

Ausgabe August 2018

Bundestreffen für Freunde 12.05.2018

Liebe Freundeskreisler/innen,

ich begrüße euch zu einer neuen, speziellen Ausgabe der Rohrpost. Wenn wir die Ereignisse in den Freundeskreisen in den letzten Monaten Revue passieren lassen, dann werdet ihr euch – hoffentlich – vor allem an eines erinnern: an das Bundestreffen für Freunde am 12. Mai 2018 in Baunatal. Dieses Treffen war als Alternative zu den bisherigen mehrtägigen Bundeskongressen – auf Wunsch der Landesverbände – geplant worden und wurde so auch durchgeführt.

Um euch an den Rückmeldungen, die uns zwischenzeitlich in der Geschäftsstelle erreicht haben, zu beteiligen, haben wir uns entschlossen, eine Sonderausgabe der Rohrpost zum Bundestreffen zu erstellen.

Wir wünschen euch viel Freude beim Lesen der Beiträge und hoffen, dass wir damit noch einmal einen Rückblick auf diese Veranstaltung geben, die eine oder andere Erinnerung wecken können und denjenigen, die nicht dabei sein konnten, einen Eindruck von dem Treffen verschaffen können.

An alle, die uns mit ihren Texten und Bildern unterstützt haben, geht hiermit noch einmal ein ganz besonders herzliches Dankeschön! Ohne euch gäbe es diese Rohrpostausgabe nicht.

Viele sommerliche Grüße aus Kassel



Torsten Scholz
Suchtreferent

Tel. 0561 / 780413 oder t.scholz@freundeskreise-sucht.de

Einführung

Was war los?

Am 12.05.2018 fand in der Stadthalle in Baunatal unser lange geplantes Bundestreffen für Freunde statt. Diese Veranstaltung löste die bisherigen Bundeskongresse ab und war als eintägiges Begegnungs- und Austauschtreffen für Freundeskreis-Mitglieder aus dem ganzen Bundesgebiet konzipiert. Zudem gab es dieses Jahr etwas Besonderes zu feiern: Das 40-jährige Jubiläum des Bundesverbandes, der 1978 in Schwalmstadt unter dem Namen „Bundesarbeitsgemeinschaft der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe“ (BAG) gegründet worden war. Das Motto des Treffens war „Glück – Freude – Zufriedenheit“.

Wie lief es ab?

Zur Eröffnung des Tages begrüßte der Vorsitzende Andreas Bosch die Anwesenden. Anschließend moderierte Jacqueline Engelke, Autorin und Journalistin aus Kassel, die Veranstaltung den ganzen Tag über – in Teilen gemeinsam mit dem Vorsitzenden. Die psychologische Beraterin Gina Kirchhof hielt einen Vortrag zum Motto des Treffens, „Glück – Freude – Zufriedenheit: Wie gehe ich mit der Abhängigkeit in meinem Leben um?“. Es handelte sich nicht nur um einen Vortrag, sondern um eine interaktive „Mitmachnummer“, bei der die Zuhörer selbst Antworten auf die Frage, was für sie Sucht bedeutet, geben durften. Diese Antworten wurden auf einem Ballon geschrieben. Deutlich wurde, was es bedeutet, wenn Sucht sich in das Leben einschleicht und Menschen sich nicht mehr begegnen.



Foto: Rainer Breuninger



Foto: Edmund Schaupp

Anschließend wurde der „Markt der Möglichkeiten“ eröffnet, eine Art Messe, auf der jeder Landesverband einen Präsentationsstand hatte. Die Geschichte und die Arbeit wurden vorgestellt. Zudem hatten auch die Arbeitskreise „Sucht und Familie“ mit selbstgestrickten Figuren, die eine suchtbelastete Familie im Mobile zeigten, und der AK „Öffentlichkeitsarbeit“ des Bundesverbandes eigene Stände, auf denen sie ihre Arbeit vorstellten. Bei der Präsentation des Chatrooms konnte aktiv mitgemacht werden.



Foto: Manfred Kessler

Die Besucher wandelten frei zwischen den Ständen herum, beteiligten sich nach Lust und Laune und machten neue Erfahrungen. Der LV Saarland bot im Kreativraum Porzellanmalerei (Bild) und Gymnastik mit dem Thera-Band im Bewegungsraum an. Der LV Württemberg führte Spiele mit Tiefgang wie Firmenalltag oder Balltransport durch, und man konnte an einem Parcours mit einer Rauschbrille teilnehmen.

Beim LV Schleswig-Holstein konnten Schutzengel aus Holz gebastelt werden. Der LV Bremen bot an seinem Stand Topflappen an, und man konnte die Technik der Wachsmalerei mit dem Bügeleisen erlernen. Beim Bayern-Quiz gab es attraktive Preise in Form von selbstgemachter Marmelade und als Hauptgewinn einen Käse.



Foto: Rainer Breuninger

Auf der Bühne gab es mehrere Gesangseinlagen von den Landesverbänden Niedersachsen und Schleswig-Holstein sowie ein Theaterstück zum Thema „Selbsthilfegruppe“ vom LV Hessen. Hierfür hatten die Hessen extra eine Theaterpädagogin engagiert. Schließlich konnte beim Mitmachanz-Angebot vom LV Nordrhein-Westfalen zum Abschluss das Tanzbein geschwungen werden. Der LV



Foto: Rainer Breuninger

Thüringen nutzte die Bühne zudem zur Präsentation des Lotsen-Netzwerks in Thüringen. Am Stand des LV Hamburg wurde selbstgemachter Schmuck verkauft. Im Außenbereich wurde durch Mitglieder des LV Thüringen Galgenkegeln, Steinmetzarbeiten und Bedruckung von Frühstücksbrettchen durchgeführt. Am Stand des LV Hessen konnte man mit Holzspielen seine Geschicklichkeit beweisen oder üben.



Foto: Manfred Kessler

Gina Kirchhof sprach im World Café noch einmal mit Interessierten über das Thema ihres Referats. Im Raum im Untergeschoss konnte man am Speed Dating teilnehmen oder mit den Mitgliedern des geschäftsf. Vorstands ein persönliches Gespräch führen. Auch der Bundesverband hatte mit Fragen aus den Landesverbänden ein Quiz durchgeführt. Neun Preise wurden vom Ehrenvorsitzenden Rolf Schmidt ausgelost.

Der Hauptpreis war die Moderation eines Seminars für den gewinnenden Freundeskreis. Der Preis ging an Ingrid Jepsen vom Freundeskreis Nürnberg.

Die restlichen Gewinner freuten sich über je ein von Elisabeth Stege gehäkeltes Kuscheltier. Sie hatte im Übrigen auch die Figuren des Mobiles (Foto rechts) gestrickt.

Der Abend klang aus mit Pop- und Rockmusik, die von Bernd Reif, einem professionellen DJ aufgelegt wurde. Bis um Mitternacht wurde die Gelegenheit zum Tanz genutzt.

Torsten Scholz



Foto: Manfred Kessler

Das gibt es zu lesen von den Teilnehmenden:

Der Tag davor
Streiflichter
Ob alles klappt?
Vielen Dank!

Es bleibt das Gefühl des Angenommen Seins und
die Wärme der Gemeinschaft

Die Lampen der Baunataler Stadthalle -
Eine Meditation

Zwei Frauenbeauftragte werden aktiv beim
Bundestreffen

*Ingrid Jepsen
Catherine Knorr
Ellen Weyer
Wolfgang Gestmann
Gertrud Kessler*

Renate Schmidt

*Susanne Schmidt-
Wesemann*

Ergebnisse aus dem World Café

Wie fanden die Teilnehmerinnen und Teilnehmer den Tag?

Fazit

geschäftsf. Vorstand

Förderer:

BARMER



Die Durchführung der Veranstaltung wurde im Rahmen der Selbsthilfeförderung nach § 20 h Sozialgesetzbuch V unterstützt.

Die BARMER finanzierte die Erstellung der Give-Aways.

Der BKK Dachverband e.V. unterstützte die inhaltliche Planung und Umsetzung.

Gewährleistungsansprüche gegenüber der Krankenkassen können daraus nicht erwachsen.

Für die Inhalte der Gestaltung ist der Bundesverband der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe verantwortlich.

Der Tag davor - ein gelungener Auftakt zum Bundestreffen

Wir, die Nürnberger, fahren bereits einen Tag früher nach Baunatal. Der Verkehrsgott war uns günstig gesonnen, ohne Stress und Stau kamen wir glücklich in Baunatal an. Hotel gefunden, eingeecheckt, Betten begutachtet, alles sehr komfortabel. Aber das braucht man doch auch, so in der „Fremde“, oder? Dann traf sich unser Grüppchen (7 Personen) zu einem kleinen Ausflug per Straßenbahn nach Kassel. Nur die Einkaufsstraßen hin und her zu spazieren, war allen zu langweilig. Zuerst war ja geplant, beim Herkules die Wasserspiele anzuschauen, aber die spielen leider nur zu bestimmten Zeiten. Also am Friedrichsplatz rechts ab, und schon gab es Aussicht satt. Einmal durch den großen Rahmen schauen, dann ging's die wunderschönen Terrassen hinunter zur Karlsaue. Ich warnte noch: „Da müssen wir auch wieder rauf“. Aber das nützte nichts. Alles flotte Wanderer. Dadurch, dass ich die Pflanzen an den Wegen bewunderte, fiel aber gar nicht auf, dass ich etwas hinterherhinkte. Ich hab's halt nicht so mit dem Wandern. Belohnung dann mit leckeren Köstlichkeiten im Orangerie-Café mit Aussicht auf die Karlsaue. Wir verstanden uns sehr gut, das Plaudern riss nicht ab. Aber ich wusste es ja: Der Rückweg stand bevor. O je, da war ich wieder mal die letzte. Es ist aber auch steil dort! Die Straßenbahn brachte uns dann zuverlässig wieder nach Baunatal. Am Abend ließen wir den Tag in netter Gesellschaft ausklingen. Und man wurde neugierig darauf, was der nächste Tag bringen würde.

Ingrid Jepsen
Freundeskreis Nürnberg

Streiflichter

Endlich ist es soweit, Freitag, 11.30 Uhr, kurzes Warten auf dem Park & Ride-Parkplatz in Neuhausen, großes Hallo und Begrüßung von „alten“ Freunden. Der Bus kommt pünktlich, und das Abenteuer Baunatal beginnt. Ich fahre oft nach Kassel – Wink des Schicksals, diesmal erste Fahrt ohne Unfall und ohne Stau!

Um 09:00 Uhr geht es am Samstag in der Stadthalle los. Wir kommen pünktlich, wenn nicht überpünktlich. Freundeskreiser können es nicht lassen. Es kommt mir immer wie eine Wette vor: Wer schafft es, der Erste am Treffpunkt zu sein. Ich schaffe es nie!



Foto: Stadt Baunatal

Die Stadthalle füllt sich nach und nach. Ich bin bei meinem ersten Rundgang sehr beeindruckt. Das Foyer ist hell und geräumig, Kaffee, Sprudel und Brezeln warten auf uns. Ein Platz im großen Saal ist schnell gefunden. Es kann losgehen mit „Entdecken“. Ich bin begeistert von dem Raum, in welchem die Landesverbände ihre Arbeit präsentieren, die Nebenräume sehen auch sehr einladend aus und die

Angebote der LVs klingen vielversprechend. Ich blicke nur in strahlende Gesichter. Einige davon sind mir persönlich bekannt: Und es wird wieder geknutscht bis die Glocke klingelt.

Jacqueline Engelke moderiert mit Schwung. Dass es keine Grußworte gibt, finde ich persönlich super, auch wenn dies eine Gelegenheit gewesen wäre, etwas Schlaf nachzuholen!

Ich war sehr gespannt auf den Vortrag „Glück – Freude – Zufriedenheit“. Ich konnte zwar einiges für mich rausholen; die Idee mit dem Riesenballon, auf welchem Begriffe über Sucht geschrieben wurden, war toll. Die Feststellung, dass wenn die Sucht zwischen zwei Menschen steht, diese sich weder wahrnehmen noch berühren können, war für mich nichts Neues. Es ist sicherlich noch Luft für mehr Stoff da. Aber was soll's – sollte eine Anregung sein. Ich merke, dass einige den Saal verlassen und spüre eine gewisse Unruhe. Vielleicht erwarten wir einfach zu viel, wir sind ja auch ein sehr verwöhntes Völkchen!

Das leichte Mittagessen war super lecker. Nun ist Zeit für Begegnungen, neues lernen, altes auffrischen und einfach die Seele baumeln lassen. Ich habe diese Zeit sehr genossen und einiges über die Arbeit der anderen Landesverbände erfahren. Selbstverständlich beim Quiz des Bundesverbands mitgemacht und mit der gleichen Begeisterung beim Quiz aus Bayern.

Ein längerer Halt bei den Kreativen: Tellermalen war angesagt und Wachskarten. Meine künstlerischen Fähigkeiten sind mehr als ausbaufähig, aber es ging mir nur um den Spaß, und den hatte ich! Und wieder Begegnungen und angeregte Gespräche. Es tut einfach der Seele gut. Was mir auch aufgefallen ist: Wir sind bunt! Es ist für mich ein Zeichen, bei sich angekommen zu sein. Ich bin so wie ich bin und ich stehe dazu: Tätowiert, mit grünen Haaren, ohne Haare oder mit einem „alten Zopf“ - ob ganz in Schwarz oder bunt wie ein Papagei. Das macht uns aus: Wir sind Leben pur. Dies war auch auf der Bühne bemerkbar, beim Singen, Theater spielen oder Tanzen.

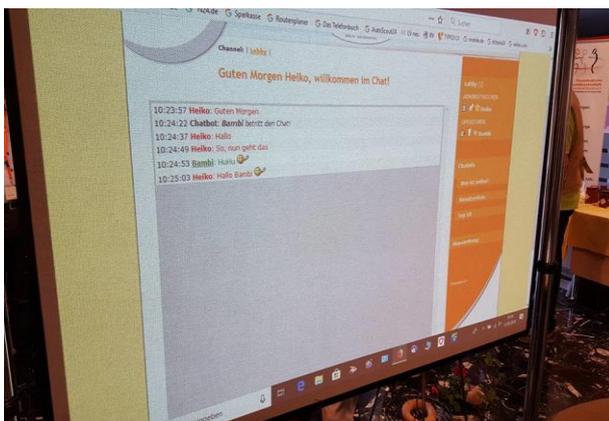


Foto: Jörg Kschischan



Foto: Manfred Kessler



Foto: Rainer Breuninger

Nach einem gigantischen Abendessen ging es wieder in den großen Saal. Der DJ hatte sich für die Richtung „Atemlos“ entschieden. Ich habe mich einer kleinen Truppe angeschlossen und bin zum Hotel zurückmarschiert. War auch ein krönender Abschluss: mit Ballerinas durch den Park.

Ich hoffe, dass viele meine Begeisterung geteilt haben. Ich habe wahrgenommen, dass nicht alle zu 100% zufrieden waren.

Aber mal ehrlich, auch bei einer so fantastischen Organisation wird es nie möglich sein, den Geschmack von 680 Personen in allen Punkten zu treffen! Ich sage uneingeschränkt Danke an alle, die als fleißige Bienchen organisiert haben, an das Catering-Team, das uns professionell den ganzen Tag begleitet hat, an alle Teilnehmer, die am freundschaftlichen Ambiente mitgewirkt haben!

Catherine Knorr
Freundeskreis Stuttgart-Plieningen

Ob alles klappt? **Gedanken von Ellen Weyer (Landesverband Hessen)**

Es sollte keine Auflage der früheren Bundeskongresse sein, etwas Anderes, nur ein Tag. Die Idee kam von den Delegierten der Landesverbände, ausgearbeitet in Kleingruppenarbeit mit der Aufgabe: Wie können wir uns besser vorstellen / präsentieren? Selbst aktiv werden und sich nicht nur berieseln lassen. Neue Freundschaften knüpfen, alte auffrischen.

Ich bin schon lange dabei, aber eine Veranstaltung in dieser Art hab' ich noch nicht mitgemacht. Wie soll sich der Landesverband (LV) Hessen präsentieren? Welche Frage zum Quiz beisteuern? Das Verhältnis zwischen dem Bundesverband (BV) und dem LV Hessen war schon immer etwas kompliziert. Deshalb sollte bei der Präsentation alles stimmen.

Im Oktober 2016 hatte sich eine Theatergruppe beim LV Hessen zusammengefunden. Nun war die Gelegenheit da, das von Petra Laudenschach-Wöckel geschriebene Stück vor großem Publikum zu präsentieren. Viel Zeit zum Üben war nicht gegeben, da die Mitspieler ziemlich weit auseinander wohnten. Mit Elke Drews hatten wir einen Profi engagiert. Sie ist Sozial- und Theaterpädagogin und erhielt den Auftrag, mit uns zu üben.

Dann musste auch noch etwas für den LV-Stand draußen gefunden werden. Da hatte unser Holzwurm, Gerhard Weyer, die Idee, mit seinen Geschicklichkeitsspielen eine Mitmachaktion zu starten. Um den Stand: „Was macht den LV Hessen aus?“ kümmerten sich die Freunde vom Freundeskreis Nauheim. Unsere kleine Zeitung wurde präsentiert, die Kräuter für die Quizfrage: „Welche Kräuter gehören in die

original Frankfurter Grüne Soße?“ standen parat, und eine Karte mit allen Standorten der einzelnen Freundeskreisgruppen im LV Hessen konnte bestaunt werden.

Der Tag war da, der Freundeskreis Westerwald reiste mit dem Bus an, im Schlepptau die Teilnehmer vom Freundeskreis Selters und später kamen die Vogelsberger Freunde noch dazu. Per Facebook gab es schon Verabredungen mit anderen Teilnehmern, die bisher noch kein „Gesicht“ hatten. Die Aufregung stieg. Hoffentlich würde alles klappen beim Theaterspiel. O weh, der Suchtbaum stand im Keller von Gerhard Weyer. Vergessen! So lange beim BV angekündigt, für einen Platz gekämpft, wo er stehen sollte, jetzt vergessen. Super.

Natürlich kamen wir etwas spät an. Der Saal war schon gut gefüllt. Wir verteilten uns auf die noch freien Plätze. Nicht schlimm, war ja „Tag der Freunde“ zum Thema „Glück, Freude, Zufriedenheit.“ Nach der Begrüßung vom Vorsitzenden Andreas Bosch referierte Gina Kirchhof, Psychologische Beraterin, zum Thema. Das war eine Mammutaufgabe, mit fast 700 Besuchern zu einem Konsens zu kommen. „Worin besteht das Glück im abstinenten Leben? Worin finde ich Freude? Wie schätze ich meine eigene Zufriedenheit ein?“ Die Themen konnten nur angerissen und Stichpunkte für die Gruppenarbeit gegeben werden. Bevor es Mittagessen gab, war noch Zeit, die Stände der anderen LV zu begutachten und an unserem Stand präsent zu sein. An einigen Ständen wurden handgemachte Sachen verkauft. Dumm gelaufen, dass wir nicht daran gedacht hatten. Es war auch nie vom BV angesprochen worden. Na ja, auch nicht weiter schlimm. Unser Stand sah super aus. Farblich auf unser Logo abgestimmt. Danke an die Freunde vom Freundeskreis Nauheim. Es war schon ein „Gänsehautgefühl“, bei so vielen Menschen die Gewissheit zu haben, egal wen ich anspreche mit meinen Problemen, er weiß wovon ich rede. Viele bekannte Gesichter aus ganz Deutschland. Lange nicht gesehen, und doch direkt wieder vertraut. Einfach schön!

Beim Mittagessen war Fremdschämen angesagt. Einige benahmen sich, als wenn eine Hungersnot ausgebrochen wäre. Aber Essen war sowieso Nebensache. Die Zeit konnte besser ausgefüllt werden. Mittlerweile hatten Gerhard Weyer und seine Helfer den Stand draußen auch bestückt, und schon gab es regen Betrieb. In der Halle ging das Programm weiter mit Liedern über Sucht, Vorstellung der Lotsenwerke in Thüringen und Liedern zum Mitsingen. Und dann, dann kam unser Theaterstück „Der Kreis“. Headsets gab´s nicht. Die Richtmikrophone waren auch nicht ideal. Also Mikros in die Hand. Wir spielten Situationen aus dem Gruppenalltag: Rückfall, Co-Abhängigkeit, Gewalt, Kinder aus Suchtfamilien, Trennung und Tod. In dem Moment, wo es totenstill im Saal wurde, wusste ich, es wird einfach klasse. Wir hatten das Publikum in unserem Bann. Es waren Situationen, die jeder kannte und selbst durchgemacht hatte. Sie waren auf einmal wieder ganz nahe und mit der ganzen Bannbreite der Gefühle präsent. Auch unser Lied „Freunde holen dich auch aus der Hölle“ klappte bestens. Danke an alle Mitwirkenden. Wir haben den LV würdig präsentiert.

Da das Wetter mitspielte, konnten sich die Stände mit Steinmetzarbeiten, Miniaturkegeln und die Mitmachaktion mit den Holzspielen von uns nicht über fehlenden Zulauf oder mangelnde Gespräche beklagen. In der Halle wurden von den einzelnen LV noch Aktionen wie Tellermalen, Schutzengel basteln, Frühstücksbrettchen gestalten, ausprobieren der Rauschbrille, Ballsport, Thera-Band-Übungen

und das World-Café zum Thema „Glück- Freude-Zufriedenheit“ angeboten. Ich hoffe, ich habe nix vergessen. Es war so viel und alles so toll gemacht.

Alles in allem eine gute Entscheidung vom Bundesverband, anstelle eines Bundeskongresses einen solchen Begegnungstag zu organisieren. Klar könnte noch einiges besser organisiert werden, aber Übung macht den Meister. Die Erwartung, es fast 700 Leuten gleichermaßen recht zu machen, hatte wohl auch niemand. Es kommt auf jeden einzelnen an, mit welchen Erwartungen er/sie zu so einer Veranstaltung fährt. Manche kommen, um Freunde wieder zu sehen, manche, um zu essen, andere wiederum, um aktiv mitzugestalten. Ich denke, wir vom Landesverband Hessen haben uns gut präsentiert. Im Bus hab' ich auch nur müde, aber zufriedene Gesichter auf der Heimfahrt gesehen. Gerhard Weyer hat inzwischen die Produktion einiger Holzspiele für Mitglieder aus anderen LV in Angriff genommen.

Ellen Weyer
Landesverband Hessen

Vielen Dank!

Für die Teilnehmenden aus unserem Landesverband möchte ich mich auf diesem Wege noch einmal ganz herzlich für die tolle Planung, die hervorragende Organisation und die durchweg gelungene Durchführung der Veranstaltung bedanken.

Gut gelaunt, in fröhlicher Stimmung und unter dem nachhaltigen Eindruck dieses so schönen Freunde-Treffens haben wir am Sonntag unsere Rückreise angetreten und sind alle gesund und munter zu Hause angekommen.

Wolfgang Gestmann
Landesverband Schleswig-Holstein e.V.

Es bleibt das Gefühl des Angenommen Seins und die Wärme der Gemeinschaft

Schon die Fahrt aus dem Saarland nach Baunatal war eine gelungene Sache: ein freundlicher Busfahrer, Getränke an Bord, die dankenswerterweise vom Landesverband gesponsert wurden, Frühstück unterwegs (wie immer von Gabi Augustin und Karin Schmidt bestens organisiert und lecker), und dann natürlich unser Hotel mit dem herrlichen Abendessen und dem gigantischen Frühstück („also, wer da was zu meckern hatte...“).



Bestens gestimmt entstiegen wir in Baunatal dem Bus, um uns wie Kinder auf ein großes Treffen zutreiben zu lassen. Und wir wurden nicht enttäuscht. Schon beim Überqueren der Straße strahlten uns die ersten bekannten Gesichter entgegen.

Ein Rufen, ein Drücken und Küssen, bis wir uns zur Halle durchgekämpft hatten, waren Frisur und Makeup schon völlig desolat.

Erschöpft vom Begrüßen empfing uns die freundliche Atmosphäre der Halle, und wir ließen uns an den liebevoll geschmückten Tischen nieder. Was muss das für eine Arbeit gewesen sein! Ich weiß gar nicht mehr, ob vom Podium aus dafür allen fleißigen Helfern gedankt wurde. Ich für meinen Teil tue dies hiermit noch einmal, denn es war ein Hereinkommen und Wohlfühlen - so empfand ich es.



Foto: Toni Eidlbös

Auch die Peripherie war m.E. gut durchdacht: die Tische der einzelnen Landesverbände waren informativ und einladend, die handwerklichen und körperertüchtigenden Aktionen abwechslungsreich und motivierend. Ich hatte auch den Eindruck, dass alle Aktionen, in und vor der Halle, sehr gut angenommen wurden.

Eine Besonderheit fand ich das World-Café mit Gina Kirchhof, das m.E. regen Zuspruch fand, wohl auch als Folge ihrer gelungenen Bühnendarstellung. Leider habe ich das Theaterstück des hessischen Landesverbandes verpasst, habe aber auch hier nur positive Beurteilungen vernommen.

Das einzige, worüber vielleicht Kritik aufkommen könnte, war die Organisation der Essenvergabe am Abend. Hier tragen jedoch nicht die Veranstalter, sondern die hungrigen Akteure dieser lustigen Vorstellung die Schuld. Selten habe ich so hungrige Menschen gesehen. Trotzdem scheinen alle satt geworden zu sein, was einen verwundern mag, bei dieser ausgehungerten Meute. Aber auch hier habe ich keine Missstimmung bemerkt. Selbstironisch hatte man die Gabel gezückt und war auf die



Foto: Dieter Engel

Jagd gegangen, wie in einer großen Familie eben. Ein solch herrliches Chaos macht man nur unter Freunden, wenn man sich ihrer Zuneigung sicher ist.

Für mich war es ein Treffen für Freunde mit Freunden. Ich empfand diese sehr friedliche, freudige und motivierende Stimmung unter allen Teilnehmern. Natürlich lebt so eine Veranstaltung durch die Menschen. Wer kritisch sucht, wird etwas finden. Was mir bleibt, sind die Erinnerungen an die Menschen, die Freude des Wiedersehens, das Gefühl des Angenommenseins, die Wärme der Gemeinschaft.

Gertrud Kessler
Landesverband Saarland

Die Lampen der Baunataler Stadthalle

Eine Meditation von Renate Schmidt vom Landesverband Bremen

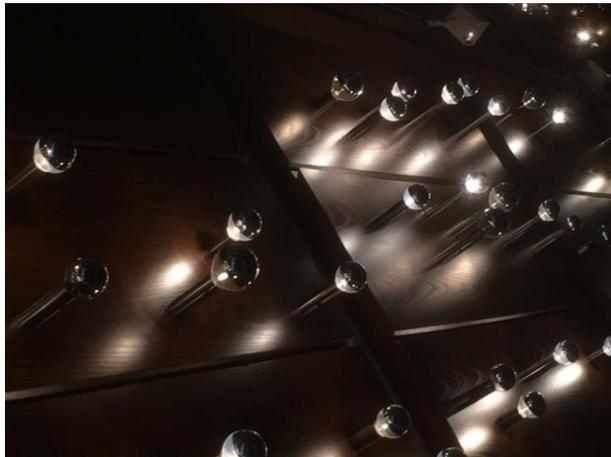


Foto: Renate Schmidt

Mir gefielen diese Lampen mit den nach unten hängenden Köpfen. Sie waren hübsch anzusehen. Ich habe sie fotografiert und das Bild betrachtet. Ich begann es zu drehen. Und plötzlich hingen die Köpfe nicht mehr nach unten, sondern ragten stolz nach oben und bekamen Gesichter. Es waren die fröhlichen Gesichter der Freundeskreisler, die Glück, Freude und Zufriedenheit hier in der Stadthalle ausstrahlten. Was einst die starren Aufhängungen der Lampen

waren, begann sich jetzt zu bewegen, zeigte das bunte Treiben in der Stadthalle. Ich hörte das fröhliche Lachen und sah das begeisterte Zuhören. Und dann drehten sich die Gesichter zu mir und sagten: "Wir alle sind dankbare, trockene Menschen und gehören den Freundeskreisen an und freuen uns, hier so fröhlich zusammen sein zu können". Langsam verblasste meine Phantasie, und es gab wieder diese starren, aber schönen Lampen, aber auch die große fröhliche Schar der Freundeskreisler. Ich merkte, es war kein Traum. Ich war mittendrin, mitten unter ihnen, unter all den Menschen, die sich hier zu unserem großen Treffen der Freundeskreise zusammengefunden hatten - Das machte mich so glücklich...

Zwei Frauenbeauftragte werden aktiv beim Bundestreffen

Kennengelernt haben wir uns im vergangenen Jahr auf der gemeinsam besuchten Delegiertenversammlung des Bundesverbands. Wir, das sind Ingrid Jepsen (Frauenbeauftragte Bayern) und meine Person. Gemeinsam hatten wir dort die Idee, ein bundesweites Netzwerk aller Frauenbeauftragten aufzubauen. Diese Idee wurde durch Kontaktknüpfer per Mail ins Leben gerufen und stellte sich doch als sehr schwierig heraus.

Die anfängliche Begeisterung wurde aufgrund der mangelnden Rückmeldungen sehr schnell gedämpft. Wir ließen uns aber nicht entmutigen, nahmen zu zweit die ursprüngliche Idee wieder auf und entfachten so erneut unsere Begeisterung für unser Vorhaben.

Das Bundestreffen für Freunde, welches durch den Bundesverband der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe in Baunatal ausgerichtet wurde und zu einem gemeinsamen bundesweiten Treffen von Freunden für Freunde eingeladen hatte, stellte sich als die Gelegenheit heraus. Schnell war uns klar, dass wir dort eine eigene Mitmachaktion ins Leben rufen werden.

Aber wie sollten wir die Frauen ansprechen? Wie sollten wir herausfinden, ob unsere Arbeit als Frauenbeauftragte überhaupt geschätzt wird? Wie sollten wir erfahren, wie

unsere Arbeit überhaupt aussehen soll, wenn keine konkreten Vorschläge, Anregungen und Wünsche vorhanden sind?

... wie, wie, wie???

Da war uns klar: ja das geht nur, wenn wir selber auf die Frauen zugehen und sie all dies persönlich fragen. Da musste ein Fragebogen her und zwar einer, in dem die Fragestellung sowohl das Bundesland Bayern als auch NRW individuell berücksichtigt und betrachtet. Über Telefonate und Emails wurde aus dem anfänglichen Entwurf ein Fragebogen, der nicht nur die Wünsche und Bedürfnisse der einzelnen Frauen verschiedener Bundesländer berücksichtigt, sondern auch noch Raum für persönliche und individuelle Noten ließ.



Foto: Bettina Beran-Mlodzian

Frauenbeauftragte gibt oder in denen die Stellung ‚Frauenbeauftragte‘ jetzt ganz anders gesehen wird.

Schön wäre es, wenn wir es schaffen würden, alle Frauenbeauftragten mit in dieses Boot zu nehmen. Ideen entstehen, wachsen und werden weitergegeben. Viele kleine in den Topf geworfene Vorschläge reifen zu einem großen Spinnen- bzw. Frauennetz für uns alle.

Die Auswertung der Fragebögen wird für unsere zukünftige Arbeit als Frauenbeauftragte verwendet.

Einen großen Dank an alle Frauen, die uns so tatkräftig unterstützt haben. Vielen Dank auch für die offenen Worte und neuen Anregungen.

Schön wäre es, wenn wir hierdurch Frauen motivieren können, sich für die Bedürfnisse der Frauen in ihrem Landesverband einzusetzen.

Ziel wäre es, dass jeder Landesverband eine Frauenbeauftragte hätte.

Susanne Schmidt-Wesemann
Landesverband Nordrhein-Westfalen

Kontakt: frauenbeauftragte@freundeskreise-nrw.de

Schließlich mussten auch noch zwei Bauchladen her, die nicht nur mit der passenden Farbe zum Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe, sondern auch mit der Größe genau ins Gesamtbild und, wie ich meine, perfekt zum ‚Bundestreffen für Freunde‘ passten. Aus diesem ‚Rundgang‘ mit dem Bauchladen entstanden viele intensive Gespräche mit sehr interessanten und unterschiedlichen Frauen.

Gespräche wurden geführt mit Frauen aus Bundesländern, in denen es gar keine

Ergebnisse aus dem World Café

Glück - Freude - Zufriedenheit: Worin besteht das Glück im abstinenten Leben?

- Ich bin froh, getrunken zu haben. Sonst hätte ich viele glückliche, zufriedene, erfüllende Momente meines Lebens nie erfahren. Es gehört zusammen: das Glück und das Leid. Gemeinsam machen sie uns stark...
- Dankbarkeit: Bewusster Blick auf Schöpfung und andere positive Dinge, Glaube, Hoffnung, Liebe: Friede durch Beziehung mit Jesus, Nächstenliebe.
- Verschiedene Wege finden, um Krisen und Enttäuschungen zu verarbeiten. Sich an Kleinigkeiten erfreuen. Eigene Fehler eingestehen. Trotz aller Zufriedenheit sich neuen Herausforderungen stellen und sie auch annehmen.
- Der Zufriedene braucht kein Glück. Er hat es schon.
- Menschen können einander das Glück nicht beibringen. Glück erfährt nur derjenige, der aus eigener Kraft erkennt, was für ihn gut ist.
- Menschen strahlen Glück ab, wenn sie in der Lage sind, die anderen zu begeistern, damit sie eine eigene Motivation und Leidenschaft entwickeln können.

Wie fanden die Teilnehmerinnen und Teilnehmer den Tag? Die Rückmeldekarten

The image shows a feedback card titled "Rückmeldekarte zum Bundestreffen am 12. Mai 2018 in Baunatal". It contains several questions with checkboxes and a Likert scale. The questions are: "Bist du zum ersten Mal bei einer Großveranstaltung des Bundesverbands dabei?", "Wenn „Nein“, wie viele Großveranstaltungen hast du schon besucht?", "Das Ziel des Bundestreffens/Festes war, Freundeskreislern bundesweit Begegnungen mit Aktivitäten, Infos und Mitmachaktionen an einem Tag anzubieten. Ist das Ziel aus deiner Sicht erreicht worden?", "Wie hat dir das Konzept „Freundeskreislern für Freundeskreislern ein Bundestreffen/ein Fest“ gefallen?", "Mein Fazit: Ich komme wieder ...", and "Was möchtest du noch loswerden?". The Likert scale for the third question ranges from 1 (sehr gut) to 6 (überhaupt nicht). A note on the right side says "Bitte die Rückmeldekarte am Büchertisch abgeben. Vielen Dank!".

Insgesamt erreichten uns 273 Rückmeldekarten. Das bedeutet, rund 40% der Teilnehmenden haben sich an der Auswertung zur Veranstaltung beteiligt.

Von diesem Personenkreis haben 55% erstmals eine Großveranstaltung des Bundesverbands besucht. Diejenigen, die bereits mehrere Großveranstaltungen besucht haben, waren in der Regel ein- bis dreimal dabei.

90% der Teilnehmenden sehen das Ziel, das sich der Bundesverband mit der Veranstaltung gesetzt hatte – nämlich Freundeskreislern bundesweit Begegnungen mit Aktivitäten, Infos und Mitmachaktionen an einem Tag anzubieten - als erreicht an.



Foto: Rainer Breuninger

Fazit des geschäftsführenden Vorstands

Mit den Erfahrungen vom Bundeskongress 2013 in Alsfeld begann die Gestaltung des Treffens in 2018 schon frühzeitig. Es wurde festgelegt, dass ALLE Besucher des Bundeskongresses zusammen in Nähe des Veranstaltungsortes untergebracht werden sollen und dass der Ort in Nähe von Kassel sein sollte.

Die Suche nach einem Ort, an dem geplant 500 Menschen für ein Wochenende sowohl eine Halle als auch eine Unterkunft finden, war nicht einfach: ein Hotel in Kassel bot aber alle Voraussetzungen.

Die erweiterte Vorstandssitzung im März 2016 hielten wir in diesem Hotel ab. Wir begutachteten die Räumlichkeiten: einmal sollte unsere Veranstaltung dort möglich sein und zum anderen wurde auch die Unterbringung „geprüft“. Der erw. Vorstand war sich einig, das Hotel könnte gebucht werden, wenn die Kosten nicht so hoch wären.

Auf der Delegiertenversammlung in Rendsburg wurde zu diesem Thema dann Stellung genommen: es sollte - nach regen Diskussionen - nur einen Tag das „Bundestreffen 2018“ geben und es wurde festgelegt, dass die Landesverbände die Unterbringung ihrer Mitglieder selbst organisieren. Ein „Freundeskreis-Treffen“ wurde favorisiert: Freundeskreise gestalten **ihren** Tag. Offizielle Grußworte und Vorträge wurden bewusst ausgeschlossen. Der Charakter des Treffens würde sich von einem „Kongress“ zu einer „Begegnung“ mit fachlichem Input ändern, der in der Gestaltung des Tages zum Ausdruck kommen sollte.

Diese Idee wurde von der Geschäftsstelle aufgegriffen, die sich an die Planung machte. Das Motto „Bundestreffen für Freundeskreise: Glück – Freude – Zufriedenheit“ wurde gefunden und die Landesverbände aktiv in die Gestaltung des Tages mit eingebunden.

Jeder Landesverband sollte „seinen“ Verband und die ihm wichtigen Aspekte vorstellen. Des Weiteren wurde durch die Geschäftsstelle aufgefordert, in den Ländern nachzufragen, was an „Mitmach-Aktionen“ für den „Markt der Möglichkeiten“ angeboten werden könnte.

Es wurden nicht nur viele Ideen zurückgemeldet: es konnte der ganze Tag mit Aktionen der Landesverbände ausgestaltet werden.

Parallel dazu wurde die Halle in Baunatal angefragt.

Dann begann die Zeit der Planung und Gestaltung des Tages. Nicht immer lief alles rund, und es gab viel Arbeit für die Geschäftsstelle und den Vorstand. Der Mai 2018 näherte sich und nicht alles konnte umgesetzt werden. So ist unser neues Freundeskreisbuch noch nicht erschienen und einige Ideen blieben „auf der Strecke“. Es gab aber auch Ideen, die uns die Durchführung erleichterten. So konnte auf ein Schmücken der Halle verzichtet werden, da die neuen Give-Aways unseren Schmuck darstellten. Gläser mit Freundeskreis-Druck und orangem Begrüßungs-Zettel, Mappen mit dem Freundeskreis-Logo und unsere Freundeskreis-Taschen zierten Tische und Stühle. Dieses Material konnte zusammen mit Block und Stift (Inhalt der Mappe) von den Besuchern mitgenommen werden. Viele Helfer beteiligten sich zu früherer Stunde am Verteilen.

Wir konnten so unnötigen Müll vermeiden und dass die Give-Aways ankamen wurde am Infostand registriert: es gab viele Nachfragen zu weiteren Mappen, Taschen und Gläsern. Am Ende des Tages – beim letzten Durchgehen durch die Halle – konnte der Vorstand kein Freundeskreis-Werbematerial mehr entdecken.

Was uns besonders freut: Wir waren mehr als ausgebucht...

Die Halle konnte mit 660 Personen belegt werden. Glücklicherweise konnten wir das Restaurant noch dazu buchen, sodass wir weitere 29 Freundeskreislern begrüßen konnten und keine Absage erteilen mussten.

Wir hatten uns vorgenommen, einen Begegnungstag für uns Freundeskreise zu gestalten. Wir sind der Meinung: das ist uns gut gelungen. Die Freude in den Gesichtern und der rege Zuspruch an den Ständen der Mitmachaktionen entschädigen für die viele Arbeit der Initiatoren vorher. Kurz: Ein tolles Mit- und Füreinander an diesem Tag.

Dies alles war möglich

- mit ganz viel Unterstützung durch die Landesverbände.
- durch das Engagement der Anbieter der Mitmach-Aktionen.
- mit den Helfern an den Ständen der Landesverbände und Arbeitskreise.

Wir sagen DANKESCHÖN.

Auch an das Team der Halle, das uns den Tag über begleitete und dafür sorgte, dass alles reibungslos ablief. Sowie an unsere Moderatorin Jacqueline Engelke und an Gina Kirchhof für das Input-Referat zum Tages-Thema. Und danken wir dem Dachverband der BKK e.V. für die Unterstützung bei der Durchführung der Veranstaltung und der BARMER für die Förderung der Give-Aways.

DANKE an alle Freundeskreisler, ohne die dieser Tag gar nicht hätte stattfinden können: ein dickes DANKE an alle, die gekommen sind, die mitgemacht haben, die getanzt haben, die gemalt haben, die sich informiert haben, die nachgefragt haben, die geredet haben, die sich unterhalten haben, die neugierig waren: einfach an alle, die diesen unseren Tag zu einem solchen Erfolg haben werden lassen.

Unser Vorstand-Fazit:

Das Grundprinzip der Veranstaltung war erfolgreich.

Diesen Rahmen können wir uns in fünf Jahren wieder vorstellen.

Andreas Bosch, Erich Ernstberger, Béatrice Schober und Elisabeth Stege

Und was wir noch sagen wollten:

Andreas Bosch: *„Mich hat die Kreativität und das Engagement der Landesverbände sehr beeindruckt.“*

Erich Ernstberger: *„Der Tag verging im Flug – ich konnte gar nicht allem meine Zeit widmen.“*

Béatrice Schober: *„Ich habe gar nicht alles anschauen können bei der Vielfalt der Angebote. Es hat Spaß gemacht mit so vielen im Gespräch zu sein.“*

Elisabeth Stege: *„Die Vorbereitungen für „unseren Tag“ empfand ich oftmals anstrengend und zäh, aber wenn ich auf diesen für mich gelungenen Tag zurückblicke: es hat sich in jeder Hinsicht gelohnt, und es war der Mühen wert.“*

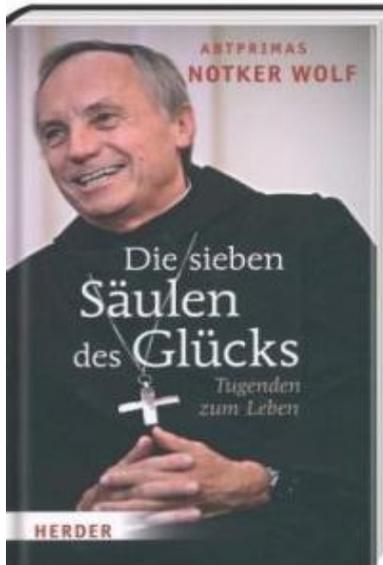


Foto: Béatrice Schober

Hier noch ein weiterer Text zum Thema „Glück“ ...

Für das eigene Glück etwas Verrücktes tun von Notker Wolf (77 J.)

Kennen Sie sie auch? In den Großstädten stehen sie hier und da an Kreuzungen. Manche putzen Windschutzscheiden oder führen Kunststückchen vor und halten dann die Hand auf, andere stehen nur da und betteln. In Rom haben die meisten Autofahrer eigens für diese Leute ein paar Cents oder Euros in der Ablage liegen. Und sie geben gern.



An einer solchen Kreuzung passierte die folgende Geschichte:

Ein befreundeter Pfarrer kam dort an einer Bettlerin vorbei. Sie sah ihn mit ausgestreckter Hand aus großen Augen an. Er untersuchte seine Hosentaschen, aber vergeblich, da war nichts. „Tut mir leid“, sagte er, „ich habe nichts dabei.“

„Das kann ich nicht glauben“, entgegnete sie, aber was sollte er machen. Er war ohne Geld aus dem Haus gegangen. „Wirklich, ich habe nichts“, sagte er. Da griff die Frau in ihre eigene Tasche und kramte daraus das Geld hervor, das sie an diesem Tag erhalten hatte.

„Dann nehmen Sie das hier. Ich schenke es Ihnen, damit Sie auch etwas haben.“

Und da nutzte keine Gegenwehr, sie ließ sich nicht abweisen. Schließlich nahm er das Geld an, bedankte sich und ging weiter – nicht sehr glücklich über den Vorfall, wie man sich vielleicht denken kann.

Glücklicher wird die Bettlerin gewesen sein, denn so merkwürdig es klingt; Spontan etwas zu tun, das gegen alle Regeln ist, macht in den meisten Fällen glücklich. Am glücklichsten aber dürfte ich gewesen sein, als ich von dieser Geschichte hörte.

Es kommt nämlich so selten vor, dass jemand etwas Verrücktes macht. Etwas, ohne an sich zu denken, ohne sich zu fragen: Was habe ich davon? Etwas völlig Ausgefallens und Unvorhersehbares, das uns erlaubt, einen Blick in ein nicht alltägliches Herz zu werfen.

In Büchern und Filmen lieben wir doch solche Gestalten, die aus aller berechnenden Vernunft ausbrechen, die Welt einmal kurz auf den Kopf stellen und wie nebenbei ein grandioses Beispiel für Großmut und Selbstlosigkeit liefern. Warum erlebt man das nicht häufiger in der Wirklichkeit.

Notker Wolf ist ehemaliger Abtprimas. 1961 trat er in das Kloster St. Ottilien ein. 1968 wurde er zum Priester geweiht. Von 2000 bis 2016 reiste Wolf als oberster Benediktiner für seinen Orden um die Welt. Seiher ist er wieder einfacher Mönch.

(Der Text wurde entnommen aus: Bild der Frau, Ausgabe 19 / 2018, S. 31 vom 4. Mai 2018.)

Neuigkeiten in eigener Sache

Chat

Wir weisen noch einmal gerne auf unseren Freundeskreis-Chat hin. Unter www.sucht-chat.de findet ihr hier schnelle, niedrighschwellige und anonyme Hilfe. Der Chat ist für Abhängige und für Angehörige und für alle Interessierte offen.

Derzeit sind wir übrigens auf der Suche nach weiteren Betreuern für den Chat. Wer sich hier engagieren möchte und zudem etwas Computer- und Internet-affin ist, kann sich gerne melden unter t.scholz@freundeskreise-sucht.de

Ausbildung für die Gruppenbegleitung

Der Bundesverband hat eine bundesweit einheitliche Ausbildung für die Gruppenbegleitung konzipiert. Diese Ausbildungsreihe beginnt bereits im Oktober 2018 und umfasst insgesamt fünf Seminare. Sie endet im November 2019.

Teilnahmevoraussetzungen:

- FK-Mitglied
- regelmäßige Gruppenteilnahme
- zwei Jahre Abstinenz von der eigenen Suchtform
- Teilnahme an allen fünf Seminaren

Teilnahmegebühr:

Die Teilnahmegebühr beträgt für alle 5 Seminare **€ 400,-**. Der Betrag ist nach der Bestätigung der Teilnahme zu entrichten. Eine Rückerstattung für evtl. nicht besuchte Seminarblöcke ist nicht möglich.

Fahrtkosten:

Fahrtkosten können bis maximal **€ 80,-** pro Teilnehmer und pro Seminar übernommen werden.

Termine

Termin	Thema
26. – 28.10.2018	Der Gruppenbegleiter im Freundeskreis
22. – 24.02.2019	Ich und die Selbsthilfegruppe
10. – 12.05.2019	Kommunikation
20. – 22.09.2019	Konflikte
22. – 24.11.2019	SUCHT und Findet im Freundeskreis

Bei Interesse könnt ihr euch gerne über euren Landesverband anmelden – es sind noch Plätze frei!

Projekt „Einheitliche Präsentation der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe im Internet“

Der Arbeitskreis Neue Medien bietet, unter der Leitung des stellvertretenden Vorsitzenden Erich Ernstberger, eine Schulungsreihe zur Gestaltung von Homepages auf Basis des Programms Typo 3 an. Ziel ist der einheitliche Internetauftritt der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe auf allen Ebenen. Die maximale Teilnehmerzahl pro Seminar ist 12. Ahnung von Software und Erfahrungen in Sachen „Gestaltung und Betrieb von Webseiten“ sollte vorhanden sein.

Termine der Schulungsreihe:

Termin	Ort
07. – 08. September 2018	Ev. Tagungsstätte Hofgeismar
09. – 10. November 2018	City Hotel Arosa, Kassel
07. – 08. Dezember 2018	Ev. Tagungsstätte Hofgeismar

Beginn jeweils: Freitag, 18:00 Uhr (mit Abendessen)
Ende jeweils: Samstag, ca. 16:00 Uhr.

Auch hier sind noch Plätze frei und könnt ihr euch gerne über euren Landesverband anmelden!

Weitere Neuigkeiten zum Thema Sucht



Die WHO hat Sexsucht offiziell als Krankheit anerkannt.
<https://www.n-tv.de/wissen/WHO-erkennt-Sexsucht-als-Krankheit-article20529901.html>



Deutschlandfunk Kultur

Zehn Jahre Nichtrauchererschutzgesetz: Seit zehn Jahren gilt deutschlandweit ein strenger Nichtrauchererschutz. Auch Jugendliche greifen immer seltener zum Glimmstengel.
https://www.deutschlandfunkkultur.de/zehn-jahre-nichtraucherschutzgesetz-raucher-in-der-defensive.1008.de.html?dram:article_id=421706



www.onlineverzockt.de ist der neue Wegweiser zu Hilfsangeboten für Online-Glücksspieler entsprechend ihrer Gefährdungslage von der Landesstelle für Suchtfragen Schleswig-Holstein e. V. Die Homepage „Online verzockt“ dient dazu, die eigene Suchtgefährdung durch Onlineglücksspiele besser einzuschätzen und informiert über Hilfsangebote.

https://www.aerztezeitung.de/medizin/krankheiten/neuro-psychiatrische_krankheiten/suchtkrankheiten/article/967038/un-bericht-noch-nie-drogenkonsum-heute.html

Frankfurter Rundschau

„Erst kommt der Stoff, dann die Probleme“:
Erfahrungsbericht eines Alkoholikers:

<http://www.fr.de/panorama/alkoholismus-erst-kommt-der-stoff-dann-die-probleme-a-1526729?GEPC=s2%3FGEPC%3Ds2>

**SPIEGEL
ONLINE**

Die WHO erklärt Online-Spielsucht offiziell zur Krankheit:

<http://www.spiegel.de/gesundheit/diagnose/who-erklaert-online-spielsucht-offiziell-zur-krankheit-a-1212865.html>

Herausgeber:

Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe

Bundesverband e.V.
Untere Königsstraße 86
34117 Kassel

Tel. 0561 / 780413
Fax 0651 / 711282

mail@freundeskreise-sucht.de
www.freundeskreise-sucht.de

Mitgliedschaften:

Diakonie Hessen – Diakonisches Werk in Hessen und Nassau und Kurhessen-Waldeck e.V.
Gesamtverband für Suchthilfe e.V. – Fachverband der Diakonie Deutschland
Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V.