert Ochs -
- 10 - 11 **Vorbereitungsgruppe der
Mannheimer Selbsthilfe**
- von Silvia Ringer -
- 11 **Ein „Monsignore“ sorgt für ein gutes Gefühl!**
- von Dieter Engel -
- 12 - 13 **Gedanken zur Ernennung zu Ehrenmitgliedern**
- von Lutz Stahl -
- 14 - 15 **Jahresbericht Öffentlichkeitsarbeit**
- von Uwe Aisenpreis -
- 16 - 17 **FK-Seminar 2020**
AHA-Regeln und Aha-Erlebnisse
- von Harald Becker -
- 18 - 19 **Arbeitsgebiete** des Landesverbandes der
Freundskreise für Suchtkrankenhilfe Baden e.V.
- 20 - 21 **Was uns am Herzen liegt ...**
Finanzierung eines Defibrillators
- von Dieter Engel -
- 22 - 23 **Ich hatte großen Respekt vor der Aufgabe**
- von Dieter Engel -
- 24 **Vorschau auf die Ausgabe 32**

Impressum

Herausgeber:
Freundskreise für Suchtkrankenhilfe,
Landesverband Baden e.V.
Adlerstr. 31, 76133 Karlsruhe
Telefon 0721-352 85 39
Fax 0721-352 86 43
freundskreise-baden@gmx.de
www.freundskreise-sucht-baden.de

Verantwortlich für den Inhalt:
Vorstand des Landesverbandes

Redaktion:
Siegbert Moos, Ilter Schaller,
Michael Mayer



© Klaus Eppeler

Wer dieses Sprichwort verwendet, kann nach längerer Zeit ein vorzeigbares Ergebnis präsentieren, dass es der Mühe wert war, der Aufwand sich gelohnt hat und das Resultat gut ist. So gesehen kann man auch getrost an einem Freitag, den 13. zu der Einweihung unseres neu installierten Treppenlift einladen.

Angebot und Einbaugenehmigung

Aber jetzt kurz ein chronologischer Rückblick. Immer öfter konnten Freunde*innen nicht mehr in ihre Gesprächsgruppe kommen, da sie aus gesundheitlich bedingten körperlichen Einschränkungen nicht mehr die beiden, doch sehr steilen Treppen in unsere Räumlichkeiten im 1. OG der Adlerstraße überwinden konnten. Betroffen waren davon auch neue Hilfesuchende und Menschen mit vorübergehenden Bewegungs-

einschränkungen. Denn wer aus altersbedingten, dauerhaft oder vorübergehenden gesundheitlichen Gründen gehandicapt ist, sollte nicht auch noch sozial ausgegrenzt sein und als Betrofener oder Angehöriger einer Suchterkrankung allein gelassen werden.

Deshalb stellten wir Mitte 2019 den Antrag bzw. die Bitte an unseren Vermieter, der Volkswohnung Karlsruhe, nach einer

technischen Vorlage und Beschreibung eines Treppenlifts der Firma HIRO Lift zu prüfen, ob der Einbau eines Treppenlifts möglich wäre und genehmigt würde. Dazu muss man wissen, dass unser Gebäude, in welchem wir Mieter sind, unter Denkmalschutz steht. Nach einigen Rückfragen und klärenden Gesprächen bekamen wir grünes Licht für dieses Projekt.

Finanzierung und Sponsorensuche

Uns war klar, dass diese Zugangserleichterung nur mit Sponsoren zu verwirklichen war. Einige potenzielle Förderer der Selbsthilfe hatten für so ein Projekt leider keine Fördermittel in ihren Vergaberichtlinien. Daher blieb uns nur die zahlreichen Stiftungen in Stadt- und Landkreis Karlsruhe um finanzielle Unterstützung zu bitten. Von 15 Anfragen bekamen wir gerade mal fünf Antworten, wobei drei positive Rückmeldungen dabei waren. Nach angenehmen und sehr freundlichen Erläuterungs-

gesprächen erhielten wir Unterstützungszusagen von folgenden Stiftungen:

Volksbank Karlsruhe - Stiftung
Bürgerstiftung - Lebenshilfe Karlsruhe
Sparkassenstiftung GUTES TUN Karlsruhe

Den noch fehlenden Restbetrag konnten wir aus Spenden zahlreicher Mitglieder aufbringen.



Auftragsvergabe und Montage

Die bereits genannte Firma HIRO Lift bekam den Auftrag, hat dann zeitnah alles vor Ort vermessen und zwei Monate danach wurde der Lift fachmännisch und sauber montiert. Wir erhielten eine technische Einweisung und der Probefahrt stand nichts mehr im Wege. Sanft gleitet man jetzt vom Eingangsflur in die erste Etage, und zwar ruckelfrei mit einem guten und sicheren Gefühl.

Einweihung und Danke an die Sponsoren

Die offizielle Einweihung sollte im Rahmen eines Tages der offenen Tür stattfinden, der wiederum eine Präsenzveranstaltung der virtuellen Karlsruher Freiwilligenmesse sein sollte.

Aber wie bei so vielen Planungen machte auch hier ein klei-

ner unsichtbarer Virus einen Strich durch die Rechnung. Da zu unser aller gesundheitlicher Sicherheit Hygiene- und Abstandsregeln das Gebot der Stunde waren, fand die Einweihung, verbunden mit dem Dank an die drei Sponsoren, mit einem überschaubaren

Personenkreis statt. An der Zusammensetzung unserer kleinen Gästeliste war aber un schwer die Eingebundenheit im Sucht- hilfenetzwerk der Stadt- und des Landkreises Karlsruhe und der Stellenwert des Freundeskreises Karlsruhe zu ersehen.



Neben den Vertretern der Sponsoren, mit teilweiser Begleitung folgten noch die nachgenannten Gäste unserer Einladung, welche, in einer Gesprächsrunde, sich und ihr Engagement bzw. beruflichen Background selbst vorstellten, wie das in der Selbsthilfe üblich ist.

Frau Dr. Rashan Dogdan - CDU Stadträtin + Landtagskandidatin 2021
Frau Cordula Sailer - Suchthilfekoordination + Drogenbeauftragte der Stadt KA
Frau Karin Kunschner - Paritätischer Wohlfahrtsverband Selbsthilfebüro
Frau Strobel-Heck - Büro für Mitwirkung und Engagement Stadt KA
Herr Stephan Peter-Höner - Diakonische Suchthilfe Mittelbaden
Herrn Lutz Stahl - Vorsitzender des Landesverband der Freundeskreise Baden
Herrn Klaus Eppel - als Fotograf langjährig mit dem Freundeskreis verbunden

sowie einige langjährig engagierte Vereinsmitglieder. Im Nachhinein konnten wir auch noch Frau Isabell Gillner von der AOK Mittlerer Oberrhein begrüßen und wie alle zuvor Anwesenden durch unsere Räumlichkeiten führen und über das umfangreiche Tätigkeitsfeld und Engagement des Freundeskreises Karlsruhe informieren.

Es hat uns sehr gefreut von Herrn Spohrer, dem Vorstand der Volksbankstiftung, einen Scheck in Pyramidenform erhalten zu haben. Eine großartige und kreative Idee hier unser Karlsruher Wahrzeichen zu verwenden. Die Pyramide wird einen gebührenden Platz erhalten. Herzlichen Dank!

Wir haben insgesamt viel Hochachtung und Respekt für unseren ehrenamtlichen Einsatz zum Wohle der Suchtkrankenhilfe erhalten und auch einen nachhaltigen Eindruck hinterlassen, wie man z.B. an dem Facebook-Eintrag von Frau Dr. Dogdan un schwer nachlesen konnte.

Besten Dank allen Gästen und Beteiligten, für die herzlichen Worte, ihr Interesse an der Suchthilfe und dem Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe Karlsruhe e.V., der gegenseitigen Rücksichtnahme und Beachtung der AHA-Regeln, sowie einer Wohlfühl- atmos phäre während der gesamten Veranstaltung. Im Anschluss hatten alle Beteiligten noch die Gelegenheit die neuen Räumlichkeiten der Diakonischen Suchthilfe Mittelbaden im Erdgeschoss unter Führung von Herrn Peter-Höner zu besichtigen.

- Dieter Engel -

Herr Stefan Spohrer -
Vorstand der Volksbankstiftung Karlsruhe

Herr Rainer Schuhmacher
Sparkassenstiftung GUTES TUN Karlsruhe

Herr Oliver Sternagel
Bürgerstiftung - Lebenshilfe Karlsruhe

Facebook-Eintrag Frau Dr. Rashan Dogdan

Sehr gerne habe ich am vergangenen Freitag auf Einladung des Freundeskreises für Suchtkrankenhilfe Karlsruhe e.V. bei der Einweihung des aus Spenden finanzierten Lifts im Altbaugebäude in der Adlerstr. 31 teilgenommen und in einem Rundgang durch das Haus, in dem auch die Suchthilfe Mittelbaden untergebracht ist, im Gespräch mit Mitarbeitern und ehrenamtlich Aktiven einen Einblick in die Arbeit und aktuelle Situation erhalten.

Eine tolle Sache! Für die Betroffenen und deren Angehörige ist es immens wichtig, Barrieren zu überwinden - physische wie psychische Barrieren. Ich wünsche allen Betroffenen den Mut und den Durchhaltewillen, sich der jeweiligen Krankheit zu stellen und sich bei der Beratungsstelle professionelle Hilfestellung geben zu lassen. Wichtig sind auch die Projekte, die hier für Kinder suchtkranker Eltern angeboten werden. Suchtkrankheiten können Familien irreparabel zerstören. Das Engagement der haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiter in der Suchtkrankenhilfe, die auch in den schwierigen Zeiten des Pandemiebedingten Lockdown weiterhin Hilfe anbieten, verdient hohe Wertschätzung!

Erfolgreiche **Jahreshauptversammlung** 2021

des Landesverbandes Baden in Bad Herrenalb

Die ursprünglich für März terminierte Jahreshauptversammlung des Landesverbandes konnte nun am 15. Mai im Haus der Kirche in Bad Herrenalb unter Beachtung der gültigen Corona-Hygienebestimmungen stattfinden. 29 Mitglieder aus den verschiedenen Vereinen und Gruppen des Landesverbandes waren erfreut, sich endlich mal wieder nach dem langen Lockdown persönlich zu begegnen und sich auszutauschen. Einige der Anwesenden waren bereits zweimal geimpft und wer wollte hatte zusätzlich die Möglichkeit einen Corona-Selbsttest vor Beginn der Veranstaltung zu machen. Die Verantwortlichen des Landesverbandes hatten sich gut vorbereitet und für alles gesorgt.

Schwerpunkte der diesjährigen Jahreshauptversammlung waren die Herausforderungen für die Gruppenarbeit in der Corona-Pandemie sowie die internen und externen Vernetzungen, die wichtige Öffentlichkeitsarbeit und die satzungsgemäß durchzuführenden Neuwahlen des gesamten Vorstandes.

Der erste Vorsitzende Lutz Stahl ging in seinem Rechenschaftsbericht zunächst auf die **Mitglieder/Gruppenentwicklung** ein.

Die Befürchtungen, dass sich die Corona-Pandemie negativ auf das Gruppengeschehen langfristig auswirkt, sind nach wie vor sehr begründet. Um die Auswirkungen des Wegfalls der Präsenzgruppen abzumildern, wurde auf andere Kommunikationswege, wie z.B. Telefongespräche, WhatsApp-Gruppen, virtuelle Gruppen über Zoom, Skype oder ähnlichem ausgewichen. Diese können eine Präsenzgruppe

nicht ersetzen, waren aber für den Zusammenhalt der einzelnen Gruppen dringend notwendig und dienten gleichzeitig als Anlaufpunkt für in Not geratene Gruppenmitglieder.

Um die Gruppenteilnahme nahe an den Gruppenthema zu halten, wurde vom Freundeskreis Nova Vita, Mannheim und der Gruppe Karlsruhe-Bretten wöchentlich erscheinende Printmedien zum Gruppentermin mit dem Namen „NV-News“ und „Denkanstöße“ eingerichtet.

Auf Initiative von Dr. Michael Mayer und Susanne Althaus von der Gruppe Bretten wurde beim Freundeskreis Karlsruhe eine digitale Gruppe gegründet. Mit dieser Gruppe soll Suchtkranken und Angehörigen eine niedrigschwellige Kontaktmöglichkeit angeboten werden. Ziel ist es, die Suchtkranken und Angehörigen in eine passende Präsenzgruppe zu vermitteln. Die digitale Gruppe kann aber

auch eine wertvolle Ergänzung und eine Alternative für solche Mitglieder sein, die aus irgendwelchen Gründen keine Präsenzgruppe aufsuchen können oder wollen. Die digitale Gruppe agiert derzeit regional. Es ist durchaus denkbar, dass diese Gruppe in Zukunft überregional angeboten werden kann.

Ein weiteres Gruppenprojekt wurde verbandsübergreifend in Mannheim ins Leben gerufen. Die Lotsen Mannheim, Nova-Vita, die Gruppe Veritas und die Kreuzbundgruppen gründeten gemeinsam eine Vorbereitungsgruppe nach dem Vorbild der Karlsruher Vorbereitungsgruppe beim Freundeskreis. Ein schönes Ergebnis und ein Beweis für die positive Wirkung eines landesweiten Informations- und Wissenstransfers innerhalb des Landesverbandes und der verbandsübergreifenden Aktivitäten.

AUSFÜHRLICH BERICHTET DER LUTZ STAHL ÜBER DIE WEITEREN AKTIVITÄTEN:

Interne Verbands-/ Vereinsarbeit

Corona hatte große Auswirkungen auf die Öffentlichkeitsarbeit und die Projekte für soziale Kontakte. Die geplanten Vereins- und Gruppenübergreifende Projekte zur Öffentlichkeitsarbeit auf dem Mannheimer Maimarkt und der Karlsruher Offerta mussten kurz vor Beginn abgesagt werden.

Traditionelle Veranstaltungen, wie das Boule-Turnier in Mannheim, das Theaterprojekt in Freiburg und der gruppenübergreifende Silvesterball, die das Zusammengehörigkeitsgefühl der Mitglieder anregen und fördern sollen,

konnten leider nicht durchgeführt werden. Hingegen konnten die Aus- und Weiterbildungsmaßnahmen, bis auf das Männerseminar, mit den entsprechenden jeweils gültigen Corona-Einschränkungen, durchgeführt werden.

Personalangelegenheiten

Im Laufe des Jahres werden sich verschiedene personelle Veränderungen ergeben. Dafür werden neue Arbeitsverhältnisse oder Arbeitsaufträge zu vergeben sein. Der Vorstand ist hier bereits in Verhandlungen und wird die Ergebnisse zu gegebener Zeit mitteilen.

Externe Verbandsarbeit Diakonisches Werk Baden

Bedingt durch Terminüberschneidungen konnte der Vorstand

nicht an der Mitgliederversammlung des Diakonischen Werkes Baden teilnehmen, die am 04.12.2020 stattgefunden hat.

Die Verpflichtung einer Wirtschaftsprüfung durch die Treuhand wurde seitens des Diakonischen Werkes aufgehoben, so dass künftig die Prüfung der Jahresrechnung ausreicht.

Diese Jahresrechnung muss vorher einer internen Kontrolle unterzogen werden. Dies ist bei uns durch die bestehende Kassenprüfung bereits gegeben. Deshalb ist es wichtig, die Kassenprüfung und die Kassenprüfer in der heutigen Versammlung in der Satzung zu verankern und eine Änderung des §9 der Geschäftsordnung hinsichtlich der Treuhandprüfung vorzunehmen.



Initiative der Evangelischen Suchtkrankenhilfe

Um zukünftig neben dem fachlichen Austausch, Feststellung möglicher gemeinsamen Ziele und Strategien, einen intensiveren Informationstransfer zu ermöglichen, wurde bei einem Informationsaustausch zwischen Dieter Engel (Vorsitzender des Freundeskreises in Karlsruhe), Stephan Peter-Höner (Leiter des PSB Karlsruhe und der Fachklinik Fischerhaus) und Lutz Stahl (Vorsitzender des LV Baden) den Plan entwickelt, sich mit der evangelischen Suchthilfe in Baden -neben ELAS- besser zu vernetzen. Die Idee wurde von den Vertretern der evangelischen Suchthilfe positiv aufgenommen. Bei der konstituierenden Sitzung, die virtuell stattfand, wurde ein Themenkatalog erstellt. Die erste Arbeitssitzung fand am 24.02.2021 mit Vertretern der verschiedenen Organisationen statt.

Diakonische Suchthilfe Mittelbaden

Nach langen Verhandlungen und Erwägungen über den Fortgang der Diakonischen Suchthilfe Mittelbaden endete am 08.10.2020 mit der Unterschrift des Vorsitzenden beim Notar unser Engagement in der Beruflichen Suchthilfe. Damit endet leider auch die Idee, in der evangelischen Suchthilfe durch einen Verbund verschiedener Organisationen eine für ganz Baden deckende Suchtberatung sicher zustellen.

Bundesverband

Die Sitzung im März 2021 konnte vom Vorsitzenden Lutz Stahl besucht werden, da unsere an diesem Termin anberaumte Jahreshauptversammlung verschoben werden musste. Andreas Bosch wird beim Delegiertentag erneut für den Vorsitz kandidieren. Für die zu besetzende Stelle

des stellvertretenden Vorsitzenden stellte sich Ralf Vietze (LV Hessen) vor.

Beim Delegiertentag am 10.10.2020 wurde der LV Baden durch Lutz Stahl und Ludwig Engels vertreten. Da Erich Ernstberger verstorben ist, wurden die verbliebenen stellvertretenden Vorsitzende Beatrice Schober und Elisabeth Stege wiedergewählt.

Es wurde einstimmig beschlossen, das strategische Arbeitsziel „Freundeskreise zeigen sich“ beizubehalten und umzusetzen.

BWAG

Im Berichtszeitraum fanden 4 Sitzungen statt, davon 2 als Videokonferenz und 2 in Präsenz in Laichingen auf der Schwäbischen Alb. Neben den Berichten aus den Landesgremien und dem Austausch über die verbliebenen Möglichkeiten während der Corona-Pandemie wurde auch eine Neuausrichtung der zukünftigen Arbeit und Ziele angestrebt. Dies sollte bei einer Klausurtagung in Bad Herrenalb erfolgen.

Das Thema „gemeinsame Sprache“ in der Suchthilfe, besonders „Co-Abhängigkeit“ zog sich durch alle Sitzungen. Deshalb wurde entschieden, eine separate Sitzung am 25.06.2021 anzuberaumen. Hierzu sollen auch Angehörige eingeladen werden. Für die anstehenden Wahlen stellte sich der gesamte Vorstand zur Wiederwahl und wurde von den Delegierten einstimmig wiedergewählt.

Der umfangreiche Rechenschaftsbericht des ersten Vorsitzenden machte deutlich, welcher große Arbeits- und Zeitaufwand hinter diesen vielen Projekten und Aktivitäten steckt, der fast nicht mehr in ehrenamtlicher Arbeit geleistet werden kann bzw. zumindest vielleicht auf mehrere Schultern zu verteilen ist.

Stellvertretender Vorsitzender Ludwig Engels

Nach 17 Jahren sehr erfolgreicher ehrenamtlicher Tätigkeit an der Spitze des Landesverbandes und zuletzt als stellvertretender Vorsitzender stellte sich Ludwig Engels der Wiederwahl nicht mehr zur Verfügung. Er gab einen kurzen Rückblick über seine erfolgreiche Tätigkeit für den Landesverband und über das Mitgliederwesen. Sein Dank galt auch an seine Mitstreiter für eine gute Zusammenarbeit in all den Jahren.

Zur Ehrung seiner besonderen Leistungen siehe Bericht auf Seite 13-14.

Kassenbericht

Der Kassenbericht lag den Mitgliedern in schriftlicher Form vor. Brigitte Balkenhol, Kassiererin gab hierzu einige Erläuterungen und gab eine Zusammenfassung verschiedener Positionen.

Kassenrevision

Bedingt durch den Rücktritt von Inge Koch-Helfrich, wurde Albert Ochs zum kommissarischen Kassenprüfer beauftragt. Marion Mayr und Albert Ochs führten in Anwesenheit der Kassiererin Brigitte Balkenhol die Kassenprüfung durch. Dabei ergaben sich keinerlei Beanstandungen.

Entlastung des Vorstandes

Auf Antrag von Uwe Aisenpreis wurde dem Vorstand durch einstimmige Abstimmung Entlastung erteilt.

Aus- und Weiterbildung

In einem Kurzbericht ging Sabine Oßwald auf die Aus- und Weiterbildung ein. Es gab 2 Weiterbildungstage pro Jahr, (1 x in Nordbaden, 1 x in Südbaden)

Das Frauenseminar wurde in einen erfolgreichen Frauentag umorganisiert.

Im Herbst fand das Familien- und Angehörigenseminar statt. Die Gruppenbegleiter Ausbildung konnte stattfinden. Der 2. Jahrgang steht kurz vor dem Abschluss, der 3. Jahrgang ist in Planung. Das Auffrischungseminar für erfahrene Gruppenbegleiter wurde umgesetzt und war erfolgreich. Es wird auch in Zukunft stattfinden.

Lediglich das Männerseminar musste wegen Corona abgesagt werden.

Mit Unterstützung von Siegbert und Uwe hat das Ausbildungsteam einen Jahres-Flyer entworfen.

Haushaltsplan 2021

Grundlage für die Erstellung des Haushaltsplans 2021 war der Kassenbericht vom Vorjahr. Allerdings sind die personellen Veränderungen darin noch nicht enthalten, da die Auswirkungen noch nicht konkret benannt werden können.

Der Haushaltsplan wurde einstimmig angenommen.

Satzungsänderung/Geschäftsordnung

Die vom Vorstand vorgeschlagene Satzungsänderung und Änderung der Geschäftsordnung wurde einstimmig beschlossen.

Neuwahlen des gesamten Vorstandes

Mit der Durchführung der Wahlen wurde Dieter Engel als Wahlvorstand, Gabi Thielbeer und Tina Oberle als Wahlhelferinnen beauftragt. Da jedes stimmberechtigtes Mitglied verschieden farbige Stimmzettel für jeden Wahlgang bereits an seinem Platz vorbereitet hatte, konnten die Wahlen sehr zügig und souverän durchgeführt werden.

Folgendes Ergebnis:

Geschäftsführenden Vorstand:

1. Vorstand: Lutz Stahl
Stellvertreter: Rainer Böhmer
Kassiererin: Brigitte Balkenhol
Schriftführerin: Sigrun Hofmann

Erweiterter Vorstand:

Landesbeauftragte für Mannheim: Silvia Ringer
Landesbeauftragter Karlsruhe/Mittelbaden: Markus Häffner
Landesbeauftragte/r Bodensee: derzeit nicht besetzt - 1. Vors. übernimmt kommissarisch
Landesbeauftragte Frauenarbeit: Charlotte Melcher
Landesbeauftragte Aus- und Weiterbildung: Sabine Oßwald
Landesbeauftragte Öffentlichkeitsarbeit: Ilter Schaller
Landesbeauftragter Männerarbeit: Torsten Wilkens
Landesbeauftragte Familien- Angehörigenarbeit: Uta Münchgesang
Landesbeauftragter EDV: Heiko Küffen
Landesbeauftragter Heidelberg: Rainer Böhmer
Landesbeauftragter Freiburg: Armin Schilling
Landesbeauftragte/r Tauberbischofsheim: derzeit nicht besetzt
Kassenprüfer: Albert Ochs, Antonina Kurna
Delegierte: Ludwig Engels, Torsten Wilkens
Ersatz-Delegierte: Lutz Stahl, Sabine Oßwald



© Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe Karlsruhe

Allen gewählten Mitgliedern des Vorstandes des Landesverbands gilt der Glückwunsch und viel Erfolg für die künftige Arbeit.

Ludwig Engels wird durch Dieter Engel zum Ehrenvorsitzenden des Freundeskreises Karlsruhe und durch Lutz Stahl zum Ehrenvorsitzenden des Landesverbandes Baden ernannt.

Beide würdigten die Arbeit von Ludwig Engels für den LV Baden und wünschen ihm alles Gute für die Zukunft.

Der Vorsitzende bedankt sich bei dem ausscheidenden Mitglied Uwe Aisenpreis für seine langjährige Arbeit im Vorstand des Landesverbandes und wünscht ihm für die Zukunft alles Gute.

Der Vorsitzende Lutz Stahl sieht es als notwendig an, dass sich mehr FK's dem LV Baden anschließen.

Die Zugehörigkeit von Gruppen, die sich außerhalb von Karlsruhe befinden, soll gestärkt und verbessert werden. Die Gruppen sollen im LV Baden besser integriert werden. Hier ist der erweiterte Vorstand mit Aktivität gefordert.

Zu den Verhandlungen über die Mitgliedschaft der Blaukreuzgruppen Heidelberg berichtet der Vorsitzende. Die Verhandlungen sind ins Stocken geraten. Es wird ein klarer Kooperationsvertrag angestrebt.

Wenn sich die Blaukreuzgruppe dem LV Baden anschließt, wird in Heidelberg evtl. eine Verwaltungskraft zur Unterstützung notwendig.

Eine Verwaltungskraft wird auch in Karlsruhe erforderlich, wenn der jetzige Sekretär nicht mehr in Vollzeit arbeiten wird.

Die digitale Motivationsgruppe wird nur wenig von „Interessenten“ genutzt. Es sind Überlegungen im Gange, ob die Gruppe über den bisherigen Raum hinaus aktiv werden soll – Eine Erweiterung ist angedacht. Dies unter Einschluss weiterer Freundeskreise.

Für den Bundeschat werden noch Mitstreiter gesucht. Brigitte Balkenhol erläutert die Funktion des Chats.

Er ist im Internet unter der Adresse:

www.sucht-chat.de
zu finden. Der Chat läuft für den Bundesverband auf dem Webserver des LV.

- Albert Ochs

Beim viermaligen Besuch der Vorbereitungsgruppe wird das gesamte Themenspektrum angesprochen und damit der Einstieg in eine der beteiligten Selbsthilfegruppen der Freundeskreise Nova Vita oder der Lotsen, bzw. des Kreuzbundes oder Veritas wesentlich erleichtert. Die Schwellenangst ist genommen und der Stuhlkreis be-

reits ein vertrauter Ort um offen und ehrlich mit sich und anderen umgehen zu können. Die Vorbereitungsgruppe steht für Menschen aller Suchtformen und deren Angehörigen, sowie weiteren Mitbetroffenen, wie Arbeits- oder Sportkollegen, Freunden usw. offen.

Die Vorbereitungsgruppe findet jeden Mittwoch um 17.30 Uhr in der Alphornstr. 2A statt.

Coronabedingt bitten wir um eine Voranmeldung unter 0621 72732779

- Silvia Ringer -
Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe
Nova Vita Mannheim-Waldhof e.V.

Ein „Monsignore“ sorgt für ein gutes Gefühl!

In zweierlei Hinsicht ist der Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe Karlsruhe e.V. der Monsignore Friedrich Ohlhäuser-Stiftung sehr dankbar. Zu einem stattdessen sie unsere Gruppenräume mit insgesamt 5 Luftreinigern der Marke Daikin aus und zum anderen durften wir dadurch erfahren, dass die Suchtselbsthilfe einen hohen Stellenwert, gerade auch in den unsicheren Pandemiezeiten, genießt und Wertschätzung erfahren darf.

Um die gesundheitliche Sicherheit für die Teilnehmer*innen in unseren Gesprächsgruppen zu erhöhen und Ansteckungsgefahr mit Covid19 zu minimieren, sind wir mit dem Wunsch für entsprechende Luftreinigungsgeräte mit Überwachungsfunktion an die Monsignore Friedrich Ohlhäuser-Stiftung herangetreten. Diese Stiftung wurde 2009 von der Ardensia eG (vormals Baugenossenschaft Familienheim Karlsruhe eG) ins Leben gerufen und unterstützt nicht nur notleidende Mieter und Mitglieder der Baugenossenschaft, sondern auch karitative Einrichtungen. Wir erhielten umgehend eine positive Rückmeldung und am 27.5.2021 fand die Übergabe der Luftreiniger in unsere Räumlichkeiten statt. Es hat uns sehr gefreut, dass nicht nur Frau Gudrun

Troes, im Vorstand zuständig für das soziale Management, sondern auch der Vorstandsvorsitzende Herr Rüdiger Esslinger die Übergabe der Geräte persönlich vorgenommen haben. Dieter Engel und Albert Ochs, die zusammen Kontakte zu die-

Engagement und die Erkenntnis, dass Gewöhnung, Abhängigkeit und Sucht in den verschiedensten Ausprägungen und Formen in allen Bevölkerungsschichten verbreitet ist und vor keiner sozialen Gesellschaftsklasse Halt macht.



Von links:
Herr Esslinger,
Frau Troes,
Albert Ochs und
Dieter Engel

ser Stiftung hergestellt haben, gaben ihren Gästen einen Überblick über die ehrenamtliche Tätigkeit des Freundeskreises in der Suchtselbsthilfe, den Angeboten für Hilfesuchende, sowie dem großen Spektrum an Suchterkrankungen und Verhaltensabhängigkeiten und führten sie durch die Räumlichkeiten, in denen die Luftreiniger künftig Verwendung finden werden. Wir spürten dabei die Anerkennung für unser ehrenamtliches

Gerne haben wir im Gegenzug für diese großzügige Unterstützung, bei Bedarf unser Know-how und Netzwerkverbindungen in der Suchtkrankenhilfe, sowohl im Akutfall als auch zur Prävention angeboten.

- Dieter Engel

Sucht macht einsam - nicht mit uns!



Vorbereitungsgruppe der Mannheimer Selbsthilfe

Nach den durch die Corona-Pandemie geschuldeten Startschwierigkeiten, sowie zeitweiser Unterbrechung des neuen Angebotes zum Thema Sucht der Mannheimer Selbsthilfegruppen, konnten wir nun durch Unterstützung des Gesundheitstreffpunktes Mannheim in der Alphornstraße unser Erstkontaktangebot in Form einer Vorbereitungsgruppe wieder aufnehmen. Was versteht man unter einer Vorbereitungsgruppe und für wen steht sie offen? Im Gegensatz zu einem Informationsmeeting bzw. Veranstaltung

werden den im Rahmen der Vorbereitungsgruppe nicht nur Informationen über die verschiedenen Süchte, die Auswirkungen einer Suchterkrankung und die Hilfsmöglichkeiten bzw. Ansprechpartner in der Suchthilfe und besonders in der Suchtselbsthilfe vermittelt, sondern die Hilfesuchenden werden dort thematisch abgeholt, wo deren Schuh am meisten drückt. Sie haben (oft das erste Mal) Gelegenheit mit ebenfalls von einer Suchterkrankung oder Gefährdung betroffenen Menschen bzw. deren Angehör-

igen über ihre Sorgen, Ängste und Nöte zu sprechen. Besonders positiv und erleichternd wirkt sich aus, dass die Gruppenbegleiterinnen und Begleiter dieser Vorbereitungsgruppe selbst den ganzen beschwerlichen Weg in eine zufriedene Abstinenz durchlebt haben und damit die Gefühlslage der „Neuen“ sehr gut nachvollziehen können und die Gespräche dadurch auf Augenhöhe und authentisch verlaufen und keinem Stigma unterliegen.

Gedanken zur Ernennung zu Ehrenmitgliedern des Landesverbandes Baden unserer Freunde **Ludwig Engels** und **Uwe Aisenpreis**.

17 Jahre arbeiten in einer führenden Position im Ehrenamt ist eine lange, eine sehr lange Zeit. Dazu gehört Engagement und Glaube an den Wert dieser Arbeit. Eine deutlich schwierigere Sache ist es jedoch, dieses Amt in einer Krisenzeit, ohne Einarbeitung und Anleitung, von einem Mann wie Conny Böllert zu übernehmen, der über Jahre hinweg die Geschicke des Landesverbandes Baden prägte und in vielen Bereichen seine eigenen Wege ging. Dazu gehört nicht nur Mut, sondern auch eine gehörige Menge Opferbereitschaft.

Zeitgleich trat auch ein anderes Mitglied in die Riege des erweiterten Vorstandes des Landesverbandes ein.

Es war nicht nur 's-Heftele, das Hinterher sein und Sammeln von Berichten, die Homepage und die Druckerei, die sein Arbeitsgebiet ausmachten. Auch die Unterstützung des Geschäfts-

zimmers des Landesverbandes bei der Organisation der Seminare war später sein Metier. Seit 2005 ist Uwe Aisenpreis im erweiterten Vorstand als Landesbeauftragter in Sachen Öffentlichkeitsarbeit tätig. Bescheiden, ohne laute Töne, aber zuverlässig, mit Geduld und Beharrlichkeit schaffte er es immer wieder, seine Aufgaben und

Ziele erfolgreich zu meistern. Welche Menge an Arbeit von Uwe in dieser Zeit für den Landesverband Baden bewältigt wurde, können wir nur erahnen.

Aber Uwe ist ja nicht nur seit 2005 für den Landesverband tätig gewesen. Bereits seit Ende der 80er Jahre war Uwe für den Freundeskreis Karlsruhe ehrenamtlich engagiert. Sicherlich wäre Uwe nun auch zum Ehrenmitglied des Freundeskreises Karlsruhe ernannt worden, wenn er dies nicht schon seit Jahren wäre.

*Lutz Stahl
Vorstandsvorsitzender
Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe
Landesverband Baden e.V.*

Ehre, wem Ehre gebührt! Ich ziehe meinen imaginären Hut und gratuliere zur Ernennung zum Ehrenmitglied des Landesverbandes der Freundeskreise Baden.



© Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe Karlsruhe

Als Konrad Böllert 2004 als Amtsinhaber verstarb, war niemand von den etablierten Vorständen bereit, diese Bürde auf sich zu nehmen. Das Geld war mehr als knapp, die Insolvenz in Sichtweite und die Atmosphäre innerhalb der Organisation rief nicht nach deren Erhalt und Aufschwung. In dieser Situation übernahm Ludwig Engels das Amt des Vorstandsvorsitzenden zunächst kommissarisch, später als gewählter Amtsinhaber. Aus heutiger Sicht kann bezweifelt wer-

den, ob der Landesverband ohne diesen mutigen Schritt noch eine nennenswerte Existenz gehabt hätte.

Viele schwierige Problemstellungen folgten. Dabei waren oft komplizierte Verhandlungen und unkonventionelle Lösungen erforderlich. Als Beispiele seien hier nur der Kooperationsvertrag mit der ELAS über die Aus- und Weiterbildung, unter Verzicht der Gruppenmittel der Rentenversicherung Land, sowie

die Gründung der DSM, unter Beteiligung des Landesverbandes, zur Rettung von Beratungsstellen genannt.

Die Verleihung der Ehrenmitgliedschaft des Landesverbandes der Freundeskreise Baden und die, seines Heimatvereins, dem Freundeskreis Karlsruhe, ist Ausdruck des Dankes für dieses außergewöhnliche Engagement.



© Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe Karlsruhe

Jahresbericht Öffentlichkeitsarbeit

2020

Auch im vergangenen Jahreszeitraum konnten wie gewohnt wieder zwei Hefte der „Freundeskreise Aktuell“ herausgebracht werden, das zweite sogar dank zähem Bitten von Siegbert und außerordentlichem Engagement unserer Druckerei gerade noch rechtzeitig zum Herbstseminar.

Mit dem heutigen Tag endet meine Amtszeit im sog. erweiterten Vorstand. Obwohl ich die Betreuung und Herstellung unserer Freundeskreis Zeitschrift immer mit Freude und sehr viel Herzblut gemacht habe, gibt es 4 gute Gründe, damit aufzuhören.

- 1 Mein Alter – ich gehe schon mit Riesenschritten auf die 80 zu.
- 2 Und damit zusammenhängend die Nachfolgefrage. Ich habe mich schon einige Jahre um eine Nachfolge oder eine Vertretung bemüht. Aber erst als ich endgültig meinen Abschied für heute angekündigt habe, ist es gelungen.
- 3 Ich habe das Amt jetzt etwas über 15 Jahre ausgeübt; in dieser Zeit wurden 30 Hefte erstellt. Seit dem Neuanfang des Landesverbandes mit Ludwig Engels an der Spitze im Jahr 2005 war ich dabei und bin mit Ludwig zusammen der Einzige, der vom damaligen Vorstand noch mit an Bord war. Ich denke, heute ist ein guter Zeitpunkt, damit Schluss zu machen.
- 4 Und last but not least: wenn's am schönsten ist, soll man aufhören.



© Freundeskreis für Suchttrankenhilfe Karlsruhe

Ich möchte mich bei allen meinen Mitstreitern in diesen 15 Jahren bedanken; das waren:

Brigitte Hasel
Cornelia Breithaupt
Siegbert Moos
Michael Mayer
Karin Meyer

und nicht zu vergessen **Ursula Morlock**, die zwar nie im Impressum stand aber über viele Jahre eifrig und penibel Korrektur gelesen hat.

Bedanken möchte ich mich auch bei den vielen fleißigen Autoren und Autorinnen, die ich jetzt nicht alle aufzählen kann, ohne die aber die Zeitschrift nicht hätte existieren können.

Meine Nachfolgerin ist von Beruf Grafik-Designerin und sicherlich hervorragend geeignet, diese Aufgabe wahrzunehmen. Sie hat auch das folgende Heft bereits selbstständig in Angriff genommen. Ich wünsche ihr genauso viel Freude bei dieser Arbeit wie ich sie gehabt habe.

- Uwe Aisenpreis -

AHA-Regeln und Aha-Erlebnisse

Freundeskreis - Seminar 2020

Überall begegnen sie uns in den Corona-Zeiten seit vielen Monaten: Die AHA-Regeln. Abstand halten! Hygieneregeln beachten! Alltagsmaske tragen! Warum sollte das beim Freundeskreis-Seminar vom 20.-22.11.2020 in Bad Herrenalb dann anders sein? Dass die AHA-Regeln im Laufe des Jahres auf AHA-L Regeln erweitert wurden, war die einzige unangenehme Erfahrung bei diesem außergewöhnlichen Seminar in der kühlen zweiten Novemberhälfte. Alle zwanzig Minuten, wenn sich die Raumluft ein wenig erwärmt hatte, ging lautlos der Appell an die Frischluftverantwortlichen an allen Fensterfronten im Raum: „Lüften!“ Und unwillkürlich entstand Bewegung: Kalter Luftstrom, kurzes Aufstehen, die Winterjacke oder Mütze überziehen, wieder setzen! Oder den Körper tiefer in die extra für diesen Moment mitgebrachte Woldecke einschlagen. Oder - das war besonders cool, wenn es so schlagartig cool wurde im Raum - zumindest den Hals ein wenig einziehen, bis die Türen wieder geschlossen und der Kaltluftstrom gestoppt wurde.

„Was weiß ich über mich? Wie nehme ich mich wahr?“ War der Untertitel des Seminars. Da traten die AHA-Regeln in den Hintergrund. Und da gab es - auch dank der souveränen Seminarleitung durch Sabine Oßwald und Robert Danila und dank des professionellen Referenten- und Therapeuten-Paars Peter Bolte-Leuterer und Ulrike Leuterer manche Aha-Erlebnisse.

Aha-Erlebnisse und Entdeckungen gab es in der Zweier-Übung, bei der wir mit der hartnäckig wiederholten Frage „Welche Möglichkeiten hast du?“ unsere Chancen entdeckten.

Aha-Erlebnisse gab es in den Pausengesprächen mit alten Bekannten und neuen Gesichtern. Aha-Erlebnisse gab es beim Vortrag über Vorsätze, die wir ruhig auf kleine Einheiten herunter brechen dürfen. Nicht gleich den zweistündigen Dauerlauf vornehmen, für den Anfang tut es das fünfminütige Gehen um den Block doch auch. Hauptsache, wir kommen in Bewegung und gehen neue Schritte, bei denen wir barmherzig mit uns selber sind.

Da hoffe und wünsche ich nur, dass das Freundeskreis-Seminar 2020 mit seinen Aha-Erlebnissen noch lange nachwirkt in Mannheim, Karlsruhe, Heidelberg, Achern und den anderen Orten, an die die Seminarteilnehmer am Sonntag nach dem Mittagessen mit vielen neuen Erfahrungen und nach intensiven Begegnungen zurückgekehrt sind.

- Harald Becker -

ABSTAND HALTEN!

Und trotz diesem Appell zum körperlichen Abstand ist beim Thema des Seminars „Selbstwert & Selbsterkenntnis“ eine besondere Nähe unter den Teilnehmern entstanden.

Es ging nah, als am Beispiel Kleinkind - Mutter die Reaktionen auf unerfüllte Bedürfnisse vorgestellt wurden: Schmerz, Wut, Angst und Abspaltung. Und jeder konnte sich irgendwo seinen eigenen Lebenserfahrungen nähern und Kontakt mit ihnen aufnehmen.

Es ging nah, als bei der Einstellungsarbeit am Samstag Nachmittag tiefe Haltungen, die in unserem Wesen wirken, ergründet, die Gefühle dahinter erspürt und mit positiven Haltungssätzen verwandelt wurden. „Ich hätte dich noch so gebraucht.“ „Die Mauer in mir darf schmelzen.“

Es ging nah, als wir uns gegenseitig zusprechen konnten: „Du bist ein Mensch, der es wert ist, geliebt zu werden und ich bin ein Mensch, der es wert ist, geliebt zu werden.“

HYGIENE-REGELN BEACHTEN!

Es war Seelenhygiene als die Einzelnen im Schutz des Gruppenkreises stehend neue Haltungssätze zu den belastenden Erfahrungen ihres Lebens einüben konnten.

„Das erste Drittel meines Lebens war Scheiße. Die beiden anderen Drittel werden richtig geil!“ „Habt ihr ein Glück, dass ihr mich kennengelernt habt.“

Es war Seelenhygiene, beim Power of Life-Dance am Samstag Abend rhythmisch stampfend mit der Erde Kontakt aufzunehmen, die uns so verlässlich trägt oder spielerisch die Verfolgung der anderen Seminarteil-

nehmer aufzunehmen oder gar beim Johnny-Cash-Song „Jesus, I don't wanna die alone“ meditativ in sich zu gehen.

Es war Seelenhygiene, in der Kleingruppe zu erzählen, wie heute meine Beziehung zu meinen Bedürfnissen ist und dann wertschätzende Resonanz von den Zuhörern zu erhalten. „Der Mensch wird des Menschen Medizin.“

Es war Seelenhygiene, bei der Meditation am Sonntag Morgen mit dem Ausatmen bewusst loszulassen und dann neue Frische einzusatmen.

ALLTAGSMASKE TRAGEN!

Diese Corona-Regel galt nur äußerlich. In den offenen, ehrlichen Gesprächen war es leicht, die (unsichtbare) Alltagsmaske fallen zu lassen. Im Tanz zu Musik war es nicht nur symbolisch, dass wir mit den Händen die (unsichtbare) Maske zärtlich vom Gesicht streiften, unser wahres Gesicht zeigten und dann unsere Freude an der Bewegung und an der Begegnung spüren und teilen konnten.

Die innere Alltagsmaske fiel auch, als wir in der Kleingruppe die Entwicklung unseres Selbstwertgefühls auf dem Zeitstrahl unseres Lebens als Auf- und-ab-Kurve einzeichnen und mit den Gruppenmitgliedern betrachten und besprechen konnten.

Arbeitsgebiete

des Landesverbandes der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe Baden e.V.

Der Landesverband Baden ist der Zusammenschluss des Großteils der örtlichen Freundeskreise in Baden und Teil der bundesweiten Freundeskreis Organisation. Der Landesverband Baden vertritt seine Mitglieder im Suchthilfenetzwerk auf Landesebene, z.B. in der Baden-Württembergischen Arbeitsgemeinschaft der Sucht- und Abstinenzverbände (BWAG) und regional - badisch in der Evangelischen Arbeitsgemeinschaft-Sucht (ELAS) des Diakonischen Werks Baden.

Dachverband der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe in Baden

Wie die meisten größeren Organisationen, haben sich auch die Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe den föderalen Strukturen in unserem Staat angepasst. Die meisten der örtlich gebildeten Freundeskreise verbanden sich zu Landesverbänden und diese gründeten dann den Bundesverband.

In Baden-Württemberg hatten wir zu jener Zeit in jedem Landesteil einen zuständigen Wohlfahrtsverband. Nicht nur aus diesem Grund bildete sich im Südwesten für jeden Landesteil ein eigener Landesverband, so dass es heute im Bundesgebiet 16 Landesverbände gibt.

Verbindungsglied zwischen den Freundeskreis-Organisationen/Ausgleich/Forum/ Informationstransfer

Die Landesverbände der Freundeskreise sind Dreh- und Angelpunkt beim Erhalt und der Weiterentwicklung der Freundeskreis-Selbsthilfe. Sie dienen der Meinungs- und Konsensbildung und dem Ideen- und Informationstransfer zwischen

Interne Informationsverbreitung / Aus- und Weiterbildung

Der Landesverband Baden erstellt eigene Informationsschriften, wie z.B. die Zeitschrift „Freundeskreise aktuell“ und den Veranstaltungskalender. Weiter sorgt er in seinem Bereich für die Verbreitung der vom Bundesverband geschaffenen Broschüren und anderen Medien. Teilweise arbeiten Mitglieder des Landesverbandes Baden in den Arbeitskreisen des Bundesverbandes zur Erstellung von Schriften mit.

Um intern die genannten Informationen, neue Arbeitsweisen und für die Selbsthilfe relevantes Fachwissen zu streuen oder gezielt an aktive Personen oder Gruppen weiter zu geben, sind nachhaltige, regelmäßig erscheinende Informationsmedien und eine systematische Aus- und Weiterbildung erforderlich.

den Gruppen und einzelnen Landesverbänden, sowie zwischen Basis und Bundesverband.

Selbsthilfegruppen entwickeln sich, bilden Rituale, Überzeugungen und eigene Grundsätze aus. Damit sich die Freundeskreis-Gruppen nicht auseinander entwickeln, sind Konsens bildende, demokratische Prozesse und Zusammenarbeit erforderlich, die einerseits die Freundeskreis-Idee (Leitbild) sinnvoll bewahren, andererseits aber auch die Verbreitung neuer Ideen und Einsichten ermöglicht.

Jeder Landesverband hält eigene Mitgliederversammlungen oder Delegiertentage ab, in denen die Mitgliederbasis Änderungen, Forderungen und Ideen einbringen kann.

Der Vorsitzende jedes Landesverbandes ist Mitglied im erweiterten Vorstand des Bundesverbandes, in dem für die Zukunftsentwicklung der Freundeskreise die Weichen gestellt werden. Jeder Landesverband ist im jährlich stattfindenden Bundesdelegiertentag vertreten, in welchem über die erarbeiteten Zukunftspläne abgestimmt wird.

Die Erstellung des Informationsmaterials ist aufwendig und kosten-intensiv. Es bedarf auch häufig der Mitarbeit und Prüfung von beruflichen Fachleuten. Einzelne Gruppen sind mit der Fertigung solcher Medien und der Organisation der Verbreitung in aller Regel finanziell und logistisch überfordert.

Im erweiterten Vorstand des Landesverbandes fällt diese wichtige Aufgabe in das Resort „Öffentlichkeitsarbeit“, für das eine Sachbearbeiterstelle vorgesehen ist.

Der Landesverband Baden ist dafür verantwortlich, seine Mitglieder durch Weiterbildungsmaßnahmen in ihrer Abstinenzentwicklung zu fördern. Dabei soll das stärkende Gemeinschaftserleben positive Akzente setzen.

Das Organisationsteam „Aus- und Weiterbildung“ richtet ein allgemein zugängliches Wochenendseminar, genannt Freundeskreis-Seminar und derzeit 2 Weiterbildungstage aus. Die Weiterbildungstage werden in wechselnden Regionen abgehalten. Zur Ausbildung zum Gruppebegleiter sind derzeit 5 Wochenendseminare angesetzt.

Die Vertreterinnen der Sachbereiche des erweiterten Vorstandes, „Frauenarbeit“, „Männerarbeit“ und „Angehörigenarbeit“ organisieren mit eigenen Arbeitsgruppen jeweils ein Wochenendseminar für ihren jeweiligen Arbeitsbereich.

Die Aus- und Weiterbildung wird maßgeblich durch die Krankenkassen finanziell unterstützt

Die intensivere Vermittlung von sucht relevanten Informationen und Fertigkeiten in der Selbsthilfe kann nur in einer guten Erwachsenenbildung geleistet werden.

Insbesondere für das Amt des Gruppenbegleiters / Gruppenbegleiterin ist eine gute Grundausbildung erforderlich, um diesen einerseits ein selbstbewusstes und zweckdienliches Agieren zu ermöglichen, andererseits muss den Suchtkranken und deren Angehörigen gegenüber gewährleistet sein, dass die Gruppe fachlich fundiert und verantwortungsvoll geleitet wird. Die Gruppenbegleiterausbildung wird neuerdings von eigenen ehrenamtlichen Kräften organisiert, die auf Fachkräfte für die jeweiligen Lerninhalte zurückgreifen. Dieses richtungsweisende Konzept wurde für eine anspruchsvolle Gruppenarbeit im Landesverband Baden von unserem Orgateam „Aus- und Weiterbildung“ neu entwickelt.

Externe Informationsverbreitung/Prävention/gezielte und allgemeine Öffentlichkeitsarbeit/Nutzung digitaler Medien

Der Landesverband der Freundeskreise in Baden führt eigene Projekte und Aktionen in der Suchtprävention und der Öffentlichkeitsarbeit aus und unterstützt die örtlichen Freundeskreise bei ihren Projekten durch Gestellung von Equipment, Schriftmaterial und gegebenenfalls durch die Organisation von Personalunterstützung.

Für die digitale Öffentlichkeitsarbeit richtet der Landesverband Baden allen angeschlossenen Freundeskreis-Gruppen eine eigene Home-Page ein und unterstützt den bundesweit tätigen Chatroom.

Auch bei diesen Aufgaben wird der Landesverband Baden maßgeblich durch die Krankenkassen unterstützt

Die externe Informationsverbreitung hat im Wesentlichen drei Ziele:

- Die Prävention
- die gezielte Öffentlichkeitsarbeit bei einflussreichen Ansprechpartnern
- die allgemeine Öffentlichkeitsarbeit in der Gesellschaft.

Dabei werden sowohl eigene Projekte umgesetzt, als auch örtliche Freundeskreise bei ihren Projekten unterstützt. Hierfür hält der Landesverband einen Vorrat an Schriftmaterial und ein Equipment für Info-Stände usw. vor, die auf Anfrage zur Verfügung gestellt werden können. Hierbei ist auch die Organisation personeller Unterstützung möglich.

Für den bundesweit verbreiteten Chatroom der Freundeskreise stellt der Landesverband neben finanziellen Mitteln auch seinen eigenen Server zur Verfügung.

Was uns am liegt....

Finanzierung eines Defibrillators

.....ist natürlich die Gesundheit aller unserer Mitglieder, Gruppenbesucher und Besucherinnen.

Für die seelische und psychische Gesundheit und damit die Lebensbelastungen zu bewältigen und möglichst ein Zustand des Wohlbefindens zu erreichen, haben wir in den Freundeskreisen unsere wöchentlichen Gruppengespräche, Seminare, persönliche Beziehungen und Freundschaften. Hier sind wir im Freundeskreis Karlsruhe gut aufgestellt und auch ständig in der Weiterentwicklung durch diverse Angebote der Aus- und Weiterbildung. Wir lernen und praktizieren mit schwierigen Themen, Gruppensituationen und den unterschiedlichsten Charaktereigenschaften von Menschen umzugehen.

Tobias und Dieter Engel
bei der symbolischen
Übergabe des Defibrillators



Aber was ist in einem medizinischen Notfall, bei welchem es auf jede Minute ankommt? Deshalb habe ich mich schon lange gedanklich damit befasst, mit einem Defibrillator ein lebensrettendes Gerät anzuschaffen. Leider besteht bei solchen positiven Gedanken ja immer die Diskrepanz zwischen Wunsch und Wirklichkeit, die in den meisten Fällen an der Finanzierung an ihre Grenzen stößt. Wie ich schon mehrfach festgestellt habe, ist dies gar nicht so einfach, aber auch nicht unmöglich. Bei der Suche nach einem Sponsor habe ich mal wieder erfahren dürfen, wie gut es ist, wenn man Probleme mit seiner Familie bespricht. Mein jüngster Sohn Tobias hatte sofort eine mögliche Lösung für die Finanzierung parat. Er ist Mitarbeiter der Firma Bosch Deutschland

und deren Geschäftsführung und Mitarbeitervertretung hatten im Jahr 2017 das Spendenprogramm „Cents for help“ ins Leben gerufen. Um Gutes zu tun, verzichten Bosch Mitarbeiter auf die Auszahlung der Cent-Beträge aus ihrer monatlichen Nettoentgeltüberweisung. Da mit möglichst viele Projekte von der Hilfsbereitschaft profitieren können, beteiligt sich das Unternehmen ebenfalls und verdoppelt den dadurch zustande gekommenen Betrag. Der Gesamtbetrag wird zur Unterstützung von gemeinnützigen und mildtätigen Zwecken eingesetzt.

Förderanträge können jedoch nicht direkt von einer förderwürdigen Institution, wie dies der Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe Karlsruhe e.V. ist, eingereicht werden, sondern nur von einem Bosch Mitarbeiter, welcher hier als Pate für die gemeinnützige Organisation auftritt. Mein Sohn war selbstverständlich sofort bereit, mich und mein Engagement im Freundeskreis Karlsruhe zu unterstützen und wir reichten einen gut begründeten Förderantrag ein. Zweimal im Jahr wird über die Anträge entschieden und so hieß es erst einmal warten und Daumen drücken. Dann kurz vor Jahresende 2020 die gute Nachricht, dass dem Antrag auf Finanzierung eines Defibrillators in vollem Umfang entsprochen wurde und wir in Kürze mit einem Zahlungseingang rechnen können.

Nach fachlicher Beratung eines im Roten Kreuz beim Rettungsdienst ehrenamtlich engagierten weiteren Familienmitglieds sind wir nun mit einem lebensrettenden Gerät in der Adlerstraße. 31 ausgestattet.

EIN KLEINER TIPP:
EINER DER RUND 130 000
MITARBEITER VON BOSCH
DEUTSCHLAND WOHNT
SICHER AUCH IN EURER
NACHBARSCHAFT.

© Klaus Eppeler

Sobald es „Corona“ möglich macht, wird natürlich noch eine fachliche Einweisung für unser Gruppenverantwortlichen angeboten, obwohl das Gerät selbsterklärend – es spricht sogar mit dem Bedienenden – und technisch so abgesichert ist, dass man nichts falsch machen kann.

Wir hoffen natürlich, dass wir dieses lebensrettende Gerät niemals einsetzen müssen, aber sicher ist sicher.

- Dieter Engel -

„Ich hatte großen Respekt vor der Aufgabe“

Was kommt nach der Beendigung eines elementaren Lebensabschnitts?

Meine alkoholbedingte Suchtlaufbahn endete mit einem Zusammenbruch in der Mitte meiner Lebensarbeitszeit. Nachdem ich nun alle meine Energie, von welcher ich zuvor sehr viel für mein heimliches Trinken als Spiegeltrinker benötigt hatte, für mein berufliches Fortkommen einsetzen konnte, hatte ich in relativ überschaubarer Zeit meinen Karriereknick hinter mir gelassen.

Die Selbsterfahrung, die ich in den Gruppengesprächen, der Ausbildung zum Gruppenbegleiter, vielen Seminaren und Fortbildungen der Freundeskreise erleben und verinnerlichen durfte, prägte auch die Einstellung zu meinem Arbeitsumfeld und Aufgabenbereich. Als Vorgesetzter sah ich in den Mitarbeitenden nicht nur die Arbeitskraft, sondern den „ganzen Menschen“ – wie wir es auch im Leitbild der Freundeskreise verankert haben. Ich hatte wohl durch die Freundeskreiserfahrungen ein besseres Auge und offeneres Ohr für die Sorgen, Nöte und manchmal Ängste meiner Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, obwohl dies mit dem eigentlichen Arbeitsleben und den dort zu bewältigenden Herausforderungen nichts zu tun hatte. Das wurde sehr geschätzt, und ich fühlte mich in meiner Arbeitswelt sehr wohl und anerkannt.

Vorzeitig in den Ruhestand?

Dann tauchte plötzlich mit 57 Jahren die Frage auf, das aktive Berufsleben über das sogenannte Altersteilzeitmodell vorzeitig zu beenden. Auf den ersten Blick ein verlockendes Angebot, denn ist es nicht oft der geheime oder offene Wunsch, endlich den Arbeitsalltag hinter sich zu lassen und die Ruhestandszeit zu be-

ginnen? Als ich aber dann vor dieser Entscheidung stand, gingen mir doch viele Gedanken, verbunden mit Unsicherheiten und offenen Fragen, durch den Kopf. Zunächst einmal die materielle Seite: Reicht das verminderte Einkommen, das mit einer Altersteilzeitregelung und dem damit verbundenen früheren Eintritt in die Altersrente verbunden ist? Aber auch die Frage: Wie sehr werde ich meine beruflichen Aufgaben und Herausforderungen sowie meine Mitarbeitenden und Kollegen vermissen? Denn sie waren ein Großteil meiner sozialen Kontakte, zumal ich inzwischen schon sechs Jahre getrennt war und allein lebte.

Rat der Gruppe gefragt

Wie fülle ich dann meinen Tag sinnvoll aus? Wie setze ich meine Energie ein, um etwas zu planen, etwas Sinnvolles auf den Weg bringen, Menschen zu motivieren, zu gestalten, Verantwortung zu übernehmen und natürlich auch Anerkennung zu erhalten? Fragen über Fragen, die mich immer wieder einholten. Ich hatte ja meine Freundeskreis-Gruppe und damit eine Plattform und Unterstützung für meine Entscheidungsfindung. Jetzt merkten die Gruppenmitglieder, deren Gruppenbegleiter ich seit einigen Jahren war,

dass auch ich vor schweren und Lebensweisenden Entscheidungen stehe und die Antworten nicht so einfach aus dem Ärmel schütteln konnte, sondern meine Gruppe und deren Lebenserfahrungen wirklich brauchte. Ich entschied mich dann, das Altersteilzeitangebot in Anspruch zu nehmen. Das bedeutete, dass meine aktive berufliche Laufbahn in der zweiten Hälfte des Jahres 2013 endete.

Vorsitzender gesucht

Anfang 2012 stand im Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe in Karlsruhe eine Veränderung an: Der eingetragene Verein mit angemieteten Räumlichkeiten, diversen Angeboten in zehn Gesprächsgruppen mit über 150 Mitgliedern, brauchte einen neuen ersten Vorsitzenden. Der bisherige Vorsitzende hatte in den neun Jahren seiner Amtszeit viele strukturell notwendige Änderungen und Erneuerungen im Verein und der Sucht-Selbsthilfe auf den Weg gebracht. Neben dieser Aufgabe hatte er auch noch einen Beruf. Deshalb stand er für eine weitere Amtszeit in vorderster Front nicht zur Verfügung.

Ich war zwar schon 17 Jahre im Freundeskreis, ausgebildeter Gruppenbegleiter und auch ein Jahr als Schriftführer für eine verstorbene Freundin im Vorstand aktiv, aber ansonsten hatte ich mich immer gewehrt, ein Amt im neunköpfigen Vorstand des Freundeskreises zu übernehmen. Der Grund: Ich war seit meinem 18. Lebensjahr bis ins Jahr 2007 in zwei Sportvereinen in der Vorstandschaft engagiert und sah damit meine Bürgerpflicht für das Allgemeinwohl erfüllt.

Respekt vor der Aufgabe

Die Suche nach einem neuen Vorstand war nicht einfach. So blieb es nicht aus, dass auch meine Person für das vakante Amt ins Spiel kam. Ich hatte großen Respekt vor so einer Aufgabe, zumal die Vorgänger in diesem Amt, welche ich ja alle persönlich erleben durfte, sehr große Fußstapfen hinterlassen hatten.

Ich setzte mich intensiv mit den Gedanken an ein Engagement als Vorsitzender im Freundeskreis Karlsruhe auseinander. Denn meine berufliche Entscheidung führte ja dazu, dass ich vor einer radikalen Änderung in meinem Lebensalltag stand, mit all den eingangs erwähnten Unsicherheiten und Ängsten.

Richtungsweisende Entscheidung

So traf ich zum zweiten Mal innerhalb von drei Jahren eine richtungsweisende Entscheidung. Zwar dieses Mal nicht für das ganze Leben, aber zumindest für eine Wahlperiode von drei Jahren. Mit Unterstützung

aller Freunde im Rücken und deren überwältigendem Votum, nahm ich 2012 die Wahl zum ersten Vorsitzenden an. Ich entwickelte so manche Idee und fokussierte mich auf die Öffentlichkeitsarbeit – mit der Zielsetzung, Hilfesuchende besser zu erreichen und den Stellenwert der Selbsthilfe, speziell der Freundeskreise, in den verschiedensten Richtungen zu fördern und zu stärken. Zwischenzeitlich endete im März 2020 meine dritte Amtszeit.

Positives Feedback

Ich bin froh und zufrieden, beide Entscheidungen so getroffen zu haben, denn ich habe in den letzten Jahren viel positives Feedback und Anerkennung erhalten und konnte in vielen Projekten mitwirken oder diese selbst auf den Weg bringen. Dies hat mich jung und agil gehalten. Ich habe mich nach über 40-Jähriger beruflich herausfordernder Tätigkeit mit dem ehrenamtlichen Engagement für die Freundeskreise einer erfüllenden Aufgabe gestellt. Das habe ich bis heute keinen Tag bereut. Deshalb nur Mut und Offenheit für Lebensveränderungen und neue Herausforderungen!

Bist du im Zweifel – deine Freundeskreis-Gruppe hilft dir bestimmt dabei!

- Dieter Engel -

„Als Vorsitzender des Freundeskreises Karlsruhe habe ich viel positives Feedback und Anerkennung erhalten und konnte in vielen Projekten mitwirken oder diese selbst auf den Weg bringen. Das hat mich jung und agil gehalten.“

© Klaus Epple

Unsere geplanten Themen

- Gruppenbegleiter-Ausbildung 2020/2021
- Auffrischungs-Seminar für erfahrene Gruppenbegleiter
- Frauenseminar 2021
- Weiterbildungstag Süd-Baden
- Freizeit mit Herbst-/Advents basteln
- Offerta Karlsruhe - 30.10. bis 07.11.2021