

## 1. Boule-Turnier des Landesverbandes der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe Baden e.V.

von Dieter Engel



*Es wurde genau hingeschaut, denn auf den Millimeter kam es an.*

Zahlreiche Vereine und Gruppen aus ganz Baden mit über 40 Personen folgten der Einladung unseres Landesverbandes zum ersten Boule-Turnier nach Mannheim. Auf der großzügigen Boule-Anlage des TV Mannheim-Waldhof wurden wir vom Abteilungsleiter der Boule-Abteilung in die Geheimnisse des korrekten Boule-Spieles und der Wertungsweise eingeführt. Unser erster Vorsitzender löste die Mannschaften und Spielpaarungen aus, und dann ging es auf die Spielfelder, um die erste Runde auszuspielen. Wir hatten sehr viel Spaß beim Spiel und auch so mancher Ehrgeiz wurde geweckt. Egal ob Sieger oder knapper Verlierer, jede(r) spielte eine zweite Runde. Pünktlich zum ersten

Regen hatten wir unser Turnier beendet und trafen uns zum geselligen Beisammensein in der Vereinshütte bei Kaffee und Kuchen. Nach der Regenpause wurden die Sieger und Platzierten gekürt und im Zuge des Freizeit- und Freundeskreisgedankens erhielt jede(r) Mitspieler/in eine Medaille zum Andenken an einen gelungenen Nachmittag.

An einem reichhaltigen kalt-warmen Büffet konnten wir uns wieder stärken und mit manchem neuen „Freundeskreiser“ aus anderen Gruppen ins Gespräch kommen.

Ein Dank dem Landesverband und den ausrichtenden Freunden vom Freundeskreis NOVA VITA für die schönen und unterhaltsamen Stunden.

## Inhalt

1. Boule-Turnier des Landesverbandes...	1
Die Lotsen zum dritten Mal auf dem Mannheimer Maimarkt	2
„heimgeSucht“ on tour	3
Freiburg stimmt ein	4
Kind Sucht Eltern	5
Angetrunken vor verschlossener Haustür...	6
Ehrevorsitzender des Bundesverbandes [...] erhielt das Bundesverdienstkreuz...	8
Delegiertenversammlung des Bundesverbandes	9
Durch Loslassen frei und lebendig werden	11
Fit für die Katastrophe?!	12
Entscheidungen	13
Neue Bestuhlung des Gruppenraums bei NOVA VITA	14
Ein Grillfest der besonderen Art15	
Neuer Service des Bundesverbandes - Leihbibliothek	15
Fotobuch „heimgeSucht“	16

## 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  
freundeskreise-baden@gmx.de

Verantwortlich für den Inhalt:  
Vorstand des Landesverbandes

Redaktion:  
Uwe Aisenpreis  
Siegbert Moos  
Michael Mayer



## Die Lotsen zum dritten Mal auf dem Mannheimer Maimarkt

von Heiko Küffen

### Organisation

Bei unseren dritten „Auftritt“ auf dem Maimarkt wussten wir, was auf uns zu kommt. Im Auf- wie auch Abbau konnten wir einige Fehler der letzten Male vermeiden, kamen effizienter voran. Es wird auch routinierter, die Standbesetzung zu planen und einzuteilen. Trotz aller einkehrender Routine nach drei Jahren bleibt es aber weiterhin Arbeit. Arbeit, die durchaus auch Spaß macht, denn gerade für uns Mannheimer ist der Maimarkt immer ein Event. Ich bedanke mich an dieser Stelle bei allen Helfern sehr herzlich für ihren Einsatz.

### Messe

Nicht nur bei uns, auch an den anderen Ständen, wurde empfunden, dass dieses Jahr weniger Publikum durch das Zelt Nr. 4, in dem unser Stand ist, „streifte“. Umso erfreulicher können wir trotzdem registrieren, dass die Scheu, an unseren Stand zu kommen, insgesamt zurück zu gehen scheint, obwohl Suchterkrankungen gesellschaftlich immer noch eine Art Stigma sind. Wenn wir dazu beitragen können, dieses Stigma abzubauen, hat sich unsere Präsenz auf dem Maimarkt ebenfalls gelohnt.

**Berauscht?  
Oder klar die Welt sehen?**

Auch dieses Jahr waren unsere Rauschbrillen, die ein Sichtfeld wie unter Alkohol- bzw. Drogeneinfluss vermitteln, insbesondere bei Ju-

gendlichen bzw. jungen Erwachsenen ein „Magnet“. Auch wenn das Torkeln bei klarem Verstand von ihnen als Gaudi empfunden wird, dürfte diese Erfahrung doch bei den meisten einen Eindruck über die Konsequenzen eines Rausches hinterlassen.

### Information

Wichtigstes Anliegen bleibt uns, die Menschen über Sucht zu informieren, über die Gefahren der Sucht, über die Hilfsmöglichkeiten bei Sucht. Der Bedarf ist hier ungebrochen, viele Bekannte und Verwandte von suchterkrankten Menschen suchen Rat dazu, wie sie helfen können. Als Selbsthilfe kennen wir uns aufgrund unserer eigenen Betroffenheit so gut aus, dass

öfters auch Profis wie Ärzte und Psychologen einen Rat aus unserer Erfahrung heraus suchen und gerne Flyer mitnehmen, um diese an entsprechende Betroffene weiterzugeben.

### Fazit

Es heißt immer „Die einen sagen so, die anderen sagen so.“ Wir meinen dabei durchaus „so“. Damit meinen wir, dass wir nicht jedes Jahr das, was wir im Vorjahr machten, toppen müssen. Wir sind 2016 sehr gut damit gefahren, das, was wir bisher lernten durch unsere Messestände, weiter zu präsentieren, darzustellen, das Können zu festigen, mit dem wir vorgehen. Und ganz in diesem Sinne bleibt dieser Beitrag damit ein kurzer.



Das Bild des Messestandes zeigt deutlich, dass die federführenden Aussteller „Lotsen“ nicht nur sich selbst sondern auch die Freundeskreise und Mitstreiter aus der Region, sowie den Landesverband repräsentieren - ebenso den Förderer des Messestandes, die AOK Baden-Württemberg.

# „heimgeSucht“ on tour

von Dieter Engel



Bereits über ein Jahr lang werteten die Bilder unserer Fotoausstellung „heimgeSucht“ die Räumlichkeiten des Freundeskreises Karlsruhe auf. Während dieser Zeit gaben sie nicht nur Vereinsmitgliedern und Gruppenbesuchern Anlass, sich über die aussagekräftigen Fotografien von Klaus Epele Gedanken zu machen und sich darüber auszutauschen; sondern auch neue Hilfesuchende, Besucher und Gäste zeigten sich stets von der Darstellung der verschiedensten Suchtformen beeindruckt. So wurden die Fotos des Öfteren auch zum idealen Schlüssel, um ins Gespräch zu kommen.

Da verwundert es nicht, dass inzwischen auch andere Institutionen und Firmen Interesse an dieser Ausstellung bekundeten. Der erste Weg führte nun unsere Bilder nach Mannheim zur Firma Roche-Diagnostics, ein Betrieb mit über 8000 Mitarbeitern am Standort Mannheim. Dort sollten die Bilder die Prävention und den Umgang mit suchtkranken Menschen im betrieb-

lichen Suchthilfesystem, bei einer großangelegten Aktion des Arbeitskreises „Sucht am Arbeitsplatz“, bestehend aus dem werksärztlichen Dienst und den ehrenamtlichen Suchtkrankenhelfern, in den Focus rücken.

So machten wir uns, der Fotograf Klaus Epele, Siegbert Moos vom Landesverband und Dieter Engel vom Freundeskreis Karlsruhe, Anfang Oktober mit 28 Bildern im Gepäck auf den Weg zur Firma Roche. Nachdem wir die strengen Sicherheitskontrollen durchlaufen hatten, gingen wir daran, die Bilder im tollen Casino und der Cafeteria richtig in Szene zu setzen. Bei einer Vorgesprächung hatte sich unser Fachmann Klaus Epele bereits einen Überblick über die zur Verfügung stehenden Ausstellungswände gemacht, so dass aufgrund seiner

Vorplanung die Bilder schnell ihren Platz für die nächsten vier Wochen fanden und wir rechtzeitig für die um 18.00 Uhr angesetzte Vernissage fertig waren.

Die Vernissage war für Führungskräfte von Roche und geladenen Gästen aus Beratungsstellen, dem

Gesundheitstreffpunkt Mannheim, Freundeskreisgruppen etc. vorbehalten. Es war die Auftaktveranstaltung, um gerade Führungskräfte zu sensibilisieren, bei berechtigten Anhaltspunkten für eine Suchterkrankung oder bei der Gefahr, in ein Suchtverhalten abzugleiten, nicht wegzuschauen, sondern die richtigen Hilfsmaßnahmen auf den Weg zu bringen. Denn Sucht ist für viele Vorgesetzte ein schwieriges Thema und dies zeigt sich oft in einem von Hilflosigkeit geprägtem Verhalten in der Personalführung.

Herr Haag als Werksleiter von Roche eröffnete mit einer von Sachkenntnis geprägten Rede die Reihe der Ansprachen zur Vernissage. Frau Dr. Hetges und Herr Dr. Wörth vom betriebsärztlichen Dienst bekundeten aus ihrer Sicht die Notwendigkeit eines gut funktionierenden innerbetrieblichen Suchthilfesystems, nicht ohne darauf hinzuweisen, dass die Unterstützung der professionellen Suchthilfe, aber auch vor allem der Suchtselbsthilfe, unbedingt notwendig ist. Als Verbindungsglied zur Selbsthilfe steht bei der Firma Roche an erster Stelle die Suchtkrankenhelferin Silvia Ringer, welche seit diesem Frühjahr ja auch die Geschicke des Freundeskreises NOVA VITA Mannheim als 1. Vorsitzende leitet. Über die



*Frau Dr. Hetges vom betriebsärztlichen Dienst erläutert die Notwendigkeit eines gut funktionierenden innerbetrieblichen Suchthilfesystems.*

Verbindung zur den Mannheimern Freunden von NOVA VITA ist auch die „Wanderschaft“ unserer Bilder zustande gekommen. Anschließend hatte ich als 1. Vorsitzender des Freundeskreises Karlsruhe die Möglichkeit, unsere Arbeit und das Engagement, sowie die der Freundeskreise im Allgemeinen vorzustellen. Wichtig war mir dabei, zum Einen auf die Vielfalt der Suchterkrankungen hinzuweisen, aber auch darauf, dass Sucht eine Familienkrankheit darstellt, welche aber nicht an den Familiengrenzen haltmacht, sondern auch in den Betrieben bei Kollegen und Vorgesetzten seine

Auswirkungen zeigt. Bevor wir dann mit einem selbstverständlich alkoholfreien Cocktail anstoßen konnten, stellte sich noch Fotograf Klaus Eppel vor und erläuterte sein fotografisches Spektrum.

Die Gäste der Vernissage zeigten sich beim anschließenden Rundgang sehr beeindruckt von der Darstellungsform und Aussagekraft der Fotografien und es fand ein lebhafter Gedankenaustausch verbunden mit guten Gesprächen statt. Für das leibliche Wohl war durch das Casino-Team bestens gesorgt, was zum perfekten Gesamtambiente passte.

Ein Dank den Verantwortlichen

und Allen, welche dazu beigetragen haben, dass diese Vernissage so erfolgreich verlaufen ist. Ebenso für die anerkennenden Worte über unser Engagement in der Suchtkrankenhilfe und die gesellschaftliche Bedeutung der Suchtselbsthilfe.

In den nächsten vier Wochen haben nun die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Firma Roche die Möglichkeit, beim Mittagessen in ihrem Casino sich von den Bildern inspirieren zu lassen, aber auch sich Gedanken über das eine oder andere Konsumverhalten von sich selbst und ihrem jeweiligen privaten und beruflichem Umfeld zu machen.



# Freiburg stimmt ein

von Armin Schilling

Ein großes und großartiges Ereignis war diese Veranstaltung, die am 19.06.2016 im Stadtgarten in Freiburg stattfand. Veranstalter war die Stadt Freiburg, verantwortlich Herr Sinn vom Kulturamt.

Verschieden Plätze und Stadtteile in Freiburg waren mit Musikgruppen und mit Infoständen verschiedenster Art ausgestattet und alle, die an diesem Event teilgenommen haben, haben es ehrenamtlich und unentgeltlich gemacht. Es waren ca. 120 Musikgruppen, die in Freiburg zu Besuch waren und ihr Bestes gaben.

Wir, der Freundeskreis Freiburg, hatten zusammen mit dem Kreuzbund einen Stand im Stadtgarten gehabt. Wichtig zu erwähnen ist, dass es ganz gezielt eine alkoholfreie und vegane Veranstaltung war;

jegliche Art von Suchtmittel war verboten - eine tolle Sache. Und besonders toll für uns war, dass der Landesverband der Freundeskreise in Baden, an der Spitze Ludwig Engels und Siegbert Moos, uns einfach super unterstützt haben. Der Landesverband hat uns aufgezeigt, wie einfach es ist, die Besucher an den Stand zu locken - sie hatten nämlich "Rauschbrillen" dabei. Es war erstaunlich zu sehen, wie die Besucher davon Gebrauch machten. Es war für mich sehr beeindruckend, wie die Testpersonen gestaunt haben, wenn sie zum Beispiel mit der Rauschbrille keinen Ball mehr fangen oder nicht mehr gerade laufen konnten. Viele Jugendliche waren nach der Veranstaltung noch einmal bei mir und haben gefragt,

wann wir das wiederholen und ob die Rauschbrillen noch einmal zur Verfügung gestellt werden. Noch lange nach der Veranstaltung haben wir als Resonanz ein großes Lob erhalten und wir sind für das Jahr 2017 wieder eingeladen.

Es war eine ganz tolle Veranstaltung und wir, der Freundeskreis Freiburg und der Kreuzbund Freiburg werden 2017 wieder dabei sein und wir hoffen wieder auf die Unterstützung von Herrn Engels mit Team vom Landesverband der Freundeskreise.

Zum Abschluss noch eine Erkenntnis aus all dem Erlebten: Wer nicht in die Öffentlichkeit geht mit seiner Erfahrung, die er gemacht hat, der muss sich auch nicht wundern, wenn es keiner weiß.

# Kind Sucht Eltern

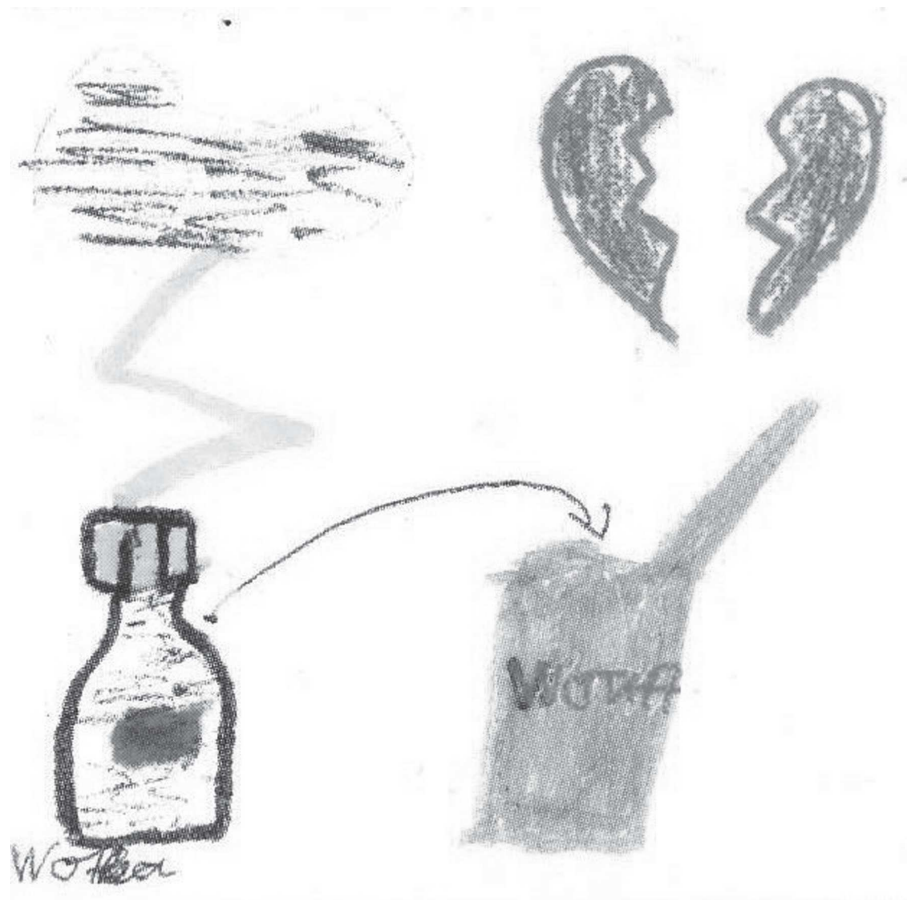
von Armin Schilling

Unter diesem Titel veranstaltete der Freundeskreis Freiburg unter meiner Federführung einen Informationsabend zur Situation von Kindern suchtkranker Eltern. Mitveranstalter waren der Kreuzbund und das Blaue Kreuz Freiburg. Zielgruppe war die gesamte Öffentlichkeit und natürlich Kinder von suchtkranken Eltern.

Als Referenten haben wir den Ex-Fußball-Nationalspieler und trockenen Alkoholiker Uli Borowka engagiert; dazu kamen Referate von MAKS in Freiburg und eine Podiumsdiskussion. Für die Musik war Anneliese Schwind mit ihrer Jazzband zuständig.

Um 17 Uhr haben sich die Türen des Bürgerhauses am Seepark in Freiburg geöffnet; die Veranstaltung begann mit dem Vortrag von Herrn Borowka, der durch die Veröffentlichung seiner Biographie „Volle Pulle“ und die damit verbundenen häufigen Fernsehauftritte deutschlandweit bekannt geworden ist. Herr Borowka hat ganz offen von seiner „Trinkerkarriere“ erzählt, die ihn aber nicht nach oben, sondern ganz nach unten führte, gesundheitlich und sozial. Unter anderem hat er auch deutlich gemacht, dass er die Arbeit der Selbsthilfegruppen für einen wichtigen Bestandteil unserer Gesellschaft hält. Es war ein sehr guter Vortrag und viele der ca. 180 Besucher haben dies in Rückmeldungen bestätigt und außerdem geäußert, dass man dieses Thema weiter behandeln muss, dass wir am Ball bleiben und weitere Veranstaltungen dieser Art auf den Weg bringen sollen.

Dann kam die Vorstellung von MAKS Freiburg. MAKS ist die Abkürzung für: *Modellprojekt Arbeit mit Kindern von Suchtkranken*. Viele der Kinder, die betroffen sind, erreicht MAKS leider nicht. Die Dunkelziffer ist sehr groß; das hat Frau Dilger, die Leiterin von MAKS, eindringlich angemerkt. Es ist sehr schade, dass es so viele Kinder gibt, die keinen Zugang zu MAKS bekommen kön-



Kinderzeichnung: Gebrochenes Herz

nen; das liegt natürlich in erster Linie an den Angehörigen, die sich nicht getrauen, diesen Weg zu gehen. Dazu muss erwähnt werden, dass MAKS im Foyer des Bürgerhauses eine Ausstellung präsentierte mit Bildern, die von betroffenen Kindern gemalt wurden und worauf man sehr eindrucksvoll deren "verletzte Seelen" sehen konnte.

Es ist einfach ein großes und schweres Thema, und man muss wirklich die Öffentlichkeit darüber unterrichten, dass es Hilfe gibt und dass man bitte nicht wegschauen soll.

Zusätzlich wurde die Veranstaltung noch von einer zweiten Bilderausstellung begleitet. Manfred Kluth, ebenfalls Betroffener und seit vielen Jahren trocken, hat seine persönlichen Erfahrungen und Gefühle in Bildern zum Ausdruck gebracht.

Wir, der Freundeskreis Freiburg, wollen anderen Mut machen, auch

so eine Veranstaltung zu machen, damit die Kinder, die betroffen sind, nicht so leiden müssen. Besser gesagt, verstehen wir es als unsere Aufgabe, der Gesellschaft gegenüber Suchtprävention zu betreiben. Große Unterstützung hatten wir von Frau Friedl und Frau Setinmann von der AOK Freiburg. Mit ihren Ideen haben sie ein großes Stück zum Gelingen der Veranstaltung beigetragen. Dazu kommt, dass die AOK uns mit Mitteln der Projektförderung unterstützt hat. Auch zu erwähnen ist, dass durch die hervorragende Öffentlichkeitsarbeit von Manfred Kluth (Blaues Kreuz) viele Menschen erreicht werden konnten.

Der Freundeskreis Freiburg wird weiterhin diesen Weg gehen - wir möchten informieren und helfen. Als Schlusswort noch ein Satz, den mir meine Tochter gesagt hat: "Hab keine Angst, hier kannst Du über alles reden, wir wollen Dir helfen!"

# Angetrunken, vor verschlossener Haustür...



...in dieser fast verzweifelten Lage fanden sich fast zweitausend Besucher der Verbrauchermesse *offerta* am Stand des Freundeskreises für Suchtkrankenhilfe wieder.

Jeden Tag, in der Zeit vom 29. Oktober bis zum 06. November, versuchten sich viele Besucher unseres Standes daran, ein extra für die *offerta* gefertigtes Haustürmodell zu öffnen. Oft zur großen Freude der begleitenden Familienmitglieder oder Freunde, aber auch der umstehenden Messebesucher.

Als großes Handicap erwies sich dabei die aufgesetzte Promillebrille, und so war es deutlich anstrengender und dauerte wesentlich länger als sonst, den Schlüssel ins Schloss zu „zittern“ und die Tür zu öffnen.

Aber nicht nur an dieser Tür konnten sich die Besucher versuchen, sondern auch an einem Promilleparcours oder einem Spielzeugwürfel, bei dem es Holzfiguren durch passende Löcher zu stecken galt. Immer mit passenden Promillebrillen als Erschwernis.

Zur Belohnung gab es ein Päckchen Taschentücher, etwas Süßes, einen Visitenkartenkalender oder auch nicht selten ein Gespräch über Sucht, unsere Arbeit, den Sinn unseres Standes oder was sonst eben

inhaltlich gewünscht war.

Unser Stand in der Halle 3 war an fast gleicher Stelle wie in den Vorjahren. Also direkt neben dem Forum „Gesundheit“. Etwas größer als im Vorjahr und deutlich breiter waren wir kaum zu übersehen. Beim Arbeiten während der Messezeiten aber auch kaum zu überhören. Von allen, die sich im Ständedienst an der Arbeit beteiligten kamen einhellig nur positive Rückmeldungen. Alle, mit denen ich sprach und die ich bei der Arbeit sah, hatten großen Spaß und viel Freude dabei, den Freundeskreis und seine Arbeit in der Öffentlichkeit vorzustellen. Die Organisation durch Siegbert und Dieter war perfekt.

Bei vielen positiven Dingen, die wir während der neun Messetage erleben durften, gab es doch auch einen Punkt, über den sich die daran beteiligten Freunde/Freundinnen ärgerten. Es waren unsere Vorträge auf dem Forum „Gesundheit“. Nicht, dass wir weniger engagiert waren oder schlechter vorbereitet. Einzig die Tatsache, dass sämtliche unse-

rer Vorträge auf 11.00 Uhr vorverlegt und sie zusätzlich auch noch an zwei Tagen komplett gestrichen wurden, war dafür verantwortlich, dass die im letzten Jahr gut und sehr gut besuchten Vorträge praktisch ohne Publikum oder vor nur sehr wenigen Zuhörern stattfanden. Aber auch für diese wenigen Zuhörer haben sich die Vorträge gelohnt. Robert und ich hatten in einem Fall sogar das „Vergnügen“, bei einer Veranstaltung gegen ein in unmittelbarer Nähe stattfindendes Blasorchesterkonzert ansprechen zu dürfen.

Diese Vorverlegungen und Streichungen habe ich als pure Willkür gedeutet, da der Gesamtzeitplan der Vorträge zeigte, dass es jeden Tag und eigentlich immer zu den von uns gewünschten Zeiten Freiräume gab. Hoffentlich finden wir im kommenden Jahr durch die Verantwortlichen bessere Berücksichtigung bei der Planung „Forum Gesundheit“.

Dafür durften sich alle früh Anreisenden auf dem Parkplatz 3, wo auch wir unsere Stellplätze hatten, jeden Morgen an einer



*Durch Ansprache der Passanten und das „merkwürdige“ Verhalten der Probanden wurde immer wieder ein großer Andrang am Stand erreicht.*



besonderen Form der Slapstick erfreuen. Einer täglich größer werdenden Schar von Parkplatzeanweisern, Kassierern, Ordnern und anderen Helfern gelang es mit großer Sicherheit, hoher Regelmäßigkeit und völliger Talentfreiheit, einer in gleicher Zeit immer kleiner werdenden Menge Autofahrern ihre Stellplätze zuzuordnen. Wären nicht die Verpflichtungen innerhalb der Hallen gewesen, so hätte man sich stundenlang an diesem unkoordinierten und unkontrollierten Getue erfreuen können.

Insgesamt ist unser dritter Auftritt auf der *offerta* aber wieder ein voller Erfolg gewesen. An den neun Messtagen konnten wir die Besucher über viertausendmal motivieren, eines oder mehrere unserer Angebote zu nutzen. Jeder am Standdienst Beteiligte hat weiter- und tiefergehende Gespräche mit Besuchern geführt. Insgesamt haben wir etwa 150 bis 200 Informationsgespräche registriert.

Viele hundert Flyer, Prospekte und weiteres Informationsmaterial haben neue Besitzer gefunden. Was hätten wir also mehr oder besser tun können?

Für mich ist aber mindestens ebenso wichtig, dass wir als Freundeskreis einen tollen Auftritt in der Öffentlichkeit hatten, dass wir uns als Verein und auch als Menschen toll präsentiert und gezeigt haben. Wir haben, worüber wir oft reden aber es uns selten gelingt, in der Realität umzusetzen, allen Besuchern gezeigt, dass eine Suchterkrankung nichts ist, wofür man sich schämen muss. Unser souveräner Auftritt und das große Maß an Selbstverständlichkeit in die Öffentlichkeit zu gehen, sorgt für hohe Akzeptanz bei den Besuchern und einen völlig unverkrampften Umgang miteinander und unseren oft nicht leichten Themen.

Es war schön, ein Teil dieses Auftritts gewesen zu sein. Noch schöner ist es für mich, so viele tolle Freunde und Freundinnen um mich und bei mir zu wissen. Wir alle können stolz auf das sein, was wir dort geleistet und gezeigt haben. Danke an alle, die daran beteiligt waren und ihren Beitrag leisteten.

Torsten Wilkens

## Ehrevorsitzender des Bundesverbands der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe Rolf Schmidt erhielt das Verdienstkreuz 1. Klasse



*Ehepaar Sigried und Rolf Schmidt mit Regierungspräsidentin Marianne Thomann-Stahl*

Auf Vorschlag von Hannelore Kraft, Ministerpräsidentin in NRW, wurde Rolf Schmidt aus Blomberg das Verdienstkreuz 1. Klasse des Verdienstordens der Bundesrepublik Deutschland am Freitag, den 21. Oktober 2016, in den Räumen der Bezirksregierung in Detmold überreicht.

Regierungspräsidentin Marianne Thomann-Stahl führte in ihrer Rede aus, dass Rolf Schmidt, dem bereits im April 2000 das Verdienstkreuz am Bande der Bundesrepublik Deutschland verliehen wurde, diese höhere Einstufung zugesprochen wurde, weil er auch nach 2000 weiterhin sehr intensiv für die Sucht-Selbsthilfe ehrenamtlich tätig war.

Die Regierungspräsidentin führte aus, dass Rolf Schmidt bereits in 1981 eine Selbsthilfegruppe gegen Suchtgefahren in Blomberg gründete, die sich 1984 den Freundeskreisen für Suchtkrankenhilfe anschloss. Bis 2015 war er Vorsitzen-

der des Freundeskreises. Schwerpunktmäßig lag ihm hier besonders die Arbeit mit jungen Menschen am Herzen. Mit dem Freundeskreis betrieb er über Jahre ein Jugendcafé in Blomberg, das 2004 auf Initiative von Rolf Schmidt in die Verantwortung der Drogenberatung überging.

Seit 1985 wirkte er im Landesverband in Nordrhein-Westfalen mit. Von 1990 bis 2002 war er dort Vorsitzender. Seit 1988 war er Delegierter für den Bundesverband. Hier wurde er 1997 zum Vorsitzenden gewählt, und seit 2012 ist er Ehrevorsitzender des Bundesverbands.

Seit 2006 ist er zudem Vorsitzender des Trägervereins von Gut Dörenhof, einer Einrichtung für chronisch mehrfach abhängige Menschen in Ostwestfalen-Lippe. Hier ist er gerade dabei, die Finanzierung für den Neubau eines Wohnheims sicherzustellen.

Rolf Schmidt stellte und stellt immer noch die Menschen in den

Mittelpunkt seines Handelns und den Menschen, die als Abhängige oder Familienmitglieder von einer Sucht betroffen sind, gab und gibt er eine Stimme.

Aus dieser Haltung heraus sind im Bundesverband sehr viele bedeutende Arbeitsschwerpunkte umgesetzt worden.

Hier nur einige Beispiele:

- die Erarbeitung eines eigenen Leitbilds für die „Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe“.
- Die Entwicklung der Freundeskreisarbeit in Ostdeutschland. Er ist Mitbegründer des Landesverbands Sachsen.
- Drei Bundeskongresse fielen in seine Amtszeit, mit jeweils etwa 800 Teilnehmenden.
- Die Vertretung der Freundeskreise bei den Deutschen Evangelischen Kirchentagen und beim ersten Ökumenischen Kirchentag in Berlin.
- Die Beteiligung an Stellungnahmen in den Gremien der Suchthilfe.
- Er arbeitete bei der Durchführung von bedeutenden Projekten mit, die dem Verband auch heute noch ein besonderes Profil verleihen, z.B. „Kindern von Suchtkranken Halt geben“ und setzte sich ein für die
- Konzeption einer modernen Verbandszeitschrift. Das „Freundeskreis-Journal“ erfreut sich nach wie vor einer großen Akzeptanz.

Die Mitglieder des geschäftsführenden Vorstands und die Mitarbeiterinnen in der Geschäftsstelle des Bundesverbands gratulieren Rolf Schmidt sehr herzlich zu dieser Auszeichnung.

*Ute Krasnitzky-Rohrbach*



# Delegiertenversammlung des Bundesverbandes

6.-8. Mai 2016, Rendsburg

Anmerkungen und Bericht von Lutz Stahl

## Vorwort

Der Landesverband Baden konnte aufgrund einer geringer gewordenen Zahl an gemeldeten Mitgliedern lediglich zwei Delegierte stellen. Gerd Melcher, der in Vertretung von Heiko Küffen als Delegierter eingesetzt worden war, hatte sein Engagement zurückgezogen, so dass Ludwig Engels dieses Amt übernahm. In meiner Eigenschaft als kommissarisch eingesetzter Stellvertretender Vorsitzender des Landesverbandes nahm ich als Gastdelegierter an der Versammlung teil.

## Persönliche Anmerkungen

Es ist viele Jahre her, dass ich das letzte Mal bei einer Bundesdelegiertenversammlung dabei war. Ich erinnerte mich jedoch noch gut an die Atmosphäre: Man traf sich! War man nur Gast, konnte man frei Freundschaft pflegen. War man Delegierter, saß man halt im Saal und pflegte dort Freundschaft. Richtig wichtig schien mir das Ganze nicht zu sein. Wenn etwas wichtig gewesen sein sollte, wurde es „von denen da oben geregelt“. Mit anderen Worten: Auf der Sachebene wurde das bearbeitet, was unbedingt sein musste. Auf der Gefühls-ebene stand das wohlfühlende Erleben der Freundeskreis-Gemeinschaft im Vordergrund. Dementsprechend war meine Einstellung, wenn es um Belange des Verbandes auf Bundesebene ging. Zudem wurden wir ja auch noch über Jahre hinweg von Brigitte Sander-Unland sehr gut vertreten.

Diese Delegiertenversammlung bewegte sich zunächst erwartungsgemäß im oben beschriebenen Rahmen – zumindest, was eine große Anzahl der Delegierten betraf. Als ich mich aber mit dem Fragekatalog für die Kleingruppenarbeit befasste, die einleitenden Sätze ließ und im Versammlungsverlauf dezent und diplomatisch gesetzte Akzente zur Kenntnis nahm, wusste ich, dass sich zumindest eine Zielsetzung geändert hatte: Der aktuelle Bundesvorstand will es nicht beim Ge-

meinschaftserleben belassen, sondern positive Veränderungen in der Wirksamkeit des Bundesverbandes sowohl nach innen als auch nach außen erreichen.

Aufgrund verschiedener Besuche in den einzelnen Landesverbänden besteht offenbar beim Bundesvorstand die Wahrnehmung, dass es insbesondere an der Unkenntnis über die Arbeit des Bundesverbandes liegt, die bei den Mitgliedern besteht, dass diese an der Basis so wenig Resonanz findet. Dies ergab sich aus der Einleitung und der Fragestellung zur Gruppenarbeit sowie auch an der verhalten geäußerten Kritik bzgl. Rückmeldungen, Statistiken usw.

Aus badischer Sicht ist dies nur zu einem geringeren Teil richtig. Bei uns herrscht zwar ein wenig engagierter Informationsfluss vom Bundesverband über den Landesverband an die Gruppen vor, aber – was würde sich im badischen Raum ändern, wenn die Arbeit des Bundesverbandes den Gruppenmitgliedern an Gruppenabenden präsentiert würde? Oder wenn es wieder, wie früher, an den Hauptversammlungen das Thema „Arbeit aus dem Bundesverband“ gäbe? – Nichts ! - Warum Nichts?

- Weil sich die Themen, die hier vorzustellen wären, bei uns meistens seit langem im Meinungsbildungsprozess befinden oder bereits ein mehr oder minder breiter Konsens besteht.
- Weil die Fortbildungsveranstaltungen bei uns so breit gefächert und zudem gut organisiert sind, dass wir uns eher über ein Überangebot Gedanken machen müssen, als Interesse an Bundesveranstaltungen mit weit weniger aktuellen oder vergleichbaren Themen zu wecken.
- Weil Themen, die uns interessieren würden, andern Orts nicht einmal zur Debatte stehen.
- Weil Themen, die wir im Aufga-

benbereich des Bundesvorstandes sehen, nicht angegangen werden (können/sollen !?).

## Was also bringt uns der Bundesverband??

Vor dieser Delegiertenversammlung habe ich für einen mittelfristigen Ausstieg plädiert. Der Hauptgrund hierfür besteht darin, dass der Bundesverband den Löwenanteil unserer Mitgliedsbeiträge kassiert, der Landesverband jedoch den Hauptanteil der bei uns wirksamen Arbeit macht. Nach dem Delegiertentag besteht jedoch bei mir die Hoffnung, dass es der aktuelle Bundesvorstand schaffen könnte, den Bundesverband zu dem Instrument zu machen, das die Freundeskreisbewegung insgesamt weiter bringt. Andreas Bosch und seine Mitstreiter haben die Versammlung auch bei Konflikten souverän und diplomatisch geleitet und sind bemüht, ihren Kenntnisstand hinsichtlich der Bedürfnisse der Basis auf einen angemessenen Stand zu bringen.

Es liegt nun meiner Meinung nach an den Landesverbänden, aktiv mitzuwirken und die Freundeskreisbewegung in die richtige Richtung zu manövrieren. Hier muss auch unsere Selbstkritik ansetzen. Andreas Bosch hat Recht, wenn er sagt: „Wenn wir von außen gefragt werden und nicht antworten, werden wir irgendwann nicht mehr gefragt“. Unter diesem Aspekt war z.B. unsere Haltung in der Frage der Cannabisfreigabe oder im Kontext der Aufweichung des Abstinenzwillens nicht hilfreich. Wie soll denn der Vorstand unter diesen Umständen die von uns geforderte Lobbyarbeit betreiben?

Ich bin zwar der Ansicht, dass derzeit der Bundesverband den Hebel an der falschen Stelle ansetzt, aber das lässt sich ja durch konstruktive Einflussnahme ändern. Bei diesem Delegiertentag gab es keinen TOP „Antragsbearbeitung“. Kein Landesverband hat einen Antrag gestellt!! Es bestand somit kein Bedürfnis, von unten nach oben einzu-

## Bericht

### Tagesordnung

Der Vorsitzende Andreas Bosch schlug vor, unter TOP 15 – Verschiedenes – eine Kleingruppenarbeit über die „Qualität der Zusammenarbeit zwischen den Landesverbänden und dem Bundesverband“ anzusetzen. Der Vorschlag wurde angenommen.

### Jahresbericht des Vorstandes

Die schriftliche Fassung des Jahresberichts konnte erst vor Ort zur Verfügung gestellt werden. Die Broschüre umfasst 48 Seiten und stellt die Schwerpunkte der Arbeit des Bundesverbandes vor. Der Bundesverband erhielt 2015 50.000 € von den angeschlossenen Krankenkassen. Die weiteren Arbeiten und Schwerpunkte wurden in den Tagesordnungspunkten Arbeitskreise, Öffentlichkeitsarbeit und Schulungen weitergehend ausgeführt.

### Rechnungsprüfung

Die Buchführung und die satzungsgemäße Arbeit des Bundesverbandes wurde durch die Treuhänderstelle des Diakonischen Werks in Kassel geprüft und hat zu keinen Beanstandungen geführt.

### Entlastung des Vorstandes

Der Antrag auf Entlastung des Bundesvorstandes wurde einstimmig angenommen.

### Finanzplan 2016

Der Vorsitzende wies auf kontinuierlich sinkende Mitgliederzahlen hin und stellte heraus, dass Wachstum nicht nur in finanzieller Hinsicht wichtig wäre. Diese Einschätzung griff auch im vorgestellten Finanzplan für 2016 ein, da die zugrundegelegte Mitgliederzahl offenbar nach unten korrigiert werden musste. Man ging von einer Mitgliederstärke von ca. 6.800 aus. In diesem Plan wurde auch eine zweckgebundene Rückstellung von 30.000 € aus dem Überschuss (!) von 2015 für den Bundeskongress 2018 angesetzt. Da die Durchführung des Bundeskongresses mit den angesetzten Kosten erst unter TOP 12 diskutiert werden sollte, stellten wir durch Ludwig Engels den Antrag, die Abstimmung über

den Haushalt erst nach dieser Diskussion durchzuführen. Der Antrag wurde mehrheitlich angenommen.

Wie mir Torsten Wilkens mitteilte, stellte die Diskussion eine Wiederholung der vehementen letztjährigen Aussprache dar, in der die Mehrheit der Delegierten „ihren“ Kongress unter allen Umständen erhalten wollte und dementsprechend mit der Minderheit der Gegenströmung verbal umging.

Die Vorstellung der Mindestkosten von 330 € pro Teilnehmer beim kostengünstigsten Kongressort und die Unsicherheit der Bezuschussung in zwei Jahren, brachte die Mehrheit zu der Meinung, dass dieser Preis nicht mehr vermittelbar sei. Ein erhobenes Stimmungsbild im Saal erbrachte, dass ca. 2/3 der Anwesenden den Kongress für nicht mehr durchführbar hielten. In der späteren Kleingruppenarbeit wurde nun zusätzlich nach Alternativen gesucht und das, obwohl der Bundesverband durch den letzten Kongress schwere Schlagseite erlitt. Der Haushaltsplan wurde nach dieser Diskussion unter Absetzung des Kongresses einstimmig angenommen.

### Aufgaben, Arbeitskreise und Projekte

In der Sitzung wurden verschiedene Projekte und Schulungen sowie deren Umsetzung vorgestellt. Es folgen auszugsweise die wichtigsten Informationen hierzu.

**Herauswachsen aus der Sucht – frei sein! (AK Öffentlichkeitsarbeit):** Eine Ausstellung mit 22 Porträts von Freundeskreislern aus verschiedenen Regionen, die in einer kurzen Aussage ihre zufriedene Abstinenz auch im Zusammenhang mit der Freundeskreiselbsthilfe darstellen. Für eine Ausstellung können diese Plakate angefordert werden. Der zweite Teil des Projekts befasste sich mit der Schulung von 17 Freunden/Freundinnen in Bad Emstal, die in der Öffentlichkeitsarbeit in örtlichen Freundeskreisen, Landesverbänden und Bundesverband tätig sind.

**Freundeskreisjournal:** Planmäßig zwei Ausgaben pro Jahr mit einer Auflage von 8.200

**Onlineberatung im Chatroom (AK Medien):** Ab dem 20.05.2016

steht ein Chatroom zur Verfügung. Sinn dieser Einrichtung soll es sein, Menschen, die im Internet nach Hilfe suchen und Probleme anonym angehen wollen, zunächst Ansprechpartner zu bieten und in geeignete Gruppen überzuleiten. Hierfür werden noch Betreuer gesucht. Der Landesverband Baden ist mit Heiko Küffen im Gremium vertreten und stellt für das Projekt den Server zur Verfügung.

**Wochenendseminare (AK Aus- und Fortbildung)** als Qualifizierungsmaßnahme in Hannover und Bad Herrenalb zum Thema „Umgang mit schwierigen Themen in der Suchtselbsthilfe“. Beim zweiten Seminar waren auch Teilnehmer aus Baden dabei.

**Zusammenstellung eines neuen Arbeitskreises „Sucht und Familie“:** Zwei konstituierende Sitzungen, Planung eines Workshops mit dem Titel „ich bin, wie ich bin“ in diesem Jahr. Der Landesverband Baden war durch Uta Münchgesang vertreten. Die Zusammenarbeit mit den Mitgliedsverbänden ist aufgrund der Themenauswahl für uns Badener interessant. Beispielsweise beschäftigt sich der GVS (Gesamtverband für Suchthilfe e.V.) mit der Erstellung eines Leitfadens zum sicheren Umgang mit Daten im Internet. Ein Thema, das in Zusammenhang mit unseren Aktivitäten um Chatroom und Homepages von Interesse ist. Das Projekt BEPAS beschäftigt sich mit den Belastungen und Perspektiven Angehöriger Suchtkranker. Hier sollen durch persönliche Interviews (endlich) repräsentative Erhebungen zur gesundheitlichen Belastung und den Erwartungen an die Hilffsysteme und die Selbsthilfe für Angehörige erfasst werden. Weiterhin hielt die DHS (Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V.) ein wissenschaftliches Symposium zum Thema „Sucht – Prävention und Public Health“ ab. Die Vertretung des Bundesverbandes äußerte sich hinsichtlich der Nachhaltigkeit von Projekten zu diesem Thema kritisch.

Der ausführliche Jahresbericht 2015 unter dem Motto „Freundeskreise im Wandel“ und das Protokoll der Delegiertenversammlung liegen in der Geschäftsstelle des Landesverbandes Baden vor und können

## Durch Loslassen frei und lebendig werden

### Das Freundeskreis-Frauenseminar 2016

von Christina Welzel (Frauenbeauftragte des Landesverbandes)

Eine der ersten positiven Auswirkungen des gescheiterten Abiturs meines Sohnes war, dass ich von Anfang an am Seminar teilnehmen konnte. Ja, ich liebe den Start ins Seminar, die Freude des Wiedersehens, das Interesse am Thema und die Neugier auf die Umsetzung, sowie das geradezu magische Erleben, wie rasch, intensiv und vertraut Frauen sich untereinander über gemeinsame Themen mit teilweise noch Unbekannten austauschen können und wollen.

Wir starteten das Seminar am Freitagabend mit 45 Frauen bei einem World-Cafe, wobei sich immer wieder neu zusammenfindende Kleingruppen abwechselnd verschiedenen Fragen zum Thema stellten. Dabei entstanden rege Gespräche mit der Möglichkeit, gewonnene Erkenntnisse auf den Frage-Plakaten festzuhalten.

Es wurde klar, dass wir uns durch Loslassen in allererster Linie persönliche Freiheit und Wohlbefinden erhoffen - uns aber Ängste dennoch lange davor zurückhalten. Oft benötigt es einen erheblichen Leidensdruck, um diese Ängste überwinden zu wollen. Ist dieser gegeben, erinnern wir uns unserer Ressourcen, zurückliegender Krisen, Erfolge sowie Bedürfnisse und suchen dann alleine oder mit Hilfe nach geeigneten Lösungswegen. So wächst unser Vertrauen in uns und den Lebensfluss mit jeder bewältigten Veränderung. Je achtsamer wir im Alltag mit unseren Gefühlen und Bedürfnissen umgehen können, umso rascher verläuft dieser Prozess.

Am Samstagvormittag gab es zunächst eine kurze persönliche Einführung von mir. Schließlich hatte ich trennungsbedingt im vergangenen Jahr jede Menge Erfahrungen im Loslassen machen können, müssen und auch dürfen. Danach teilten



*Einige Teilnehmerinnen des Frauenseminars, bevor ...*

wir die Teilnehmerinnen in vier Gruppen auf, in denen ein näheres Kennenlernen durch gegenseitige Vorstellung ermöglicht wurde. Gleichzeitig erfolgte ein Austausch über die ganz individuellen Erfahrungen, Probleme und Erwartungen zum Thema des Seminars.

Den Samstagnachmittag und den Sonntagvormittag gestaltete überwiegend unsere Referentin, Frau Angelika Hamann-Rink (Familien-Therapeutin, Sinsheim). In ihrem Vortrag verdeutlichte sie, wie sehr uns nicht nur unsere eigene Vergangenheit prägt, sondern auch die unserer Eltern und Großeltern, die versuchten, uns ihre Lebenserfahrung zu vermitteln und uns so vor Verletzungen zu bewahren, die ihnen widerfahren sind. So entstanden Ängste und Glaubenssätze, die uns blockieren können. Es ist unsere Aufgabe, sie zu erkennen, anzunehmen und zu überprüfen, um eventuell den Willen zu einer erforderlichen Veränderung zu entwickeln und Schuldgefühle zu überwinden.

Eines wurde überdeutlich: wir können nur ändern, was wir zuvor liebevoll angenommen und akzeptiert haben. Solange wir etwas meiden und ablehnen, schaffen wir Distanz, die

eine Auseinandersetzung verhindert. Zudem konnte realisiert werden, dass wenn wir gegen Etwas oder Jemanden kämpfen, unsere Energie gebunden wird. Nur durch Annahme und Dankbarkeit können wir etwas liebevoll loslassen. Das vermittelte Wissen wurde vertieft durch verschiedene Meditationen zu Selbstliebe, Vergebung und Vertrauen.

Das Frauenteam bot dazu noch spielerische Übungen an, um den Effekt von Festhalten und Loslassen körperlich erfahrbar zu machen. Wir beluden zum Beispiel Freiwillige mit allerhand unnützem Ballast, bis diese bereit waren, ihre Grenze zu spüren und uns deutlich Einhalt geboten. Weiterhin banden wir je zwei Frauen mittels Mullbinden aneinander, um zu einer temperamentvollen Musik zu tanzen und wiederholten das Ganze dann frei und ungebunden. Eindrucksvoll wirkte auch, die Dinge aufzuschreiben, die gerade losgelassen werden wollen und die Kärtchen dann mittels Gasluftballon in den Himmel zu entlassen.

An dieser Stelle nochmal ganz herzlich Dank an Ute, Uta, Simone und Sheila für die immer erfreuliche und wertvolle Zusammenarbeit. Ich bin immer wieder überwältigt, wie

gut wir uns ergänzen und fördern.

Am Samstagabend versuchten wir, die teils schwächeren, teils stärkeren Hemmungen in Sachen Singen loszulassen und uns wertfrei auf das gemeinsame Singen mit Elina und Stefan Krüger einzulassen, die wir hierzu engagiert hatten. Ich persönlich hatte viel Spaß daran und war sehr beeindruckt von der Energie und Ausstrahlung, welche die beiden verströmten, obwohl oder gerade weil es in ihrem Leben auch schon zahlreiche Schwierigkeiten und Krisen zu meistern gab.

Abschließend trafen wir uns am Sonntagnachmittag zum Erfahrungsaustausch, Bestärkung, Kritik und Wünsche-Sammlung fürs nächste Jahr. Dies wurde zunächst in der Kleingruppe und dann im Plenum durchgeführt, bevor wir uns mit unserer traditionellen Sonnenblumen-Meditation von einander verabschiedeten.

Nach meinem Empfinden und der Auswertung des erhaltenen Feedbacks war es ein gelungenes Seminarwochenende, das Körper, Geist und Seele anregte und hoffentlich noch viele positive Veränderungen bewirkt. Womöglich hatten wir dieses Mal eine kleine Überdosis an Meditationen, aber soweit ich weiß, sind keine negativen Nebenwirkungen zurückgeblieben ;-)

Herzlichen Dank an alle Frauen, für Euer Vertrauen, fürs Einlassen und Mitwirken.



... losgelassen wurde.

# Fit für die Katastrophe?!

## Angehörigen- und Familienseminar 2016 in Bad Herrenalb

von Brigitte Balkenhol

Ausgehend von dem Gefühl, dass mein Leben aus einer Aneinanderreihung von großen und kleinen Katastrophen besteht, war dieses Seminar fast schon ein „Muss“.

Schon die Begrüßung und die Aufgabe, uns eine Bildkarte auszusuchen und auf dieser ein wichtiges positives Ereignis aus unserem Leben, das uns viel bedeutet, zu notieren, war ein toller Einstieg in das Thema. Die anschließenden Gespräche in Kleingruppen und im großen Kreis waren eine positive Einstimmung auf die kommenden Tage.

Am nächsten Morgen starteten wir, gestärkt durch ein gutes Frühstück, mit einer Vorstellungsrunde gemeinsam mit der Referentin Dr. Martina Rapp in den Tag. Zunächst einmal definierte diese den Begriff Resilienz: „...das Vermögen, sich trotz schwieriger Lebensumstände gut zu entwickeln...“ (Rutter, Michael, zitiert in Fröhlich-Gildhoff S. 27). Was damit gemeint war, erklärte sie anhand einer Studie, die in den 70er bis 90er Jahren von Emmy Werner mit 700 Kinder gemacht wurde.

Anschließend durften wir uns wieder eine Bildkarte aussuchen; dann hat Martina uns eine kurze Einleitung über Focusing (nach Gendlin) gegeben und wir haben zusammen getragen, was uns dazu einfiel. Dabei haben sich zwei Themen herauskristallisiert, in denen sich fast alle irgendwie wiederfanden: „Beziehungen“ und „Ängste“. Es wurden dann zwei Gruppen gebildet und jeder konnte für sich entscheiden, welches Thema ihm gerade wichtiger ist. Zunächst einmal hat jeder erzählt, warum er sich diese Karte ausgesucht hat, was er damit verbindet und anhand dessen sollten wir unsere Stärken aufschrei-

ben.

Ich hatte das Glück, dass sich Martina zu unserer Gruppe gesellte und den Part des Aufschreibens übernahm. Ihre Einschätzung anhand meiner Ausführungen hat mich teilweise sehr überrascht und ein ziemlich gutes Gefühl ausgelöst – ich hätte mich wohl kaum selbst so positiv eingeschätzt.

Als wir dann alle wieder beisammen waren, hatte jeder Gelegenheit, die Erkenntnisse vorzutragen und etwas dazu zu sagen. Es war toll, wie viel Positives zusammen kam und so war auch die Stimmung in der Gruppe ganz besonders.

Am Sonntagmorgen ging es nach einer kurzen gemeinsamen Runde dann weiter mit der Aufgabe, mit unseren Bildkarten eine Art „Schaubild“ zu legen über die gestern notierten Einschätzungen/Eigenschaften, unseren im Vorfeld ergänzend erarbeiteten eigenen Ressourcen und den Problemen, die uns aktuell beschäftigen. Diese gesammelten Werke sollten wir inner- oder ausserhalb eines Rahmens (Seil) so anordnen, dass es für uns stimmig war. Uta hat sich mein Bild angesehen und mir tolle Tipps gegeben, welche Fähigkeiten und Ressourcen ich zur Lösung meiner Probleme nutzen könnte.

Am Ende hatte jeder nochmals die Möglichkeit, seine Erkenntnisse mitzuteilen, zu sagen, wie es ihm geht und wie ihm das Seminar gefallen hat. Was mich persönlich am meisten fasziniert hat war, dass das tolle Gefühl, welches die Einstiegsübung bei mir ausgelöst hatte, immer noch da war und ich es mit nach Hause nehmen konnte.

Auf diesem Wege möchte ich nochmals danke sagen, für ein ganz besonderes Seminar.

# Entscheidungen

*Männerseminar der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe Landesverband Baden von Torsten Wilkens*

**3. Juni 2016:** Bis 18.00 Uhr erfolgte die Anreise. Nach dem Abendessen traf sich die ca. 20 Mann starke Gruppe erstmals um 19.30 Uhr im Vortragssaal. Nach einer Vorstellungs- und Einführungsrunde wurde gemeinsam das Filmdrama Billy Elliot „I will dance“ aus dem Jahre 2000 geschaut. Nach einer Diskussionsrunde endete der Abend.

**4. Juni 2016:** Um 09.00 Uhr begannen die Referenten Herr Dr. Czycholl und Herr Czycholl die Gruppe an das Thema „Entscheidungen“ heranzuführen. Nach einer Abfrage der Erwartungen der Gruppe folgten zunächst Begriffsbestimmungen zum Themenfeld Entscheidung. Hierbei wurde die Abgrenzung zu verwandten Begriffen wie z.B. Urteil und Problemlösung ebenso aufgegriffen wie der Entscheidungsprozess, Faktoren, die eine Entscheidung beeinflussen und besondere Affekte. Nach dem Mittagessen wurden in einer weiteren thematischen Einheit Aufweichung bzw. Rücknahme einer getroffenen, richtigen Entscheidungen (z.B. Abstinenz) behandelt. Dabei standen Methoden zur Aufrechterhaltung getroffener, richtiger Entscheidungen im Fokus. Ferner kam das Zurücknehmen bzw. Revidieren offensichtlich falscher Entscheidungen sowie die Korrektur von Entscheidungen zur Sprache. Am Nachmittag erfolgte eine entspannende Einheit. Bei einer Runde Minigolf wurden die angesprochenen Themen in informellen Kleingruppen in einem intensiven Erfahrungsaustausch nachgearbeitet. Nach dem Abendessen wurde gemeinsam der Film „Flight“ aus dem Jahre 2012 geschaut. Hier wurde der Fokus insbesondere auf das Thema Entscheidungen und deren Folgen unter Alkoholeinfluss gelegt. Im Anschluss an den Film ergab sich eine rege Gesprächsgruppe.

**5. Juni 2016:** Partiiell wurden die Themen Körpersprache und Körperwahrnehmung behandelt. Ferner erarbeitete Herr Dr. Czycholl mit der



*Multimedial und visuell anschaulich wurden Entscheidungen bearbeitet*

Gruppe ein Modell, in dem Faktoren, die Entscheidungen beeinflussen, zusammengeführt wurden. Hierbei wurde insbesondere zwischen Welt

bzw. Umwelt, dem bewussten Selbst und dem unbewussten Selbst unterschieden. Anschließend wurden ausstehende Fragen beantwortet, Erfahrungen ausgetauscht und Begriffe geklärt. Ferner erfolgte ein kurzer Abriss über mögliche eigene Ressourcen und Resilienzen, die notwendige Entscheidungen ermöglichen oder in die richtige Richtung leiten können. Dann folgte ein Auswerteblock, in dem nach den Inhalten und der Form der Inhaltsvermittlung sowie über die Seminarvorbereitung und die formellen äußeren Bedingungen des Hauses gefragt wurde. Alle Kriterien wurden mit gut bis sehr gut bewertet. Ab-

schließend ist anzumerken, dass die Referenten sehr positiv erlebt wurden und vielfach der Wunsch nach weiterer Seminare mit denselben



*Auch beim Minigolf wurden Entscheidungen getroffen, um ans Ziel zu gelangen*

## Neue Bestuhlung des Gruppenraums bei NOVA VITA

### *Ein herzliches Dankeschön an den Förderverein*

von Silvia Ringer

Ein bisschen Wehmut war in manchen Gesichtern langjähriger Vereinsmitglieder und Gruppenbesucher zu erkennen, als wir die Stühle, die aus der Gründerzeit unseres Vereins stammten, aus dem Gruppenraum trugen. Obwohl wir uns auf die neue Bestuhlung freuten, schwingt bei solchen Veränderungen immer etwas Nostalgie mit. Aber wir Freundeskreiser stehen ja Neuem immer offen gegenüber, zumal die einst repräsentativen Drehstühle in die Jahre gekommen waren.

Nun konnten sie kommen, die neuen Stühle in den gemeinsam ausgesuchten Farben grau und blau. Die Spedition stellte uns auf eine Geduldsprobe, aber dann rollte der LKW mit drei Paletten an und das Auspacken und Hochtragen konnte beginnen. Hand in Hand wurden die Stühle im Hof ausgepackt, in den dritten Stock unserer Räumlichkeiten hochgetragen und die Kartonsage gleich fachgerecht für die Entsorgung zerlegt.

Nachdem in den „Freundeskreis aktuell“ auf die erstmalige Möglichkeit einer Bezuschussung von Projekten oder Anschaffungen durch den Förderverein der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe Baden e.V. hingewiesen wurde, haben wir natürlich diese Möglichkeit sofort am Schopf gepackt und einen Antrag gestellt, dem vom Vergabeausschuss im vollen Umfang entsprochen wurde.

Somit „glänzt“ unser Gruppenraum jetzt mit 16 neuen Stühlen und das erste Probesitzen nach der getanen Arbeit fiel zu unserer größten Zufriedenheit aus.

Einen besonders herzlichen Dank möchten wir auf diesem Weg dem Förderverein mit seinem 1. Vorsitzenden Torsten Wilkens ausspre-

chen, der keine Gelegenheit zum „Geld sammeln“ für die badischen Freundeskreise auslässt und es

dabei nicht an Kreativität, Fachkompetenz sowie persönlichem Einsatz mangeln lässt.



*Tatkräftiges An- und Auspacken*



*Die neuen Stühle im Gruppenraum*

# Ein Grillfest der besonderen Art

## Sommerfest der Freundeskreis Gruppe Bretten

von Michael Mayer

Tatort und -zeit: Bretten Simmel-turm 11. Dezember 2015. Während der Weihnachtsfeier der Freundeskreis Gruppe Bretten wurde einigen Gruppenmitgliedern melancholisch klar, wie viel Spaß eine gemeinsame Festlichkeit machen kann. In dieser winterlich bedächtigen Stimmung wurde das Fehlen eines Sommerfestes im Jahr 2015 angeprangert. Dieses einstimmige Gefühl haben wir als Gruppenleitung empathisch empfangen und uns eine Lösung für das kommende Jahr überlegt: In der folgenden Gruppenstunde wurde aus den zahlreich erschienenen und hochmotivierten Gruppenmitgliedern eine Freiwillige bestimmt, die sich um Planung, Organisation, Werbung und Fotodokumentation einer beliebigen Sommeraktivität kümmern sollte.

Am 30. Juli 2016 haben wir uns dann zum Minigolf mit anschließendem gemeinsamen Essen in Kürnbach getroffen. Den Minigolf-Spaß wollten sich neben den aktiven Mitgliedern der Brettener Gruppe samt ihren Angehörigen auch einige ehemalige Gruppenmitglieder nicht entgehen lassen. Nachdem aus den 14 Minigolf-Experten rasch Kleingruppen gebildet wurden, die gemeinsam gegeneinander spielten,



*Hochkonzentriert und modisch elegant, so kennt man die Brettener Gruppe*

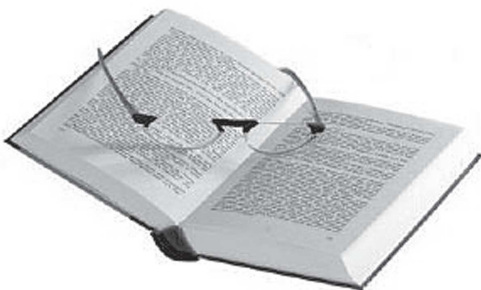
haben wir die Herrschaft über den 18-Bahnen-Golfplatz übernommen. Regelkonformität stand dabei nicht bei allen Gruppen im Vordergrund, so dass nach etwa zweieinhalb Stunden keine Siegermannschaft gekürt werden konnte. Die Siegerin der Herzen war aber definitiv die Organisatorin des gelungenen Ausflugs, die sich somit auch für die Organisation der Sommeraktivität 2017 qualifiziert hat.

Beim anschließenden Essen wurden die besten Spielstrategien ausgetauscht und insbesondere die Einflussparameter Schlagstärke, Ballwahl, Abschlagspunkt und geo-

metrischen Besonderheiten der einzelnen Bahnen heiß diskutiert.

Da es bis auf ein Mückenstichopfer keine Verletzten gab – den Muskelkater vom Lachen außen vor gelassen – ist unser von A. Schopenhauer (1819; Die Welt als Wille und Vorstellung Band II, Kapitel 46, Bibliographische Institut F.A. Brockhaus, Leipzig) entlehntes Resümee: „Große, lebhaftige Freude läßt sich schlechterdings nur denken als Folge großer vorhergegangener Noth: denn zu einem Zustande dauernder Zufriedenheit kann nichts hinzukommen, als etwas Kurzweil, oder auch Befriedigung der Eitelkeit.“

## Neuer Service des Bundesverbandes - Leihbibliothek



In der Geschäftsstelle des Bundesverbands gibt es eine Sammlung von interessanten Büchern, die wir den Mitgliedern in den Freundeskreisen und Landesverbänden zur Verfügung stellen. Die Bücher sind nach folgenden Kriterien sortiert:

- Fachliteratur
- Lebensberichte
- Kinder- und Jugendbücher zum Thema „Sucht“ oder „psychische Krankheiten“

### Wie funktioniert die Leihbücherei?

Im Prinzip ganz einfach: Sie übermitteln Ihren Vor- und Zunamen, Ihre Adresse sowie Ihren Bücherwunsch an [mail@freundeskreisesucht.de](mailto:mail@freundeskreisesucht.de). Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass mit jedem Mal nur ein Buch ausgeliehen werden kann. Ist dieses zurück, kann natürlich sofort ein neues anfordert werden.

Weitere Infos auf der Webseite des Landesverbandes [www.freundeskreise-sucht-baden.de](http://www.freundeskreise-sucht-baden.de) unter **Aktuell**

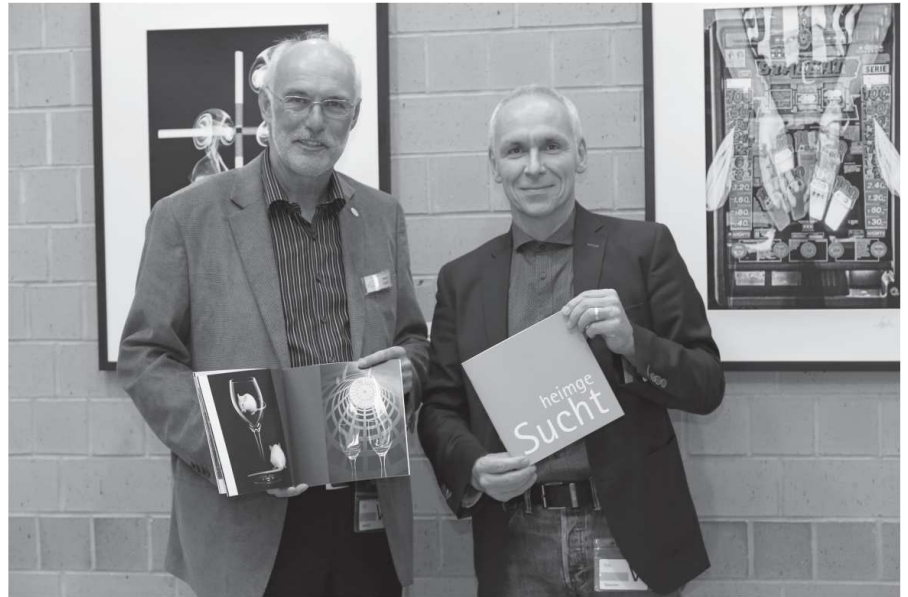
# Fotobuch „heimgeSucht“

von Dieter Engel

Wie heißt es so schön: „Was lange währt, wird endlich gut“ und es ist in der Tat sehr gut geworden das Fotobuch zu unserer Fotoausstellung „heimgeSucht“.

Bereits nach der eindrucksvollen Vernissage im letzten Jahr mit den überaus positiven Rückmeldungen kam die Idee auf, die Fotografien in einem kleinen Buch zu veröffentlichen. Die zum Nachdenken anregenden Fotografien von Klaus Epele sollten jedoch mit authentischen Beiträgen von Betroffenen und Angehörigen aus den Freundeskreisen ergänzt werden. Die Niederschriften der eigenen Erlebnisse, Gefühle und manchmal mit Scham behafteten Ereignissen gingen nicht so leicht von der Feder, so dass einige Monate bis zur Fertigstellung ins Land gingen.

Aber anlässlich des Freitagstreffs mit Pfarrer Hans-Peter Karl und seiner Gruppe „Rädelchen“ sowie bei der Vernissage unserer Ausstellung bei der Firma Roche in Mannheim konnte ich mit dem genialen Fotografen Klaus Epele unser gemeinsames Werk „heimgeSucht“ vorstellen. Nicht ohne Stolz präsentieren wir hier das kleine Buch im



Dieter Engel (links) und Klaus Epele (rechts) präsentieren stolz das gelungene Fotobuch zur Ausstellung „heimgeSucht“.

Format 21 cm x 21 cm mit 33 Fotografien und 18 Textbeiträgen, welches ab sofort für 7,50 Euro käuflich zu erwerben ist und nicht nur jeden Freundeskreisler interessieren dürfte.

An dieser Stelle nochmals unseren herzlichsten Dank an den Förderverein der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe Baden e.V., welcher unserem Förderantrag zu diesem

Projekt in vollem Umfang entsprochen und damit maßgeblich zur finanziellen Umsetzung beigetragen hat. Unser Dank gilt auch unserem Fotografen Herrn Klaus Epele und Herrn Norbert Schiek von der XDream Werbe-Support GmbH für ihre ehrenamtliche Unterstützung durch Bildideen, Gestaltung und Realisierung.

Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe Karlsruhe e.V.

## heimgeSucht



das Buch mit den Motiven unserer gleichnamigen Fotoausstellung und authentischen Beiträgen von Betroffenen und Angehörigen der Freundeskreise.

Erhältlich zum Preis von

**7,50 €**

**Bestellung und Ansprechpartner:**

**Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe Landesverband Baden e.V.**

**Herr Moos**

**Tel. 0721 3528539 oder**

**freundeskreise-baden@gmx.de**