



Ausblicke und Ansichten

von Ludwig Engels

Ich sitze am Schreibtisch und versuche, den Jahresbericht 2005 in Worte zu fassen. Dabei gehen meine Gedanken auf die Reise ins Jahr 2005 und ich überlege, was gut gelungen und was schlecht gelaufen ist. Eine der wichtigsten Erkenntnisse für mich ist die Tatsache, dass die Arbeit für den Landesverband zu großen Teilen auf meinen Schultern liegt und sehr viel Zeit kostet. Die Termine, die in der Landeshauptstadt wahrzunehmen sind, fressen immer einen ganzen Arbeitstag. Dass die Gespräche und Besuche notwendig sind, ergibt sich aus der Tatsache, dass viele Jahre keine oder nur kurze schriftliche Kontakte zu den Landesbehörden oder den Krankenkassen bestanden; zu deutsch: in Stuttgart sind wir relativ unbekannt. Da gibt es sehr viel nachzuholen.

Eine große Freude ist für mich die gute Zusammenarbeit mit den Mitgliedern des Landesverbandes. Die Bereichsverantwortlichen und die Sonderbeauftragten arbeiten selbständig in ihrem Aufgabenbereich und leisten eine sehr gute Basisarbeit. In den einzelnen Landesbereichen entwickelt sich ein gutes Regionalgefühl, was zu einem Ausbau oder zu einem Neuanfang von Regional-Arbeitskreisen, Gesprächsrunden und Fachberatungsgesprächen geführt hat. Schön, dass der Landesverband dabei ist und mitgestalten kann.

Auch unsere Schulungen kommen langsam in Schwung. Dies bedeutet für mich persönlich noch einmal ein großes Paket an Arbeit. Aber was nutzt das Klagen? Die Arbeit muss getan werden.

Meine Gedanken beschäftigen

sich auch mit dem neuen Jahr und mit meinen Wünschen für unseren Landesverband. Ganz oben steht die Hoffnung, dass nach vielen Jahren der Zersplitterung Gruppen und Vereine wieder zum Landesverband finden: Jedes neue Mitglied bedeutet auch für die Alteingesessenen eine Bereicherung, macht uns lebendiger und stärker.

Ein weiterer Arbeitsschwerpunkt wird auch im Jahr 2006 die Aus- und Weiterbildung sein. Dort sind manche Wünsche des Landesvorstands-Vorsitzenden und der Vereine im Land noch offen. Aber jeder Neuanfang braucht einfach Zeit, und die Menschen müssen Gelegenheit haben, mit den Anforderungen zu wachsen.

Trotz aller beruflicher Belastung meinerseits bin ich zuversichtlich, dass wir gemeinsam das Jahr 2006 positiv gestalten werden.

Inhalt

Ausblicke und Ansichten	1
Ein Erlebnis der besonderen Art	2
Selbsthilfe im Therapieverbund	3
Jubiläumfestakt und Bunter Abend bereitete viel Freude!	4
Sucht und Beziehungen - Sucht in Beziehung - Beziehung in der Sucht	6
Termine 2006	6
Wegweiser durch den Gesundheits-Dschungel	7
Ausbildung	7
Aus den Regionen	8
Mit spitzer Feder gegen die Sucht	8

Impressum

Herausgeber:
Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe, Landesverband Baden e.V.
Adlerstr. 31 - 76133 Karlsruhe
Telefon 07 21 / 3 52 85 39
Fax 07 21 / 38 48 93 90
Kashka@gmx.net

Verantwortlich für den Inhalt:
Vorstand des Landesverbandes

Redaktion:
Uwe Aisenpreis

V Veranstaltungen

Ein Erlebnis der besonderen Art

Bericht vom 9. Frauentag des Landesverbandes

von Christina Welzel

Als ein Erlebnis der besonderen Art empfand ich den 9. Frauentag des Landesverbandes Baden am 03.07.2005 in Bad Herrenalb. Am Anfang stand das Thema: „Alltagsstress und Überlastung - Rückfallgefahr“. Darauf bauten sich dann meine Erwartungen auf.

Für mich war es der dritte Frauentag, an dem ich teilnehmen konnte und ich freute mich schon darauf, viele inzwischen vertraute und lieb gewonnene Frauen wieder zu sehen. Dafür wollte ich gerne in Kauf nehmen, dass das Wochenende an Erholungswert einbüßt: die Anreise, das viele Sitzen, nachdenklich werden - das Thema schien etwas heikel, rückt es doch die gerne verdrängte Rückfallgefahr ins alltägliche Geschehen, sowie in die persönliche Verantwortung.

Da schlucke sogar (oder gerade?) ich als Co-Abhängige, schließlich stolpere ich regelmäßig über meine "alten Verhaltensmuster". Weil ich jedoch stets daraus lernen darf, beschloss ich, das Wochenende langsam anzugehen, indem ich bereits samstags anreiste, zusammen mit zwei weiteren Frauen aus meiner Gruppe. So war bereits der Samstag erfüllt von wertvollen Begegnungen, herzlichen Umarmungen und einer selbstverständlichen Zusammenarbeit bei den letzten Vorbereitungen.

In netter Gesellschaft half ich, Lavendelsäckchen zu füllen und hatte dabei reichlich Gelegenheit, Erfahrungen, Meinungen und Gedanken auszutauschen. Es wurde gelacht und sogar gesungen. Und wenn Lavendel nur halb so entspannend wirkt wie sein Ruf, dann regt mich dieses Jahr so schnell nichts mehr auf.

Sehr zufrieden startete ich am nächsten Morgen in den eigentlichen Frauentag und lernte ganz nebenbei: Erfahrung schützt vor

Irrtum nicht! Nach Stehkafee, besinnlichem Flötenspiel, Begrüßung und Tageseinstimmung folgte nicht das sonst übliche Referat, sondern lediglich die Vorstellung der verschiedenen Workshops, welche übrigens allesamt aus den eigenen Reihen angeboten wurden: Man konnte meditative Körperübungen machen oder für die Seele atmen. Es gab die Welt der Mandalas, aber auch die Kraft der Farben zu entdecken. Außerdem bestand die Möglichkeit, Märchen für Erwachsene zu lauschen sowie Entspannung und Lebendigkeit durch Trommelklänge zu erfahren.

Die Qual der Wahl war groß und bewies einmal mehr, dass auch zu viel des Guten stressen kann. Vor allem, weil mir inmitten meines Alltages immer wieder das Gefühl für meine eigenen Bedürfnisse verloren geht.

Trotz meines Mangels an Musikalität lockten mich die außergewöhnlichen Trommeln und Waltrauds Ausstrahlung, welche ich beide bereits am Vorabend erleben durfte, am meisten. Etwas enttäuscht war ich zunächst darüber, nicht selbst die Sticks in die Hand nehmen zu dürfen. Hatte ich doch bereits die wildesten Fantasien davon, wie ich all meine Emotionen aus mir heraus trommeln wollte. Weit gefehlt! Was ich erleben durfte, war faszinierend: Stück für Stück, Schlag für Schlag eine meditative Forschungsreise tief in mich hinein, zu meinen Gefühlen ebenso, wie zu meinen Blockaden. Dies war Körperarbeit pur und die begann weit vor dem Trommelspiel, nämlich, indem wir unseren ganzen Körper mit einer Art Klopfmassage vorbereiteten.

Sehr beeindruckt und innerlich vibrierend, hatte ich hinterher etwas Mühe, mich soweit zu erden, dass ich mich ins aufgeregte Geschehen zum Mittagessen begeben wollte. Frisch gestärkt, tauschten wir dann

in Kleingruppen unsere Erfahrungen aus und knüpften an unser aller Thema an. Immer wieder spürte ich die Begeisterung und Freude, die auch die anderen Angebote bewirkt hatten und ein allgemeines Bedauern darüber, dass nicht mehrere Projekte ausprobiert werden konnten.

Abschließend gab es Kaffee und Kuchen, ein interessantes Referat zur Salutogenese und zum Abschied die Sonnenblume; ein mir sehr ans Herz gewachsenes Ritual, welches mich jedes Jahr aufs Neue bewegt und berührt, wenn ich die Gemeinschaft, in der ich geborgen war, loslassen muss, um in meinen Alltag zurück zu kehren.

Alles in allem war es ein wirklich toller Tag, an dem es gut gelungen ist, Traditionelles mit ganz Neuem zu verbinden. Auf diesem Wege ein herzliches Danke an alle Verantwortlichen! Schon heute wärmt mich die Vorfriede aufs nächste Jahr, in dem es sogar ein Frauenwochenende werden soll. Endlich!

PS. Eigentlich hätte dieser Bericht schon in der letzten Ausgabe erscheinen sollen, aber weniger perfekt zu sein erspart mir viel Stress und fühlt sich unglaublich gut an.



Selbsthilfe im Therapieverbund

Mitarbeitertag des Landesverbandes

von Hans-Peter Schu



Der Mitarbeitertag konnte auch in diesem Jahr vom Landesverband veranstaltet werden, und zwar am 09.10.2005 in Karlsruhe-Rüppurr. Dies geschah erstmals unter neuer Führung; mal schauen, ob die das auch so gut können. Vorweg gesagt, sie konnten es sehr gut. Der Tag war ein voller Erfolg. Hier an dieser Stelle ein Danke an alle Beteiligten.

Das Thema: „Selbsthilfe im Therapieverbund“. Mit dem Referat von Stephan Peter-Höner ging es um 09:45 Uhr los.



Stephan Peter-Höner bei seinem Referat

Der Referent stellte zum Thema die Fragen: „Muss ich schon wieder dazulernen? Oder bin ich vielleicht schon mittendrin?“ Unter Bezug auf die schon bei der Einladung zu diesem Mitarbeitertag formulierten Fragestellungen gliederte er seinen Vortrag in folgende Themenbereiche:

- Suchtkrank und keine Arbeit
- Selbsthilfe und Arbeitslosigkeit

- Gelobt sei, was zutröhnt
- Gemeinsamkeit der Konsumenten
- Was trennt?
- Was darf's sein? Neue Angebote auf dem Prüfstand!
- Integrierte Selbsthilfe
- Jammern auf hohem Niveau
- Des Kaisers neue Kleider (nix drunter??)
- H IV: Wer ist zuständig für was?
- Zusammenstehen - Zusammenhalten - Netzwerke bilden
- Netzwerke in der Suchthilfe - Ideen für die Zukunft
- Inhalte konzipieren
- Ideenwerkstatt
- Bei allen Änderungen aber das „ALTE“ nicht vergessen
- Noch mehr (Rat)-Schläge

Der Vortrag war geprägt von fachlicher Kompetenz, auf das Wesentliche begrenzt und allgemeinverständlich vorgetragen. Das Thema wurde im Anschluss in vier Kleingruppen weiter bearbeitet.

Zum ersten Mal wurde auf die Protokolle in den Kleingruppen verzichtet. Das, was jedem wichtig war, konnte selbst in großer Runde vorgetragen werden. Hier einige der Äußerungen aus dem Plenum:

- Grenzen setzen, wie weit wollen wir gehen?
- Netzwerk innerhalb der Selbsthilfe selbst ist nicht dicht genug
- Fachkliniken sollten bessere Kontakte zur Selbsthilfe pflegen
- Keine Bescheinigungen für außenstehende Institutionen
- Toleranz, eigene Grenzen setzen, weniger ist mehr!
- Noch habe ich nicht alles sortiert.
- Arbeitslosigkeit, Hartz IV, was können wir tun?
- Tagesstrukturierung, welche Angebote gibt es, was können

wir tun?

- Neue Süchte, Tenor: erst zuhören, versuchen voneinander zu lernen
- Aus der Tradition sehr wenig Wissen über neue Süchte, in der Ausbildung zum Gruppenleiter auch diese Thematik ansprechen
- Austausch mit anderen Gruppen ist sehr wichtig
- Gedanken über eigene Gruppe
- Auch an andere Gruppen weiterleiten
- Selbsthilfe und Nachsorge sind ein sehr großes Aufgabenfeld.
- Der Betroffene muss sich selbst helfen, daher auch keine Angst vor anderer Sucht
- Das Ende ist der Anfang der Veränderung; war mir sehr wichtig; ich habe meinen Standpunkt gefunden

Gegen 16:00 Uhr endete ein erfolgreicher Sonntag, an dem mal wieder, bei aller Intensität der Themenbewältigung, alte Freundschaften vertieft und neue geknüpft werden konnten.



Gespannte Aufmerksamkeit im Plenum

Fotos: Uwe Aisenpreis

Jubiläumsfestakt und Bunter Abend bereitete viel Freude!

von Dieter Engel



Mit weit über 200 Gästen war der Gemeindesaal St. Bernhard gut gefüllt, sodass zum Tanzen auf die Bühne ausgewichen werden musste.

Foto: Harald Becker

Im Jahr 2005 konnte der Landesverband der Freundeskreise in Baden auf sein 25-jähriges Bestehen zurückblicken und nahm dieses Jubiläum gern zum Anlass, um zu einem Festakt einzuladen. Da der neue Vorsitzende des Landesverbandes, Ludwig Engels, seine Wurzeln im Freundeskreis Karlsruhe hat, lag es nahe, die Feierlichkeiten in den traditionellen "Bunten Abend" des FK Karlsruhe zu integrieren.

Mit den Räumlichkeiten der Katholischen Pfarrgemeinde St. Bernhard in der Karlsruher Oststadt fand man hierzu ideale Rahmenbedingungen, mit einem herrlichen Saal, Empore, Foyer und Küchenbereich. Fleißige und äußerst kreative Freundeskreismitglieder zauberten mit einer gelungenen Herbstdekoration eine angenehme Atmosphäre, sowohl im Festsaal als auch beim gern zum Verweilen genutzten Stehbereich mit (alkoholfreier) Cocktailbar, sowie der Kaffee- und Kuchenecke.

Schon an den Autokennzeichen und den verschiedenen Dialekten war unschwer zu erkennen, dass Gäste aus allen Ecken Badens und teilweise weit darüber hinaus der Einladung gefolgt waren. So füllten sich die Tischreihen rasch und Ludwig Engels konnte den Festakt erfreulicherweise in einem vollbe-

setzten Saal mit der allgemeinen Begrüßung eröffnen. Von der politischen Bühne Karlsruhes hieß er die SPD-Stadträtin Frau Elke Ernemann mit Gatten ebenso herzlich willkommen wie den CDU-Stadtrat Herrn Dr. Thomas Müller. Gebührend begrüßt wurden auch der Direktor des Diakonischen Werkes Karlsruhe, Herr Pfarrer Karl, Frau Leimbach-Jehle mit Gatten vom DW Baden und Herr Breuninger mit Gattin vom Landesverband Württemberg, die der Einladung ebenfalls gerne gefolgt waren, sowie Herr Andreas Bosch, der 2. Vorsitzende des Bundesverbandes der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe.

Wer nach einem kurzen musikalischen Auftakt jetzt eine der oft üblichen allzu langatmigen Festreden befürchtete, sah sich glücklicherweise getäuscht, denn der erst seit kurzer Zeit die Geschicke des Landesverbandes leitende Vorsitzende Ludwig Engels streifte nur kurz die "Kindheitsgeschichte", ehe er auf die teilweise turbulenten und wechselvollen Jahre in der "Pubertätszeit und der Phase des Erwachsenwerdens" des Landesverbandes einging. Jetzt, nach 25 Jahren und durch die schmerzlichen Verluste von Conny Böllert und Franz Stark, waren einschneidenden Reformen in der Führung des

Landesverbandes notwendig geworden. Neue Satzung, neue Geschäftsordnung und eine veränderte Struktur in der Führungsarbeit, die durch Regionalvertreter eine Stärkung der einzelnen Regionen vorsehen, zeigen bereits erste Früchte. Die neue partnerschaftliche und konstruktive Zusammenarbeit war auch unschwer daran zu erkennen, dass er nun Vertreter aus allen Freundeskreisen Badens herzlich begrüßen konnte. Ganz vom Süden unseres schönen Landes waren dies die Freund/Innen der Freundeskreise Mimmenshausen, Heiligenberg, Markdorf, Pfullendorf und Salem und aus dem Norden „Nova Vita“ und die „Lotsen“ aus Mannheim, das Blaue Kreuz Heidelberg und Wiesloch, sowie die Freundeskreise Pforzheim und Karlsruhe-West. Eine besondere Freude war zu spüren, als er die Mitglieder des fernsten, aber mit dem FK Karlsruhe eng verbundenen Freundeskreises aus Halle begrüßte. Last but not least begrüßte er die zahlreichen Mitglieder seines Freundeskreises aus Karlsruhe und Bretten und bedankte sich bereits im Vorfeld für die tatkräftige Unterstützung und Programmgestaltung bei dieser Veranstaltung.

Kaum war der Beifall für die Festrede verklungen, sorgten die vier "Walküren" durch eine außergewöhnliche Darbietung klassischer Musik für gespannte Aufmerksamkeit, abgelöst durch Heiterkeit über die originellen Arrangements der vorgetragenen klassischen Lieder und endete in einem überwältigendem Applaus für die Damen.

Bevor der offizielle Teil der Jubiläumsfeierlichkeiten beendet war, überreichte Herr Bosch einen Erinnerungsteller vom Bundesverband zum Jubiläum des Landesverbandes. Danach übernahm Uwe Aisenpreis vom FK Karlsruhe die Moderation und führte, wie gewohnt souverän, durch das weitere Programm des Bunten Abends. Zur Unterhaltung und Tanz spielte fortan die Band "Ventura" auf und

Fortsetzung auf Seite 5

Jubiläumsfestakt und Bunter Abend...

Fortsetzung von Seite 4



Die Walküren, drei Stimmen und ein Piano (hier nicht im Bild), sorgten für eine außergewöhnliche musikalische Darbietung.

die Freundeskreis-Küche sah sich einem Ansturm hungriger Festgäste gegenüber, denen es allesamt bestens mundete und die dafür die Küche zu Recht mit lobenden Worten bedachten.

Für kurzweilige Abwechslung sorgten die "Brettener Sketch-Gruppe" und der Chor "No Name" mit ihren gelungenen und mit viel Beifall bedachten Auftritten. Während einer Programmpause traten die Losverkäuferinnen in Aktion und die begehrten Tombolalose, (jedes Los ein Gewinn!) waren in kurzer Zeit verkauft. Alle Hände



Claudia Altseimer und Reinhard Schmitt von der Brettener Sketch-Gruppe

und gute Nerven benötigten die Helfer bei der Gewinnausgabe, denn jeder wollte doch sofort wissen, ob ihm die Glücksfee einen Hauptgewinn bescherte.

Nachdem sich das Tombolafieber wieder gelegt hatte und die meisten sich von den Köstlichkeiten an der Cocktailbar, inzwischen meist mehrfach, selbst überzeugt hatten, nahte die Stunde des „Freundeskreis-Balletts“. Das perfekt dargebotene "Mitternachts-Special" ließ wiederum kein Auge trocken, und ohne Zugabe in Form einer vollständigen Wiederholung ihres Auftritts kamen die kreativen und tänzerisch mehr als begabten Freundeskreismitglieder nicht von der Bühne. Eine letzte Tanzrunde läutete dann das Ende des diesjährigen Bunten Abends ein.

Wie immer wäre eine solche Veranstaltung ohne eine lange und intensive Planung und die Hilfe vieler fleißiger Freund/Innen nicht durchführbar gewesen. Unterstützt wurde der Freundeskreis auch dankenswerterweise durch engagierte Mitarbeiter des Diakonie-Service,

welche besonders beim Auf- und Abbau tatkräftig Hand anlegten. Deshalb allen bei der Planung, Gestaltung, Durchführung, sonstige Mithilfe oder durch Kuchen Spenden Beteiligten ein herzliches Dankeschön für diese schönen Stunden zusammen mit der großen Freundeskreisfamilie.



Nicht nur auf der Bühne, auch im Parkett wurde getanzt wie der „Lump am Stecken“



Der Chor „No Name“ aus Sulzfeld hatte seinen großen Auftritt in der Mitte des Abends.



Mit ihrem Mitternachtsspecial sorgte das „Freundeskreis Ballett“ für einen furiosen Schlusspunkt.

alle Fotos: Harald Becker

Sucht und Beziehungen - Sucht in Beziehung - Beziehung in der Sucht

Bericht von der Mitarbeiterschulung des Landesverbandes

von Klaus Hoffner

Umfangreich war das diesjährige Thema bei der Mitarbeiterschulung vom 11.11. - 13.11. 2005 im Thomashof in Karlsruhe-Stupferich, die, wie auch letztes Jahr, Frau Arenz-Greiving leitete.

Nach der Begrüßung durch Ludwig Engels und Brigitte Sander-Unland wurden die Teilnehmer gebeten, sich jeweils mit Vornamen vorzustellen und die Beziehungen zum eigenen Vornamen mitzuteilen. Viele hatten sich vorher noch nie Gedanken über ihren Namen gemacht und standen plötzlich in einer sehr engen Beziehung zu sich selbst.

Vier Kleingruppen diskutierten am Samstag nach einer kleinen Einstimmung durch Roland Kögel das Thema „Auswirkungen einer Suchterkrankung auf persönliche Beziehungen“, wobei die Fragen

- Welche Auswirkungen hat die Suchterkrankung eines Partners auf die Zweierbeziehung?
- Welche Auswirkungen hat die Suchterkrankung eines Elternteils auf die Beziehungen der erwachsenen Kinder?
- Welche Auswirkungen hat die Suchterkrankung eines Elternteils auf die Beziehungen der Kinder und Jugendlichen?
- Welche Auswirkungen hat die

Suchterkrankung eines Kindes auf die Beziehung der Eltern? an die jeweiligen Kleingruppen zu Beantwortung weitergereicht wurden. Die recht umfangreichen Ergebnisse wurden im anschließenden Plenum vorgestellt.

Der Film „Im Schatten der Sucht - in der Sucht des Vaters gefangen“ löste Betroffenheit aus, führte aber auch zu Diskussionen, die bis in die Kleingruppen hineinreichten, welche sich am Samstag Nachmittag mit der Aufgabe „Kommunikation in einer Familie/Beziehung mit einem Suchtproblem“ auseinandersetzten. In Stichworten wurde festgehalten, was ein schwieriges oder ungutes Gespräch ausmacht und welches die Faktoren für eine gelungene Kommunikation sind. Ein Beispiel für ein schwieriges und ein Beispiel für ein gelungenes Gespräch wurde von Teilnehmern jeder Kleingruppe im Plenum als Rollenspiel vorgestellt. Viele Emotionen wurden geweckt, als sich einige in den von ihnen gespielten Rollen selbst wiederentdeckten. Stichworte für ein gutes Gespräch waren z.B. Wertefreiheit, Ich-Botschaften, aktives Zuhören, Nüchternheit, Blickkontakt, Ehrlichkeit u.v.m.

Der Sonntag begann mit einer

meditativen Einstimmung von Ralf Seifert und wurde durch einen für mich begeisternden Vortrag von Frau Arenz-Greiving über folgende Bereiche fortgesetzt:

- Was ist zwischenmenschliche Kommunikation?
- Funktionen nichtsprachlicher Signale
- Das Selbstwertgefühl in der Kommunikation
- Die Grundhaltung des aktiven Zuhörens
- Ich-Botschaften
- 10 Grundregeln effektiver Gesprächsführung
- ICH-Zustände (Eltern-Ich, Kind-Ich, Erwachsenen-Ich)

Ich glaube, es hat nicht nur mich begeistert, mit welcher Souveränität und Verständlichkeit Frau Arenz-Greiving diesen doch sehr umfangreichen Themenbereich vermittelt hat.

Fragen zum Thema und die vielen Erwartungen an das Seminar, die zu Beginn der Schulung zu Papier gebracht worden waren, wurden am Seminarende beantwortet bzw. waren zum größten Teil erfüllt.

Mein Dank gilt Frau Arenz-Greiving und hauptsächlich den Veranstaltern. **Weiter so!!** - aber bitte nicht mehr im Thomashof.

+++Termine 2006+++Termine 2006+++Termine 2006+++Termine 2006

25.02.2006	Delegiertenversammlung Landesverband, Karlsruhe-Rüppurr, Ev. Gemeindehaus
25.04.2006	Mitarbeitertag 1, Rastatt, Haus St. Bernhard
10.06. - 11.06.2006	Frauenwochenende - 10-jähriges Bestehen, Bad Herrenalb, Haus der Kirche
24.09.2006	Mitarbeitertag 2, Salem
17.11. - 19.11.2006	Mitarbeiterschulung

u.a. Aufgrund der beim Mitarbeitertag 2005 häufig gestellten Frage nach mehr Information über andere Suchtformen hat der Vorstand reagiert und bietet für das Jahr 2006 einen zusätzlichen Mitarbeitertag an. Hierbei wird der erste Termin im April vom Landesverband selbst or-

ganisiert. Das Thema wird sein: „Neue (andere) Suchtmittel“ mit Schwerpunkt auf die Wirkungsweise der verwendeten Stoffe. Der zweite Termin im September wird wie üblich von einem Verein vor Ort, in diesem Falle von der Gruppe Salem I, veranstaltet. Thema hier:

„Unterschiede im Suchtverlauf und -verhalten - Selbsthilfansatz“. Selbstverständlich wird für beide Veranstaltungen der Landesverband mit Hilfe seines Arbeitskreises „Aus- und Weiterbildung“ die Themen vorbereiten und entsprechende Referenten dazu einladen.

Wegweiser durch den Gesundheits-Dschungel

Der Gesundheitstreffpunkt Mannheim hilft bei der Suche nach Selbsthilfegruppen

"Hilfe zur Selbsthilfe geben", das ist nicht nur ein Grundsatz in der internationalen Entwicklungshilfe, sondern auch das Prinzip zahlreicher Selbsthilfegruppen für Menschen mit chronischen Krankheiten, Behinderungen oder in schwierigen Lebenslagen. Wie aber findet man andere Menschen, die mit den gleichen Problemen zu kämpfen haben wie man selbst?

Hilfe bei der Suche nach der "Richtigen"

Rund 350 Selbsthilfegruppen gibt es allein in Mannheim, Tendenz steigend. "Im vergangenen Jahr gab es 12 Neugründungen", erzählt Bärbel Handlos, Geschäftsführerin des Gesundheitstreffpunkts Mannheim, "und 2003 kamen 35 Gruppen dazu." Gemeinsam mit ihrem Team gibt sie Hilfestellungen. Menschen, die an Selbsthilfe interessiert sind, finden hier Kontakt zu bereits bestehenden Gruppen. Diese wiederum werden in ihrer Arbeit unterstützt. Sei es durch das Bereitstellen des Kopierers, der Vermittlung von Räumen oder der Konfliktberatung bei Gruppenkrisen. Und sollte eine passende Gruppe noch nicht existieren, dann hilft der Gesundheitstreffpunkt natürlich auch bei der Neugründung.

Kontaktpflege auf allen Ebenen

"Wir sehen uns als Kontaktstelle", so Handlos, die seit über elf Jahren für den Gesundheitstreffpunkt arbeitet. Und Kontakte werden auf mehreren Ebenen geknüpft: Zwischen den Menschen, den Gruppen, aber auch anderen Institutionen wie dem Klinikum, der Abendakademie, den Krankenkassen oder den Medien.

Mehr als "nur" Anlaufstelle

"Gesundheitstreffpunkt Mannheim, Ulli Biechele, Guten Tag!", werden Anrufer freundlich begrüßt. Den meisten Ratsuchenden kann telefonisch geholfen werden. Doch wenn die Suche nach der richtigen Gruppe schwieriger wird, lädt der promovierte Psychologe die Ratsuchenden auch zu einem Bera-

tungsgespräch ein. Und natürlich wird auch keiner abgewiesen, der ohne vorherigen Anruf den Weg in die Büroräume in der Mannheimer Neckarstadt findet. Zum Team gehören außerdem Simin Alimohammadi, die die anfallenden Verwaltungsaufgaben des Treffpunkts übernimmt, sowie die Koordinatorin für Projekte, Christina Reiß. Zu diesen vier "halben" Stellen kommt noch die Unterstützung vieler Ehrenamtlicher, die die Projekte des Gesundheitstreffpunkts am Laufen halten: Etwa die "GESUNDHEITSPRESS", eine eigene Zeitung, die zweimal im Jahr erscheint und an allen öffentlichen Orten Mannheims ausliegt. Oder den "Schmerztag", bei dem Vorträge und Seminare Antworten auf die Frage "Was tun bei Schmerz?" geben und von den Krankenkassen bis zu den Selbsthilfegruppen viele unterschiedliche Akteure beteiligt sind.

Glaubwürdigkeit durch finanzielle Unabhängigkeit

Das Geld für all diese Arbeit kommt aus verschiedenen Quellen: Den Hauptteil trägt die Stadt, weitere Zuschüsse kommen vom Land Baden-Württemberg, den gesetzlichen Krankenkassen, Sponsoren, Spendern und schließlich den Mitgliedern des gemeinnützigen Trägervereins. Durch diese Mischfinanzierung soll die inhaltliche Unabhängigkeit des Gesundheitstreffpunkts gewährleistet werden. Doch wie in anderen Bereichen ist auch diese Einrichtung von Kür-

zungen betroffen. Handlos: "Dieses Damoklesschwert hängt über uns allen." Noch sei die Lage einigermaßen stabil, doch ob die Kontaktstellen der Region zukünftige Kürzungen überstehen könnten, sei äußerst ungewiss.

Kooperation mit NOVA VITA

Mit der Mannheimer NOVA VITA-Gruppe pflegt der Gesundheitstreffpunkt einen regen Kontakt. So ist die Gruppe beispielsweise in der Regionalen Arbeitsgemeinschaft der Selbsthilfegruppen, deren Geschäftsführung der Gesundheitstreffpunkt hat, aktiv, bei Finanzfragen berät der Gesundheitstreffpunkt, und auch beim letzten großen Selbsthilfegruppentag 2004 war NOVA VITA unter den vielen fleißigen Aktiven.

Informationen:

Gesundheitstreffpunkt
Mannheim e. V.
Alphornstraße 2a
68169 Mannheim
Tel: 0621/ 3 39 18 18
E-Mail: gesundheitstreffpunkt-mannheim@t-online.de
Internet:
www.gesundheitstreffpunkt-mannheim.de

Dieser Beitrag basiert auf dem Artikel von Marcel Berlinghoff in "Umwelt direkt", Mai 2005. Wir danken dem Autor und dem Verlag Heuer & Wolf für die freundliche Überlassung!

Gesundheitstreffpunkt Mannheim

Ausbildung

03.02. - 05.02.2006	BASIS 2, 1. Staffel, Haus St. Bernhardt, Rastatt
03.03. - 05.03.2006	BASIS 2, 2. Staffel, Haus St. Bernhardt, Rastatt
10.03. - 12.03.2006	BASIS 1, 2. Staffel, Haus St. Bernhardt, Rastatt
07.04. - 09.04.2006	BASIS 2, 3. Staffel, Haus St. Bernhardt, Rastatt
28.07. - 30.07.2006	BASIS 1, 3. Staffel, Haus St. Bernhardt, Rastatt

R Aus den Regionen

Bereich Bodensee

von Alois Kidritsch

Was uns zuletzt beschäftigt hat, waren Umstrukturierungsvorhaben betreffend Caritas und Diakonie. Mittlerweile wurden hierzu konkrete Maßnahmen erarbeitet und in die Wege geleitet. D.h., zum 01. Januar 2006 hat die Caritas ihren Sitz in Ravensburg und die Diakonie in Friedrichshafen. Damit wurde deren Organisation den heutigen Erfordernissen angepasst. Somit sind die organisatorischen Grundstrukturen für eine effektivere Zusammenarbeit und die Sicherung des Fortbestandes der kirchlich geprägten Suchthilfe geschaffen.

Zur Gewährleistung einer verbindlichen Zusammenarbeit zwischen Beratungsstellen und Selbsthilfegruppen werden sich beide Institutionen einmal im Jahr zu einem Erfahrungsaustausch treffen. Hierbei sind von der Diakonie drei Treffen mit den Freundeskreisen Württemberg und vier mit den badi-schen Freundeskreisen geplant.

Beim Gesamttreffen der Selbsthilfegruppen und bürgerschaftlichen Initiativen am 09. November 2005 fanden unter anderem Sprecherratswahlen statt. Als einer der 12 Sprecherräte wurde Axel Eichhorn aus der Gruppe Salem 1 gewählt.

Hier noch einige Termine für Gruppenabende des Zentrums für Psychiatrie Weissenau (Station 61):

Mimmenhausen

08.03.2006, 09.08.2006, 13.12.2006

Heiligenberg

12.04.2006, 11.10.2006

Salem

14.06.2006, 15.11.2006

Bereich Karlsruhe

von Hans Peter Schu

Am 22.10.2005 veranstaltete der Freundeskreis Karlsruhe seinen Bunten Abend (zusammen mit der Jubiläumsveranstaltung des Landesverbandes). Sehr gefreut hat mich dabei die Teilnahme einiger Freunde aus benachbarten Freundeskreisen wie Pforzheim, Philippsburg und Karlsruhe-West.

Am 28.11.2005 fand die Fachberatung zum ersten Mal unter der Leitung von Klaus Huber, dem Leiter der Psychosozialen Beratungsstelle der Diakonie Karlsruhe, statt. Das Interesse an dieser Veranstaltung ist sehr groß. Die nächste Fachberatung wurde in den Räumen der Beratungsstelle am 30.01.2006 veranstaltet.

Der Freundeskreis Karlsruhe hat zusammen mit sozialen Einrichtungen der Diakonie Karlsruhe an einer Verkaufsaktion auf dem Gelände des WalMart-Marktes teilgenommen, der neben einigen Nebeneinkünften auch unter dem Aspekt Öffentlichkeitsarbeit sehr interessant war.

Ich wünsche allen Freundinnen und Freunden einen guten Anfang in 2006.

die Ausstellung nach Leimen gekommen ist, war sie bereits in Eberbach, Sinsheim, Heidelberg und Mannheim zu sehen.

Die Stadtväter von Leimen konnten zur Eröffnung viele Interessierte begrüßen, und sie zeigten sich sehr erfreut, dass es der Stadtmission Heidelberg gelungen sei, die bekannte Ausstellung, die seit drei Jahren bundesweit gezeigt werde, nun auch in ihren Kommunen vorstellen zu können. Das Thema "Sucht" wird hier ohne erhobenen Zeigefinger, aber trotzdem in großer Eindringlichkeit dargestellt.

Die in der Ausstellung gezeigten Werke zeugen von einer intensiven Beschäftigung von Kindern und Jugendlichen mit dem Thema, von ihren Ängsten und Sorgen, sie sind flapsig und frech, mitunter auch zynisch, dramatisch, sarkastisch oder schockierend ohne Scheu und Tabus.

Nach Schätzungen sind alleine in Deutschland rund zehn Millionen Menschen, darunter etwa 500 000 unter 25 Jahren, in irgendeiner Form von Sucht betroffen. Dies gilt nicht nur für illegale Drogen, sondern in viel größerem Maße für die weit verbreiteten und leicht zugänglichen Zigaretten und Alkohol.

Dank gebührt Herrn Rüdiger Dunst von der psychosozialen Beratungs- und ambulanten Behandlungsstelle der Stadtmission, der selbst in der Suchtberatung tätig ist und die geschilderten Probleme aus seiner täglichen Arbeit kennt.

Rüdiger Dunst bedankte sich seinerseits für die Möglichkeiten, die Ausstellung in den genannten Gemeinden zeigen zu können. Wichtig sei es, mit der Vorbeugung so früh wie möglich zu beginnen. Kinder müssen rechtzeitig lernen, "Nein" sagen zu können. Für ihn sei in der Suchtberatung jedes einzelne Schicksal wichtig. Zahlenangaben, egal in welcher Höhe, wirken auf die meisten Menschen eher abstrakt. In dieser Ausstellung jedoch zeigen sich deutlich individuelle Schicksale, die auf ihre eigene Art betroffen machen und zum Nachdenken anregen.

Die Ausstellung wird in unserer Region voraussichtlich noch in Wiesloch und Walldorf zu sehen sein.

A von unseren Assoziierten Mitgliedern

Mit spitzer Feder gegen die Sucht

Karikaturen von Kindern und Jugendlichen im Kurpfalz-Centrum Leimen

von Roland Kögel

Unter dem Titel "Mit spitzer Feder gegen die Sucht" eröffnete im Leimener Kurpfalz-Centrum eine Ausstellung, die vor mehr als drei Jahren vom Deutschen Studienkreis und Deutschen Jugendkreis ins Leben gerufen wurde. Die

Ausstellung ging aus einem Karikaturenwettbewerb zum Thema "Sucht" hervor. Knapp 9000 Einsendungen von Jugendlichen zwischen sechs und 22 Jahren gingen bei einer Jury ein, die letztendlich 32 Bilder auszusuchen hatte. Bevor