

Menschen stärken Menschen



BKE *VIELFALT*

BKE – eine Glaubensfrage!?

Blaues Kreuz
in der Evangelischen Kirche –
Glaube oder Spiritualität





Was uns verbindet...

Blaues Kreuz in der Evangelischen Kirche
Bundesverband e.V.
Julius-Vogel-Str. 44 | 44149 Dortmund
Tel.: 0231 5864132 | Fax: 0231 5864133
info@bke-bv.de
www.bke-suchtselbsthilfe.de

Blaues Kreuz in der Evangelischen Kirche
Landesverband NRW e.V.
Mathiasstr. 13 | 44879 Bochum
Tel.: 0234 490427 | Fax: 0234 9422241
info@bke-nrw.de
www.bke-nrw.de

Blaues Kreuz in der Evangelischen Kirche
Landesverband Baden-Württemberg e.V.
Gerhard Förg
Seehofweg 61 | 71522 Backnang
Tel.: 07191 65532 | Fax: 07191 65532
info@bke-bw.de
www.bke-bw.de

Blaues Kreuz in der Evangelischen Kirche
Landesverband Schleswig-Holstein e.V.
An der Marienkirche 22 | 24768 Rendsburg
Tel.: 04331 2019895 | Fax: 04331 2019896
info@bke-sh.de
www.bke-sh.de

Blaues Kreuz in der Evangelischen Kirche
Landesverband Niedersachsen e.V.
Postfach 37 | 49452 Rehden
Mobil: 0170 5428309 | Fax: 05444 9199756
info@bke-nds.de
www.bke-nds.de

Förderer dieser Mitgliederzeitschrift sind



Verantwortlich für den Inhalt: Lando Horn, Bundesvorsitzender
Redaktion-Team: Claudia Kornwald (BV), Thomas Blicher (HS),
Andreas Dubenhorst (NDS), Arno Verhoeven (NRW),
Marianne Sasse (NRW), Lando Horn (SH), Peter Keller (SH),
Peter Staben (SH), Tanja Nöhring (BV)
Gestaltung: HP KELLER Medienbüro, Pinneberg
Fotos: BKE Bundesverband, BKE-Landesverbände,
Stillfx/Fotolia (Titel), Claudia Kornwald, Ulrich Kornwald, Tanja
Nöhring
Druck: DatDruck, 24211 Pohnsdorf

Bitte beachten...

Sendet eure Berichte und Fotos als digitale Datensätze an die
Redaktion (redaktion@bke-bv.de). Die Berichte als Word-Datei
und die Fotos als JPG-Datei (nicht in eine Word-Datei einbin-
den!). Digitale Fotos in hoher Auflösung (zwischen 2500-4300
x 1500-2900 Pixel) für den professionellen Zeitschriftendruck.

Fotos von Personen dürfen nur mit deren Zustimmung in der
BKE VIELFALT veröffentlicht werden. Verantwortlich für den
Nachweis über die Zustimmung sind die Einsenderinnen und
Einsender der Fotos. Wir weisen in diesem Zusammenhang
darauf hin, dass die BKE VIELFALT auch im Internet auf der
Website des Bundesverbandes veröffentlicht wird. Bildunter-
schriften sind immer mitzuliefern!

Bei unverlangt eingesandten Manuskripten besteht kein An-
spruch auf Abdruck und Rücksendung.

Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben die Meinung der
Autorinnen und Autoren wieder, die sich nicht mit der
Auffassung des Verbandes oder der Redaktion decken muss.

Gönne dich dir selbst!
Ich sage nicht: Tu das immer.
Ich sage nicht: Tu das oft.
Aber ich sage: Tu es wieder einmal!
Sei, wie für alle anderen Menschen,
auch für dich selber da.

Bernhard von Clairvaux



*Lando Horn
Bundesvorsitzender*

*Liebe BKE-Freundinnen, liebe BKE-Freunde,
liebe Leserinnen und Leser,*

„Gönne dich dir selbst!“ – wen spricht das zum Ende eines Jahres nicht an?
Sich mal wieder auf sich selbst besinnen, nicht immer nur für andere da sein,
auch einmal in sich hineinhorchen, wieder Kraft tanken, still werden, zur Ruhe
kommen.

Hier denke ich an die vielen Menschen in unserem BKE. Viele engagierte
Menschen, die ganz unterschiedlich sind und doch an gleichen Zielen arbeiten.
Zahlreiche Veranstaltungen, die der Öffentlichkeitsarbeit dienen, Versamm-
lungen, Seminare und Projekte wurden durchgeführt. Unterschiedlichen Ziel-
gruppen wurden Hilfsangebote gemacht. Besonders die Familien und Ange-
hörigen rückten 2016 in den Blick. Der Bundesverband startete gemeinsam mit
den Landesverbänden das neue Projekt „Menschen stärken Menschen – Ver-
bindungen und Verbindlichkeit fördern“. Und alles begann mit einem „ersten
Schritt“, so wie es auch der erste Song des Fachbereichs JULITI beschreibt.

All diese interessanten Themen haben wir in dieser Ausgabe aufgegriffen. Sie
berichten von Menschen, die anderen Menschen „etwas gönnen“: ihre Unter-
stützung, ihre Aufmerksamkeit, ihren Respekt, ihre Anteilnahme, ihre Zeit und
vieles, vieles mehr.

Dafür möchte ich allen BKE-Freundinnen und BKE-Freunden danken und
ihnen zum Ende eines bewegten Jahres sagen: „Gönne dich dir selbst!“

*Lando Horn
Bundesvorsitzender*

1.	AUS DEM BUNDESVERBAND	
	Spiritualität: BKE – eine Glaubensfrage!?	5-7
	Menschen stärken Menschen	8-9
	Der Bundeskongress – oder doch ein Calauer? BuKo 2016 und eine Definition von Freundschaft	10-11
	JULITI: Was geht ab? – Ein Projekt nimmt Fahrt auf	12-13
	Vorankündigung: Aktionswoche Alkohol Aufforderung: VIELFALT fördern - Mitglieder sollen schreiben...	14
	Evaluation oder die Sache mit den Fremdwörtern Fachbereich Angehörige	15
	Salus BKK fördert Selbsthilfegruppen	16
	Unsere Mitgliederzeitschrift hat einen Namen BKE-Gruppenverzeichnis Zukunft gestalten	17
	Notwendigkeit des einheitlichen Erscheinungsbildes	18-19
	Erste AHA-Mediatorinnen und Mediatoren ausgebildet	20
2.	AUS DEM LANDESVERBAND BADEN-WÜRTTEMBERG	
	Der Landesverband Baden-Württemberg zeigt Präsenz	21
	Gemeinsam sind wir stark! Gruppe Backnang berichtet...	22
	Aktivitäten und Ereignisse der Gruppe Pforzheim	23
3.	AUS DEM LANDESVERBAND NIEDERSACHSEN	
	50 Jahre BKE Rehden: "Ein fester Bestandteil unserer Gesellschaft"	24-25
	BKE-Gruppe Wagenfeld auf dem Großmarkt	26
	Wochenendseminar BKE NDS: Positive Gesprächsführung	27
	Wochenendseminar BKE NDS: Sucht, Partnerschaft und Familie	28
	Das BKE ist für alle da, offen für alle Süchte	29
	Rückblick: BKE NDS Veranstaltungen 2016	29
4.	DAS BKE WISSENSQUIZ	30
5.	AUS DEM LANDESVERBAND NORDRHEIN-WESTFALEN	
	Kicken gegen Sucht	31-33
	Ortsvereine zu Besuch im Haus Bochum	33
	Landesdelegiertenversammlung des BKE NRW in Dorsten	34-36
	Betroffene nutzen DAK-Förderung für Projektarbeit Ein BKE-Seminar - Wochenende ganz ohne Stress	37-38
	Sponsorentreff im Haus Bochumh	39
	Rückblick: BKE NRW Veranstaltungen 2016	40
6.	AUS DEM LANDESVERBAND SCHLESWIG-HOLSTEIN	
	17. Suchtselbsthilfetag in Schleswig-Holstein – Tabubrüche und ihre Folgen	41-43
	Ausbildung zur Gruppenbegleitung	44
	Fachtag Familienkrankheit Sucht – Was uns eint, was uns trennt	45
	Tanksäule statt Suchtkeule	46-47
	Sucht und Sexualität – ein schwieriges Thema	48
	Abhängigkeit heißt lebenslange Abstinenz	49
	Seminar auf Helgoland: Insel ist Insel	50
	Landesmitgliederversammlung 2016: Das muss doch mal gesagt werden...	51-52
	Rückblick: BKE SH Veranstaltungen 2016	52
7.	JAHRESÜBERBLICK & VERANSTALTUNGEN	
	Jahresüberblick Seminare	53-55
	Kontaktadressen Veranstalter & Regionalgruppen	56
8.	SEMINARANGEBOTE	
	Bundesverband	57
	Niedersachsen	58
	Nordrhein-Westfalen	59-68
	Schleswig-Holstein	69-70
9.	DEMNÄCHST IM MITGLIEDERMAGAZIN	70
10.	DANK AN DIE FÖRDERER	71

BKE – EINE GLAUBENSFRAGE!?

Das Jahr 2016 war und ist ein turbulentes Jahr. Die Welt scheint irgendwie aus den Fugen zu geraten. Viele Menschen sind auf der Flucht. Kriege werden geführt. Der Glaube ist Rechtfertigung und Motivation. Menschen sollen vom Glauben überzeugt werden. Die extremen Veränderungstendenzen machen vielen Menschen Angst! Wer oder was kann hier Sicherheit und Halt geben? Glaube oder Spiritualität – was ist das eigentlich und ist das etwas für mich? Und ist das BKE ein Ort, an dem ich meinen Glauben, meine Spiritualität leben kann? »»»»

Fortsetzung nächste Seite



Foto: Ulrich Kornwald

Worum geht es denn nun? Glaube oder Spiritualität? Wollen wir auf ein „Entweder oder“ oder auf ein „Sowohl als auch“ hinaus? Schauen wir erst einmal auf die Bedeutung der beiden Begriffe.

GLAUBE: Das Wort Glaube (auch Glauben; indogermanisch leubh, ‚begehren‘, ‚lieb haben‘, ‚für lieb erklären‘, ‚gutheißen‘, ‚loben‘) bezeichnet hier eine Grundhaltung des Vertrauens, vor allem im Kontext religiöser Überzeugungen. Während der ähnliche Begriff „Religiosität“ die Ehrfurcht vor der Ordnung und Vielfalt in der Welt und die allgemeine Empfindung einer transzendenten (nicht erklär- oder beweisbaren) Wirklichkeit meint, beinhaltet „Glaube“ das Überzeugtsein von der Lehre einer konkreten Religion (oder Philosophie).

SPIRITUALITÄT (von lat. spiritus, ‚Geist, Hauch‘ bzw. spiro ‚ich atme‘ – wie altgriechisch ψύχω bzw. ψυχή, bedeutet im weitesten Sinne Geistigkeit und kann eine auf Geistiges aller Art oder im engeren Sinn auf Geistliches in spezifisch religiösem Sinn ausgerichtete Haltung meinen. Spiritualität im spezifisch religiösen Sinn steht für die Vorstellung einer geistigen Verbindung zum Transzendenten, dem Jenseits oder der Unendlichkeit. Während Religiosität die Ehrfurcht vor der Ordnung und Vielfalt in der Welt und die Empfindung einer transzendenten Wirklichkeit meint, beinhaltet (religiöse) Spiritualität zudem die bewusste Hinwendung und aktive Praktizierung einer als richtig erkannten Religion oder Philosophie. (Quelle: wikipedia.de)

Gerade in einer turbulenten Zeit, sei sie durch die aktuelle politische und gesellschaftliche Situation bestimmt oder durch ganz persönliche Krisen und Konflikte, hilft es vielen Menschen, sich auf sich selbst zu besinnen. Auf das, was mir wichtig ist. Auf das, was ich verändern will. Auf die Entscheidungen, die ich getroffen habe. Auf meine Ziele, die ich mir gesteckt habe. Diese Besinnung auf das, was wirklich wichtig ist, hat etwas Spirituelles und gleichsam Gläubiges. Und hier stellt sich die Frage, ist das BKE ein Ort, an dem Spiritualität und Glaube Raum und auch Stärkung finden?

Für Lando Horn, den Bundesvorsitzenden des BKE, ist dieses Thema eine Herzensangelegenheit. Er möchte mit seinen Gedanken zu unserem Verband alle Menschen im BKE dazu ermutigen, sich ebenfalls damit auseinanderzusetzen. Glaube und Spiritualität verbinden uns miteinander – mit uns selbst, mit den Menschen um uns herum und manchmal auch mit dem, was größer ist als wir selbst.

BLAUES KREUZ IN DER EVANGELISCHEN KIRCHE – GLAUBE ODER SPIRITUALITÄT

BLAUES KREUZ IN DER EVANGELISCHEN KIRCHE



Lando Horn

Ich denke in letzter Zeit häufig über den Namen unseres Verbandes nach. Oft werde ich gefragt: „Warum sollen wir uns denn jetzt BKE nennen? Sind wir denn nicht mehr das Blaue Kreuz in der Evangelischen Kirche? Was ist mit unseren Traditionen? Was ist mit unseren christlichen Grundsätzen? Ist das BKE noch ein Ort, an dem ich meinen Glauben, meine Spiritualität leben kann?“

Diese Fragen zeigen mir auch, dass die Menschen in unseren Gruppen und Vereinen gerade in der heutigen, so unstillen Zeit, ein starkes Bedürfnis nach Beständigkeit und Sicherheit haben. All diese Fragen und Ängste beschäftigen auch mich. Ist unser BKE solch ein Ort, an dem ich meinen Glauben und meine Spiritualität leben kann?

Meine Antwort darauf lautet ganz klar: „Ja!“ und das will ich auch begründen. Dazu habe ich mir noch einmal ganz genau unseren Namen angeschaut und überlegt, was ich mit ihm verbinde.

Blaues Kreuz in der Evangelischen Kirche – die Farbe Blau steht für Klarheit, Zufriedenheit, Ruhe, Harmonie und Unendlichkeit. Sie wirkt beruhigend und entspannend, fördert den inneren und äußeren Frieden. Und das macht auch unsere Selbsthilfegruppen aus. Dort finden die Menschen, die Hilfe suchen und Hilfe geben, Klarheit, Zufriedenheit, Ruhe, Harmonie und Unendlichkeit. Die Atmosphäre in unseren Gruppen sorgt dafür, dass Menschen sich beruhigen und entspannen können, in einem Schonraum Kraft und Zuversicht tanken können.

Blau**es Kreuz** in der Evangelischen Kirche – das Kreuz ist ein Hauptzeichen des Christentums. Mir gefällt am besten die Beschreibung einer Konfirmandin, die ich bei einer Präventionsveranstaltung kennengelernt habe: „Das Kreuz ist meine Brücke über den Abgrund des Lebens, die ausgebreiteten Arme schützen mich vor dem Absturz.“ Das passt sehr gut zu mir und meinen Erfahrungen, die ich in unserem BKE gemacht habe. Diejenigen, die in der letzten Ausgabe dieser Mitgliederzeitschrift mein Schlüsselerlebnis gelesen haben, wissen, dass das BKE mich vor dem „Monster Alkohol“ gerettet hat. Die Menschen in meiner Gruppe haben mir

Foto: Ulrich Kornwald

die Brücke gebaut, über die ich zurückgehen konnte in ein zufriedenes und selbstbestimmtes Leben. Und in ähnlicher Weise geht es vielen Menschen, die auf der Suche nach sich selbst Unterstützung und Schutz brauchen.

Blau**es Kreuz** in der **Evangelischen Kirche** – evangelisch, abgeleitet von Evangelium, bedeutet „gute Nachricht“, „gute Botschaft“. Genau das ist es, was wir in unseren Gruppen weitergeben, tagtäglich. Die Worte, die uns angesprochen haben, die Menschen, von denen wir verstanden wurden. Menschen, die Gleiches erlebt haben und Wege aus der Sucht gefunden haben und bereits gegangen sind. Gleichgesinnte, die uns sagen: „Es gibt Hoffnung! Auch Du kannst es schaffen, so wie wir!“

Blau**es Kreuz** in der Evangelischen **Kirche** – aus dem Griechischen abgeleitet: „Haus des Herrn, sakrales Bauwerk des Christentums“. Das hört sich zunächst nüchtern an. Doch für mich ist Kirche überall dort, wo Menschen sind, wo ich zuhause bin, wo ich zufrieden bin wo ich sein darf, wie ich bin und überall dort, wo ihr seid, liebe BKE-Freundinnen und BKE-Freunde.

Das sind meine Gedanken zu unserem Namen, die ich hier gerne mit euch teilen möchte. Und auch mit unserem Slogan „Nicht einsam - gemeinsam“ und unserer Losung „Nehmet einander an, wie Christus euch angenommen hat“ verbinde ich meine ganz eigenen Erfahrungen. Nicht einsam, angenommen sein, ich gehöre dazu, ich bin etwas wert, ich werde geliebt! Starke Gefühle, gute Gefühle für jede und jeden von uns und deshalb mein klares „Ja!“ zu unserem BKE, dem Blauen Kreuz in der Evangelischen Kirche.

BKE – eine Glaubensfrage!? Teilt mit uns eure Meinungen und eure Ansichten. Schreibt uns eure Gedanken dazu und wir veröffentlichen sie in der nächsten Ausgabe der BKE VIELFALT.

Lando Horn, BKE-Bundesvorsitzender, Brunsbüttel

Impulse für die Gruppenarbeit:

Gestaltet einen Gruppenabend zum Thema „BKE – eine Glaubensfrage!“. Leitet den Gruppenabend ein mit persönlichen Gedanken zum Thema „Glaube und Spiritualität“ oder lest die Gedanken vor, die Lando Horn hier niedergeschrieben hat. Bittet alle Gruppenteilnehmenden, ihre Ideen und Meinungen zum Thema zu äußern. **Oder:**

Gestaltet einen Gruppenabend zum Thema „Was verbindet mich mit dem BKE?“. Verteilt zu Beginn des Gruppenabends den Flyer mit dem Leitbild des BKE. Bittet alle Gruppenteilnehmenden, sich die Sätze im Leitbild zu markieren, die sie am meisten berühren. Reihum erzählen alle, welche Themen sie angesprochen haben und warum. Schreibt alle Ergebnisse auf ein großes Blatt, das später in einem Rahmen im Gruppenraum aufgehängt wird.

Die Teilnehmenden bereiten ihre Präsentation vor.
Von vorne: Martin Bous, Elsbeth Kolloczek,
Elke Brinkmeier, Rainer Koll, Iris Koll, Erika Molke



Alle hatten viel Spaß auf dem
Christi-Himmelfahrt-Seminar in Papenburg

MENSCHEN STÄRKEN MENSCHEN

„In jedem Mensch ist Sonne, man muss die nur zum Leuchten bringen!“, sagte einst Sokrates. Und dies war der Satz, der mir in den Sinn kam, als ich das erste Mal in Kontakt kam mit dem neuen Projekt „Menschen stärken Menschen – Verbindungen und Verbindlichkeit fördern“. Auch wenn damals noch keiner wusste, dass das neue Projekt so heißen würde. Damals, das war zum Ende des Projektes UPDATE 2, in der Zukunftswerkstatt in Plön, wo wir zusammengesessen haben

und überlegt haben, was aus dem letzten Projekt übrig geblieben ist. Wo wir überlegt haben, wo im BKE unserer Meinung nach noch Handlungsbedarf bestand.

Schnell hatten sich drei Themen herauskristallisiert, und zwar:

1. **Transport an den Menschen**
2. **Suchtselbsthilfe transparenter machen und**
3. **Kooperationen intern und extern**

Oder einfacher: Das BKE sollte enger zusammenrücken und über die Landesverbände hinaus zusammenarbeiten, aber sich auch nach außen offener zeigen, damit mehr Menschen den Weg zu uns finden. Was aber besonders in den Fokus rückte, war der Kontakt zu den Menschen, die in den Gruppen sind, die alle zusammen das BKE ausmachen und die wir unbedingt erreichen wollten mit dem neuen Projekt.

Und damit haben wir im letzten Jahr auch gleich begonnen, denn obwohl das Jahr 2016 eigentlich die Planungsphase war, haben wir das neue Projekt

mitgenommen ins Christi-Himmelfahrt-Seminar. Hier arbeiteten die Teilnehmenden zum Thema „Menschen stärken Menschen“ und schufen erste Verbindungen – zu sich selbst und zu anderen. In drei Gruppen wurden verschiedene Themen behandelt, die aber alle unter dem gleichen Oberthema standen. Und am Ende waren alle der gleichen Meinung: Das neue Projekt wird das BKE bereichern und viele möchten im nächsten Jahr wiederkommen!

Mit dem neuen Projekt haben wir uns viel vorgenommen, haben aber in der BARMER GEK einen Partner gefunden, der bereit ist, dieses umfangreiche Projekt mit uns über fünf Jahre umzusetzen. Fünf Jahre sind eine lange Zeit, aber die Zeit werden wir auch brauchen, um alle zu erreichen, alle mitzunehmen.

2016 war das Jahr der Planung, aber auch das Jahr, wo wir das erste Seminar zum Thema durchgeführt haben und wo auf dem Bundeskongress das neue Projekt offiziell gestartet wurde. ■

Tanja Nöhring, BKE-Suchtreferentin, Dortmund



Die Teilnehmenden der Zukunftswerkstatt in Plön

DER BUNDESKONGRESS – ODER DOCH EIN CALAUER?



Zum Kongressbeginn

Hätten wir es wissen können? Ja, vielleicht! Aber damit hatten wir nicht gerechnet, als wir gemeinsam nach Calau in den Spreewald aufgebrochen sind. Der Bundeskongress hatte gerufen und über 80 BKE-lerinnen und BKE-ler waren dem Ruf gefolgt. Und er ist schön, der Spreewald, mit seinen Gurken und Bäumen, seinen kleinen Kähnen und Brücken. Ja, er war wirklich schön.

Was aber noch viel schöner war, war die Gastfreundschaft, die uns von den Calauern entgegengebracht wurde. Reiner Schmidt, der Vorsitzende des BKE Calau, hatte ordentlich aufgefahren, um uns alles zu bieten, was das Herz begehrt. Bei dem Ambiente, dem guten Essen, den netten Gesprächen und dem schönen Beiprogramm rückte der eigentliche Bundeskongress beinahe in den Hintergrund. Aber nur beinahe, doch Tatsache war, dass die Calauer es schafften, den eigentlichen Bundeskongress perfekt abzurunden.

Vier Workshops, jeder mit dem gleichen Inhalt, beschäftigten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer über drei Tage, sorgten dafür, dass alle näher zusammenrückten. „Was macht für dich das BKE aus?“, war die vorherrschende Frage, und „Wie gibst du diese Begeisterung weiter?“ Da wurden kurze Vorträge erarbeitet, Werbematerial zusammengestellt und viele Fragen beantwortet:

- Wie präsentiere ich mein BKE Interessierten?
- Was ist für Menschen wichtig, die mich ansprechen, sei es als Neuankömmling in der Gruppe, auf dem Stadtfest, in einem Gremium oder aber auch bei einer Mitgliederversammlung?
- Was gebe ich weiter von dem, was für mich persönlich wichtig ist und was an Information ist für mein Gegenüber gerade wichtig?

Viel wurde diskutiert, viel analysiert und am Ende auch viel präsentiert. Aber noch viel mehr wurde mitgenommen. Denn das war ja das Ziel, schließlich ist das erste Thema des neuen Projektes „Transport an den Menschen“. Und dazu wurden die Teilnehmerinnen und Teilnehmer befähigt: das, was uns ausmacht, in die Welt zu transportieren.



Der Spaß kam nicht zu kurz (vorne Reiner und Helga Schmidt aus Calau)



Beim Kahnfahren schafften wir alle neue Verbindungen.

Also falls ihr jemanden kennt, der beim Bundeskongress war, fragt ihn aus. Fragt ihn nach dem, was er mitgenommen hat, aber fragt ihn auch nach Calau und den Calauern. Denn die machten diesen Bundeskongress erst zu dem, was er war, machten ihn unvergesslich. Und deswegen möchte ich an dieser Stelle noch einmal „Danke“ sagen. Danke an Reiner Schmidt und alle Calauer für diesen wunderschönen Rahmen für unseren Kongress. Und lasst euch eines gesagt sein: Wir kommen wieder! ■

Tanja Nöhring, BKE-Suchtreferentin, Dortmund

Impulse für die Gruppenarbeit:

Viele Gruppenmitglieder erzählen Interessierten von ihrer Gruppe. Was erzählt ihr? Gibt es verschiedene Ansätze und was ist für Interessierte besonders wichtig?

BuKo 2016 UND EINE DEFINITION VON FREUNDSCHAFT

Der Bundeskongress (BuKo) 2016 in Calau ist Geschichte. Ja, er ist vorbei und doch noch so präsent.

Als ich zum BuKo nach Calau eingeladen wurde, habe ich von vielen im Vorfeld gehört, wie schön Calau und die Umgebung ist. Ich will ehrlich sein, denn ich hatte nur die erfolgreiche Präsentation des neuen Projektes Menschen stärken Menschen, die Vorstellung der Jugendarbeit, die in den Kongress eingebettete Bundesdelegiertenversammlung und die damit verbundenen Themen im Kopf.

Ja, die Umgebung von Calau ist mehr als schön und immer eine Reise wert.

Aber diese Reise war mehr als eine Teilnahme an einer Veranstaltung des BKE. Für mich war die Herzlichkeit der Gruppenmitglieder aus Calau über allem.

Man kann nur sagen: **Ich war bei Freunden.**

Diese Gruppe ist in allen Belangen ein Vorbild an gelebter Selbsthilfe. Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer des BuKo wurden mit offenen Armen empfangen, jeder Wunsch wurde mit einem lieben Wort begleitet und erfüllt.

Auch das vor Ort geplante Rahmenprogramm, wie Falknershow, Kahnfahrt, bunter Abend und Besuch in Elkes Gasthof begleiteten alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer zum Thema „Menschen stärken Menschen“.

Ja, es wurde deutlich: Wenn wir mit Herzlichkeit, Offenheit und Verständnis aufeinander zugehen, dann können wir einander stärken.

Und natürlich darf auch eine wesentliche Verbindung zwischen Menschen nicht vergessen werden, die mir nachhaltig im Gedächtnis bleiben wird:

Gemeinsame Mahlzeiten verbinden!

Und hier konnte die Gruppe aus Calau ganz viel vermitteln. Nicht nur, dass beim Essen an alle Geschmäcker gedacht wurde. Auch die Darreichung in Form einer Gulaschkanone hinter einem Trecker, ein jeweils meterlanges Buffet am Abend, selbstgebackener Kuchen am Nachmittag und die liebevolle Gestaltung der Mahlzeiten ließen keine Wünsche offen.

Allen Mitwirkenden der Gruppe für diese Bewirtung der Teilnehmerinnen und Teilnehmer meinen persönlichen Respekt.

Und deshalb möchte ich Danke sagen:

- Danke für die Gastfreundschaft
- Danke für die Herzlichkeit
- Danke für euch und euer Engagement

Das neue Projekt im BKE heißt „Menschen stärken Menschen“. Wenn der Zusammenhalt in allen Gruppen zwischen den Gruppenteilnehmenden so zu schaffen ist wie bei der Gruppe aus Calau, dann steht einer erfolgreichen Verbandsarbeit im BKE für die Zukunft nichts im Wege ... und wir stärken uns!!! ■

Doreen Rupieta,
BKE-Bundesjugendbeauftragte, Wilster



Die Gulaschkanone kommt!



WAS GEHT AB? – EIN PROJEKT NIMMT FAHRT AUF

Die Arbeit für und mit jungen Menschen im BKE hat eine lange Tradition. Der Wichtigkeit wird dabei dadurch Rechnung getragen, dass alle Aufgaben und Angebote im Rahmen eines eigenständigen Fachbereiches bearbeitet werden.

In der 2014 vom BKE unterstützten Forschungsstudie „Wie präsent ist das Thema Elternschaft in der Suchtselbsthilfe“ wurde deutlich, dass einige Bereiche einer intensiveren Betrachtungsweise bedürfen. Hieraus entwickelte der Fachbereich JULITI das seit 2015 laufende und auf 5 Jahre angelegte Projekt „Was geht ab? Lebenswelten von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen“. Ziel des Projektes ist die Verbesserung der Eltern-Kind-Beziehung in Familien mit Suchthintergrund.

Nachdem im Jahr 2015 der Schwerpunkt auf den digitalen Lebenswelten lag, sollten im Jahr 2016 die Sprachwelten der Generationen in den Fokus rücken. Hierbei wurde eine intensive Auseinandersetzung mit den altersspezifischen Formen der Sprache und des Gebrauches angestrebt. Von wesentlicher Bedeutung wurde in diesem Zusammenhang die Klärung der Frage: „Wie und wo erreiche ich gerade junge Menschen in der heutigen Zeit?“

Der Fachbereich JULITI entwickelt, plant und setzt um

Bereits im 2. Projektteamtreffen vom 13.-15.11.2015 in Magdeburg wurde in Zusammenarbeit mit dem Mediengestalter HP Keller die konkrete Gestaltung einer Webseite für die jungen Menschen und deren Familien besprochen. Schnell wurde deutlich, dass die Themen und die Texte nur durch die Einbeziehung junger Menschen zielführend umgesetzt werden können.

In der Folge wurden in den regionalen Intervisionstreffen der Fachgruppen Mitglieder aus der bestehenden Jugendgruppe Itzehoe und Jugendliche aus dem Umfeld der Projektteammitglieder in die Erstellung und Umsetzung der einzelnen Inhalte der Webseite integriert.

JULITI.de geht online

Zum 1. Projektteamtreffen vom 11.–13.03.2016 in Oesede/NDS konnte mit Stolz die Freischaltung der Website www.juliti.de vermeldet werden. Zielgruppe sind junge Menschen, die in suchtblasteten Familien aufwachsen oder selbst einen riskanten oder bereits abhängigen Konsum aufweisen. Aber auch Eltern sollen bei Bedarf auf bestehende Hilfsangebote hingewiesen werden und auf Fragen zum Thema Sucht Antworten finden.

Die Webseite bietet dabei sowohl Informationen zu Angeboten, laufenden Projekten, Veranstaltungen und Gruppen im BKE. Zukünftig soll sie sich zu einer Kommunikationsplattform entwickeln, auf der sich junge Menschen zu aktuellen Themen austauschen können.



Die JULITI-Startseite: www.juliti.de

Der erste Schritt

Zudem wurden bei diesem Treffen die Vorbereitungen zum jährlichen Trainingscamp vorgenommen. Hierbei setzten sich die JULITIs auch mit der Wahrnehmung ihrer eigenen Sprachwelt auseinander. Deutlich wurde, dass auch Musik in der jeweiligen Generation unverzichtbar beim Ausdruck der eigenen Lebenswelt ist.

Durch die intensive Themenbearbeitung und persönliche Kontakte zu einem Musiker entstand die Idee zu einem eigenen JULITI-Song. Die Fachgruppe JULITI West nahm die Umsetzung in die Hand und gemeinsam mit dem Solo-Künstler „cakewalker“ entstand der JULITI-Song „Der erste Schritt“ (Download auf juliti.de).



Das geht ab! JuFam-Trainingscamp

Im Zeitraum 03.-05.05.2016 nahmen am jährlichen JuFam-Trainingscamp 40 Personen in Velbert/NRW teil. Durch die Unterstützung der Referentin Eva Thalmann (win2win-gGmbH Gesellschaft für Prävention) wurde dabei auch in einem theoretischen Teil Grundwissen zum Thema Sprache und ihrer Entwicklung in den Generationen vermittelt.

Alle gemeinsam beschäftigten sich mit der Klärung der folgenden Fragen:

- Wie kommunizieren Kinder, Jugendliche und Erwachsene miteinander?
- Welche Sprache sprechen wir in den unterschiedlichen Lebenswelten?
- Wie hat sich die Form der Kommunikation bei den einzelnen Teilnehmenden im Laufe des Lebens verändert?



Eva Thalmann erklärt, wie Sprache funktioniert

- Was ist hilfreich für mehr Toleranz, Akzeptanz und Respekt?
- Wie können wir uns wieder miteinander verbinden?

Mit Texten und Liedern aus den unterschiedlichen Zeiten und durch die JULITIs entwickelte kreative Spiele wurde das Thema Sprache von allen Seiten beleuchtet.

Liebes-Lied

Hervorzuheben ist die Arbeit mit den Kindern und Jugendlichen in den praktischen Einheiten. Die Aufgabe an die Teilnehmenden, Gedichte und Lieder der Vergangenheit zeitgemäß aufzuarbeiten, wurde durch Kreativität und Fantasie umgesetzt. Aus einem Liebes-Gedicht von Rainer Maria Rilke (Liebes-Lied) wurde ein Kurztheaterstück zum Thema Homosexualität. Aus dem Lied „Über sieben Brücken musst du gehen“ wurde die Lebensgeschichte der Kindheitshelden in den Strophen umgedichtet. Und selbstverständlich wurde auch der JULITI-Song „Der erste Schritt“ den Teilnehmenden zum ersten Mal vorgestellt und die Wirkung des Textes besprochen.

Fortsetzung nächste Seite



Die Bühne ist bereit für das Thema „Sprache“

Fortsetzung von Seite 13

Deutlich wurde an diesem Wochenende, dass es zwar viele Facetten der Sprache gibt, jedoch immer auch ein Grundverständnis und eine Neugier zwischen den Generationen bezüglich der Ausdrucksweise des jeweils anderen besteht. Dieser Respekt und die daraus resultierende Akzeptanz ließen Ergebnisse zu, die heute noch nachhaltig in den Köpfen der Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen verankert sind.

JULITI auf dem BuKo in Calau



Claudia Kornwald (l.) und Doreen Rupieta (r.) leisten Überzeugungsarbeit für JULITI (Bärbel Rohwer, Mi.)

Auf dem Bundeskongress vom 30.09. bis 03.10.2016 nutzten die JULITIs zudem die Gunst der Veranstaltung, um den Kongress teilnehmenden aus allen BKE-Regionen und den offiziellen Gästen aus dem Gesundheitswesen und der Regionalpolitik die erfolgreiche Arbeit mit den und für die jungen Menschen zu präsentieren. Auch in diesem

Rahmen wurden die neue Website und der JULITI-Song vorgestellt und fanden allseits großen Anklang. Im Rahmen anschließender Gespräche sind neue Kontakte und insbesondere die Arbeit mit dem Fachbereich Angehörige weiter vorangetrieben worden.

Für das noch bevorstehende 2. Projektteamtreffen vom 25.-27.11.2016 in Hannover/NDS werden alle Erfahrungen der Arbeit aus den Fachgruppen und den Vernetzungstreffen verbunden. Zudem wird die Website mit aktuellen Neuerungen versehen. Insbesondere der interne Bereich der Website soll für die Projektteammitglieder vollständig in die aktive Nutzung übergehen. ■

Doreen Rupieta,
BKE-Bundesjugendbeauftragte, Wilster

Impulse für die Gruppenarbeit:

1. Auswahl eines Liedes für einen Gruppenabend, Gedankenaustausch über die Wirkung des Textes und der Melodie auf die einzelnen Gruppenteilnehmenden
2. Austausch von Begriffen zwischen den Generationen – Bildung von Wortpaaren. Beispiele: Stulle - Scheibe Brot, Stube – Wohnzimmer, Hümmelchen – Schälmesser, Jukebox – Musikbox, Spitzbube – Kleinkrimineller, Alpha Kevin – der Dümme von allen, Maulpesto – übler Mundgeruch, Yolo – du lebst nur einmal
3. Gemeinsames Singen als Verbindung

Vorankündigung

Aktionswoche Alkohol vom 13. bis 21. Mai 2017

Die Aktionswoche steht durch das freiwillige Engagement und die Selbsthilfe, das Ehrenamt und die Bürgerbeteiligung für eine einzigartige Präventionskampagne. Die nunmehr 6. Aktionswoche Alkohol vom 13. bis 21. Mai 2017 informiert neun Tage lang über die Risiken des Alkoholkonsums. Ihre Botschaft: „Alkohol? Weniger ist besser!“ Ohne das Engagement der Sucht-Selbsthilfe wäre die Aktionswoche Alkohol undenkbar. Wie gewohnt



stellt die DHS allen gemeldeten Veranstaltern kostenloses Verteilmaterial zur Verfügung. Erstmals steht die Aktionswoche 2017 unter einem Schwerpunktthema: „Alkohol und Verkehr“. Die Veranstalter sind aufgerufen, gemeinsam mit Verkehrsbetrieben, Fahrschulen, der Verkehrswacht sowie Fahrrad- oder Automobilclubs Aktionen durchzuführen. Anmeldung und Materialbestellung werden ab Anfang 2017 auf www.aktionswoche-alkohol.de möglich sein. ■

* * * * *

VIELFALT fördern

Zeige den Leserinnen und Lesern von BKE VIELFALT was dein Leben bereichert. Schreibe deine Tipps, Tricks oder Ideen auf. Egal ob es um Kochen, Backen, Basteln, Malen, Bücher, Filme, Veranstaltungen und VIELES mehr geht.

Einfach aufschreiben und ab damit zur Redaktion in Dortmund.

Per Post:

BKE Bundesverband e.V.
Redaktion BKE VIELFALT
Julius-Vogel-Str. 44 | 44149 Dortmund

Per E-Mail: redaktion@bke-bv.de

EVALUATION ODER DIE SACHE MIT DEN FREMDWÖRTERN...

Ja, die deutsche Sprache. Man denkt, man kennt sie und dann kommen doch immer wieder Wörter vor, die einem nichts sagen. Hat man deswegen eine Bildungslücke? Nein, man hat sie nur bisher einfach nicht gebraucht. Genau so ein Wort ist „Evaluation“. Wenn man nicht wissenschaftlich arbeitet, braucht und kennt man es eher nicht. Da wir aber genau das vorhaben, brauchen wir es jetzt eben doch und deshalb erkläre ich es hier und heute einmal.

Der Duden sagt dazu: Evaluation, Substantiv, feminin, das Evaluieren, sach- und fachgerechte Bewertung.

Und eigentlich sagt das ja auch schon alles. Um Fehler der Vergangenheit nicht zu wiederholen, um herauszubekommen, warum einige Projekte im BKE begeistert aufgenommen worden sind und andere nicht, lassen wir das neue Projekt „Menschen stärken Menschen – Verbindungen und Verbindlichkeit fördern“ sach- und fachgerecht auswerten. Auch dieses mit der Unterstützung der BARMER GEK.

Wie das genau aussehen soll? Nun, es wird Befragungen geben, eine zum Auftakt und eine zum Ende des Projektes. Die erste ist euch hoffentlich bereits im November zugestellt worden. Und jetzt benötigen wir eure Hilfe! Denn nur, wenn viele an der Befragung teilnehmen, können wir sehen, wo wir stehen. Die erste Befragung klärt den Ist-Zustand. Wie ist es jetzt im BKE, und was wünschen sich die BKE-lerinnen und BKE-ler anders. Die Endbefragung findet 2020 statt und wird uns hoffentlich Aufschluss darüber geben, wie das Projekt gelaufen ist, was wir richtig gemacht haben und was noch immer verbesserungswürdig ist. Natürlich hoffen wir auf gute Ergebnisse und wir werden alles tun, um sie zu bekommen.

Und vielleicht hat sich das Wort Evaluation bis dahin auch in unseren Wortschatz geschlichen und wir bekommen keinen Knoten mehr in der Zunge. Oder wir sagen einfach: sach- und fachgerecht bewertet. ■

Tanja Nöhring, BKE-Suchtreferentin, Dortmund

FACHBEREICH ANGEHÖRIGE

Der Fachbereich Angehörige, bestehend aus Vertreterinnen und einem Vertreter der Landesverbände Schleswig-Holstein, Nordrhein-Westfalen und Niedersachsen, hat sich vom 29.-30.04.2016 in Hannover getroffen.

An diesem Wochenende wurde über das bereits erreichte Ziel der Fachgruppe Angehörigenschulung (NDS), die „AHA-Ausbildung“ – Angehörige helfen Angehörigen, sowie über die Arbeiten der Fachgruppen „Klinikkonzept“ (SH) und „Gleichstellung“ (NRW) berichtet.

Die Fachgruppe Nordrhein-Westfalen hat im Jahr 2015 erfolgreich einen Fachtag zu dem Thema „was uns eint und was uns trennt“ durchgeführt.

Der Erfolg hat den Fachbereich Angehörige ermutigt, das Konzept des Fachtages weiterzuentwickeln. Der Fachtag soll bundesweit auf Landes- und Gruppenebene stattfinden. Kiel veranstaltete am 29.10.2016 einen Fachtag „Familienkrankheit Sucht - was uns eint und was uns trennt“. In Niedersachsen wird ebenfalls noch in diesem Jahr ein Fachtag geplant.

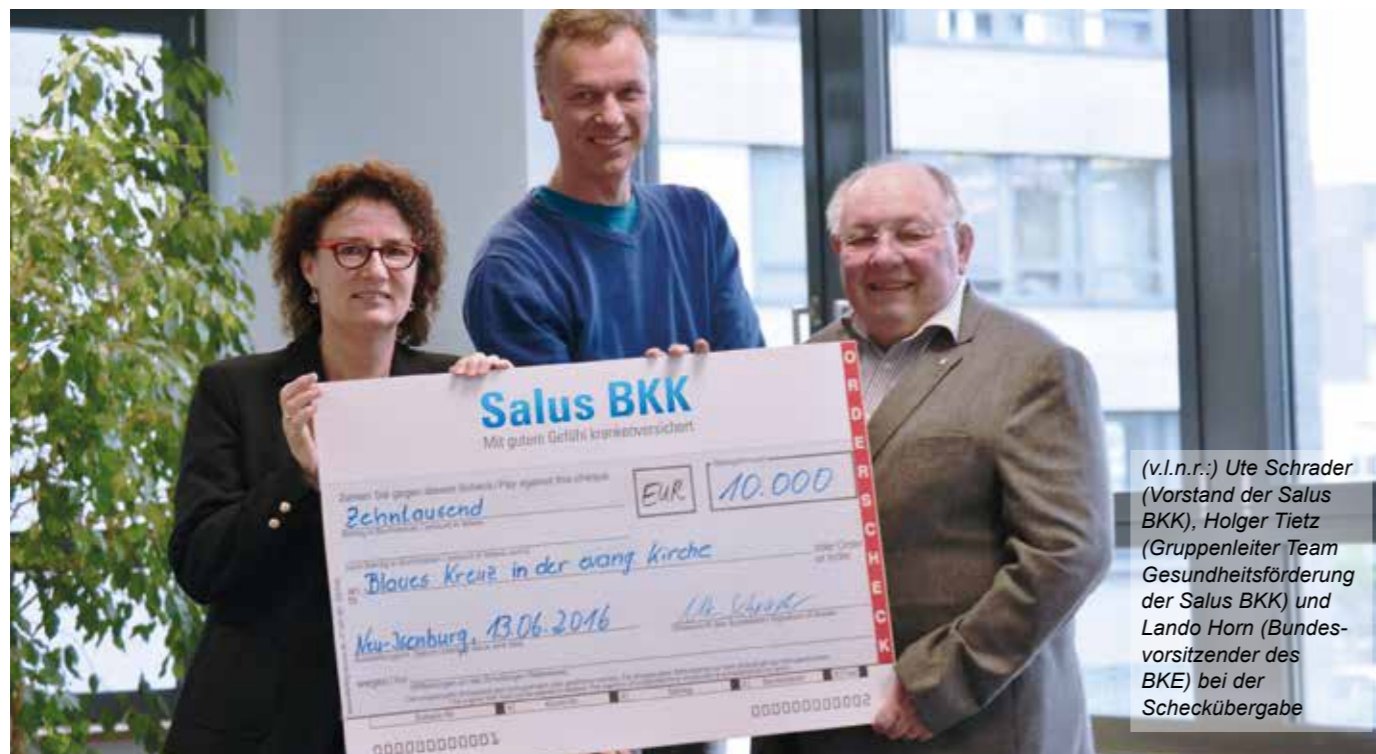
Ein weiteres Treffen des Fachbereiches findet Anfang Dezember 2016 statt mit dem Schwerpunktthema: „Die



Die Ausbildungsgruppe beim 3. Modul in Obernkirchen

Herstellung eines Konzeptes, um die hauptamtliche Arbeit mit der ehrenamtlichen Arbeit in Bezug auf Angehörige zu vernetzen“. Begleitet wird das Wochenende von Carola Ahrens-Lück. ■

Sabine Koopmann, FB Angehörige, Barver



(v.l.n.r.): Ute Schrader (Vorstand der Salus BKK), Holger Tietz (Gruppenleiter Team Gesundheitsförderung der Salus BKK) und Lando Horn (Bundesvorsitzender des BKE) bei der Scheckübergabe

SALUS BKK FÖRDERT SELBSTHILFEGRUPPEN

Deutschlandweit gibt es über 70.000 Selbsthilfegruppen zu den unterschiedlichsten Themengebieten. Die Nachfrage nach dieser Hilfsform ist groß. So hat sich ihre Zahl in den letzten 20 Jahren verdoppelt. Auch der Salus BKK ist das Thema ein Anliegen. Daher unterstützt sie im Jahr 2016 konkrete Projekte von 67 Selbsthilfegruppen mit insgesamt 51.500 Euro. Zusätzlich flossen weitere 171.675 Euro in die Pauschalförderung der Selbsthilfegruppen.

Blauzes Kreuz in der Evangelischen Kirche Bundesverband e. V.

Das Blaue Kreuz in der Evangelischen Kirche (BKE) ist eine Selbsthilfeorganisation in der Suchtkrankenhilfe. Unter dem Leitgedanken „Nicht einsam – gemeinsam“ ist die Gruppe, die vor 120 Jahren gegründet wurde, offen für alle Menschen, ohne Ansehen der Konfession, die in der Gemeinschaft autonom eine zufriedene Abstinenz und Selbsthilfe leben wollen. Unter dem Dach des Blauen Kreuzes bieten rund 300 Selbsthilfegruppen Hilfe zur Selbsthilfe. Sie werden von geschulten Mitarbeitern geleitet, die für Hilfesuchende auch als direkter Ansprechpartner dienen. Auch über die Postleitzahlensuche auf der Homepage des Bundesverbandes können Hilfesuchende schnell und unkompliziert den nächsten Ansprechpartner in Wohnortnähe ermitteln.

Bis zum Jahr 2013 gab es innerhalb des BKE mehrere Verbandzeitschriften. Allerdings reduzierte sich die Anzahl der Ausgaben von Jahr zu Jahr, da die Verantwortlichen und auch die kreativen Köpfe in zahlreichen weiteren Projekten des Verbandes mitwirkten. Seit Anfang des Jahres 2015 verfolgt die Verbandsleitung das Ziel, „den Menschen wieder mehr in den Mittelpunkt zu stellen“ und die Energien im Verband zu bündeln.

„Daher engagiert sich der Verband seit dem vergangenen Jahr für den Aufbau einer länderübergreifenden Verbandszeitschrift. Ich freue mich, dass wir hierbei in der Salus BKK einen Unterstützer gefunden haben. Mit ihrer finanziellen Hilfe im vergangenen Jahr konnten wir bereits zwei Ausgaben der Zeitung herausgeben. Durch die diesjährige Unterstützung mit insgesamt 10.000 Euro trägt die Salus BKK dazu bei, dass Hilfesuchende auch weiterhin durch die Verbandszeitung informiert werden“, freut sich Lando Horn, der Bundesvorsitzende des BKE.

Weitere Informationen zum BKE und seinen Angeboten für Betroffene und Angehörige finden Sie jederzeit im Internet unter www.bke-suchtselbsthilfe.de.

Quelle: Auszug aus Salus BKK, Ihr Gutfühlmagazin 3/2016

BKE VIELFALT UNSERE MITGLIEDERZEITSCHRIFT HAT EINEN NAMEN!

Die Entscheidung ist gefallen! Die neue Mitgliederzeitschrift des BKE heißt „BKE VIELFALT“. Und da sie die Zeitschrift unserer Mitglieder ist, haben auch die Mitglieder entschieden. Viele gute Vorschläge sind in der Bundesgeschäftsstelle eingegangen. Bis zum 15.08.2016 hatten alle die Möglichkeit, über den Namen abzustimmen, und das Ergebnis steht nun fest.

Auch über die Inhalte, das Erscheinungsbild und die Wünsche haben wir die Meinung aller Mitglieder eingeholt. Bereits in diesem Jahr haben wir versucht, die Anregungen auch in die Tat umzusetzen. Ende des Jahres 2016 läuft nun die Projektförderung durch die Salus BKK und durch den BKK-Dachverband aus. Deshalb bitten wir auch noch einmal um die abschließende Meinung unserer Mitglieder.

Wir fragen nach

Dieser Ausgabe liegt noch mal ein Fragebogen bei. Wir würden uns sehr freuen, wenn wir wieder zahlreiche Rückmeldungen unserer Leserinnen und Leser erhalten. Für ein Dankschön an alle, die uns dabei unterstützen, ist auch gesorgt! Zum einen wird BKE VIELFALT euren Wünschen immer gerechter und für drei BKE-Mitglieder besteht die Chance auf ein Extra-Dankeschön. Näheres steht auf dem Fragebogen.



Das Redaktionsteam bedankt sich noch einmal bei allen, die sich bisher mit eingebracht haben. Durch das Schreiben von Artikeln, durch Erfahrungsberichte, durch die Bereitstellung von Fotos, durch kreative Ideen für schöne Geschichten und unterhaltsame Momente! ■

Claudia Kornwald, BKE-Suchtreferentin, Dortmund für das BKE VIELFALT-Redaktionsteam

BKE-GRUPPEN-VERZEICHNIS

Ausgabe BKE VIELFALT 2017 wird erweitert

Und noch eine Neuerung wird es in der Mitgliederzeitschrift geben. Das bundesweite Verzeichnis aller BKE-Gruppen wird Bestandteil der 1. Ausgabe 2017 sein. Ähnlich wie der Veranstaltungskalender in dieser Ausgabe wird die Übersicht über alle BKE-Gruppen eine separate Rubrik einnehmen. Damit sollen eure Berichte aus den Gruppen, die immer in den jeweils ersten Ausgaben des Jahres den Inhalt der BKE VIELFALT bilden, um die Übersicht eurer Angebote vor Ort erweitert werden.

Bitte um Überprüfung!

Dazu bitten wir euch, eure Daten auf unserer Internetseite bke-suchtselbsthilfe.de auf ihre Richtigkeit und Aktualität zu überprüfen. Änderungen meldet bitte den jeweiligen Landesverbänden oder – falls ihr keinem Landesverband angeschlossen seid – dem Bundesverband. So können wir alle auch sicherstellen, dass Hilfesuchende den Weg ohne weitere Hürde zu uns finden. ■

Claudia Kornwald, BKE-Suchtreferentin, Dortmund

ZUKUNFT GESTALTEN

Spenden oder Anzeige schalten

Mit einer Spende könnt ihr aktiv die Zukunft unserer Mitgliederzeitschrift sichern! Nach Ende der Projektförderung muss sich das Redaktionsteam auch um die finanzielle Absicherung von BKE VIELFALT kümmern. Deshalb richten wir auch noch einmal die Bitte um Unterstützung durch eine zweckgebundene Spende an alle Leserinnen und Leser (ganz einfach über unser Spendenkonto auf unserer Webseite bke-suchtselbsthilfe.de).

Eine weitere Möglichkeit der Unterstützung besteht durch die Schaltung einer Anzeige für eine Einrichtung im Sozial- und Gesundheitswesen oder einen Betrieb, der sich dem Leitgedanken unseres Sucht-Selbsthilfeverbandes verbunden fühlt.

Nähere Informationen bietet die **BKE-Bundesgeschäftsstelle in Dortmund Tel. 0231 5864132, E-Mail: info@bke-suchtselbsthilfe.de**.

Claudia Kornwald, BKE-Suchtreferentin, Dortmund für das BKE VIELFALT Redaktionsteam

NOTWENDIGKEIT DES EINHEITLICHEN ERSCHEINUNGSBILDES

Das BKE ist ein föderal* aufgebauter Verband, dessen Wirksamkeit sich insbesondere auf die Ortsnähe und weitreichende Selbstständigkeit seiner Gruppen, Vereine und Verbände gründet. Das einheitliche Erscheinungsbild ist für das BKE gewissermaßen der „kleinste gemeinsame Nenner“, mit dem sichergestellt wird, dass alle Gruppen, Vereine und Verbände unverkennbar als Teil des Gesamtverbandes wahrgenommen werden.

Das BKE-Logo ist nicht irgendein Zeichen

Das blaue Kreuz auf Schild ist einzigartig. Es ist in der Suchtselbsthilfe bekannt und ist durchgehend mit positiven Vorstellungen besetzt. Es steht für Hilfe bei Suchtproblemen – Selbsthilfe, Schutz, Gesundheit, Lebensqualität, Miteinander und vieles mehr. Das BKE ist offen für alle Menschen – unabhängig von ihrer Nationalität, ihrem Glauben, ihrem Geschlecht und ihrer Herkunft. Das BKE lädt alle ein, unabhängig von der Art ihres Suchtmittels und ihrer Betroffenheit, in der Gemein-

schaft seiner Selbsthilfegruppen zu einem zufriedenen Leben zu finden. Dieses verdient größten Respekt und eine würdevolle Verwendung. Deshalb unterliegt es sowohl in der Außendarstellung als auch in der grafischen Gestaltung strengen Regeln.

Das Erscheinungsbild (Corporate Design) ist ein wichtiges Instrument, um dies zu verdeutlichen und das BKE in diesem Sinne von anderen Organisationen der Suchtselbsthilfe abzuheben, die teilweise gleiche Zielsetzungen verfolgen. Das einheitliche Erscheinungsbild soll das Bewusstsein um diese Einzigartigkeit unseres Verbandes und das Vertrauen der Öffentlichkeit in das BKE bei der Umsetzung unserer Ziele unterstützen.

Alle Verbands-/Vereinsverantwortlichen, alle ehrenamtlich und hauptamtlich Mitarbeitenden und alle BKE-Gruppenmitglieder sind zuständig dafür, das Erscheinungsbild in der Gruppe, im Verein oder Verband zu vertreten, einzuhalten und zu thematisieren.

*Unter einem föderalen Verband wird vorwiegend ein Organisationsprinzip verstanden, bei dem die einzelnen Glieder über eine gewisse Eigenständigkeit verfügen, aber zu einer übergreifenden Gesamtheit zusammengeschlossen sind.

Das Logo

Alle Gruppen, Vereine und Landesverbände sind verpflichtet, das BKE-Signet stets in Verbindung mit dem Schriftzug SUCHTSELBSTHILFE BKE zu nutzen. Für das BKE gilt also immer:



Unser neues Logo ist anzuwenden auf Briefbogen, Visitenkarte, Publikationen, Internet und weiteren Werbemitteln.

Das Logo steht wie immer auf weißem Grund. Rechts daneben, einzeilig linksbündig, oder darunter, einzeilig mittig, kann der Texthinweis, z.B. „NIEDERSACHSEN“, „LANDESVERBAND NIEDERSACHSEN“, „SELBSTHILFEGRUPPE PINNEBERG“ oder „PRESSEMITTEILUNG“, immer in Großbuchstaben, stehen. Der Texthinweis wird in der Schriftart „Oxygen“, Schriftschnitt „Light“ wiedergegeben.



Unzulässige Darstellung des BKE-Logos



Grundsätzlich gilt:

Das BKE-Logo verlangt einen besonderen Respekt. Daher ist es besonders wichtig, dass die Wort-Bild-Marke ihrer Würde entsprechend behandelt und nur in der angegebenen Form verwendet wird.

- Das BKE Logo darf weder durch Übermalen oder Umformung noch durch Inversschriften und Farbverläufe verfremdet werden.
- Das BKE Logo steht auf weißem Hintergrund.
- Proportionen, Anordnung oder Abstände der Logobestandteile dürfen nicht verändert werden.
- In Landesverbänden, Vereinen und Gruppen darf das Signet nur in Verbindung mit dem Schriftzug „SUCHTSELBSTHILFE BKE“ (in Großbuchstaben) verwendet werden. Lediglich die Texthinweise, z.B. „NIEDERSACHSEN“ oder „PRESSEMITTEILUNG“ (in Großbuchstaben), rechts oder unterhalb vom Logo, sind entsprechend unserer Gestaltungsrichtlinie erlaubt.

Das Blaue Kreuz wurde 1877 von dem Pfarrer Louis Lucien Rochat gegründet.



Im Jahre 1885 gründete Pfarrer Arnold Bovet den ersten Blaukreuzverein in Deutschland, in Hagen/Westfalen.

Das blaue Kreuz auf Schild – Schutzzeichen und Kennzeichen

Das Blaue Kreuz wurde 1877 durch Pfarrer Louis Lucien Rochat gemeinsam mit anderen Christen in Genf für Hilfe bei Suchtproblemen gegründet. Rasch entstanden in der Schweiz viele Vereine. Bereits im Jahre 1885 gründete Pfarrer Arnold Bovet den ersten Blaukreuzverein in Deutschland, in Hagen/Westfalen.

Schon bald gab es deutschlandweit zwei Blaukreuzverbände Kirchenpolitische und theologische Kontroversen führten zu einer Spaltung der Blaukreuzarbeit in Deutschland. So gründeten 1902 vier Landesverbände in Soest/Westfalen den „Deutschen Bund evangelisch-kirchlicher Blaukreuz-Verbände“, der sich seit dem 04.11.1964 „Blaues Kreuz in der Evangelischen Kirche“ nennt. Das blaue Kreuz mit Schild (Signet) wurde als das Erkennungszeichen der Suchthilfe für die Hilfe zur Selbsthilfe gewählt. ■

Peter Keller, Fachbereichskoordinator Öffentlichkeitsarbeit, Pinneberg



Hier sieht ihr die ersten 16 von Frau Silvia Janssen (Fachreferentin und Psychotherapeutin) fachlich kompetent ausgebildeten Angehörigenhelferinnen und -helfer.

ERSTE AHA-MEDIA-TORINNEN UND -MEDIA-TOREN AUSGEBILDET

Im Fachbereich „Angehörige“, dessen Team sich aus den Fachgruppen der BKE-Landesverbände zusammensetzt, entstand die Idee, eine Ausbildung durchzuführen. Nach langen Überlegungen und Diskussionen entstand das Konzept der AHA-Ausbildung.

AHA steht für Angehörige helfen Angehörigen

Ziel dieser Ausbildung ist eine kompetente Beratung für Angehörige: Durch diese Ausbildung wird das Bilden von neuen Angehörigengruppen gefördert, die Unterstützung bestehender Gruppen bei der Beratung von Angehörigen und eine Begleitung zu ersten Hausbesuchen bei Betroffenen, um die Angehörigen sofort aufzufangen, gewährleistet.

Die Ausgebildeten werden in Niedersachsen, Schleswig-Holstein und in NRW ihr erworbenes Wissen zur Verfügung stellen.

Die Ausbildung besteht aus 4 Blöcken mit den Schwerpunkten:

1. Biographiearbeit (Ich & Wissen)
2. Gesprächsführung (Kontakt)
3. Modelle „Retter-Täter-Opfer“
4. Hilfsmöglichkeiten/Entscheidungshilfen

Diese Ausbildung umfasst insgesamt vier Wochenenden (über zwei Jahre verteilt) und wird zur Weiterführung 2017 als Nächstes vom LV NRW übernommen.

Derzeit wird die Zertifizierung dieser Ausbildung angestrebt, um diese mit der Ausbildung zur „Freiwilligen Mitarbeit in der Suchtkrankenhilfe“ gleichzustellen.

Zitat einer Teilnehmerin: „Die Ausbildung ist sehr intensiv, spannend und großartig. Wir haben viel gelernt, aber leider zum Abschluss nur eine Teilnehmerbescheinigung erhalten. Hoffentlich wird die Ausbildung bald zertifiziert.“ ■

Urte Naber, BKE-Alhorn

Impulse für die Gruppenarbeit:

Am Ende des DHS*-Memorandums „Angehörige in der Sucht-Selbsthilfe“ heißt es:

„In der Sucht-Selbsthilfe wie auch in allen Feldern der beruflichen Suchthilfe hat sich die Erkenntnis durchgesetzt, dass jeder Mensch individuell geprägte Lebens- und Suchtgeschichten aufweist und individuelle Bedürfnisse, Voraussetzungen und Notwendigkeiten für eine Aufarbeitung der Suchtproblematik mitbringt. Dies gilt gleichermaßen für Angehörige. Die Sucht-Selbsthilfe kann Begegnung und Austausch bieten – Menschen lernen voneinander und wachsen miteinander. Sucht-Selbsthilfe wird wirksam, wenn sowohl Unterschiedlichkeiten als auch Ähnlichkeiten erkannt und benannt werden können und jeder Mensch in seiner Persönlichkeit respektiert und akzeptiert wird.“

Wie steht es um die Angehörigen in unseren BKE-Gruppen? Schauen wir auf das, was uns unterscheidet und auf das, was uns eint? Ist die Hilfe und Unterstützung für alle Menschen, die von Sucht betroffen sind, ausgewogen? Oder gibt es eine Gewichtung bei der Art und beim Umfang der angebotenen Hilfe? Braucht der eine mehr und die andere weniger Angebote und Möglichkeiten zur (Weiter)Entwicklung?



Gestaltet einen Gruppenabend zu diesen Fragen.

Oder lest gemeinsam das Memorandum der DHS. Dieses will den eigenständigen Unterstützungsbedarf Angehöriger in der Sucht-Selbsthilfe und durch die Sucht-Selbsthilfe in Erinnerung bringen. Gespräche

und Diskussionen zum Konzept der sogenannten „Co-Abhängigkeit“ sollen so angeregt werden. Das Memorandum kann bei der DHS bestellt werden oder auf unserer Webseite www.bke-suchtselbsthilfe.de/mitglieder heruntergeladen werden.

* Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V.

DER LANDESVERBAND BADEN-WÜRTTEMBERG ZEIGT PRÄSENZ

Das Jahr 2015 begann für den Landesverband Baden-Württemberg und seinen Vorsitzenden Gerhard Förg sehr turbulent. Er und sein Stellvertreter H.-Christian Lübke mussten der Gruppe Reutlingen Hilfe leisten, da einige Ungereimtheiten zu lösen waren.

Zu einem Presseforum mit anderen Verbänden war der 1. Vorsitzende nach Tübingen eingeladen, wo er teilnahm. Ende Februar waren der 1. Vorsitzende sowie sein Stellvertreter bei einer Bundestagung in Delbrück. Des Weiteren nahm der 1. Vorsitzende verschiedene Termine bei Veranstaltungen wahr, zu der das BKE eingeladen war. >>>>

Fortsetzung nächste Seite

Fortsetzung von Seite 21



Der Vorsitzende bedankt sich bei allen Helferinnen und Helfern

Die Bundesdelegierten zu Gast bei Freunden...

Die größte Herausforderung für den kleinen Landesverband war die Durchführung des Bundeskongresses 2015 in Backnang. Dass dies alles reibungslos über die Bühne ging, war der Zusammenarbeit des gesamten Landesverbandes zu verdanken, allen voran Backnang.

Hiermit möchte ich mich nochmals aufs Herzlichste bei euch allen bedanken. Ohne die Hilfe aller wäre dies in diesem Umfang nicht zustande gekommen. Ein dickes Lob kam auch vom Bundesverband, das ich an euch weitergeben möchte.

Die Landesdelegiertenversammlungen 2015 und 2016 gingen zur Freude des Vorsitzenden ohne größere Probleme über die Bühne. Weitere Termine, die der 1. Vorsitzende wahrnehmen musste, betrafen die Mitarbeit im Bundesvorstand. Einladungen verschiedener Institutionen waren auch 2015 und 2016 ein Bestandteil der Arbeit des Vorsitzenden des Landesverbandes.

In der Fachklinik Wilhelmsheim (Fachklinik zur Behandlung von Abhängigkeitserkrankungen) stellt sich das BKE regelmäßig den Patientinnen und Patienten vor. Im September 2016 nahm auch das Rems-Murr-Klinikum Kontakt zum BKE auf. Hier entsteht eine weitere Kooperation. Bereits seit einiger Zeit beteiligt sich der BKE-Landesverband Baden-Württemberg an dem Projekt „Inklusion Sozial“ der sozialtherapeutischen Einrichtung „Erlacher Höhe“. In der Zusammenarbeit mit anderen Verbänden und Institutionen wird hier der Versuch unternommen, Menschen mit Beeinträchtigungen wieder in das Arbeitsleben und die Gesellschaft einzugliedern und den Abbau von sozialen Barrieren, wie Vorurteilen, Berührungängsten usw. zu fördern. Auch gab es bereits erste Treffen unter dem Dach des Kreis-Diakonieverbandes zur Planung der „Aktionswoche Alkohol – Weniger ist besser“ 2017. Man sieht, das BKE zeigt Präsenz.

Ich danke euch allen für eure Mitarbeit, ohne die es nicht möglich wäre, einen Landesverband zu führen. ■

Gerhard Förg, 1. Vorsitzender BKE LV BW, Backnang



Gemeinsam sind wir stark!

Gruppe Backnang berichtet:

Das Jahr 2015 war besonders für die Gruppe Backnang sehr intensiv. Als erstes stand die Landesdelegiertenversammlung im April in Reutlingen auf unserem Programm. Dann kamen die Vorbereitungen für die Bundesdelegiertenversammlung. Das wurde ein sehr spannendes Projekt, da wir innerhalb des BKE den kleinsten Landesverband stellen. Aber mit Hilfe der Gruppen Pforzheim und Reutlingen haben wir dieses Projekt super hinbekommen. Dafür möchten wir uns im Nachhinein noch recht herzlich bedanken.

Aktivitäten und Ereignisse der Gruppe Pforzheim

Die Gruppe Pforzheim kann Folgendes aus 2016 berichten:

1. Unsere Gruppe bestand am 26.04.2016 das dritte Jahr, was mit einer kleinen Feierstunde während des Gruppenabends am 28.04.2016 gefeiert wurde.
2. Nicht nur in unserer Gruppe beim BKE ist ein Mitgliederschwund zu verzeichnen, sondern wohl auch in allen anderen SHG hier im Bereich. Während wir am Anfang des Jahres noch rund 20 Menschen waren, erlitten immer mehr Menschen Rückfälle oder kamen aus anderen Gründen nicht mehr in die Gruppe (z. B. nicht mehr benötigte Bescheinigungen für Bewährungshelfer usw.).
3. Dennoch, oder gerade deswegen, haben wir mal provisorisch eine reine Frauengruppe gegründet. Diese wird von Inge geleitet und findet alle 14 Tage in den ungeraden Wochen dienstags ab 19:30 Uhr statt. Diese Gruppe besteht nun seit März, auch hier ist bisher kein Zuwachs zu verzeichnen.
4. Trotzdem betreiben wir weiterhin Werbung für die Gruppen. So hatten wir auch 2016 wieder im Sommer einen Infostand in der Fußgängerzone von Pforzheim und stellen unsere Gruppen bis zu drei Mal im Monat in verschiedenen Kliniken vor – dieses Jahr bislang ohne Erfolg. Oft wird uns hierbei bereits vor der

Begrüßung das reine Desinteresse entgegengebracht. So etwas motiviert natürlich sehr zum Weitermachen...

5. Ich stelle auch fest, dass Einrichtungen wie Diakonie und bwlV, etc. Kombitherapien anbieten, bei denen ein paar Wochen eine stationäre Behandlung erfolgt, danach schließt sich in deren Einrichtungen ein paar Wochen Tagesklinik an. Danach dürfen die Leute in die Nachsorge, aber natürlich auch in dem entsprechenden Verband. Einmal dort in einer solchen Gruppe, besteht dann kein Interesse mehr an einer Selbsthilfegruppe. Zwischen den Verbänden wurde, zumindest hier in Pforzheim, mal Werbung für eine gute Zusammenarbeit gemacht. Diese soll ja aus Geben und Nehmen bestehen. Von einer offiziellen Einrichtung haben wir aber noch kein Gruppenmitglied bekommen. Anders herum jedoch sehr viele ...

6. An irgendwelchen Gruppenaktivitäten besteht auch keinerlei Interesse, so haben wir dieses Jahr nicht mal ein Grillfest gemacht.

7. Einzig gehen wir noch alle 14 Tage zum Kegeln und ab und zu treffen sich zwei oder drei Gruppenmitglieder zu privaten Unternehmungen.

8. Vorgesehen ist noch eine Weihnachtsfeier auch in diesem Jahr, wenn dazu Interesse besteht.

9. Wir sind in Pforzheim zurzeit noch acht Gruppenmitglieder (von 20 Anfang des Jahres), von denen fünf BKE-Mitglieder sind.

10. Mehr gibt es für dieses Jahr nicht zu berichten. ■

N.N.

Das Motto des Landesverbandes ist „Gemeinsam sind wir stark“. Um dieses zu erreichen, stehen unsere Gruppen in sehr engem Kontakt. Wir haben aber trotzdem unser eigenes Wohlergehen nicht aus den Augen verloren. So standen wie jedes Jahr Essen gehen und ein Besuch der Eisdielen sowie ein Kegelabend auf unserem Programm. Gemeinsam etwas zu unternehmen hält unsere Gruppe zusammen.

Wir verlieren aber nie unsere Aufgabe aus den Augen, die da heißt, Menschen mit Alkoholproblemen zu unterstützen, zu helfen, sie aus dieser Sucht zu befreien. Aus diesem Grund ist die Arbeit nach außen sehr wichtig.

Unser Gruppenleiter und Landesvertreter Gerhard Förg war wie immer sehr viel unterwegs. Gruppenvorstellungen in Kliniken und Gruppenleiterbesprechungen füllten

seine Arbeit als Gruppenleiter aus. Auch die nötigen Gelder für viele Projekte zu beschaffen war sein Anliegen, das er sehr ernst nimmt. An diesem Punkt möchte ich noch unsere Kassiererin Hannelore Förg, die Frau von Gerhard, loben. Sie verwaltet nun schon etliche Jahre die Kasse der Gruppe Backnang vorbildlich und es hat noch nie ein Euro gefehlt, im Gegenteil.

Unser alljährliches Weihnachtsessen war das Abschlussevent unserer Gruppe. Wir bedanken uns bei allen Mitgliedern der BKE-Gruppen von Baden-Württemberg für ihre Mitarbeit und hoffen auf ein erfolgreiches Jahr 2016. ■

i.A. H.-Christian Lübke, stellvertretender Landesvorsitzender BKE Baden-Württemberg



Rehdens ehemaliger Pastor Sebastian Borghardt predigte am Sonntag und erhielt von Hermann Hoffmann einen „Engel“.

50 Jahre Blau-Kreuz-Gruppe Rehden –
Gottesdienst und anschließende Jubiläumsfeier in den Ratsstuben

„EIN FESTER BESTANDTEIL UNSERER GEMEINSCHAFT“

REHDEN – „Ich freue mich über die Beteiligung der Vereine und Verbände der Gemeinde. Das zeigt uns, die Blau-Kreuzler sind keine anonyme Gruppe, sondern sind ein fester integraler Bestandteil unserer dörflichen Gemeinschaft.“ Dies betonte Rehdens Samtgemeindebürgermeister Hartmut Bloch in seinem Grußwort anlässlich des 50-jährigen Bestehens der Blau-Kreuz-Gruppe Rehden am Sonntag in den Ratsstuben. >>>>

Bloch gratulierte im Namen der Samtgemeinde und der Mitgliedsgemeinden. Dass die Gruppe am dörflichen Leben teilnehme, geschehe nicht von selbst, dazu trage sie aktiv bei. „Dass dieses intensiv gelebt wird, ist ein besonderer Verdienst des Vorstandes und auch insbesondere des rührigen Vorsitzenden Hermann Hoffmann“, lobte Bloch.

Der Erfolg der Blau-Kreuz-Gruppe Rehden sei untrennbar mit den Namen Heinz und Waltraud Sommer verbunden. Mit ihnen habe vor 50 Jahren die ehrenamtliche Suchthilfe in Rehden und damit auch im damaligen Landkreis Grafschaft Diepholz begonnen. Er freue sich daher sehr, dass Waltraud Sommer an der Jubiläumsveranstaltung teilnehmen könne – bei sehr guter Gesundheit.



Blick in den vollbesetzten Saal der Ratsstube, Foto Hermann Hoffmann

Im Vorfeld der Veranstaltung habe er sich häufiger mit dem Vorsitzenden unterhalten und der habe immer zutreffend betont: In der Gruppe wird einem geholfen, damit man selbst anderen helfen kann, ihr Alkoholproblem zu lösen.

Die Blau-Kreuz-Gruppe Rehden habe in den 50 Jahren ihres Bestehens sehr vielen Alkoholkranken geholfen. „Aber auch die Gesellschaft, wir alle können durch unser Verhalten dazu beitragen, Alkoholkranken zu helfen, von der Sucht loszukommen“, sagte Bloch. Dies treffe nicht nur auf die Betroffenen zu, sondern auch auf deren Ehefrauen und Familien.

Dank für erfolgreiche Arbeit

„Wir alle, die wir hier sitzen, bedanken uns für 50 Jahre erfolgreiche Arbeit, 50 Jahre erfolgreiche Suchtkrankenhilfe für unsere Nächsten. Das Ganze hat sicherlich insofern auch etwas mit praktizierter Nächstenliebe zu tun“, sagte Bloch.

Zu Beginn der Suchthilfe 1966 sei noch eine andere Zeit gewesen. „Es war kurz vor den 68ern, es war eine

Umbruchzeit“, erinnerte Superintendent Klaus Priesmeier. In der Suchthilfe geschehe ganz viel im Verborgenen, „aber sie hat eine unglaubliche Dimension“, sagte Priesmeier. „Wir brechen uns keinen Zacken aus der Krone, wenn wir herzlichen Dank sagen“, ergänzte er. „Heute feiern wir, die Betonung liegt auf heute. Heute ist das Nadelöhr unserer Zeit, heute ist die entscheidende Zeit. Heute entscheide ich immer neu“, unterstrich der Superintendent. Er überreichte an Hermann Hoffmann einige Verbüchlein mit dem Titel „Dass Du Dir glückst“. „Und das wünsche ich jedem von ihnen“, sagte Priesmeier an die 150 Gäste gerichtet.

Unter ihnen Vertreter der Politik, der Erwachsenenbildung, der Fachkliniken, der Suchtberatungsstelle, des Bundes- und Landesverbandes des Blauen Kreuzes in der Evangelischen Kirche, Abordnungen benachbarter und befreundeter Blau-Kreuz-Gruppen, Vertreter örtlicher Vereine, der Banken sowie des Kirchenvorstandes.

„Ganz herzlich heiße ich aber auch noch einmal Pastor Borghardt und seine Frau Helga willkommen und danke für den schönen Gottesdienst, der uns viel Kraft gibt“, sagte Hermann Hoffmann zu Beginn der Veranstaltung. Sein Dank galt auch dem Chor „Gemischt for fun“ sowie Monika Zilke für die musikalische Mitwirkung während des Gottesdienstes und der Feier.

„Wir sind froh und auch stolz, dieses Jubiläum mit so vielen Gästen feiern zu dürfen“, betonte Hoffmann. Das Fest stand unter dem Motto „50 Jahre ehrenamtliche Suchtkrankenhilfe von Mensch zu Mensch“. Für ihn zähle nämlich der Satz: „Jeder sollte etwas – und sei es noch so wenig – für diejenigen tun, die Hilfe brauchen, etwas, das keinen Lohn bringt, aber Freude, es tun zu dürfen.“

Wenn er in die Runde schaue, sei er froh, viele neue Gesichter zu sehen. Er sei traurig, dass einige Personen durch Todesfall nicht mehr dabei seien, aber auch traurig, dass einige, bedingt durch Rückfälle, nicht wieder den Weg zurück in ein suchtmittelfreies Leben gefunden hätten. „Das haben wir aber zu akzeptieren, denn es gehört zum Krankheitsbild dazu. Diese Personen sind vielleicht noch nicht soweit und haben ihren persönlichen Tiefpunkt noch nicht erreicht“, vermutete Hoffmann. Das Eingeständnis, seine Sucht als Krankheit anzuerkennen, sei das A und O in der Suchthilfe. ■



Die Standbetreuung des BKE Wagenfeld

BKE – GRUPPE WAGENFELD AUF DEM GROSSMARKT

Was für München das Oktoberfest, für Bremen der Freimarkt, ist für Wagenfeld der Großmarkt, der in diesem Jahr vom 26. bis 28. August stattfand. Schon zum zweiten Mal haben wir dort als Wagenfelder BKE-Gruppe unseren attraktiven Präsentationsstand vorgestellt.

Anfangs war etwas Skepsis bei einigen Mitgliedern vorhanden, ob gerade dort, wo der Alkohol in Strömen fließt, der richtige Ort für eine Öffentlichkeitsarbeit sei. Aber nach der Veranstaltung war dieser Zweifel schnell verflogen und man war einhellig der Meinung, dass es sich gelohnt hat.

Die brütende Hitze im Gewerbezelt machte uns zwar zu schaffen, konnte aber mit Hilfe eines Ventilators gelindert werden.

In diesem Jahr hatten wir eine Rauschbrille zur Verfügung. Die Standbesucherinnen und Standbesucher hatten die Gelegenheit, bei Aufsetzen der Brille verschiedene Promillewerte zu simulieren, und waren erstaunt, wie sich das Wahrnehmungsvermögen zum Negativen

verändert. Wenn dann noch ein Puzzle zusammengesetzt werden soll, entsteht ein Problem. Die Rauschbrille war eine kleine Attraktion, die auch heitere Momente bescherte.

Manche Besucherinnen und Besucher haben erst hier erfahren, dass es in Wagenfeld eine Gruppe des Blauen Kreuzes in der Evangelischen Kirche gibt und was BKE bedeutet. Man hat uns bestärkt, sich weiterhin in der Öffentlichkeit zu präsentieren.

Als Fazit bleibt zu sagen, dass wir sehr zufrieden waren mit unserem Vorhaben.

Es haben sich zeitweise gute Gespräche mit den Besucherinnen und Besuchern des Marktes ergeben. Wir haben Interesse geweckt und uns selbst und eventuell auch anderen geholfen.

Wir sind bereits seit einiger Zeit zu der Überzeugung gelangt, dass wir als Suchtselbsthilfe BKE unser „Kämmerlein“ - sprich Gemeindehaus - verlassen und uns zu den Menschen begeben müssen, durchaus auch dahin, wo der Alkohol in Strömen fließt.

Besonderer Dank gilt der gesamten Familie Dubenhorst (Elsbeth, Günther, Peggy und Andreas), die durch ihr unermüdetes Engagement solche Projekte maßgeblich ermöglicht. ■

Dietfried Bockhop, BKE Wagenfeld

Ein Wochenendseminar des BKE-Landesverbandes Niedersachsen e.V. im Frühjahr 2016 in Tossen zum Thema:

POSITIVE GESPRÄCHSFÜHRUNG

Nach der Begrüßung und Vorstellung der Teilnehmenden ging es gleich zum Thema: Ressourcenorientierte Gesprächsführung

Im psychotherapeutischen Kontext wird das therapeutische Ziel, den Klienten ihre eigenen Ressourcen (Quellen von Kraft und Wohlbefinden) und ihre Stärken deutlich zu machen, beschrieben.

Ressourcenorientierte Beratung nach Insoo Kim Berg und Steave de Shazer gehört neben der Motivierenden Gesprächsführung (MI) zu den sehr effektiven Beratungsansätzen, da sie sich von Anfang an auf das

vorhandene Potential eines jeden Menschen konzentriert und nicht auf Defizite. Die Ressourcenorientierte Beratung ist eine Methode, die darauf abzielt, schnell Entlastung zu bringen, Abstinenz zu fördern, Rückfällen vorzubeugen und das Selbstbewusstsein zu stärken. Der Beratungsansatz bietet für das große Spektrum der Selbsthilfegruppen vielfältige Interventionsmöglichkeiten und ist bei regelmäßigem Üben gut zu erlernen.

Das Vorgenannte hört sich sehr hochtrabend an, aber ein ganzes Wochenende, an dem nebenbei zu dem Thema 22 Seiten verarbeitet wurden, lässt sich nicht so einfach ausdrücken.

Fest steht nur, die Gruppenteilnehmenden waren von der leichten Vortragsart begeistert und stellten jetzt fest, dass es gar nicht so schwer ist, das Erlernte bei der Gruppenarbeit in die Tat umzusetzen; denn bei der Art von Gesprächsführung wird den Klienten bewusst, dass sie etwas tun, um das Problem loszuwerden. Es ist die Basis, verloren gegangenes Selbstvertrauen wiederzugewinnen. Probleme liegen in der Vergangenheit, Lösungen in der Zukunft. Wer immer zurückschaut, wird

am Problem haften bleiben. Durch lösungsorientierte Fragen entsteht ein neuer Lebensentwurf auf der Grundlage von Ressourcen und Ausnahmen.

Abhängigen wird in der „Medizinischen Welt“ häufig unterstellt, selbst „Schuld“ an der Krankheit und damit einer Veränderung kaum zugänglich zu sein.

Viele Abhängigkeitserkrankte kennen unterschiedliche Ausprägungen ihrer Symptome, kennen abstinente Zeiten; Zeiten, in denen sie weniger leiden und weniger durch die Folgen ihrer Suchterkrankung beeinträchtigt sind. Unterschiedliche Studien belegen, dass sie ihre Probleme auch ohne Therapie in den Griff bekommen, ihre Sucht kontrollieren, einstellen, die Folgen der Sucht begrenzen. Veränderung ist also etwas ganz Natürliches; etwas, was überall und immer passiert. Dies wurde mir auch durch eine Rückmeldung bestätigt. ■

*Winfried Mallwitz,
BKE LV Niedersachsen*



Referent: Wolfgang Schurtzmann

Referent: Wolfgang Schurtzmann, Med. Hochschule Hannover, Dipl.-Sozialarbeiter, Zusatzausbildungen in Sozialpsychiatrie, NLP, Trauma- und Maltherapie, Suchtberatung in der MHH, Lehrbeauftragter der FHH und Supervisor für Gruppen



Die Alkoholiker

Ein Wochenendseminar des BKE-Landesverbandes Niedersachsen e.V. im Herbst 2016 in Tossen zum Thema:

SUCHT, PARTNER-SCHAFT UND FAMILIE

Auslöser zu dem Thema Sucht war meine Erkenntnis bei Seminaren der letzten Jahre, dass viele unserer SKH viel nach außen bringen, doch zu wenig für sich selbst in der Vergangenheit gesorgt haben. Nach der Begrüßung stellte ich das Bild von Ernest H. Avery vor, was für mich am besten die Sucht in der Familie darstellt.

Es zeigt den Alkoholkranken, dem die Möglichkeit gegeben wird, über 12 Stufen aus der Sucht herauszukommen. Man sieht den Tod mit der Sense, einen gläsernen Sarg und den zerbrochenen Ehering am Flaschenhals. Die Frau reckt hilfeschend den rechten Arm und das traumatisierte Kind hat frustriert dem Teddy den Bauch aufgeschnitten.

Danach ging es zum Thema, was verbindet Dich mit Sucht, Partnerschaft und Familie. Wir nahmen Abstand von der Redewendung „Ich muss“, und dafür sagten wir „Ich entscheide“. So lernten wir, die volle Verantwortung für unser Handeln zu übernehmen.

Unter dem Thema Verstrickung besprachen wir, wer uns in der nassen Zeit wichtig war und was passiert, wenn Partner sich gegenseitig verändern wollen. Spiele und Übungen waren angesagt!

Unter dem Thema Abgrenzung machten wir Übungen, in denen es um Wahrnehmung und Handlungen zum freundlichen Nein ging. Natürlich war hier eine überzeugende Körperhaltung mit Gestik, Mimik und Stimme angesagt.

Beim Thema Zuwendung kamen die guten Quellen der Vergangenheit zur Sprache, der innere Coach wurde betrachtet und natürlich vergaßen wir auch nicht, uns Komplimente zu machen.

Es war ein bewegendes Wochenende, wo als Ausgleich ein Spaziergang auf dem Deich bei herrlichem Sonnenschein möglich war, der auch etwas innere Ruhe brachte. ■

Winfried Mallwitz, BKE LV Niedersachsen

Referenten: Kai Kupka, Diakonie Oldenburg und Familientherapeutin Cathrin Schulz

UNSERE WERBUNG SAGT: DAS BKE IST FÜR ALLE DA, OFFEN FÜR ALLE SÜCHTE!

Das war auch die Meinung einer angehörigen Suchtkrankenhelferin beim Bundesseminar in 2015! Doch als sie sah, wie die Raucherinnen und Raucher in der Pause nach draußen „flüchteten“, musste sie ihre Meinung berichtigen; denn es kann ja nicht sein, dass Suchtkrankenhelferinnen und -helfer im BKE bewusst gegen die öffentliche Meinung arbeiten.

Das kam mir bei meinem letzten Aufenthalt in der Medizinischen Hochschule in Hannover wieder in den Sinn; denn dort las ich auf meiner Station plötzlich den Spruch:

Mit dem Rauchen kann man aufhören, mit dem Atmen nicht.



Da ich gerade eine Herzoperation hinter mir hatte und Atemübungen machen musste, ging mir der Spruch nicht mehr aus dem Kopf und ich sagte mir, dass das stimmt:

Atmen muss man, rauchen nicht!

Was sollten hier die Suchtkrankenhelferinnen und -helfer machen, wenn sie anderen ein Vorbild in einem suchtfreien Leben sein wollen?

Dies ist nur ein kleiner Denkanstoß, vielleicht hilft er jemandem beim Überlegen! ■

Winfried Mallwitz, BKE LV Niedersachsen

Veranstaltungen 2016

BKE Landesverband Niedersachsen e.V. (BKE LV NDS)

Januar

18.01.2016 1. Expertentreffen BV „Menschen stärken Menschen, Hannover
28.01.2016 ELAS Vorstandssitzung in Hannover

Februar

05.02.2016 NLS Arbeitskreis „Sucht“ in Hannover
11.02.2016 ELAS Vorstandssitzung und MV in Hannover
27.02.2016 Vorstandssitzung/Klausurtagung des BKE LV NDS in Rehden

März

04.-06.03.16 Leitungsworkshop BV „Menschen stärken Menschen“ in Delbrück
11.-13.03.16 1. JULITI-Projektteam-Treffen in Oesede
19.03.2016 Kassenprüfung

April

01.-03.04.16 Seminar des LV BKE NDS „motivierende Gesprächsführung“ in Tossens
01.-03.04.16 AHA-Schulung in Obernkirchen
07.04.2016 Redaktionsteamtreffen, Hannover
08.04.2016 Mitgliederversammlung Verein Hannover
09.04.2016 Mitgliederversammlung BKE LV S-H, Ricklingen
23.04.2016 Mitgliederversammlung des BKE LV NDS
29.-30.04.16 1. Fachbereichstreffen „Angehörige“ in Hannover

Mai

06.05.2016 Treffen Organisationsteam „Jubiläumsfeier“
19.05.2016 NLS Arbeitskreis Selbsthilfe, Hannover
21.05.2016 Vorstandssitzung des BKE LV NDS in Rehden
26.05.2016 ELAS Vorstandssitzung in Hannover
29.05.2016 Jubiläumsfeier „20 Jahre BKE LV NDS“ in Rehden

Juni

03.-05.07.16 JuFam, Velbert
14.06.2016 ELAS Vorstandssitzung in Hannover

Juli

15.-16.07.16 NLS Arbeitskreis Selbsthilfe in Bremen

August

13.08.2016 Vorstandssitzung des BKE LV NDS in Rehden
19.-21.08.16 AHA-Schulung in Oesede
26.-28.08.16 Bundesvorstandsklausur in Oesede

September

07.-08.09.16 Redaktionsteamtreffen, Dortmund
09.09.2016 Office-Schulung des Landesvorstandes in Wagenfeld
09.-10.09.16 Coaching des BKE LV NDS in Wagenfeld
18.09.2016 50-Jahr-Feier BKE Rehden e.V. in Rehden
30.09.-03.10.16 Bundeskongress „Menschen stärken Menschen“ in Calau

Oktober

01.10.2016 Bundesdelegiertenversammlung in Calau
07.-09.10.16 Seminar des BKE LV NDS „Sucht, Partnerschaft u. Familie“ in Tossens
14.-15.10.16 Zukunftswerkstatt des BKE LV NDS in Großenkneten
28.10.2016 NLS Arbeitskreis Sucht

November

03.11.2016 ELAS Vorstandssitzung
12.11.2016 ELAS-Selbsthilfetag „Chancen nahtlos nutzen – Zusammenarbeit gestalten“ in Salzgitter
19.11.2016 Vorstandssitzung des BKE LV NDS in Wagenfeld
25.-27.11.16 2. JULITI-Projektteam-Treffen in Hannover

Dezember

02.-04.12.16 2. Fachbereichstreffen „Angehörige“ in Hannover
09.12.2016 Redaktionsteamtreffen, Hannover

Das **BKE** Wissensquiz

Beantwortet diese folgenden 10 Fragen... Wisst ihr alles?

1. Wann wurde das Blaue Kreuz in der Evangelischen Kirche gegründet?

- A 1865
- B 1902
- C 1910

2. Wo war die Geburtsstunde des BKE-Bundesverbandes?

- A Soest
- B Dortmund
- C Bern

3. Wo wurde der erste BKE-Verein in Deutschland gegründet?

- A Hagen
- B Dortmund
- C Herne

4. Wie viele Landesverbände gibt es heute?

- A 4
- B 8
- C 3

5. Wie heißt das BKE-Motto?

- A „Bitte nicht einsam, sondern gemeinsam“
- B „Nicht einsam — gemeinsam“
- C „Gemeinsam — nicht einsam“

6. Für wen ist der Fachbereich JULITI?

- A Für Senioren
- B Für junge Menschen im BKE
- C Für Kinder aus Suchtfamilien

7. Das BKE versteht sich als?

- A Abstinenzverband
- B Selbsthilfverband
- C Suchtkrankenverband

8. Wen begleitet das BKE?

- A nur Angehörige
- B nur suchtkranke Menschen
- C suchtkranke Menschen und Angehörige

9. Wie lautet unsere Internetadresse?

- A www.bkesuchtselbsthilfe.de
- B www.bke-suchtselbsthilfe.de
- C www.bke.com

10. Seit wann ist die Alkoholabhängigkeit als Krankheit anerkannt?

- A 1976
- B 1968
- C 1980



KICKEN GEGEN SUCHT

Fortuna Trocken gewinnt Finale
gegen %o Königsblau in Gelsenkirchen

Ausrichter des fünften verbandsübergreifenden Fußballturniers der Suchtselbsthilfe NRW war in diesem Jahr der BKE Landesverband NRW in Kooperation mit dem Fachausschuss Suchtselbsthilfe NRW (FAS). Unter dem Motto „Kicken gegen Sucht“ wurde Dank einer überragenden Organisation der BKE-Ortsvereine Gelsenkirchen-Haverkamp und Gelsenkirchen-Beckhausen am 06. Juni 2016 bei strahlendem Wetter ein schweißtreibendes, gut besuchtes Turnier durchgeführt... >>>>

Fortsetzung nächste Seite

Die Lösung des Wissensquiz steht auf Seite 58



Der Teller – die Wandertrophäe des Fußballturniers – in den Händen der erneuten Sieger, Fortuna Trocken vom BKE Bochum-Werne.



Drei Initiatoren des jährlichen Fußballturniers vor der Preisverleihung: Marianne Sasse (Geschäftsstelle des BKE-Landesverbandes NRW), Wolfgang Pätch (FAS NRW – Fachausschuss Suchtselbsthilfe), Karl-Hermann Vagt (Landesvorsitzender BKE NRW).



Erwin, das Maskottchen des FC Schalke 04, hat mit seinem Besuch des Turniers nicht nur den Kindern Freude bereitet.



Laut und farbenfroh feuerten die Cheerleader ihre Mannschaft „Die Kaputten“ an.

Werner Wenzl (r.o.: links), Hauptorganisator vom BKE-Ortsverein Gelsenkirchen-Haverkamp, mit Ralf Rojek, dem ehemaligen Vorsitzenden des Schalke Fan-Club-Verbandes, der einige Artikel aus dem Schalke Shop spendete, die zum Wohle der Suchtselbsthilfe an die Meistbietenden versteigert wurden.

Karl-Hermann Vagt (r.u.) vor dem Stand des BKE Gelsenkirchen-Haverkamp. Es gab ausreichend Getränke und Grillwürstchen. Auch alkoholfreie Cocktails haben nicht gefehlt.



Fortsetzung von Seite 31

... Neun Mannschaften mit klangvollen Namen (s. Kästchen) traten auf der Sportanlage Trinenkamp gegeneinander an. Die Organisatoren aus Beckhausen und Haverkamp schickten gemeinsam das Team % Königsblau ins Rennen. So schrieb die WAZ Gelsenkirchen am 30.07.2016:

„Fast wie im echten Bundesliga-Leben: Da kommen die Königsblauen ungeschlagen bis ins Finale - und in der letzten Minute kassieren sie das entscheidende Tor. Wieder „nur“ Meister der Herzen auf heimischem Rasen! Null Promille unterliegen Fortuna Trocken aus Bochum-Werne.“

Fortuna Trocken
% Königsblau
Die Kaputten
Sportcafe
King of Cleans
Drobskick
10 Freunde
Drachentöter
Nie wieder Alkohol

Die Mannschaften kommen z. B. aus Bergkamen, Düsseldorf und Wattenscheid. „Die Kaputten“ haben sogar ihre eigene Cheerleader-Truppe dabei. Derart angefeuert, reichte es für das Team letztlich immerhin noch zu Platz drei. Geschätzte 150 bis 200 Fans säumten den Spielfeldrand.

Wer den gemeinsamen Hintergrund der Teams und ihrer Spieler nicht sofort ausmacht, läuft Gefahr, den Fettnapf zu treffen. „Verkauft ihr hier kein Bier?“ Marianne Sasse, Diplom-Sozialpädagogin beim BKE NRW, nimmt das gelassen und kontert mit Aufklärung. So erfahren die unbedarften Zuschauer, die in der Minderheit sind, viel über Suchtprävention und Selbsthilfe. Und lernen das Credo der Veranstaltung kennen: Fußball geht auch ohne Bier. Es sind Gespräche, die die Veranstalter gern führen – und die gewollt sind.

Marianne Sasse koordiniert diesen Turniersonntag auf der städtischen Anlage am Trinenkamp. Sport in der Selbsthilfe? „Die Sporttradition gibt es regional schon lange“, sagt sie. In Düsseldorf etwa. Da habe die Blau-Kreuz-Gruppe inzwischen das 25-jährige Bestehen ihrer Sporttruppe gefeiert. Und Wattenscheid hätte das SHG-Sportcafé. Immer mehr junge Leute seien von Sucht betroffen, da sei es wichtig, auch andere als nur „Stuhlkreis“-Selbsthilfeangebote zu machen, meint Sasse.

Der Spaß am Fußball auf dem Platz gibt ihr Recht. Finanziell gesponsert wurde das Turnier vom NRW-Gesundheitsministerium. Zahlreiche helfende Hände machten das Turnier zu einem großen Erfolg: Mitglieder der BKE-Ortsvereine Ge-Beckhausen, Ge-Haverkamp und Bergkamen. Ralf von Oepen war am Micro mit der Soundanlage von Forum 2000 Gelsenkirchen Bismarck/Schalke-Nord.

Den Sanitätsdienst erfüllte „Gulliver for Kids“: www.gulliverforkids.de. ■

Basistext: Inge Anshl (WAZ Gelsenkirchen)
Ergänzungen: Arno Verhoeven (BKE Dorsten)



Die siegreichen Mannschaften: Fortuna trocken (schwarzes Trikot) als Turniersieger und die Zweitplatzierten, % Königsblau.

Torreiche Szenen gab es trotz schweißtreibender Hitze reichlich.



ORTSVEREINE ZU BESUCH IM HAUS BOCHUM

Am 15.10.2016 lud der Landesvorstand des BKE NRW seine Mitglieder zu einer kleinen Einweihungsfeier in die Geschäftsstelle nach Bochum ein. 20 Personen nahmen diese Gelegenheit wahr, die schönen hellen Räumlichkeiten in der Mathiasstraße in Bochum kennenzulernen. Besonders der neue Tagungsraum wurde von den Besuchern gelobt. Die angenehme Atmosphäre, die wir an diesem Tag gemeinsam bei Kaffee und Kuchen genießen konnten, bestätigte, dass die Räume gut geeignet sind, Tagesseminare und Gruppenabende mit bis zu 25 Teilnehmenden durchzuführen.



20 Besucher aus BKE-Ortsvereinen in NRW folgten der Einladung zu einer Einweihungsfeier im renovierten „Haus Bochum“.

Das Lob der Anwesenden hat uns, den Mitgliedern des geschäftsführenden Vorstandes und den hauptamtlichen Mitarbeiterinnen, sehr gut getan. Auch wenn das Projekt kräftezehrend war, das Ergebnis der Renovierungsarbeiten hat den Einsatz gelohnt.

Hier passt das Zitat eines unbekanntenen Autors:

„Wer zu spät an die Kosten denkt, kann sein Unternehmen ruinieren.
Wer immer zu früh an die Kosten denkt, tötet die Kreativität und den Fortschritt.“

Hier noch einmal ein herzliches Dankeschön an die Menschen, die uns auf diesem Weg begleitet haben. ■

Marianne Sasse, BKE NRW

LANDESDELEGIERTENVERSAMMLUNG DES BKE NRW IN DORSTEN

In diesem Jahr fand die Landesdelegiertenversammlung mit 84 Teilnehmern aus allen Teilen NRWs beim BKE Dorsten im Gemeindehaus der Ev. Kirchengemeinde Dorsten statt.

Pfarrer Lutterbeck interpretierte in seiner Predigt die Worte aus Jeremia 29, „Wenn ihr mich sucht, werdet ihr mich finden. Ja, wenn ihr von ganzem Herzen nach mir fragt, will ich mich von euch finden lassen. Das verspreche ich, der Herr. Ich werde euer Schicksal zum Guten wenden.“ und schlug die Brücke zur Suchtselbsthilfe: „Wer Hilfe sucht, dem wird geholfen“.

In den Grußworten dankten die Ehrengäste den Suchtselbsthilfegruppen für ihre gute und wertvolle Arbeit. Dorstens Bürgermeister Tobias Stockhoff wies darauf hin, und dass die ehrenamtliche Selbsthilfe für sich und für andere Verantwortung trage und dass die Gesellschaft durch diese Arbeit Geld spare und in hohem Maße davon profitiere. Karl-Heinz Berse von der örtlichen Caritas Suchtberatung hob die langjährige gute und vertrauensvolle Zusammenarbeit der professionellen Suchtberatung mit der ehrenamtlichen Selbsthilfe in Dorsten hervor. Suchtselbsthilfe sei authentisch und glaubwürdig. Ralph Seiler übermittelte Grußworte der Diakonie und bat darum, bei dem Dank an die ehrenamtlichen Suchthelfer die Angehörigen einzubeziehen, die den aktiven Helfern den Rücken frei hielten. Frau Luft von der Dorstener SPD und Lando Horn, unser Bundesvorsitzender aus Brunsbüttel, beschränkten sich auf eine kurze Begrüßung und wünschten der Versammlung ein gutes Gelingen.

Einen Einblick in eine außergewöhnliche BKE-Gruppe gab Rainer Lübbering aus Schwaförden in Niedersachsen. Er berichtete über eine Gruppe für alle abstinent lebenden Motorradfahrer und ihre Angehörigen und für die Motorradfahrer, die bei gemeinsamen Ausfahrten und Treffen solidarisch abstinent sind. Im Vordergrund steht ein Miteinander, ein gemeinsames Erleben mit Ausfahrt, Musik, Lagerfeuer und Gespräche „rund ums Motorrad“, aber auch die Möglichkeit zu einem Austausch über Sucht und Abhängigkeit. Weitere Informationen bietet das Internet unter www.mibke.de.

Unser Schatzmeister Gerhard Schumacher, Gelsenkirchen, konnte die gesicherte Finanzierung und Fertigstellung der Renovierungsarbeiten am Haus Bochum, der Geschäftsstelle des Landesverbandes, vermelden.

Henny Schallenberg, Lengerich, wies als Frauenbeauftragte auf gut besuchte Frauengruppen und Frauengesprächskreise hin und hofft, dass weitere Frauengruppen gegründet werden.

Walter Grewe, Freundeskreis Bergkamen, berichtete von erfolgreichen Männergesprächskreisen und vom Männerseminar.



Karl-Hermann Vagt (re. Vorsitzender des Landesverbandes BKE NRW) mit den Ehrengästen der Landesdelegiertenversammlung des BKE NRW. Von links nach rechts: Karl-Erich Lutterbeck (Pfarrer der Ev. Kirchengemeinde Dorsten), Rainer Lübbering (Internetforum mibke.de für abstinente Motorradfahrer), Tobias Stockhoff (Bürgermeister Stadt Dorsten), Monika Luft (SPD-Stadtverband Dorsten), Karl-Heinz Berse (Fachbereichsleiter Dorsten der Caritas-Suchtberatung und -Behandlung), Lando Horn (BKE-Bundesvorsitzender) und Ralph Seiler (Geschäftsführer des Ev. Fachverbandes Sucht im Diakonischen Werk Rheinland-Westfalen-Lippe).

Iris Koll, Herten I, stellte den Internet-Auftritt der Jugend (www.juliti.de) im BKE vor. Viel Applaus gab es für den JULITI Song „Der erste Schritt“ von cakewalker, der speziell für die Jugendarbeit im BKE komponiert und aufgenommen wurde.

Regina Hoven (Gelsenkirchen-Buer) von der Fachgruppe Angehörige konnte 3 neue Angehörigengruppen im Kreis Recklinghausen vermelden. 5 neue Mediatoren für die Angehörigenarbeit wurden in der AHA-Schulung

ausgebildet. Der 1. Fachtage Angehörige mit 33 Teilnehmenden (Betroffene u. Angehörige) war ein voller Erfolg.

Dieter Bolte (Stemweder Berg) ging auf die aktuellen Gestaltungselemente des BKE ein. Was macht das BKE aus? Blaues Kreuz in einem Schild = Schutz, bunte Kreuze = Vielfalt! Er zeigte einige neue Inhalte auf den BKE-NRW-Internetseiten und forderte die Ortsvereine auf, sich (kostenlos) mit lokalen Inhalten an dem Auftritt des BKE NRW anzuhängen.

Hans-Ulrich Funk stellte den Antrag, eine Einzelmitgliedschaft im BKE NRW zuzulassen – unter der Voraussetzung, dass kein BKE-Verein in einer zumutbaren Entfernung vorhanden sei.

Vor den anstehenden Wahlen wurde Werner Wenzel (Gelsenkirchen-Haverkamp) die Verdienstnadel des BKE NRW für besonders verdienstvolle Mitglieder verliehen. Die Laudatio hielt Karl-Hermann Vagt. Auch wir gratulieren Werner. Du hast es verdient!

Fortsetzung nächste Seite

Fortsetzung von Seite 35



Karl-Hermann Vagt überreicht Werner Wenzl vom BKE Gelsenkirchen-Haverkamp die Verdienstnadel des Landesverbandes NRW.

Karl-Hermann Vagt hatte außerdem zwei langjährige Mitglieder des Landesvorstandes zu verabschieden und überreichte Ewald Decker (Lengerich) und Walter Grewe (Stadtverband Bergkamen) als Dankeschön jeweils einen bunten Blumenstrauß.



Sag es mit Blumen. Ewald Decker (links) und Walter Grewe (2.v.r.) werden von Karl-Hermann Vagt und Hans-Ulrich Funk (rechts) verabschiedet. Im Vordergrund der Beisitzer Lutz Refardt und Schriftführerin Hannelore Leßmann.

Bei den Wahlen wurden Henny Schallenberg (Lengerich) und der Dorstener Lutz Refardt als Beisitzer in ihren Ämtern bestätigt. Daniela Junglas (Dorsten), die bereits der Angehörigen-Fachgruppe des Landesverbandes angehört, wird sich als neue Beisitzerin verstärkt der Angehörigenarbeit widmen und Gehör für die besonderen Probleme der Angehörigen von Suchtkranken schaffen. Als weitere Beisitzer wurden gewählt: Birgit Pohlmeier (Stemweder Berg), Heinz Hoven (Gelsenkirchen-Buer) und Thomas Simons (Dorsten). ■

Text und Fotos: Arno Verhoeven, Dorsten



Der BKE-NRW-Landesvorstand 2016-2017: (v.l.n.r.) Heinz Hoven, Gerd Schumacher, Hans-Ulrich Funk, Karl-Hermann Vagt, Daniela Junglas, Hannelore Leßmann, Henny Schallenberg, Rainer Koll, Dieter Bolte, Birgit Pohlmeier, Lutz Refardt, Iris Koll, Thomas Simons



Aufmerksame Delegierte und Interessierte bei der BKE-NRW-Landesdelegiertenversammlung in Dorsten am 08.10.2016.

BKE-Landesverband NRW e.V. in Bochum erhält 4.640,- EUR

BETROFFENE NUTZEN DAK-FÖRDERUNG FÜR PROJEKTARBEIT

Geldspritze für einen guten Zweck: Die DAK in Bochum unterstützt die Arbeit des Blauen Kreuzes in der Evangelischen Kirche Landesverband NRW e.V. mit 4.640,00 Euro. Mit der Förderung der Krankenkasse finanzieren die Betroffenen und ihre Angehörigen verschiedene Projekte in der Beratung von Selbsthilfegruppen auf örtlicher Ebene. „Wir freuen uns sehr über diese Unterstützung und danken der DAK“, sagt Karl-Hermann Vagt, Landesvorsitzender der Selbsthilfegruppe. „Das hilft unserer Arbeit.“

Nach einer aktuellen DAK-Studie sehen 90 Prozent der Deutschen Selbsthilfegruppen als sinnvolle Ergänzung zur ärztlichen Behandlung. „In unserem Gesundheitssystem ist der Erfahrungsaustausch untereinander sehr wichtig“, sagt Uwe Zulauf, DAK-Chef in Bochum. „Für uns ist die Förderung der gesundheitsbezogenen Selbsthilfe mehr als nur eine gesetzliche Aufgabe.“ Das zeigten viele positive Rückmeldungen. Gerade für Betroffene mit seltenen oder sehr langwierigen Erkrankungen sei es schwierig, verständnisvolle Gesprächs-



Uwe Zulauf (links), DAK-Chef in Bochum bei der Übergabe des symbolischen Schecks über 4.640,00 Euro an Karl-Hermann Vagt, Vorsitzender des Vorstandes des BKE in NRW.

partner außerhalb der Familie zu finden. „Deshalb informieren unsere Kundenberater im Krankheitsfall über regionale Angebote“, so Zulauf.

50.000 Selbsthilfegruppen in Deutschland

Etwa drei Millionen Menschen haben sich bundesweit in rund 50.000 Selbsthilfegruppen zusammengeschlossen. In vielen Städten und Regionen gibt es Selbsthilfekontaktstellen, die einen Überblick über die Angebote zu einzelnen Erkrankungen oder Behinderungen bieten. Bundesweite Informationen gibt die Kontaktstelle NAKOS unter www.nakos.de. Hilfe für Eltern von Kindern und Jugendlichen bietet das Kindernetzwerk e.V. unter www.kindernetzwerk.de. ■

Pressemitteilung der DAK vom 31.08.2016

Ein BKE-SEMINAR-WOCHENENDE GANZ OHNE STRESS

Stress kann krank machen – das weiß jeder. Auch ich habe es schon leidlich erfahren müssen: Die Herzfrequenz steigt, die Verdauungsorgane streiken, kein klarer Gedanke zu fassen – und vieles mehr an ungesunden körperlichen Reaktionen.

Unser vom 23.-25.09.2016 angebotenes Seminar mit dem Titel „Stressfrei durchs Leben“ bot sich nun an, etwas für mich zu tun. Ich erwartete mir Anregungen, wie ich meinen persönlichen Alltag ruhiger und gelassener gestalten kann.

Gleich zu Anfang gesagt, meine Erwartungen wurden mehr als erfüllt. Tolles Haus (Heimvolkshochschule Gottfried Könzgen in Haltern am See), nette Teilnehmende, Wetter machte dem Begriff Altweibersommer alle Ehre und der Unterricht der kompetenten Referentin war kurzweilig und lehrreich.

Birgit Mokross ist Dipl. Pädagogin, besitzt eine Zusatzausbildung als Psychotherapeutin und als Entspannungstrainerin und übt sich seit Jahrzehnten in fernöstlichen Heilmethoden, wie dem Qi Gong.

Fortsetzung nächste Seite



Die Teilnehmer des Seminars „Stressfrei durchs Leben“ in der Heimvolkshochschule G. Könzgen in Haltern am See bei herrlichem Sonnenschein.

Gleich am Freitagabend, nachdem wir Teilnehmenden uns gegenseitig vorgestellt hatten, wurden uns vier Bewegungsmuster aus den sog. 8 Brokatübungen beigebracht. Das sind für jeden sehr leicht erlernbare, langsam ausführbare, fließende Bewegungen – der Atem passt sich an, der Körper wird angenehm gedehnt und Verspannungen lösen sich. Das Qi (die Lebensenergie) kann so wieder fließen. Die Bezeichnungen dieser Brokatübungen sind amüsant und drücken genau das aus, wie sie ausgeführt werden sollen, z. B. den Bogen spannen, den Himmel halten oder die Sorgen wegstreichen.

Am nächsten Morgen begrüßten wir Teilnehmenden den Tag mit Taulaufen auf dem Rasen. Im ersten Moment eisig kalt an den nackten Füßen, wurde es während des Laufens mollig warm und gut durchblutet. Zurück im Seminarraum wiederholten wir, wie so oft noch an diesem Wochenende, unsere Übungen vom Vortag – ich kann schon jetzt sagen, wir alle haben sie am Ende des Seminars perfekt beherrscht.

Nach den Bewegungseinheiten verwöhnte uns Birgit mit Phantasie Reisen und Übungen aus dem Autogenen Training – einige von uns waren so tiefenentspannt, dass sie nach kurzer Zeit einschlummerten – erstaunlich, denn ein paar von ihnen erzählten im Vorfeld, dass Entspannung auf Zuruf bei ihnen nicht funktioniert.

Ebenso stellte sie uns auch die progressive Muskelrelaxation nach Jacobsen vor. Hier war ja wieder aktives Mitmachen gefragt. Durch das ca. 1-minütige Anspannen der großen Muskelpartien (Arme, Beine, Rumpf, Gesicht) machte sich bei der direkt anschließenden Entspannung besagter Muskeln ein wohliger warmes Gefühl im Körper breit. Auch hier fühlte ich bestätigt: Ist die Lebensenergie im Fluss, haben es Krankheitserreger schwer, sich im Körper auszubreiten.

Interessant war auch die von Birgit vorgestellte Methode aus den kognitiven Therapien. Auch eine negative Grundeinstellung zum Leben verursacht krankmachenden Stress.

Bei der so genannten ABC-Methode steht das A für ein auslösendes Ereignis, welches durch das irrationale Gedankenmuster des Betroffenen so verzerrt wird – nämlich B – dass das Ereignis als unangemessen negativ bewertet wird – schlimmer noch: Die Person selbst bewertet sich negativ – dafür steht dann der Buchstabe C.

Diese Strecke, für die der Buchstabe B steht, gilt es, in dieser Therapie zu analysieren und umzuprogrammieren. Hierauf näher einzugehen, dafür reicht natürlich ein Wochenende nicht aus.

Ich könnte noch viel über das Wochenende schreiben, welche positiven Eindrücke die Referentin und auch die anderen in der Gruppe bei mir hinterlassen haben. Bei der Abschiedsrunde am Sonntag wurde auch durchweg positiv über diesen „Kurzurlaub“ geurteilt und einige wünschten sich eine Wiederholung. Das wünsche ich mir auch – vielleicht also bis 2017 mit Birgit in Haltern. ■

Gabi Milewski, BKE NRW

SCHLÜSELERLEBNISSE STELLEN DIE WEICHEN

Vor drei Jahren hatte ich mein Schlüsselerlebnis. Damals habe ich noch getrunken. Mein Sohn und seine Frau kamen mit dem drei Monate alten Enkel zu Besuch. Die Wiege, in der das Kind lag, stand auf dem Esstisch. Ich wollte den Kleinen aus der Wiege nehmen, um ihn zu halten. Mein Sohn sagte nur: „Bitte lass ihn liegen, du hast getrunken.“ Das tat weh – ein Schlag im ganzen Körper und die Erkenntnis: „Du hast getrunken, also musst du das Kind liegen lassen. Du trinkst!“

Am nächsten Tag bin ich zur Entgiftung ins Krankenhaus gegangen. Später habe ich mich bei meinem Sohn für seine ehrlichen Worte bedankt. Durch meinen Enkel bekam ich mein Leben zurück. ■

Judith P.



Der neue Sitzungsraum im renovierten Haus Bochum hat auch den Sponsoren gefallen (v.l.n.r.): Herr Neuhaus (Geschäftsführer EBW), Ralph Seiler (Geschäftsführer des Ev. Fachverbandes Sucht im Diakonischen Werk RWL), Lore Bösken (Vorstandsvorsitzende der Karl Heinz und Hannelore Bösken-Diebels Stiftung), Karl-Hermann Vagt, Gabi Milewski



SPONSOREN-TREFF IM HAUS BOCHUM AM 20.09.2016

Karl-Hermann Vagt empfing nach Fertigstellung des Hauses Bochum in der renovierten Geschäftsstelle des BKE-Landesverbandes NRW die Hauptsponsoren, um mit folgenden Worten den Dank des Landesverbandes an die Unterstützer zu richten:

„In den letzten 18 Monaten ist hier sehr viel geschehen und es ist auch sehr viel erreicht worden. Auf diesem langen Weg gab es viele Schwierigkeiten. Unser Vorstand hat einige schlaflose Nächte verbracht. Immer wieder die Frage, wenn ein neues Problem auftauchte, wie soll es morgen weitergehen? Können wir unter den finanziellen und auch nervlichen Belastungen weiter arbeiten? Können wir unseren erfolgreichen Betrieb weiter aufrechterhalten?“

Wir haben immer weitergemacht. Und das hat sich auch gelohnt, wie man heute an dem Ergebnis feststellen kann. Aber wie ist uns das gelungen? Viele Personen haben uns unterstützt - in erster Linie materiell. Dazu kommt heute unser herzliches Dankeschön.

An dieser Stelle geht unser Dank auch intern an unseren Landesverband. Nach dem Aufruf an alle Gruppen, uns finanziell zu unterstützen, erlebten wir eine großartige Resonanz. Kleinste Gruppen haben uns unterstützt. Die Mitglieder unseres Vorstandes haben auf Entschädigungen, auf Fahrtkosten verzichtet. Andere haben sich um Spenden bemüht. So könnte ich noch vieles aufzählen.

Meine Damen und Herren, Sie alle haben uns auf diesem Weg unendlich unterstützt und geholfen. Unser renoviertes Haus steht. Sicherlich gibt es zukünftig noch den einen oder anderen Wunsch. Wir haben jetzt schöne Arbeitsplätze, haben einen neuen Seminar- bzw. Konferenzraum. Dieser wird zukünftig auch für Tages-

seminare genutzt werden können. Das wird sich auch für unsere Gruppen anbieten. Unsere Wohnung im Erdgeschoss ist gut vermietet, die Außenanlagen lassen sich wieder gut sehen.



Nachher



Vorher

Die Bilder sagen mehr als 1000 Worte

Nochmals mein – unser – Dankeschön an Sie. Jetzt stehen wir Ihnen weiterhin zu Verfügung. Für eine kleine Stärkung ist gesorgt. Wir haben sicherlich noch einen schönen Nachmittag in unseren neuen Räumen.

Wir sind dankbar und glücklich. ■

Karl-Hermann Vagt, Vorsitzender BKE NRW

Veranstaltungen 2016

BKE Landesverband NRW e.V.

Januar

15.-17.01.2016 Basiswissen Sucht 7: Partnerschaft und Familienleben bei Helfenden

Februar

06.02.2016 Bergkamener Tag: Altes bewahren - Neues entwickeln – Neue Süchte in der Gruppe
 12.-14.02.2016 Basiswissen Sucht 8: Sich selber und Anderen helfen
 13.02.2016 Frauengesprächskreis Ruhr: Selbstliebe – Lerne dich selbst zu lieben
 13.02.2016 Frauengesprächskreis OWL: Sucht im Alter
 19.-21.2.2016 Bürgerschaftliches Engagement: Alles muss ich selber machen?!
 27.02.2016 Ahmser Treff – Menschen stärken Menschen – Was bedeutet das für mich?

März

01.-03.07.2016 Männerseminar: Männlichkeit, Alter und Sucht
 11.-13.03.2016 Basiswissen Sucht 1: Die Sucht – Entstehung, Verlauf und Behandlung – Formen der Gesprächsführung
 12.03.2016 Männergesprächskreis Bergkamen: Der bewegte Mann
 18.-20.3.2016 Wissen macht sicher: „Verbringe nicht zu viel Zeit, ein Hindernis zu suchen – es könnte keines da sein!“ (Franz Kafka)

April

02.-04.09.2016 Basiswissen Sucht 3: Andere Süchte – Doppeldiagnosen
 09.04.2016 Frauengesprächskreis OWL: Frauen und Medikamente
 09.04.2016 Glaubensgesprächskreis: Unser Leben sei ein Fest
 15.-17.04.2016 Angehörigenseminar: Angehörig – Nahestehend – Was ist mit mir da los?
 16.04.2016 Frauengesprächskreis Ruhr: Geben und Nehmen in der Partnerschaft
 30.04.2016 Bergkamener Tag: Altes bewahren – Neues entwickeln – Neue Menschen in der Gruppe

Mai

07.05.2016 Ahmser Treff – Menschen stärken Menschen – Woher bekomme ich Kraft?

Juni

03.-05.06.2016 Frauenseminar: Gelassen älter werden
 03.-05.06.2016 Basiswissen Sucht 2: Person des Helfenden / Haltung – Angehörigenseminar im weitesten Sinne (Sucht im System)
 10.-12.06.2016 Kennenlernseminar: Kontakte knüpfen aber wie?

August

27.08.2016 Frauengesprächskreis OWL: Sucht ist eine Familienerkrankung

September

03.09.2016 Ahmser Treff - Menschen stärken Menschen – Sucht und Migration
 03.09.2016 Frauengesprächskreis Ruhr: Hemmung – Angst – Chance
 10.09.2016 Bergkamener Tag: Altes bewahren – Neues entwickeln, Projekttag: Gemeinsam Neues wagen
 16.-18.9.2016 Yoga: „Und ich habe gemerkt, das Wunder auf das ich so lange gewartet habe, bin ich selbst.“ (Selma Lagerlöf)
 17.09.2016 Glaubensgesprächskreis: Rituale geben Geborgenheit
 17.09.2016 Männergesprächskreis Lengerich: Hardware, Software oder doch Heartware?
 23.-25.9.2016 Stressfrei-Seminar: Entspannt und Stressfrei durchs Leben

Oktober

21.-23.10.2016 Basiswissen Sucht 4: Methodik und Didaktik der sozialen Gruppenarbeit – Konflikte
 22.10.2016 Fachtag Angehörige: Was uns eint und was uns trennt.

November

05.11.2016 Frauengesprächskreis OWL: Gelassen sein – Gelassen bleiben
 12.11.2016 Frauengesprächskreis Ruhr: Vorurteile – woher kommen sie – Wie baue ich sie ab?
 12.11.2016 Ahmser Treff - Menschen stärken Menschen – Aufbruch geht nicht ohne Rückblick
 18.-20.11.2016 Seminar für Glaubens- und Lebensfragen: Feiertage – Atempausen der Seele.
 19.11.2016 Bergkamener Tag Altes bewahren – Neues entwickeln – Sucht und Migration
 26.11.2016 Männergesprächskreis Lippstadt: Coolness und Suchtmittel: Gibt es da Zusammenhänge?

All diese Angebote sind nur möglich, weil zum einen die Weiterbildungsarbeit durch Weiterbildungsmittel des Landes unterstützt wird und viele weitere Förderer sich einsetzen für unsere wichtige Aufgabe.

Zu nennen sind neben den

- gesetzlichen Krankenkassen auch
- die Evangelische Kirche von Rheinland und Westfalen,
- das Diakonische Werk Rheinland-Westfalen-Lippe e. V. – Diakonie RWL
- die Rentenversicherung BUND
- die Karl Heinz und Hannelore Böskes-Diebels-Stiftung und private Spender

Landtagsgebäude in Kiel.

17. Suchtselbsthilfetag in Schleswig-Holstein

TABUBRÜCHE UND IHRE FOLGEN

Enttabuisierung des Themas „Sucht in der Gesellschaft“

Im Landeshaus ging es am 09. und 10.06.2016 um Wege aus der Sucht. Der Suchtselbsthilfetag fand bereits zum 17. Mal statt – und ist nach Einschätzung der Veranstalter noch immer bitter nötig. »»»

Fortsetzung nächste Seite



Kristin Alheit, Ministerin für Soziales, Gesundheit, Wissenschaft und Gleichstellung (re.), und Lando Horn, Landesvorsitzender BKE SH

Dass sich in der Wahrnehmung des Themas in den vergangenen Jahren jedoch etwas bewegt hat, verdeutlicht der Fachvortrag, den Prof. Dr. Regina Kostrzewa von der Medical School Hamburg gehalten hat. Er behandelte die Enttabuisierung des Themas „Sucht in der Gesellschaft“ und beschrieb, wie Tabubrüche Anti-Stigmatisierung ermöglichen. Eröffnet wurde das Programm zuvor von Lando Horn, Landesvorsitzender des Blauen Kreuzes in der Evangelischen Kirche, BKE Landesverband Schleswig-Holstein e.V.

Sozialministerin Kristin Alheit und Landtagsvizepräsident Bernd Heinemann hielten die Grußworte. ■



Professorin Dr. Regina Kostrzewa

Gesundheitsministerin Kristin Alheit anlässlich des Suchtselbsthilfetages in Kiel: Selbsthilfe leistet wichtigen Beitrag zur Suchtbekämpfung – Dank an Engagierte.

KIEL. Der vom Gesundheitsministerium unterstützte 17. Suchtselbsthilfetag mit der Kampagne „Wir für alle“ fand am 9. Juni im Kieler Landeshaus statt. Die Kampagne der Suchtselbsthilfe Schleswig-Holstein soll zur Enttabuisierung des Themas Sucht beitragen und zugleich informieren, auch um weitere Mitglieder zu gewinnen. Die Suchtselbsthilfe-Angebote richten sich nicht mehr ausschließlich an die Betroffenen selbst, sondern auch



Die Suchtselbsthilfe-Verbände präsentierten sich im Foyer des Landtages in Kiel

Tabu: Definition „Jede Kultur kennt Tabus, also strikte Verbote, die man nicht ungestraft verletzen darf. Gegenstände, die man nicht berührt., Orte, die man nicht betritt. Wörter, die man nicht ausspricht. Tabus variieren in hohem Maße von Kultur zu Kultur.“ (Valetzke, 1996, 97)



Landtagsvizepräsident Bernd Heinemann.

an ihr gesamtes Umfeld. Durch die Ausbildung von Multiplikatorinnen und Multiplikatoren soll die Nachhaltigkeit der Kampagne über das Jahr 2016 hinaus gesichert werden.

Gesundheitsministerin Kristin Alheit sagte in ihrem Grußwort: „Mein herzlicher Dank gilt den vielen Mitgliedern der Suchtselbsthilfe! „Die Suchtselbsthilfe in Schleswig-Holstein lebt von einer Vielzahl hoch motivierter ehrenamtlicher Helferinnen und Helfer, auf die ich sehr stolz bin. Sie unterstützen Betroffene im Alltag, sie stabilisieren, sie fangen auf und sie halten sie ab.“

Zu dem am Veranstaltungstag veröffentlichten Bericht der Drogenbeauftragten der Bundesregierung betonte Ministerin Alheit: „Die positiven Trends etwa bei der Abnahme des Komasaufens oder bei jugendlichen Rauchern sind Bestätigung und Ansporn zugleich: Gemeinsam müssen wir die Präventionsanstrengungen fortsetzen und dabei auch neue Trends in den Fokus nehmen. In Schleswig-Holstein beispielsweise durch die erfolgreichen Medienkompetenztage oder auch das Modellprojekt „Klar bleiben – feiern ohne Alkoholrausch.“

Die Landesverbände der Suchtselbsthilfe vertreten zusammen insgesamt ca. 300 Selbsthilfegruppen in allen Landesteilen. Neben Menschen mit Alkoholproblemen und ihren Angehörigen sind auch Menschen mit anderen Abhängigkeiten in den Suchtselbsthilfeverbänden aktiv. Wie u. a. Mediensucht, illegale Drogen, Glücksspiel und Medikamente. ■

www.suchtselbsthilfe-sh.de



„Macht mit und werdet Teil einer großen Gemeinschaft.“
Das Plakat für den 17. Suchtselbsthilfetag in Schleswig-Holstein.

Sucht darf kein Tabu sein!

Zum Suchtselbsthilfetag im Landeshaus erklärte der drogen- und suchtpolitische Sprecher der SPD-Landtagsfraktion, Peter Eichstädt:

Die Präsentation der Selbsthilfegruppen zeigt das breite Spektrum der Hilfsangebote, aber auch der Süchte. Die Suchtselbsthilfe ist neben den professionellen Beratungs- und Hilfsangeboten ein wesentlicher Baustein der Hilfe für Menschen mit Abhängigkeiten unterschiedlichster Art. Sie gibt vielen Betroffenen Gelegenheit, niederschwellig von ehrenamtlich tätigen Helferinnen und Helfern und in Selbsthilfegruppen Unterstützung und Stabilisierung zu erhalten.

Auch ein Leben ohne Suchtsubstanzen kann ein erfülltes Leben sein. Dass Betroffene zu dieser Erkenntnis gelangen und sie befolgen, dabei helfen Selbsthilfegruppen.



Peter Eichstädt, Suchtpolitischer Sprecher der SPD-Landtagsfraktion.

Wichtig für Menschen, die mit einer Suchtproblematik ihren eigenen, persönlichen Kampf führen, ist die Enttabuisierung dieses Themas. Die Formen von Sucht sind vielfältig und gehören in den Fokus der öffentlichen Wahrnehmung. Nicht zuletzt die Tabuisierung und damit die Strategien der Betroffenen, die eigenen Nöte möglichst geheim zu halten, erschweren den Weg aus der

Sucht entscheidend. Umso wichtiger ist der offensive Umgang mit dem Thema, wozu der Suchtselbsthilfetag einen Beitrag leistet.

Die SPD-Fraktion wird weiterhin Selbsthilfeorganisationen dabei unterstützen, ihre wichtige Arbeit wirksam und von bürokratischen Barrieren möglichst wenig belastet zu leisten und weiter zu entwickeln. ■

AUSBILDUNG ZUR GRUPPEN- BEGLEITUNG

In der Dezemberausgabe 2015 berichteten wir über die Durchführung eines weiteren Seminarblocks Ausbildung zur Gruppenbegleitung 2015/16.

Die Arbeitsgemeinschaft der Suchtselbsthilfeverbände in Schleswig-Holstein bietet die Gruppenbegleiterausbildung für ehrenamtliche Mitarbeiterinnen, Mitarbeiter und Interessierte der angeschlossenen Verbände an.

Verantwortlich für die Durchführung in den Jahren 2015/16 ist das BKE, Landesverband Schleswig-Holstein e.V. Die inhaltliche Leitung liegt bei unserer Referentin Beate Sievertsen. Die Platzvergabe ist zu gleichen Anteilen den angeschlossenen Suchtselbsthilfeverbänden vorbehalten.

Die Ausbildung umfasst 6 Wochenenden à 13 Unterrichtsstunden, mit 20 Teilnehmenden und 3 Referenten.

Voraussetzungen zur Teilnahme waren:

- eine 2-jährige Abstinenz; sollte sich während des Lehrgangs herausstellen, dass dieses Kriterium nicht erfüllt ist, kann der Lehrgang für Betroffene nicht fortgesetzt werden.

- die Teilnahme am letzten Seminarwochenende muss garantiert sein
- die Referenten entscheiden gemeinsam über die Zertifikatsvergabe
- die Teilnahme von Paaren ist nicht möglich

Die Gesamtausbildung wird vom Institut für interdisziplinäre Sucht- und Drogenforschung – ISD Hamburg evaluiert und mit Fragebögen an die Teilnehmenden begleitet.

Mit dieser Befragung wird das Ziel verfolgt, den langfristigen Lernerfolg der Gruppenbegleiter-Ausbildung zu erheben, weiter die Akzeptanz und die kurzfristigen Lernerfolge von insgesamt sechs Ausbildungswochenenden darzustellen.

Die Eingangsbefragung wurde 2 Wochen vor Beginn der Ausbildung, die Nachbefragung ein halbes Jahr nach Abschluss der Ausbildung durchgeführt.

Die Evaluierung soll dazu dienen, unsere verbandsübergreifende Ausbildung der letzten Jahre und der zukünftigen Lehrgänge auf Inhalt und Nachhaltigkeit zu überprüfen.

Die Auswertung des Ergebnisses soll dazu beitragen, dass die verbandsübergreifende Ausbildung den notwendigen Ansprüchen an die Suchtselbsthilfe weiterhin gerecht wird.

Das Resultat wird im nächsten „BKE VIELFALT“ erscheinen. ■

N.N.



Die Teilnehmenden der ersten Ausbildung zur Gruppenbegleitung 2015/2016.



Fachgruppe im Gespräch:
Wie habe ich gefühlt?

Fachtag Familienkrankheit Sucht WAS UNS EINT, WAS UNS TRENNT

Das soziale Umfeld der Familienkrankheit Sucht verbindet das Schweigen und Verheimlichen. Um eine zufriedene Abstinenz, ein zufriedenes suchtmittelfreies Familienleben neu aufzubauen, sind Angehörige in der Suchtarbeit und Suchtselbsthilfe ein entscheidender Erfolgsfaktor.

Menschen aus und im sozialen Umfeld von suchtblasteten Familien wissen oft nicht, welchen Anteil Familienmitglieder oder Arbeitskollegen an der Familienkrankheit Sucht haben. Im Laufe des Zusammenlebens verändern sich die Verhaltensmuster, die das Überleben in einer Suchtfamilie, im sozialen Umfeld ermöglichen. Der Süchtige weiß, warum Hilfe notwendig ist (Druck kommt vom Arbeitgeber, dem/der Partner/in, dem eigenen Körper). Der Familienangehörige weiß/spürt nicht, funktioniert nur noch.

Im Verlauf des Fachtages wurde deutlich: Die Aufmerksamkeit der Hilfsangebote und Therapiemöglichkeiten richtet sich an Suchtmittel-Erkrankte. Zwar ist von mehreren TeilnehmerInnen über einen Aufenthalt in einer Psychosomatischen Klinik berichtet worden. Eingewiesen wegen Burn-Out oder psychosomatischen Erkrankungen. Die Teilnehmenden sagten zum Beispiel: „Mein Leben hätte gut enden können. Denn was konnte ich noch an schönen Momenten sehen? Der Alkohol beherrscht/e den Tag und die Gedanken und die Ausweglosigkeit.“ Viele sagten: „Ich habe aus Scham oder der

Angst, versagt zu haben, dem Hausarzt, den behandelnden Ärzten während der Reha-Maßnahme nichts von der Alkoholkrankheit, des Partners/der Partnerin, gesagt.“ Das Schweigen verhindert ein Aussteigen. Familienstrukturen ändern sich nicht.

In einer der schlimmsten Phasen meines Lebens habe ich mich (wie?) gefühlt? Diese Frage haben alle Anwesenden mit übereinstimmenden Begriffen beantworten können. Der Schmerz und die Gefühle haben alle gemeint.

Trennend waren dann ganz eindeutig die Antworten auf die Frage: Welche Hilfen gab es, was habe ich für mich getan? Hilflosigkeit und „im Stich gelassen“, der deutlichste Unterschied auf der Angehörigenseite.

Könnte sich ein Vielfaches an seelischer und körperlicher Verletzung, verlorener Arbeits- und Lebenszeit, Reha- und Krankenkassenausgaben erübrigen, wenn es früher Hinweise auf Hilfsangebote und Selbsthilfegruppen gibt? Viele offene Fragen, die die Teilnehmer in die einzelnen Einrichtungen, Behörden, Selbsthilfeverbände, Selbsthilfegruppen und Vorstände mitgenommen haben an diesem Tag: „Es geht nicht um Schuld, sondern um eine schwere Krankheit, die alle in ihrem Umfeld beteiligten Personen verändert und betrifft.“ Wie gelingt ein gemeinsamer Weg in ein suchtmittelfreies soziales Umfeld? Ist der weitere Weg – im Positiven = hoffnungsvoll – oder vielleicht auch im Negativen = Angst vor dem Alleinsein, zu gehen. Schulden bearbeiten - Schuldnerberatung – unabhängig werden. Erste Hilfe suchen und annehmen. Lernen bei mir, bei meinen Bedürfnissen zu bleiben. Und vieles??? mehr. ■

Nach dem Fachtag ist vor dem Fachtag.

Heidi Bous, FG Angehörige

DIE SEELE TANKT AUF TANKSÄULE STATT SUCHTKEULE

Wie ein Auto, das Benzin zum Fahren braucht, so braucht die menschliche Seele im Alltag unterschiedliche Tanksäulen, um positive Gefühle aufzutanken und gesund und motiviert durch das Leben gehen zu können!

Jeder kennt Lebenssituationen, in denen positive Tanksäulen wegbrechen und die Seele aus dem Gleichgewicht gerät. Manchmal werden dann Ersatzsäulen aufgebaut oder angelaufen, die auf Dauer nicht gut für Seele und Körper sind und zu einer Sucht führen können (z. B. Alkohol). Sie kennen diese Lebenssituationen? Ihre Tanksäulen und die Ihrer Familie sind weggebrochen oder nur noch schwer erreichbar? Sie hatten oder haben einen Ersatz für sich gefunden, der Ihnen und Ihrer Familie nicht gut tut? Sie und Ihre Familie finden aber keinen gemeinsamen Weg, um wieder eine Familien-Tankstelle aufzubauen oder die ehemalige zu renovieren?

Wir laden herzlich dazu ein, dies mit uns anzugehen!

Das BKE in Schleswig-Holstein bietet ab diesem Jahr mit dem Seminar Tanksäule statt Suchtkeule ein kurzes, individuelles Familiencoaching, ergänzt durch ein spannendes Wochenendseminar mit gleichgesinnten Familien. Durch Fachimpulse, erlebnispädagogische Methoden und Gruppenarbeiten identifizieren die Coaches mit den Teilnehmenden eine gemeinsame, (neue) positive Tankstelle. Die teilnehmenden Familien, an der jede/jeder seine eigene Zapfsäule erhält. Auch ein „Reservekanister“ für jedes Familienmitglied wird erarbeitet, um in jeder Lebenslage die Seele positiv aufzutanken zu können!



Das Coaching wird zeitlich in Absprache je nach Verfügbarkeit vereinbart.

Unser erstes gemeinsames Wochenendseminar fand vom 04.-06. Nov. 2016 statt.

Das Projekt kann insgesamt maximal 5-7 Familien aufnehmen, d. h., die Plätze sind begrenzt.

Wir bitten daher, an den Landesverband per E-Mail kurz zu schreiben, warum gerade eure Familie dabei sein möchte! Aus den Mails stellen wir dann eine Projektgruppe zusammen und unsere Coaches nehmen persönlich Kontakt zu der Familie auf und vereinbaren einen persönlichen Coaching-Termin!

Bei Interesse schreibt uns bitte kurz und bündig eure Motivation an info@bke-sh.de mit euren Kontaktdaten und eurer Erreichbarkeit! ■

N.N.



„Die Seele tankt auf“

Tanksäule statt Suchtkeule



Schlüsselbild, Logo und Broschüre der Kampagne

SUCHT UND SEXUALITÄT

EIN SCHWIERIGES THEMA

Da das Seminar „Sucht und Sexualität“ im Jahr 2015 bei den Teilnehmerinnen großen Anklang gefunden hat, fand nun eine weitere Veranstaltung unter dieser Überschrift statt. Bereiche wie der Zusammenhang zwischen Sucht und Sexualität, die Bedeutung von Sexualität für jede einzelne und ihr Umgang damit, die Akzeptanz (oder Nicht-Akzeptanz) des eigenen Körpers sowie andere Themen werden angesprochen und zum Teil durch Übungen vertieft. Die Teilnehmerinnen durften auch eigene Vorschläge, die das Gebiet „Lust und Frust“ betreffen, einbringen. Die Arbeit an den einzelnen Themenblöcken wurde durch Entspannungsübungen, Bewegung und durch das Vorlesen kleiner Texte aufgelockert. Mit Rückblick auf unser Seminar 2015 durfte damit gerechnet werden, dass es viel Spaß und, neben aller Ernsthaftigkeit bei der Beschäftigung mit einer durchaus sensibel zu behandelnden Thematik, jede Menge zu lachen gab.

Ein Bericht von Heidi Bous

Frauenseminar vom 22. – 24. Juli 2016 in Ricklingen, Referentin war Beate Sievertsen.

Das Wochenende in Rickling habe ich mit gemischten Gefühlen begonnen. Und am Freitagabend wusste ich nicht – bleibe ich oder reise ich ab.

Ich bin geblieben. Und im Laufe des Samstagvormittags habe ich mich, dank der liebevollen und klugen Leitung von Beate und dem Vertrauen in die Gruppe, auf das Thema einlassen können.

Schnell wurde mir klar, wie viel Lebensfreude mir verloren gegangen ist, weil es mir nicht möglich war – und ist – über dieses Thema mit meinem Partner zu sprechen.

Geprägt bin ich durch die Verhaltensweisen aus der Kindheit und die 50er-Jahre-Erziehung. Trotz Rebellion und Ausflügen in die sexuelle Freiheit beeinflussen diese Verhaltensmuster mein Denken und Handeln immer noch.

Das Thema ist eines der großen Tabus im Riesen-Puzzle „Familienkrankheit Sucht“.



Die Gemeinsamkeit findet sich in der Frage:

Wann habe ich mich in meinem Leben einmal hemmungslos und selbstvergessen und nüchtern meinem Partner und der Lust hingeben können?

Scham, Versagensängste, nicht genügen und nicht gesehen und nicht getraut.

Wie schade, das will ich ändern – in kleinen Schritten. Hilfreich ist eine in diesem Seminar angefertigte Zeichnung meines Körpers mit seinen Vorzügen und wenigen Schwächen. Und wenn ich ganz mutig bin, kann ich meinen Zauberstab einsetzen, der mit viel Magie und Freude am Samstagnachmittag entstanden ist, und mir 3 Wünsche erfüllt. Ich muss nur aufpassen und die Wünsche richtig formulieren!

Ich spüre Dankbarkeit und Lebenslust. Mein Lebensweg hat mich zu meiner Selbsthilfegruppe und zum BKE geführt. Hier habe ich die Möglichkeit gefunden, mich zu verändern und zufriedener mit mir zu leben.

Und ganz nebenbei darf ich die besten Menschen kennenlernen. Fühle mich aufgehoben und aufgefangen. Darf sein, wie ich in meinem Herzen und meiner Seele bin. Brauche keine Fassade, keine Über- oder Untertreibungen, keine Lügen mehr. Darf mich ausprobieren. Ich darf einfach S E I N !!!

Halleluja, ich fühle mich so richtig gut! ■

Heidi Bous im Juli 2016

ABHÄNGIGKEIT HEISST LEBENSLANGE ABSTINENZ

ATS-Suchtberatung in Preetz setzt verstärkt auf Prävention – Wichtiger Baustein: Selbsthilfegruppen

Preetz. Im Kampf gegen Alkoholsucht und illegale Drogen setzt die ATS-Suchtberatung (Ambulante und Teilstationäre Suchthilfe) in Preetz verstärkt auf Prävention. Aber auch Selbsthilfegruppen sind ein wichtiger Baustein, erläuterte Judith Schaum, die vor eineinhalb Jahren die Leitung übernommen hat.

Die für den Kreis Plön zuständige Beratungsstelle bietet bei Problemen mit Alkohol, Medikamenten, illegalen Drogen, Medien und Glücksspiel sowie bei Essstörungen eine vertrauliche und kostenlose Hilfe für Betroffene, aber auch für Angehörige. „Das sind oft die Ersten, die um Hilfe rufen“, hat Judith Schaum festgestellt. Und man müsse sie stützen, weil sie das Leid oft lange mittragen. Für die Behandlung sei es wichtig, die Familie mit ins Boot zu holen. Oft gehe es um die Frage: Wie kann man einen Betroffenen so ansprechen, dass er sich traut mitzukommen? Und oft müsse man auch deren Widerstand lösen, wenn sie sagen: „Ich bin doch nicht abhängig.“

Hauptsächlich gehe es um Alkohol und illegale Drogen. „Die Ratsuchenden werden immer jünger“, bedauert die Diplom-Sozialpädagogin. Bei unter 18-Jährigen sei bei den Drogen – vorwiegend Cannabis und Crystal Meth – eine Zunahme um 50 Prozent zu verzeichnen. Trotzdem sei in dieser Altersgruppe immer noch der Alkohol das größte Problem. Deshalb biete man vermehrt Prävention in Schulen an. „Jugendliche sollten den Mut haben, Nein zu sagen, und lernen, dass man auch ohne Bier Spaß haben kann“, so Judith Schaum. In den Suchthilfeverbänden werde auch überlegt, ob man das Mindestalter für Alkoholkonsum heraufsetzen sollte.

Die Legalisierungsdebatte zu Cannabis verunsichere Eltern und Lehrer, hat ihre Kollegin Imke Wussow festgestellt. „Ich finde es problematisch, wenn eine Verharmlosung reinkommt“, sagt Judith Schaum. Dabei seien gerade die Auswirkungen bei Jugendlichen größer als allgemein angenommen. So zeigten sich Entwicklungsdefizite. „Um es ganz hart auszudrücken: Die rauchen sich blöd.“ Auch psychotische Störungen könnten auftreten.

Bei vielen Suchtkranken sei es sinnvoll, eine langfristige Behandlung anzugehen. „Wir bieten ambulante oder teilstationäre Behandlung in der Klinik an“, so Schaum. Die Rückfallquote liege unbehandelt bei 80 Prozent und mit professioneller Unterstützung bei 50 bis 70 Prozent. Die ATS-Suchtberatungsstelle arbeitet dabei mit verschiedenen Selbsthilfegruppen zusammen und stellt sie auch in einer Informations- und Motivationsgruppe vor, in der sich Interessierte und Betroffene zum Thema Suchtgefahren informieren und austauschen können. „Die Wahrscheinlichkeit, abstinent zu leben, steigt durch eine Selbsthilfegruppe“, so Schaum. Denn die Ansprechpartner wüssten genau, wovon man rede, wenn man Suchtdruck verspüre.

In Preetz gibt es auch eine Selbsthilfegruppe zur MPU-Vorbereitung nach dem Verlust des Führerscheins. Für die medizinisch-psychologische Untersuchung müsse man ein Jahr Abstinenz nachweisen, erläutern die Ansprechpartner Volker Bumann und Gerd Albrecht. „Einige arbeiten voll mit, andere lassen sich nur berieten – aber das rächt sich später“, so Bumann. „Die Teilnehmer müssen wirklich die Bereitschaft haben, sich mit der Krankheit auseinanderzusetzen“, fügt Albrecht hinzu. Wenn jemand mit 1,6 Promille am Steuer er-



v.l. Volker Bumann, Regionalsprecher BKE Ostholstein, Gerd Albrecht, stellvertretender BKE-Gruppenleiter, Imke Wussow, Mitarbeiterin der ATS (Ambulante und Teilstationäre Suchthilfe) in Preetz, Judith Schaum, Leiterin der ATS in Preetz

wischt werde, dann konsumiere er schon über längere Zeit Alkohol, sonst könnte er gar nicht mehr fahren.

„Abhängigkeit heißt lebenslange Abstinenz“, erklärt Judith Schaum. Die Betroffenen müssten neue Strategien lernen, um ohne Alkohol zufrieden zu sein. Die Selbsthilfegruppen seien ein großes Geschenk. „Man kann sich gegenseitig nichts vormachen.“ In der Suchtberatungsstelle empfehle man immer: „Bleiben Sie dran! So einfach und günstig geht sonst kein Rückfallschutz.“ Sie sei immer wieder beeindruckt, wie Menschen sich ändern und die Kehrtwende schaffen könnten. Andere wiederum bräuchten viele Anläufe: „Aber der Kampf lohnt sich immer.“ ■

Silke Rönnau

ostholsteinredaktion@kieler-nachrichten.de



Teilnehmer der
BKE-Gruppe
Kaltenkirchen

Ein geschlossenes Seminar auf Helgoland mit Peter Ihle als Referenten – das war unser Traumziel. Dieses Ziel ließ sich aus organisatorischen und finanziellen Gründen nicht verwirklichen – aber

INSEL IST INSEL

Und die Lotseninsel in der Schleimündung erschien uns als geeignete Alternative. Zur Deckung der anfallenden Kosten erhielten wir über die projektbezogene Selbsthilfeförderung nach Antragstellung von 4 Krankenkassen sehr großzügige finanzielle Unterstützung.

Also fuhren wir – der größte Teil der Gruppenmitglieder aus Kaltenkirchen – am 23. September 2016 mit PKWs, beladen mit Essen, Getränken und wenig Gepäck, nach Maasholm und ließen uns von dort von einem Fährmann zur Lotseninsel übersetzen.

Dort hatten wir für das letzte Wochenende im September das ehemalige Lotsenhaus gemietet, in dem wir mit dem Referenten Peter Ihle ein dreitägiges Seminar zum Thema „Sucht und Gefühl“ abhalten wollten. Das Seminar sollte uns befähigen, uns intensiver mit den in uns ruhenden – und teilweise verschütteten – Gefühlen auseinanderzusetzen, sie zu akzeptieren und auszusprechen statt runterzuspülen.

Zunächst einmal galt es, die Zimmer zu belegen und uns in der Küche einzurichten. Und dann folgte schon der erste Seminarblock. Nach einer nur kurzen Vorstellungsrunde (wir kannten uns untereinander ja bereits) durften wir unsere Erwartungen an das Seminar formu-

lieren und Herr Ihle gab uns einen kurzen theoretischen Abriss zum Thema „Gefühle“.

Nach einem langen Abend mit teils recht persönlichen Gesprächen und einer kurzen Nacht starteten wir in den zweiten Seminartag. Dieser war geprägt von viel Bewegung, körperlichen Berührungen und als Schwerpunktthema „unangenehme Gefühle“. Außerdem führte uns eine meditative Traumreise zurück in frühere Tage.

Am Sonntag wurden die Themen des Vortages nochmals aufgegriffen, und bei vielen bestand erheblicher Gesprächsbedarf. Es war deutlich zu erkennen, dass bei den Meisten von uns der emotionale Kern getroffen worden war, dass manche Punkte nur angerissen werden konnten und dass das Thema „Gefühle“ auch weiterhin in der Gruppe bearbeitet werden muss. Und dann galt es schon, die Küche und die Zimmer aufzuräumen. Der Fährmann wartete bereits auf uns und brachte uns wieder sicher nach Maasholm zurück.

Rückblickend können wir sagen, dass dieses besondere Wochenende uns im Gruppenzusammenhalt bestärkt hat, das gegenseitige Vertrauen vertieft und uns ein Stück weit auf dem Weg zum besseren Verständnis unserer Probleme vorangebracht hat. Der Aufenthalt auf einer Insel ließ uns effizient arbeiten und hat soziale Gruppenprozesse gefördert.

Es war ein rundherum gelungenes Seminar und wir sind insbesondere der IKK NEUBRANDENBURG, der AOK NORDWEST in Glückstadt, der BKK VERKEHRSBAU UNION und der SECURVITA KRANKENKASSE Hamburg dankbar, dass sie es uns durch ihre finanzielle Unterstützung ermöglicht haben, ein Seminarwochenende in dieser Form durchzuführen. ■

Gerd Hardekopf, Gruppenleiter BKE „Kaki“

Mitgliederversammlung in Kiel 2016

DAS MUSS DOCH MAL GESAGT WERDEN

Ein offener Brief an alle Mitglieder des Landesverbandes und Gruppenmitglieder ohne Verbandszugehörigkeit



Am 24.09.2016 fand in Kiel-Mettenhof die jährliche Mitgliederversammlung des BKE-Landesverbandes Schleswig-Holstein e.V. statt.

Ja, für mich stand eine Teilnahme fest. Nicht, weil es Pflicht ist, sondern weil es aus meiner Sicht eine Form der aktiven Mitarbeit im Landesverband als Einzelmitglied ist.

Immer wieder wird über eine Überalterung des Verbandes gesprochen. Dies ist zwar ein wesentliches Problem, was an der Verlesung der Verstorbenen in der Andacht deutlich wurde.

Für mich ein viel gravierenderes Problem ist jedoch, dass es scheinbar immer weniger Mitglieder im BKE gibt, die bereit sind, sich aktiv in die Verbandsarbeit einzubringen, und sei es nur durch die Teilnahme an der Mitgliederversammlung.

Anders ist nicht zu erklären, dass von ca. 800 Mitgliedern nur 40 stimmberechtigte Mitglieder den Weg nach Kiel gefunden haben. Nein, Überalterung kann nicht allein die Ursache sein.

Ja, sinkende Mitgliederzahlen sind eine Ursache. Aber auch dieser Fakt erklärt nicht die Teilnehmerzahl 40.

Aber vielmehr wird für mich an diesen Zahlen deutlich, dass immer weniger Mitglieder scheinbar Interesse an den Geschicken des Vereins haben. Wir sollten uns aber vor Augen führen, dass ein Verband nur mit Leben erfüllt werden kann, wenn die Mitglieder aktiv am Vereinsleben teilnehmen. Auf Gruppenebene scheint dies nach den Berichten der Regionalsprecher tatsächlich so zu sein. Und auch die angebotenen Seminare werden zahlreich besucht.

Auf der anderen Seite höre ich häufig, dass „die da oben“ (gemeint ist der Landesvorstand) ja doch machen, was sie für richtig halten. Und da sehe ich das eigentliche Problem. „Wie soll der Landesvorstand eure Wünsche berücksichtigen, wenn ihr sie nicht nach außen tragt. Denn ihr wisst doch, dass an den Gruppenabenden grundsätzlich alles der Verschwiegenheit unterliegt.“ Also warum nicht den Gruppenleiter oder den jeweiligen Regionalsprecher über Wünsche informieren oder einfach selbst bei den entsprechenden Mitgliederversammlungen teilnehmen und Flagge zeigen? Für seine Meinung muss sich keiner rechtfertigen, aber ihr Gehör zu verschaffen, bringt schon Vieles. Und nur bei einer intensiven Zusammenarbeit zwischen dem einzelnen Mitglied und dem jeweiligen Vorstand ist eine erfolgreiche Verbandsarbeit möglich.

Mitteilung von Bedürfnissen und Wünschen kann schon eine wertvolle Mitarbeit sein. Und vielleicht kann sich der eine oder die andere dann über eine längere Zeit auch eine aktive Arbeit auf den der Gruppe übergeordneten Ebenen des Landesverbandes vorstellen.

Ja, in der Vergangenheit sind Fehler gemacht worden. Aber durch die Bundesprojekte ist in den vergangenen Jahren immer wieder die aktive Mitarbeit der einzelnen Mitglieder gefördert worden. Und ihr wart zahlreich dabei!!!

Die daraus auch von euch entwickelten Ergebnisse werden nunmehr auch im Rahmen des neuen Bundesprojektes „Menschen stärken Menschen“ tatsächlich umgesetzt.

Seht diesen Brief als Motivation und fühlt euch bestärkt in der Einbringung eurer Stärken und Talenten in den Landesverband. Verteilen wir die notwendige Verbandsarbeit auf viele Schultern! Ich glaube, dass viele Menschen auch viel Positives bewegen können.

Am Rande bemerkt haben die 40 stimmberechtigten Mitglieder in Kiel den Haushalt von 2015 genehmigt, den Haushalt für 2017 verabschiedet, Wahlen durchgeführt und wichtige aktuelle Themen besprochen. Jetzt kann ich nur hoffen, dass die Ergebnisse wirklich alle bei euch ankommen und in eurem Sinne sind. Denn

Fortsetzung nächste Seite

Fortsetzung von Seite 51

sonst werdet ihr immer das Gefühl haben, nicht dazu zu gehören.

Im Rahmen des neuen Bundesprojektes wird es Zeit, dass wir alle Menschen im BKE erreichen, Mitglied oder Gruppenbesucher. Ihr alle seid wichtig, denn für euch wird die Verbandsarbeit gemacht, fährt der Landesvorstand durchs Land, beantragt Gelder, macht Werbung und und und....

Ist es da nicht unsere Pflicht, uns im Rahmen unserer Möglichkeiten aktiv einzubringen? Ich denke ja! Der kleinste Baustein ist die Mitgliedschaft. Wenn ihr in den Gruppen feststellt, dass eure Gruppe für euch wie eine Familie ist, euch in allen Lebenslagen zur Seite steht und auch sonst aus eurem Leben nicht wegzudenken ist, dann fragt euch, wer das möglich macht: viele Menschen, die sich auf Gruppenleitersebene oder Vorstandsebene oder in anderen wichtigen Positionen für Gelder

stark machen, um euch dieses zweite Zuhause zu ermöglichen. Was ist da im Gegenzug ein Jahresbeitrag in Höhe von unter 50 EUR? Auch die Höhe von Fördergeldern an Vereine ist untrennbar mit der Mitgliederzahl eines Vereines verbunden.

Die Zugehörigkeit zu einem Verein ist immer auch ein emotionales Statement und hier nicht zuletzt ein Statement für eure Gesundheit und glückliche Zukunft.

In diesem Sinne hoffe ich im Jahr 2017 auf eine zahlreiche Teilnahme an Landesveranstaltungen, einen regen Austausch über alle Themen und auf viele neue Gesichter, die auch das staubige Image der Suchtselbsthilfe abschütteln wollen. Und ich würde mir wünschen, dass sich der eine oder die andere auch zu uns bekennt und einen Mitgliedsantrag ausfüllt. ■

Es grüßt ganz herzlich Doreen, Wilster

Veranstaltungen 2016

BKE Landesverband Schleswig-Holstein e.V. (BKE LV SH)

Januar

- 08.01.2016 Fachausschuss Selbsthilfe: Selbsthilfe im Verbund
08.01.-10.01.2016 Ausbildung zum Freiwilligen Suchtkrankenhelfer: Entstehungsbedingungen von Sucht
17.01.2016 30 Jahre Gruppe Büdelsdorf: Dank & Ehrung
27.01.2017 Jahresauftakt Landeshaus Schleswig-Holstein Kiel: Suchthilfe in SH

Februar

- 05.02.-08.02.2016 Gruppenbegleiter Ausbildung : Kommunikation
05.02.2016 Mitgliederversammlung des Trägervereins in Dithmarschen: BKE-Verbandsarbeit
19.02.2016 Gesamtvorstandssitzung: BKE-Verbandsarbeit
26.02.2016 Fachausschuss Sucht DW SH: Sucht / Diakonie

März

- 04.03.-06.03.2016 Ausbildung zum Freiwilligen Suchtkrankenhelfer: Behandlung und Therapie
08.03.2016 Betrieblichen Suchtkrankenhelfer Ausbildung: Fallarbeit
11.03.-13.03.2016 Gruppenbegleiter Ausbildung: Gruppendynamik
12.03.-13.03.2016 Seminar Angehörige: Mut zur Veränderung
13.03.2016 Ehrenamtsmesse Kreis Rendsburg-Eckernförde: Ehrenamt im BKE
19.03.2016 Treffen der Regionalsprecher SH: BKE-Verbandsarbeit
21.03.-23.03.2016 Betrieblicher Suchtkrankenhelfer Ausbildg.: Block I
30.03.2016 Fachausschuss Selbsthilfe: Selbsthilfe im Verbund

April

- 08.04.-10.04.2016 Gruppenbegleiter Ausbildung: Gesprächsführung
09.04.2016 Mitgliedertreffen: MsM-Angehörige
15.04.-17.04.2016 Ausbildung zum Freiwilligen Suchtkrankenhelfer: Praxis und Helfertätigkeit
18.04.-20.04.2016 Betrieblicher Suchtkrankenhelfer Ausbildg.: Block II

Mai

- 29.04.-01.05.2016 Gruppenbegleiter Ausbildung Abschluss: Praxisberatung/Zertifikatsübergabe
09.05.-11.05.2016 Betrieblicher Suchtkrankenhelfer Ausbildg.: Block III
26.05.-29.05.2016 Seminar Weiterbildung: Wie weiß ich, was ich wirklich fühle?
27.05.-29.05.2016 Ausbildung zum Freiwilligen Suchtkrankenhelfer: Praxis und Helfertätigkeit

- 29.05.2016 20 Jahre Gruppe Eckernförde 2 : Dank & Ehrung
30.05.2016 Fachausschuss Selbsthilfe: Selbsthilfe im Verbund

Juni

- 09.06.-10.06.2016 Suchtselbsthilfetag 2016 Landeshaus Schleswig-Holstein: Selbsthilfe in SH "wir für alle"
10.06.-12.06.2016 Suchtkrankenhelfer Ausbildung Abschluss: Zertifikatsübergabe
27.06.-29.06.2016 Betrieblicher Suchtkrankenhelfer Ausbildg.: Block IV

Juli

- 22.07.-24.07.2016 Seminar Frauen: Sucht und Sexualität

September

- 02.09.-04.09.2016 Seminar Gesundheit: Bewegung und Fahrrad
05.09.2016 Mitgliederversammlung des Kreisstadtverbandes Kiel: BKE-Verbandsarbeit
10.09.-11.09.2016 Seminar Persönlichkeitsentwicklung: Entwicklung einer Suchtpersönlichkeit
15.09.2016 Fachausschuss Sucht und Suchtselbsthilfe: Ehrenamt & Hauptamt
16.09.2016 Gesamtvorstandssitzung: BKE-Verbandsarbeit
17.09.2016 Seminar Fort- und Weiterbildung: Antragstellung im Suchtselbsthilfeverband
24.09.2016 Landesmitgliederversammlung 2016: BKE-Verbandsarbeit

Oktober

- 15.10.2016 Seminar Fort- und Weiterbildung: PHILOTES-Medienabhängigkeit
29.10.2016 FACHTAG: Familienkrankheit SUCHT

November

- 04.11.-06.11.2016 Seminar Persönlichkeitsentwicklung: "Tanksäule statt Suchtkeule"
08.11.-09.11.2016 Betrieblicher Suchtkrankenhelfer Abschluss: Zertifikatsübergabe/Vorgesetztenschulung
12.11.2016 Seminar Persönlichkeitsentwicklung: Jugend im BKE-Jugendgruppe Itzehoe
15.11.2016 Fachausschuss Selbsthilfe: Selbsthilfe im Verbund

Dezember

- 02.12.-04.12.2016 Suchtkrankenhelfer Ausbildung Start: Entstehungsbedingungen von Sucht

DIE BKE-ANGEBOTE

Das BKE zeichnet sich durch eine Vielfalt an Bildungsangeboten, Veranstaltungen und Seminaren aus. Für 2017 haben wir wieder einen Veranstaltungskalender zusammengestellt. Dieser setzt sich zusammen aus einem Gesamtverzeichnis aller Angebote und Seminare der Landesverbände sowie des Bundesverbandes.

Die verschiedenen Farben zeigen an, zu welchem Veranstalter die entsprechende Veranstaltung gehört. Dieser gibt auch Auskünfte über die einzelnen Angebote. Anmeldungen gehen direkt an die ausrichtenden Verbände, es sei denn, in der Ausschreibung wird ausdrücklich eine andere Adresse angegeben. Die Kontaktadressen stehen auf Seite 56 nach der Jahresübersicht. Näheres steht auch auf unserer Internetseite www.bke-suchtselbsthilfe.de. »»»

Fortsetzung nächste Seite

Nr.	Termine	Veranstalter	Veranstaltung	Seite
Januar				
1	13.01. - 15.01.2017	LV NRW	Gespräche - Handwerkszeug für die Suchtkrankenhilfe	59
Februar				
2	04.02.2017	LV NRW	Alles im Griff? - Wie viel Kontrolle brauche ich?	59
3	11.02.2017	LV NRW	Verbindung und Verbundenheit	59
4	24.02. - 26.02.2017	LV NRW	Partnerschaft und Familienleben bei Helfenden	59
5	25.02.2017	LV NRW	Von der Sucht gebraucht zu werden. Die Balance vom Geben und Nehmen	60
März				
6	04.03.2017	LV NRW	Der mensch im Mitte+A11:E58lpunkt. Rückfall-Krise oder Chance?	60
7	10.03. - 12.03.2017	BV	Menschen stärken Menschen I Wir machen mobil	57
8	11.03.2017	LV NRW	Glaube und Hoffnung - Auseinandersetzung mit wichtigen Werten	60
9	17.03. - 19.03.2017	LV NRW	Suchtkrankenhilfe im Verbund	60
10	18.03.2017	LV NRW	Der alkoholranke Mann als Partner	61
11	24.03. - 26.03.2017	LV NRW	Wissen macht sicher	61
12	31.03. - 02.04.2017	LV NRW	Gespräche - Andere Süchte	61
April				
13	01.04.2017	LV NRW	Infotag Veranstaltungsreihe Basiswissen Sucht - ehrenamtliche Suchtkrankenhilfe	61
14	07.04. - 08.04.2017	LV NDS	Angehörigenseminar, Liebe Dich selbst	58
14	08.04.2017	LV NRW	Zufriedenheit - Bin ich mit meinem Leben zufrieden?	62
15	28.04. - 30.04.2017	LV SH	Entwicklung einer Suchtpersonlichkeit	69
16	29.04.2017	LV NRW	Von der Sucht gebraucht zu werden - Grenzen setzen und umsetzen	62
Mai				
17	05.05. - 07.05.2017	LV NDS	Selbstmitgefühl und Selbstfürsorge	58
18	05.05. - 07.05.2017	LV NRW	Spontantität und Leichtigkeit - Gib Hemmung keine Chance	62
19	12.05. - 14.05.2017	LV NRW	Glaube - Liebe - Hoffnung - Zuversicht	62
20	20.05.2017	LV NRW	Mensch im Mittelpunkt - Mitgefangen/Mitgehangen - Angehörige in der Suchtselbsthilfe	63
21	25.05. - 28.05.2017	BV	Anders-Sein I Menschen stärken Menschen	57
22	26.05. - 28.05.2017	LV NRW	Sich selber und anderen helfen	63
Juni				
23	08.06. - 11.06.2017	LV SH	Wirklich "Ja"! zu sich sagen	69
24	09.06. - 11.06.2017	BV	Chillen statt Stressen I Entspannte Lebenswelten	57
25	10.06.2017	LV NRW	Toleranz und Reformation in der Suchtselbsthilfe - Gedanken zum Lutherjahr	63
26	16.06. - 18.06.2017	LV NRW	Yoga und Klang - Anwendung & Selbsthilfe	63
27	23.06. - 25.06.2017	LV NRW	Kontakte knüpfen - Aber wie?	64
28	30.06. - 02.07.2017	LV NRW	Angehörige helfen Angehörigen (AHA)	64

Nr.	Termine	Veranstalter	Veranstaltung	Seite
Juli				
29	07.07. - 09.07.2017	LV NRW	Die Sucht - Entstehung, Verlauf und Behandlung; Formen der Gesprächsführung	64
30	14.07. - 16.07.2017	BV	Menschen stärken Menschen	57
31	15.07.2017	LV NRW	Beziehungen zu Frauen - Wie gestalte ich sie?	64
32	21.07. - 23.07.2017	LV SH	Sucht und Sexualität III	69
August				
33	25.08. - 27.08.2017	LV SH	Bewegungs Fahrradseminar am Ostseefjord Schlei	69
September				
34	01.09. - 03.09.2017	LV NRW	Die Haltung des Helfenden - Angehörige im "System Sucht"	65
35	09.09.2017	LV NRW	Bewusster leben mit allen Sinnen	65
36	15.09. - 17.09.2017	LV NRW	Achtsamkeit/Spiritualität - Nur was für Frauen ??	65
37	16.09.2017	LV NRW	Krisenzeiten in meinem Leben - Hausgemacht? - Unvermeidbar?	65
38	23.09.2017	LV NRW	Der Mensch im Mittelpunkt - Suchtkrankenhilfe als Verbundsystem?	66
39	29.09. - 01.10.2017	LV NRW	Entspannt und Stressfrei durch den Alltag	66
40	30.09.2017	LV NRW	Von der Sucht gebraucht zu werden - Harmonie und Nähe, Distanz u. Eigenständigkeit	66
Oktober				
41	13.10. - 15.10.2017	LV NDS	Paarseminar 2017	58
42	20.10. - 22.10.2017	LV NRW	Angehörige helfen Angehörigen (AHA)	66
43	21.10.2017	LV NRW	Glaube und Liebe - Auseinandersetzung mit wichtigen Werten	67
44	27.10. - 29.10.2017	LV NRW	Andere Süchte - Doppeldiagnose	67
November				
45	04.11.2017	LV NRW	Mit Pfeil und Bogen?...oder mit Herz und Wort?	67
46	04.11.2017	LV NRW	Von der Sucht gebraucht zu werden - Sich selber treu bleiben	67
47	11.11.2017	LV NRW	Mitgefangen/Mitgehangen? - Angehörige in der Suchtselbsthilfe	68
48	18.11.2017	LV NRW	Der Mensch im Mittelpunkt - Grenzen in der Suchtselbsthilfe	68
49	25.11.2017	LV NRW	Persönliche Potenziale erkennen und ausbauen	68
Dezember				
50	01.12. - 03.12.2017	LV NRW	Methodik und Didaktik der sozialen Gruppenarbeit; Konflikte	68
51	01.12. - 03.12.2017	LV SH	Veränderungen - Ich lebe mein Leben in wachsenden Ringen	70
52	01.12. - 03.12.2017	LV SH	Ausbildung zum freiwilligen Suchtkrankenhelfer 2017/2018	70

VERANSTALTER

BKE Bundesverband e.V.
Julius-Vogel-Str. 44
44149 Dortmund
Tel.: 0231 5864132
Fax: 0231 5864133
info@bke-bv.de
www.bke-suchtselbsthilfe.de

BKE Landesverband
Baden-Württemberg e.V.
Gerhard Förg
Seehofweg 61
71522 Backnang
Tel.: 07191 65532
Fax: 07191 65532
info@bke-bw.de
www.bke-bw.de

BKE Landesverband
Niedersachsen e.V.
Postfach 37
49452 Rehden
Tel: 01705428309
info@bke-nds.de
www.bke-nds.de

BKE Landesverband NRW e.V.
Mathiasstr. 13
44879 Bochum
Tel.: 0234 490427
Fax: 0234 9422241
info@bke-nrw.de
www.bke-nrw.de

BKE Landesverband
Schleswig-Holstein e.V.
An der Marienkirche 22
24768 Rendsburg
Tel.: 04331 2019895
Fax: 04331 2019896
info@bke-sh.de
www.bke-sh.de

REGIONALGRUPPEN

Brandenburg
BKE Calau
Reiner Schmidt
Urnenstr. 6
03205 Calau
Tel.: 03541 800589
Fax: 03541 712437
ReinerHelgaSchmidt@web.de

Hessen
BKE Ehringshausen
Gerda Czaplá
Wetzlarer Weg 8
35444 Biebertal
Tel.: 06446 1356
Fax: 06446 1256
GerdaCzaplá@aol.com

BKE Wetzlar
Harald Freitag
Untergasse 2
35647 Waldsolms
Tel.: 06085 989839
Mobil: 0173 9625808
haraldfreitag@hotmail.de
www.bk-senfkornd.de

BKE Willingen
Martin Lehmann
Am Schmittenerwer 2
34508 Willingen
Tel.: 05632 7440
BK-Willingen@gmx.de

Mecklenburg-Vorpommern
BKE Greifswald
Olaf Strauß
An der Eiche 1
17509 Kemnitz bei Greifswald
Tel.: 03835 260727

BKE Parchim
Neues Ufer, Sternberg
Urs Günter Frank
Lerchenweg 4
18246 Wendorf
Tel.: 0177 4922230
baer-wendorf@t-online.de

Rheinland-Pfalz
BKE Ingelheim
Winfrid Wahl
Dr. Fritz-Bockius-Str. 1 a
55270 Bubenheim
Tel.: 0151 15264201
Winfrid.W@online.de

Freundeskreis
Katharinenhof im BKE
Anne Kerkeling
Hauptstr. 102
53557 Bad Honningen
Tel.: 02635 3090017
Fax: 02642 3834
annekerkeling@gmx.de
www.freundeskreis-linz-rhein.de

Sachsen-Anhalt
BKE Stendal
Lothar Heinrichson
Wichmannstr. 1
39576 Stendal
Tel.: 03931 714665
Fax: 01805 32326684683
fam.heinrichson@gmx.de
www.blaueskreuz-stendal.gmxhome.de

BKE Wernigerode
Horst Rosenbaum
Mühlental 25
38855 Wernigerode
Tel.: 3943 630050
Fax: 03943 695656
horst.rosenbaum@psypraxis-wr.de

BKE Wernigerode II
Kai-Uwe Uebner
Karl-Marx-Straße 39
38855 Wernigerode
Tel.: 03943 264841
Fax: 03943 502041
info@sucht-harz.de

Multiplikatoren-schulung

Menschen stärken Menschen | Wir machen mobil!

Diese Multiplikatoren-schulung „Menschen stärken Menschen | Wir machen mobil!“ richtet sich an BKE-Mitglieder, die bereit sind, ihr Wissen und ihre Informationen über das BKE in die Gruppen des Verbandes zu transportieren. Auch die eigene Haltung und Einstellung zum Verband und zum Thema Sucht spielen dabei eine Rolle.

Ort: Hotel zur Burg Sternberg
Sternberger Str. 37
32699 Extertal-Linderhofe
Termin: 10.03.2017, 18:00 Uhr bis
12.03.2017, 13:00 Uhr
Teilnehmerzahl: 47 Personen
Kosten: 0,00 € p. P.
Referenten: Claudia Kornwald (Dipl.-Pädagogin, Soziotherapeutin, Mediatorin, Suchtreferentin BKE BV)
Marianne Sasse (Dipl.-Sozialpädagogin, Bildungsreferentin)
Sabrina Saupe (Dipl.-Kauffrau (FH))

Himmelfahrtseminar

Anders-Sein | Menschen stärken Menschen

„Andersdenkende sind oft ganz anders, als wir denken.“ Ernst Ferstl (Österreichischer Lehrer, Dichter und Aphoristiker). Unter dem Motto „Anders-Sein | Menschen stärken Menschen“ steht in diesem Jahr das Himmelfahrtseminar. Jeder Mensch ist individuell, unterscheidet sich mehr oder auch weniger von seinen Mitmenschen. Das ist in vielerlei Hinsicht sinnvoll und notwendig. Anders zu sein deutet oft auf besondere Befähigungen hin. Es kann, je nach Ausprägung, das Leben leicht, aber auch schwer machen. An diesem Wochenende / während dieser Tage gilt es, das Andere sowohl in uns selbst als auch in unseren Mitmenschen zu entdecken. Kann ich das Andere beim anderen lassen, ihn vielleicht dennoch oder gerade deswegen respektieren und schätzen? Bin ich neugierig und offen gegenüber dem Anders-Sein?

Ort: Historisch-Ökologische
Bildungsstätte Spillmannsweg
3026871 Papenburg
Termin: 25.05.2017, 15:00 Uhr bis
28.05.2017, 13:00 Uhr
Teilnehmerzahl: 37 Personen
Kosten: 80,00 € p. P. BKE-Mitglieder
160,00 € p. P. Interessierte/Nicht-Mitglieder
Referenten: Beate Sievertsen (Dipl.-Sozialarbeiterin,
Suchttherapeutin)
Wolfgang Menke (Dipl.-Sozialpädagoge/
Sozialarbeiter, Sucht- u. Sozialtherapeut (FPI))

JuFam | Jugend- und Familienseminar

Chillen statt stressen | Entspannte Lebenswelten

JuFam-Trainingscamp „Chillen statt stressen - Entspannte Lebenswelten“ richtet sich an Kinder, Jugendliche und Familien. Es ist Teil des Projekts „Lebenswelten von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen“. Ziele des Gesamtprojekts sind gegenseitiges Verständnis füreinander zu entwickeln und einen respektvollen Umgang miteinander zu leben. An diesem Wochenende werden wir gemeinsam Wege für ein entspanntes, stressarmes und achtsames Miteinander finden.

Ort: Der Seehof
Christliches Freizeit- u. Tagungszentrum
Steinberg 3-4
24306 Plön
Termin: 09.06.2017, 18:00 Uhr bis
11.06.2017, 13:00 Uhr
Teilnehmerzahl: 40 Personen
Kosten: 20,00 € p. P. Teilnehmende über 12 Jahre
10,00 € p. P. Teilnehmende unter 12 Jahre
Referenten: Claudia Kornwald (Dipl.-Pädagogin, Soziotherapeutin, Mediatorin, Suchtreferentin BKE BV)
JULITI-Teammitglieder

Leitungsworkshop 2017

Menschen stärken Menschen

Unter dem Motto „Menschen stärken Menschen – Verbindungen und Verbindlichkeit fördern“ findet auch in diesem Jahr wieder ein Leitungsworkshop statt. Hier treffen sich die geschäftsführenden Vorstände auf Bundes- und Länderebene mit den Fachbereichskoordnierenden und den hauptamtlich pädagogisch Mitarbeitenden, um Entscheidungen zu treffen und Beschlüsse zu fassen, die die Arbeit im BKE nachhaltig beeinflussen werden. Die Umsetzung der „AGENDA 2020 – Der Mensch im Mittelpunkt“ ist das Ziel.

Ort: Stephansstift
Kirchröder Str. 44
30625 Hannover
Termin: 14.07.2017, 18:00 Uhr bis
16.07.2017, 13:00 Uhr
Teilnehmerzahl: 23 Personen
Kosten: 0,00 € p. P.
Referenten: Claudia Kornwald (Dipl.-Pädagogin, Soziotherapeutin, Mediatorin, Suchtreferentin BKE BV)

Mehr Infos und Buchung auf
www.bke-suchtselbsthilfe.de
Veranstaltungen/Seminarangebote

Mehr Infos und Buchung auf
www.bke-suchtselbsthilfe.de
Veranstaltungen/Seminarangebote

Angehörigenseminar

Liebe Dich selbst

Die genaue Seminarbeschreibung steht in Kürze auf unserer Internetseite www.bke-suchtselbsthilfe.de unter „Veranstaltungen/Seminarangebote“.

Oder direkt beim BKE Landesverband Niedersachsen e.V., Tel: 01705428309 oder E-Mail info@bke-nds.de.

Ort: Freudenburg Bassum
Amtsfreiheit 1a
27211 Bassum

Termin: 07.04.2017, 18:00 Uhr bis
08.04.2017, 18:00 Uhr

Teilnehmerzahl:

Kosten: 30,00 € p. P. BKE-Mitglieder
130,00 € p. P. Interessierte/Nicht-Mitglieder

Referenten: Käthe Ellmann (Mitglied im Landesverband BKE Niedersachsen)

Märchenseminar

Selbstmitgefühl und Selbstfürsorge

Selbstmitgefühl und Selbstfürsorge, die eigenen Schwächen annehmen und sich mit sich selbst versöhnen. Wir beschäftigen uns an diesem Wochenende mit der heilsamen Fähigkeit, sich selbst liebevoll zu behandeln und so, durch echtes Selbstmitgefühl, emotionale Stabilität und Stärke zu erlangen. Wir versuchen, Wege aus der Falle der Selbstkritik und des Perfektionsanspruchs herauszufinden mittels verschiedener Elemente der psychosozialen Märchenarbeit und Achtsamkeitsübungen nach Kristin Neff. Märchen sind uns hier ein guter Spiegel zur Selbstreflexion und die Protagonisten, auch wenn sie oft erst Dummling genannt werden, können im Märchen manch weisen oder liebevollen Rat vermitteln.

Ort: Land-gut-Hotel Cafe Wahldede
Wahldede 4
49434 Wahldede

Termin: 05.05.2017, 17:00 Uhr bis
07.05.2017, 14:00 Uhr

Teilnehmerzahl: 16 Personen

Kosten: 30,00 € p. P. BKE-Mitglieder
130,00 € p. P. Interessierte/Nicht-Mitglieder

Referenten: Winfried Mallwitz (Mitglied im Vorstand Landesverband BKE Niedersachsen)
Katja Breitling (Märchentherapeutin, Märchenerzählerin, Ethnologin M.A.)

Paarseminar

Paarseminar 2017

Hier sind drei Zitate als „Rätsel“ - was meint Ihr, worum geht es? **1.** Nachdem Gott die Welt erschaffen hatte, schuf er Mann und Frau. Um das ganze vor dem Untergang zu bewahren, erfand er den Humor. *Guillermo Mordillo* **2.** Gibt es schließlich eine bessere Form mit dem Leben fertig zu werden, als mit Liebe und Humor? *Charles Dickens* **3.** Am liebsten erinnern sich die Frauen an die Männer, mit denen sie lachen konnten. *Anton Tschechow*

Ort: Katholische Landvolk Hochschule e.V.
Oesede Gartbrink 5
49142 Georgsmarienhütte

Termin: 13.10.2017, 17:00 Uhr bis
15.10.2017, 14:00 Uhr

Teilnehmerzahl: 16 Personen

Kosten: 30,00 € p. P. BKE-Mitglieder
130,00 € p. P. Interessierte/Nicht-Mitglieder

Referenten: Winfried Mallwitz (Mitglied im Vorstand Landesverband BKE Niedersachsen)
Carola Ahrens-Lück (Diplom-Pädagogin, Sozialtherapeutin)

Hier ist die Auflösung unseres WISSENSQUIZ von Seite 30:

1. B 1902
2. A Soest
3. A Hagen
4. A 4
5. B „Nicht einsam — gemeinsam“
6. B Für junge Menschen im BKE
7. B Selbsthilfverband
8. C Suchtkranke Menschen und Angehörige
9. B www.bke-suchtselbsthilfe.de
10. B 1968

Basiswissen Sucht - Grundausbildung ehrenamtliche Suchtkrankenhilfe

Gespräche – Handwerkszeug für die Suchtkrankenhilfe

Egal, ob wir in einzelner Begegnung oder in einer Gruppe auf Menschen treffen, die Hilfe brauchen... Wir führen Gespräche mit ihnen. Was sind die Kennzeichen von Gesprächen, die Menschen erreichen können? Wie kann ich es schaffen, Hilfesuchende mit meinen Angeboten zu erreichen? Hier werden Kenntnisse der Gesprächsführung vertieft und im Austausch mit anderen können eigene Handlungsspielräume erweitert werden. Dieses Angebot gehört zu der Veranstaltungsreihe Basiswissen Sucht und kann leider nicht einzeln gebucht werden*.

Ort: HVH Gottfried Könzgen
Annaberg 40
45721 Haltern

Termin: 13.01.2017, 18:00 Uhr bis
15.01.2017, 14:30 Uhr

Teilnehmerzahl: 30 Personen

Kosten: 80,00 € p. P. BKE-Mitglieder
80,00 € p. P. Mitglieder Suchtselbsthilfeverbände
160,00 € p. P. Interessierte/Nicht-Mitglieder

Referenten: Marianne Sasse (Dipl.-Sozialpädagogin, Bildungsreferentin)
Heinz van Wasen (Sozialtherapeut Fachrichtung Sucht, Psychodrama Assistent)
Hans-Ulrich Funk (ehrenamtl. Mitarbeiter BKE)

Frauengesprächskreis Ruhr

Alles im Griff – Wie viel Kontrolle brauche ich?

Es ist eine urmenschliche Eigenschaft, Kontrolle ausüben zu wollen. Denn zu versuchen, die Welt um uns herum zu kontrollieren, hat uns als Spezies letztlich überleben lassen. Wie aber kann ich erkennen, wann ich über das Ziel hinausschieße und was kann ich dagegen tun? Ackerbau, Vorratshaltung, Hausbau, all das sind Dinge, die unsere Vorfahren gelernt haben, um ihr Überleben zu sichern, also ihr Leben und ihre Umstände zu kontrollieren. Im geschützten Rahmen dieses Gesprächskreises schauen wir, welche Möglichkeiten jeder von uns gefunden hat und wo Erfahrungen übertragbar sind.

Ort: Gemeindehaus Apostelkirche
Horster Str.35
45897 Gelsenkirchen

Termin: 04.02.2017, 10:00 Uhr bis
04.02.2017, 16:00 Uhr

Teilnehmerzahl: 25 Personen

Kosten: 6,00 € p. P. BKE-Mitglieder/ Interessierte/
Nicht-Mitglieder

Referenten: Marion Ludwig (ehrenamtl. Mitarbeiterin BKE)

*Die nächste Veranstaltungsreihe Basiswissen Sucht beginnt am 1.4.2017 mit einem Infotag. Weitere Informationen erhalten Sie in der Landesgeschäftsstelle unter Telefon 0234 490427 oder per E-Mail: info@bke-nrw.de.

Bergkamener Tag

Verbindung und Verbundenheit

Selbsthilfegruppen sind eine der stabilisierenden Säulen im Suchthilfesystem. Sie bieten Orientierung, Unterstützung, Begleitung und konkrete Hilfen in unterschiedlichen Formen an. Gespräche: Austausch, Diskussionen sind eine Form. Selbsthilfegruppen sind daneben nicht zuletzt ein wichtiger Ort, um zu spüren „Ich bin nicht allein“. Wie immer bietet dieser Tag Menschen, die neu sind in den Gruppen, die Gelegenheit, eine Vielzahl Gleichgesinnter kennenzulernen, die sich austauschen wollen über „Alltagsprobleme“ im eigenen oder im Gruppenleben, die Gelegenheit viele Meinungen zu hören, die sich verbunden fühlen wollen und die Gelegenheit, Gemeinschaft zu leben und zu erleben.

Ort: Ev. Gemeindehaus der Friedenskirche
Schulstr. 156
59192 Bergkamen

Termin: 11.02.2017, 09:30 Uhr bis
11.02.2017, 14:30 Uhr

Teilnehmerzahl: 70 Personen

Kosten: 6,00 € p. P. BKE-Mitglieder/ Interessierte/
Nicht-Mitglieder

Referenten: Marianne Sasse (Dipl.-Sozialpädagogin, Bildungsreferentin)

Basiswissen Sucht - Grundausbildung ehrenamtliche Suchtkrankenhilfe

Partnerschaft und Familienleben bei Helfenden

Um gute Suchtkrankenhilfe leisten zu können, ist das Wissen um die Auswirkungen der Sucht auf das Lebenssystem des Betroffenen unerlässlich. Sucht hat immer auch Auswirkungen auf Partner, Kinder, Kollegen etc. An diesem Wochenende wird das System Sucht-Familie aus unterschiedlichen Perspektiven beleuchtet. Dieses Angebot gehört zu der Veranstaltungsreihe Basiswissen Sucht und kann leider nicht einzeln gebucht werden*.

Ort: HVH Gottfried Könzgen
Annaberg 40
45721 Haltern

Termin: 24.02.2017, 18:00 Uhr bis
26.02.2017, 14:30 Uhr

Teilnehmerzahl: 50 Personen

Kosten: 80,00 € p. P. BKE-Mitglieder
80,00 € p. P. Mitglieder Suchtselbsthilfeverbände
160,00 € p. P. Interessierte/Nicht-Mitglieder

Referenten: Marianne Sasse (Dipl.-Sozialpädagogin, Bildungsreferentin)
Heinz van Wasen (Sozialtherapeut Fachrichtung Sucht, Psychodrama Assistent)
Hans-Ulrich Funk (ehrenamtl. Mitarbeiter BKE)



Der Landesverband NRW ist eine Regionalstelle des Evangelischen Erwachsenenbildungswerkes Westfalen- und Lippe e.V. und damit eine vom Land anerkannte Einrichtung der öffentlich verantworteten Weiterbildung.

Mehr Infos und Buchung auf www.bke-suchtselbsthilfe.de
Veranstaltungen/Seminarangebote

Frauengesprächskreis Ostwestfalen

Von der Sucht gebraucht zu werden – Die Balance vom Geben und Nehmen

Geben und Nehmen... Wenn wir uns mit diesen beiden schlichten Wörtern längere Zeit beschäftigen, können wir sehr viel Persönliches und Spirituelles entdecken. Es gibt eine menschliche Gesetzmäßigkeit: Wenn ich etwas bekomme, möchte ich auch etwas geben. Wie sehen unsere Erfahrungen mit unserem ganz persönlichen „Bankkonto“ aus? Im geschützten Rahmen dieses Gesprächskreises können wir versuchen, zu schauen, welche Balancen wir gefunden haben. Was sind unsere persönlichen „Einzahlungen“? Dürfen wir uns das Recht nehmen, auch nur zu nehmen. Wir können uns also gemeinsam auf die spannende Reise der Selbsterkenntnis begeben.

Ort: Gemeindehaus Evangelisch-Reformierte Kirche
Süsterplatz 2
33602 Bielefeld

Termin: 25.02.2017, 14:30 Uhr bis
25.02.2017, 17:00 Uhr

Teilnehmerzahl: 25 Personen

Kosten: 3,00 € p. P. BKE-Mitglieder/ Interessierte/
Nicht-Mitglieder

Referenten: Henriette Schallenberg (Frauenbeauftragte BKE NRW; ehrenamtl. Mitarbeiterin BKE)

Ahmser Treff

Der Mensch im Mittelpunkt. Rückfall-Krise oder Chance?

Rückfall... Mit diesem Begriff sind für Betroffene häufig negative Assoziationen verbunden, wie: »Ich habe wieder versagt«, »Ich schaffe es sowieso nicht«. Auch die Umwelt reagiert häufig wenig hilfreich mit Äußerungen wie: »Wer will, der kann auch«, »Jetzt geht alles wieder von vorne los«. Dieser Ahmser Treff soll helfen, herauszufinden, was zu einem Rückfall führen kann, welche Möglichkeiten es gibt, einem Rückfall vorzubeugen.

Ort: Evang. Kirchengemeinde
Lockhausen-Ahmsen
Leopoldshöher Str. 5
32107 Bad Salzuflen

Termin: 04.03.2017, 15:00 Uhr bis
04.03.2017, 18:00 Uhr

Teilnehmerzahl: 30 Personen

Kosten: 25,00 € p. P. BKE-Mitglieder/ Interessierte/
Nicht-Mitglieder

Referenten: Dieter Bolte (ehrenamtl. Mitarbeiter BKE)

Glaubensgesprächskreis

Glaube und Hoffnung Auseinandersetzung mit wichtigen Werten

Hoffnung ist eine der drei göttlichen Tugenden – Glaube, Liebe, Hoffnung – welche untrennbar miteinander verbunden sind. Hoffnung beschreibt das Wollen mit dem Herzen... das Gottvertrauen und die Gewissheit, dass keine Krise so groß ist, als dass sie nicht als neue Chance genutzt werden kann. – Wie sieht es mit dem Glauben in meinem Leben aus? – Mit meinen Hoffnungen, meiner Zuversicht?

Ort: Bodelschwingh-Haus
Bergstr. 7a
45897 Gelsenkirchen-Beckhausen

Termin: 11.03.2017, 10:00 Uhr bis
11.03.2017, 16:00 Uhr

Teilnehmerzahl: 25 Personen

Kosten: 6,00 € p. P. BKE-Mitglieder/ Interessierte/
Nicht-Mitglieder

Referenten: Wilfried Klossek (ehrenamtl. Mitarbeiter BKE)

Basiswissen Sucht - Grundausbildung ehrenamtliche Suchtkrankenhilfe

Suchtkrankenhilfe im Verbund

Besonderes Augenmerk wird an diesem Wochenende auf die Zusammenarbeit der Selbsthilfe mit professionellen Stellen des Suchthilfenetzes gelegt. Dazu werden Vertreter/innen von Beratungsstellen eingeladen. Zum einen, um den Ausbildungsteilnehmenden die Arbeit dieser Stellen nahezubringen, zum anderen, um die Möglichkeiten von gemeinsamer Arbeit auszuloten. Dieses Angebot gehört zu der Veranstaltungsreihe Basiswissen Sucht und kann leider nicht einzeln gebucht werden*.

Ort: HVH Gottfried Könzgen
Annaberg 40
45721 Haltern

Termin: 17.03.2017, 18:00 Uhr bis
19.03.2017, 14:30 Uhr

Teilnehmerzahl: 30 Personen

Kosten: 80,00 € p. P. BKE-Mitglieder
80,00 € p. P. Mitglieder Suchtselbsthilfeverbände
160,00 € p. P. Interessierte/Nicht-Mitglieder

Referenten: Marianne Sasse (Dipl.-Sozialpädagogin,
Bildungsreferentin)
Heinz van Wasen (Sozialtherapeut Fachrichtung Sucht, Psychodrama Assistent)

*Die nächste Veranstaltungsreihe Basiswissen Sucht beginnt am 1.4.2017 mit einem Infotag. Weitere Informationen erhalten Sie in der Landesgeschäftsstelle unter Telefon 0234 490427 oder per E-Mail: info@bke-nrw.de.

Männergesprächskreis

Der alkoholranke Mann als Partner

Die Partnerbeziehung des suchtkranken Mannes ist häufig davon geprägt, dass die Partnerin zunehmend die familiäre Verantwortung übernommen hat. Falls sie noch bei ihm ist, tut sie häufig mehr für ihn, als gemeinhin Männer für eine alkoholranke Partnerin tun. Es ist zu einer Machtverschiebung gekommen, die oft nur sehr mühsam wahrgenommen und akzeptiert wird. Zunehmend kommen Patienten in die Beratung und Behandlung, wenn ihre Partnerin sie schon verlassen hat. Dabei fällt es Männern gemeinhin besonders schwer, mit Trennungen fertig zu werden. Suchtkranke Männer lebten zudem häufig in einer besonders abhängigen Beziehungsform, was Trennungsverarbeitung umso schwerer macht.

Ort: Martin-Luther-Zentrum
Preinstr. 38
59192 Bergkamen Oberaden

Termin: 18.03.2017, 10:00 Uhr bis
18.03.2017, 16:00 Uhr

Teilnehmerzahl: 25 Personen

Kosten: 6,00 € p. P. BKE-Mitglieder/ Interessierte/
Nicht-Mitglieder

Referenten: Heinz van Wasen (Sozialtherapeut Fachrichtung Sucht, Psychodrama Assistent)

Führungskräfteseminar

Wissen macht sicher

Neben den finanziellen Rahmenbedingungen gelten auch für Selbsthilfegruppen rechtliche Rahmenbedingungen, die Gruppenverantwortliche auf diesem Seminar kennenlernen können. Gemeinsam wollen wir überlegen, welche Strukturen und Abläufe, aber auch welche Vorgaben für Gruppen und Vereine wichtig sind. Ursprungsaufgabe der Selbsthilfe ist es, Angebote für Menschen zu machen, die der Hilfe bedürfen. Angstfreien Raum zu bieten für Austausch von Erfahrungen und Möglichkeiten der Veränderung. Das ist der Kern einer jeden Selbsthilfegruppenarbeit.

Ort: HVH Gottfried Könzgen
Annaberg 40
45721 Haltern

Termin: 24.03.2017, 18:00 Uhr bis
26.03.2017, 14:30 Uhr

Teilnehmerzahl: 0 Personen

Kosten: 80,00 € p. P. BKE-Mitglieder
80,00 € p. P. Mitglieder Suchtselbsthilfeverbände
160,00 € p. P. Interessierte/Nicht-Mitglieder

Referenten: Marianne Sasse (Dipl.-Sozialpädagogin,
Bildungsreferentin)
Frau Dr. Külper-Sörries (Leitung Stabsstelle
Verbandsrecht)

Auffrischung Suchtkrankenhilfe

Gespräche – Andere Süchte

Auffrischung... Erlerntes wieder nach vorne holen und mit Neuem abgleichen... Mit diesem Fortbildungsseminar gibt es die Möglichkeit, das eigene Gesprächsverhalten einmal wieder zu überprüfen ... und im Austausch mit anderen möglicherweise den eigenen Handlungsspielraum zu erweitern. Gleichzeitig soll auf diesem Seminar die Möglichkeit geboten werden, das Wissen um andere Suchtformen zu erweitern. Egal, ob wir in einzelner Begegnung oder in einer Gruppe auf Menschen treffen, die Hilfe brauchen... Wir führen Gespräche mit ihnen. Jeder in der Suchtkrankenhilfe tätige Mensch kennt die Aussage: Hol andere da ab, wo sie stehen, wenn Du sie erreichen willst.

Ort: HVH Gottfried Könzgen
Annaberg 40
45721 Haltern

Termin: 31.03.2017, 18:00 Uhr bis
02.04.2017, 14:30 Uhr

Teilnehmerzahl: 20 Personen

Kosten: 80,00 € p. P. BKE-Mitglieder
80,00 € p. P. Mitglieder Suchtselbsthilfeverbände
160,00 € p. P. Interessierte/Nicht-Mitglieder

Referenten: Hans-Ulrich Funk (ehrenamtl. Mitarbeiter BKE)
Heinz van Wasen (Sozialtherapeut Fachrichtung Sucht, Psychodrama Assistent)

Verbandsübergreifende Ausbildung - Basiswissen Sucht

Infotag Veranstaltungsreihe Basiswissen Sucht – ehrenamtliche Suchtkrankenhilfe

Der Informationstag zu dieser Ausbildungsreihe dient zum einen der Vorstellung von Arbeitsinhalten und Methoden, organisatorischen Fragen, der Klärung von Teilnahmevoraussetzungen und zum anderen dem Kennenlernen der einzelnen Teilnehmenden und des Leitungsteams. An diesem Infotag kann ein eigener Eindruck gewonnen werden, ob diese Ausbildung tatsächlich den Vorstellungen entspricht. Die Veranstaltungsreihe Basiswissen Sucht findet an 4 Wochenenden in 2017 und 4 Wochenenden 2018 statt. Sie kann nur zusammenhängend gebucht werden.

Ort: BKE Landesgeschäftsstelle
Mathiasstr.13
44879 Bochum

Termin: 01.04.2017, 10:00 bis 14:00 Uhr

Teilnehmerzahl: 20 Personen

Kosten: keine

Referenten: Hans-Ulrich Funk (ehrenamtl. Mitarbeiter BKE)
Heinz van Wasen (Sozialtherapeut Fachrichtung Sucht, Psychodrama Assistent)



Der Landesverband NRW ist eine Regionalstelle des Evangelischen Erwachsenenbildungswerkes Westfalen- und Lippe e.V. und damit eine vom Land anerkannte Einrichtung der öffentlich verantworteten Weiterbildung.

Mehr Infos und Buchung auf
www.bke-suchtselbsthilfe.de
Veranstaltungen/Seminarangebote

Frauengesprächskreis Ruhr

Zufriedenheit – Bin ich mit meinem Leben zufrieden?

Immer wieder einmal taucht in unserem Kopf die Frage auf, was genau das Gefühl von Zufriedenheit ausmacht, nach dem wir uns sehnen. Manchmal stehen wir morgens auf und haben das Gefühl, die Last der ganzen Welt liegt auf unseren Schultern. Oder wir fühlen uns leer oder traurig und wissen gar nicht so richtig warum. So geht es wohl jeder von uns hin und wieder und es ist auch vollkommen in Ordnung, sich ab und an so unzufrieden zu fühlen. Wie aber kann ich meine Sicht auf die Dinge und mein Leben verändern und zu meiner eigenen Zufriedenheit beitragen?

Ort: Gemeindehaus Apostelkirche
Horsterstr.35
45897 Gelsenkirchen
Termin: 08.04.2017, 10:00 Uhr bis 16:00 Uhr
Teilnehmerzahl: 25 Personen
Kosten: 6,00 € p. P. BKE-Mitglieder/ Interessierte/
Nicht-Mitglieder
Referenten: Marion Ludwig (ehrenamtl. Mitarbeiterin BKE)

Frauengesprächskreis Ostwestfalen

Von der Sucht gebraucht zu werden – Grenzen setzen und umsetzen

„Wer nicht Nein sagen kann, wird krank. Wer immer allen Erwartungen nachkommen will, wird seine Grenzen bald schmerzhaft spüren. Aber nur wer seine eigene Mitte hat, kann auch über seine eigenen Grenzen hinauswachsen. Und nur wer um seine Grenzen weiß, kann auf den anderen zugehen und ihm wirklich begegnen.“(Anselm Grün) Jeder kennt dieses Gefühl: Eigentlich wollte man NEIN sagen, ablehnen. Und dann tut man es doch. Ob Zuhause oder am Arbeitsplatz, überall begegnet uns immer wieder, dass wir Dinge tun, die wir nicht tun wollen. Was bewegt uns dazu, einem anderen Menschen zu gefallen?

Ort: Gemeindehaus
Evangelisch-Reformierte Kirche
Süsterplatz 2
33602 Bielefeld
Termin: 29.04.2017
Teilnehmerzahl: 25 Personen
Kosten: 3,00 € p. P. BKE-Mitglieder/ Interessierte/
Nicht-Mitglieder
Referenten: Henriette Schallenberg (Frauenbeauftragte
BKE NRW; ehrenamtl. Mitarbeiterin BKE)

Frauenseminar

Spontanität und Leichtigkeit – Gib Hemmung keine Chance

Natürlich wollen wir alle in unserem Leben Ziele erreichen und Pläne zu Ende bringen. Dazu brauchen wir ..klar... Selbstdisziplin...Doch um nicht das Gefühl zu haben, nur „zu funktionieren“ und „to Do“ Listen abzuarbeiten, müssen auch entspannte, ungeplante, zufällige Dinge in unserem Leben passieren. Also etwas, das mit Spontanität und Leichtigkeit umschrieben werden kann. Auf diesem Seminar wollen wir gemeinsam schauen, welche Möglichkeiten wir haben, unser Leben spontaner zu gestalten.

Ort: HVH Gottfried Könzgen
Annaberg 40
45721 Haltern
Termin: 05.05.2017, 18:00 Uhr bis
07.05.2017, 14:30 Uhr
Teilnehmerzahl: 20 Personen
Kosten: 80,00 € p. P. BKE-Mitglieder
80,00 € p. P. Mitglieder Suchtselbsthilfeverbände
9,00 € p. P. Kinder bis 18 Jahre
160,00 € p. P. Interessierte/Nicht-Mitglieder
Referenten: Marianne Sasse (Dipl.-Sozialpädagogin,
Bildungsreferentin)
Marion Ludwig (ehrenamtl. Mitarbeiterin BKE)

Seminar für Lebens- u. Glaubensfragen

Glaube – Liebe – Hoffnung – Zuversicht

Hoffnung ist eine der drei göttlichen Tugenden – Glaube, Liebe, Hoffnung – welche untrennbar miteinander verbunden sind. Es ist die Hoffnung, die uns Zuversicht gibt, aus widrigen Lebensumständen herauszufinden, wie aussichtslos es auch immer erscheinen mag. Glaube, Liebe, Hoffnung und Zuversicht ermöglichen es uns, das eigene Leben sinnvoll zu gestalten. Zuversicht ist die andere Seite von Hoffnungslosigkeit. An diesem Wochenende wollen wir gemeinsam schauen, welche Seite wir in uns nähren.

Ort: HVH Gottfried Könzgen
Annaberg 40
45721 Haltern
Termin: 12.05.2017, 18:00 Uhr bis
14.05.2017, 14:30 Uhr
Teilnehmerzahl: 20 Personen
Kosten: 60,00 € p. P. BKE-Mitglieder/ Interessierte/
Nicht-Mitglieder
Referenten: Wilfried Klossek (ehrenamtl. Mitarbeiter BKE)

Ahmser Treff

Der Mensch im Mittelpunkt – Mitgefangen/Mitgehungen – Angehörige in der Suchtselbsthilfe

Sein eigenes Leben führen – leicht gesagt und schwer getan? Die Sucht eines Menschen hat auch für die Menschen in seiner Umgebung Auswirkungen. »Mit-Betroffene« sind natürlich vor allem Familienmitglieder bzw. Lebenspartner/innen... Da fällt es nicht leicht, auf das eigene Leben zu schauen, wenn das Leben des Partners/der Partnerin so viel Durcheinander, Hilflosigkeit oder „Spektakel“ zeigt. Dieser Ahmser Treff soll helfen, herauszufinden, was Mitgefangen/Mitgehungen denn eigentlich bedeutet. Aber auch, was Gruppen tun können, um Angehörige zu unterstützen.

Ort: Evang. Kirchengemeinde
Lockhausen-Ahmser
Leopoldshöher Str. 5
32107 Bad Salzuflen
Termin: 20.05.2017, 15:00 Uhr bis 18:00 Uhr
Teilnehmerzahl: 30 Personen
Kosten: 25,00 € p. P. BKE-Mitglieder/ Interessierte/
Nicht-Mitglieder
Referenten: Dieter Bolte (ehrenamtl. Mitarbeiter BKE)

Basiswissen Sucht - Grundausbildung ehrenamtliche Suchtkrankenhilfe

Sich selber und anderen helfen

Wer immer allen Erwartungen nachkommen will, wird seine Grenzen bald schmerzhaft spüren. Wer seine eigene Mitte hat, kann auch über seine eigenen Grenzen hinauswachsen. Und nur wer um seine Grenzen weiß, kann auf den anderen zugehen und ihm wirklich begegnen. Eigene Grenzen und Möglichkeiten als Helfende werden an diesem Wochenende im Mittelpunkt stehen. Dieses Seminar ist Teil der Veranstaltungsreihe „Basiswissen Sucht“ und kann leider nicht einzeln gebucht werden.*

Ort: HVH Gottfried Könzgen
Annaberg 40
45721 Haltern
Termin: 26.05.2017, 00:00 Uhr bis
28.05.2017, 00:00 Uhr
Teilnehmerzahl: 20 Personen
Kosten: 80,00 € p. P. BKE-Mitglieder
80,00 € p. P. Mitglieder Suchtselbsthilfeverbände
160,00 € p. P. Interessierte/Nicht-Mitglieder
Referenten: Marianne Sasse (Dipl.-Sozialpädagogin,
Bildungsreferentin)
Heinz van Wasen (Sozialtherapeut Fachrichtung Sucht, Psychodrama Assistent)
Hans-Ulrich Funk (ehrenamtl. Mitarbeiter BKE)

*Die Termine für den nächsten Start dieser Reihe erfahren sie ab Ende 2017 in der Landesgeschäftsstelle. Weitere Informationen erhalten Sie in der Landesgeschäftsstelle unter Telefon 0234-490427 oder per E-Mail: info@bke-nrw.de.

Bergkamener Tag

Toleranz und Reformation in der Suchtselbsthilfe – Gedanken zum Lutherjahr

In Gruppen treffen Menschen mit unterschiedlichen Werten und Vorstellungen aufeinander. Mit ausgesprochenen und auch unausgesprochenen Geboten und Verboten... Ich darf mein Suchtmittel nicht konsumieren... Ich will mein Suchtmittel nicht konsumieren... Ich darf etwas von mir preisgeben... ich muss etwas preisgeben... etc. Wie tolerant gehen wir mit den uns innewohnenden Ge- und Verboten um? Wie immer bietet dieser Tag Menschen, die neu sind in den Gruppen, die Gelegenheit, eine Vielzahl Gleichgesinnter kennenzulernen, die sich austauschen wollen über „Alltagsprobleme“ im eigenen oder im Gruppenleben.

Ort: Ev. Gemeindehaus der Friedenskirche
Schulstr. 156
59192 Bergkamen
Termin: 10.06.2017, 09:30 Uhr bis 14:30 Uhr
Teilnehmerzahl: 60 Personen
Kosten: 6,00 € p. P. BKE-Mitglieder/ Interessierte/
Nicht-Mitglieder
Referenten: N.N.

Yogaseminar

Yoga und Klang – Anwendung & Selbsthilfe

Viele Menschen suchen nach einer Möglichkeit, körperliche und seelische Verspannungen zu lösen, um bewusster, glücklicher und selbstbestimmter in Balance zu leben. Klangyoga eröffnet einen sanften und kraftvollen Weg... um sich selbst und andere zum Schwingen zu bringen, körperliche und seelische Spannungen abzubauen und sich wieder mit dem eigenen Rhythmus zu verbinden. Auch für ungeübte Menschen soll dieses Wochenende einen Einstieg bieten, Yoga und Klangschalen zu erleben. KlangRaum ist Wohlfühlen auf allen Ebenen, Freude und Entspannung für Körper, Seele und Geist. Bitte mitbringen: Wetterfeste Kleidung; eventuell Regenschirm, damit auch Bewegung in der Natur möglich ist; Ansonsten: bequeme Kleidung. Das Mittagessen wird vegetarisch zubereitet; Frühstück und Abendbrot wahlweise vegetarisch.

Ort: Seminarhaus Wiesengrund
Hellenkamp 20
33129 Delbrück
Termin: 16.06.2017, 18:00 Uhr bis
18.06.2017, 14:30 Uhr
Teilnehmerzahl: 16 Personen
Kosten: 80,00 € p. P. BKE-Mitglieder
80,00 € p. P. Mitglieder Suchtselbsthilfeverbände
160,00 € p. P. Interessierte/Nicht-Mitglieder
Referenten: Heike Höber (Jin Shin Jyutsu ®Praktikerin,
Sat Nam Rasayan ®)



Der Landesverband NRW ist eine Regionalstelle des Evangelischen Erwachsenenbildungswerkes Westfalen- und Lippe e.V. und damit eine vom Land anerkannte Einrichtung der öffentlich verantworteten Weiterbildung.

Mehr Infos und Buchung auf www.bke-suchtselbsthilfe.de
Veranstaltungen/Seminarangebote

Kennenlernseminar

Kontakte knüpfen – Aber wie?

Suchtkrank sein oder leben in einer suchtblasteten Familie bedeutet ganz häufig, dass Menschen soziale Kontakte verlieren bzw. nicht aufrechterhalten wollen. Neue Kontakte zu finden und zu pflegen, fällt nach dem Ausstieg häufig schwer. Auf diesem Seminar wollen wir im Miteinander unsere Stärken erkennen und entwickeln.

Ort: HVH Gottfried Könzgen
Annaberg 40
45721 Haltern
Termin: 23.06.2017, 18:00 Uhr bis
25.06.2017, 14:30 Uhr
Teilnehmerzahl: 20 Personen
Kosten: 60,00 € p. P. BKE-Mitglieder/ Interessierte/
Nicht-Mitglieder
Referenten: Wilfried Klossek (ehrenamtl. Mitarbeiter
BKE)
Walter Grewe (ehrenamtl. Mitarbeiter BKE)

AHA Schulungsreihe

Angehörige helfen Angehörigen (AHA)

Angehörige, die Moderation und Gruppenbegleitung übernommen haben und vielleicht auch neue Gruppen gründen wollen, können in dieser Schulungsreihe Kenntnisse erwerben, die ihnen diese Aufgaben erleichtern. Dieses Angebot bietet vor allem die Möglichkeit zur Selbstreflexion und zur Auseinandersetzung mit der eigenen Geschichte. Denn die Person der Helfenden hat immer Auswirkungen auf die Möglichkeiten und Grenzen von Hilfen. Die Teilnehmenden sollen befähigt werden, das eigene Verhalten insbesondere im Umgang mit Hilfesuchenden stets im Auge zu behalten. Neben der Auseinandersetzung mit der eigenen Persönlichkeit geht es um die Vermittlung von Moderations-Grundkenntnissen und Fähigkeiten. Wir laden Angehörige ein, an einer Schulungsreihe teilzunehmen. Diese Schulung richtet sich an alle, die Angehörige von Suchtkranken begleiten und unterstützen wollen. Die Schulung besteht aus 4 Ausbildungsmodulen, d.h. 4 Wochenenden verteilt auf 2 Jahre. Anmeldung für alle 4 Module.

Ort: Historisch-ökologische Bildungsstätte
Spillmannsweg 30
26871 Papenburg
Termin: 30.06.2017, 18:00 Uhr bis
02.07.2017, 13:00 Uhr
Teilnehmerzahl: 16 Personen
Kosten: 60,00 € p. P. BKE-Mitglieder
60,00 € p. P. Mitglieder Suchtselbsthilfeverbände
250,00 € p. P. Interessierte/Nicht-Mitglieder
Referenten: Beate Sievertsen

Basiswissen Sucht - Grundausbildung ehrenamtliche Suchtkrankenhilfe

Die Sucht – Entstehung, Verlauf und Behandlung; Formen der Gesprächsführung

Die Sucht, der/die Süchtige - gibt es eigentlich den oder die typisch Süchtige/n? Oder besser - was macht uns eigentlich süchtig? Entscheidend für dieses Seminarwochenende wird es sein, herauszufinden, ob und wo Gemeinsamkeiten bestehen, in Bezug auf Ursache, Verlauf und Folgeerscheinungen.*

Ort: HVH Gottfried Könzgen
Annaberg 40
45721 Haltern
Termin: 07.07.2017, 18:00 Uhr bis
09.07.2017, 14:30 Uhr
Teilnehmerzahl: 30 Personen
Kosten: 80,00 € p. P. BKE-Mitglieder
80,00 € p. P. Mitglieder Suchtselbsthilfeverbände
160,00 € p. P. Interessierte/Nicht-Mitglieder
Referenten: Marianne Sasse (Dipl.-Sozialpädagogin,
Bildungsreferentin)
Heinz van Wasen (Sozialtherapeut Fachrichtung
Sucht, Psychodrama Assistent)
Hans-Ulrich Funk (ehrenamtl. Mitarbeiter BKE)

Männergesprächskreis

Beziehungen zu Frauen – Wie gestalte ich sie?

Wie begegne ich Frauen? Wo stehe ich, bezogen auf Partnerschaft und Familie? Auf emotionaler Ebene geht es darum, Gefühle der Verletzung innerhalb und nach Partnerschaften zu erkennen und zuzulassen. Eigene Anteile und suchtbedingte Ursachen sollten herausgearbeitet werden. Es findet die Auseinandersetzung mit dem eigenen Frauenbild, dem eigenen Verhältnis zu Frauen im Allgemeinen und geliebten Frauen im Allgemeinen. Durch den Austausch mit anderen Männern können eigenen Perspektiven verändert und neue Handlungsstrategien entwickelt werden.

Ort: Diakonie Beratungszentrum
Stettiner Str. 25
49525 Lengerich
Termin: 15.07.2017, 10:00 Uhr bis 16:00 Uhr
Teilnehmerzahl: 25 Personen
Kosten: 6,00 € p. P. BKE-Mitglieder/ Interessierte/
Nicht-Mitglieder
Referenten: Heinz van Wasen (Sozialtherapeut Fachrichtung
Sucht, Psychodrama Assistent)

*Die Termine für den nächsten Start dieser Reihe erfahren sie ab Ende 2017 in der Landesgeschäftsstelle. Weitere Informationen erhalten Sie in der Landesgeschäftsstelle unter Telefon 0234 490427 oder per E-Mail: info@bke-nrw.de.

Basiswissen Sucht - Grundausbildung ehrenamtliche Suchtkrankenhilfe

Die Haltung des Helfenden – Angehörige im „System Sucht“

Grundhaltungen der Helfenden sind bestimmt durch persönliche Werte und Ziele, und haben immer Einfluss auf die Art der Hilfe, die geboten wird. An diesem Wochenende wollen wir auf diese Aspekte näher eingehen. Ziel ist, die eigene Haltung zu reflektieren und Handlungsmöglichkeiten zu erweitern. Dieses Angebot gehört zu der Veranstaltungsreihe Basiswissen Sucht und kann leider nicht einzeln gebucht werden. Die Termine für den nächsten Start dieser Reihe erfahren sie ab Ende 2017 in der Landesgeschäftsstelle unter Telefon 0234 490427 oder per E-Mail: info@bke-nrw.de

Ort: HVH Gottfried Könzgen
Annaberg 40
45721 Haltern
Termin: 01.09.2017, 18:00 Uhr bis
03.09.2017, 14:30 Uhr
Teilnehmerzahl: 30 Personen
Kosten: 80,00 € p. P. BKE-Mitglieder
80,00 € p. P. Mitglieder Suchtselbsthilfeverbände
160,00 € p. P. Interessierte/Nicht-Mitglieder
Referenten: Marianne Sasse (Dipl.-Sozialpädagogin,
Bildungsreferentin)
Heinz van Wasen (Sozialtherapeut Fachrichtung
Sucht, Psychodrama Assistent)
Hans-Ulrich Funk (ehrenamtl. Mitarbeiter BKE)

Bergkamener Tag

Bewusster leben mit allen Sinnen

Selbsthilfegruppen bieten Orientierung, Unterstützung, Begleitung und konkrete Hilfen in unterschiedlichen Formen an. Gespräche; Austausch, Diskussionen sind eine Form. Kreativität, Entspannung und Bewegung sind Möglichkeiten, Wege zu sich selbst zu finden und Zeit und Raum für eigene Gedanken und Gefühle zu schaffen. So werden wir auf diesem Bergkamener Tag wieder unterschiedliche Formen der Gesundheitsförderung in Selbsthilfegruppen kennenlernen können. Jeder Workshop gibt praktische Anregungen und Motivationshilfen für die Gruppenarbeit vor Ort. Folgende Workshops stehen zur Auswahl. Workshop 1: Entspannt leben Für diesen Workshop bitte bequeme Kleidung anziehen/ Wolldecke mitbringen. Workshop 2: Entspannt in Stille lauschen ...Geschichten die das Leben und Bücher schreiben. Workshop 3: Kreative Zugänge zu mir.

Ort: Ev. Gemeindehaus der Friedenskirche
Schulstr. 156
59192 Bergkamen
Termin: 09.09.2017, 09:30 Uhr bis 14:30 Uhr
Teilnehmerzahl: 70 Personen
Kosten: 6,00 € p. P. BKE-Mitglieder/ Interessierte/
Nicht-Mitglieder
Referenten: N.N.

Männerseminar

Achtsamkeit/Spiritualität – Nur was für Frauen?!?

Achtsamkeit hat in unseren Breitengraden häufig noch den Geschmack von "spirituellem Strebertum": Roibuschtee trinken während im Hintergrund leise Meditationsmusik rieselt – und dann tief in mich hinein hören. Und nicht zuletzt: irgendwie klingt Achtsamkeit doch sehr feminin, oder? Wo ist John Rambo? „Männer sind nicht achtsam, sondern auf der Jagd, oder beim Sport. „Achtsamkeit war schon immer in der Suchtkrankenhilfe ein bekannter und feststehender Begriff, eher im Sinne von Aufmerksamkeit zu interpretieren. Damit möchten wir uns in dem geplanten Männerseminar intensiv beschäftigen, wohl wissend, dass Entspannung ganz wesentlich zur Abstinenzsicherung gehört.

Ort: HVH Gottfried Könzgen
Annaberg 40
45721 Haltern
Termin: 15.09.2017, 18:00 Uhr bis
17.09.2017, 14:30 Uhr
Teilnehmerzahl: 20 Personen
Kosten: 80,00 € p. P. BKE-Mitglieder
80,00 € p. P. Mitglieder Suchtselbsthilfeverbände
160,00 € p. P. Interessierte/Nicht-Mitglieder
Referenten: Heinz van Wasen (Sozialtherapeut Fachrichtung
Sucht, Psychodrama Assistent)

Frauengesprächskreis Ruhr

Krisenzeiten in meinem Leben – Hausgemacht – Unvermeidbar?

Mal ganz ehrlich... Den Gustav Gans, den vierblättrigen Kleeblättern nur so zufliegen, dem im Leben nie etwas Schlimmes passiert und der vor allem keine Schmerzen, ob physisch, psychisch oder emotional kennt, gibt es doch eigentlich nicht. Jede von uns kennt unterschiedliche Krisen aus eigener Erfahrung. Sei es die gesundheitliche Krise, die Krise in der Partnerschaft, im Job, den Finanzen oder einfach nur die allgemeine „Sinnkrise“ – über das Leben und die eigene Position darin. Im geschützten Rahmen dieses Gesprächskreises schauen wir, welche Möglichkeiten jede von uns gefunden hat und wo Erfahrungen übertragbar sind. Wo spreche ich in meinem Leben von Krisen? Welchen Sinn bzw welche Chancen bieten mir Krisen für meine Entwicklung? Welche Strategien nutzen wir, um Krisen zu überwinden?

Ort: Gemeindehaus Apostelkirche
Horsterstr.35
45897 Gelsenkirchen
Termin: 16.09.2017, 10:00 Uhr bis 16:00 Uhr
Teilnehmerzahl: 25 Personen
Kosten: 6,00 € p. P. BKE-Mitglieder/ Interessierte/
Nicht-Mitglieder
Referenten: Marion Ludwig (ehrenamtl. Mitarbeiterin BKE)



Der Landesverband NRW ist eine Regionalstelle des Evangelischen Erwachsenenbildungswerkes Westfalen- und Lippe e.V. und damit eine vom Land anerkannte Einrichtung der öffentlich verantworteten Weiterbildung.

Mehr Infos und Buchung auf
www.bke-suchtselbsthilfe.de
Veranstaltungen/Seminarangebote

Ahmser Treff

**Der Mensch im Mittelpunkt
Suchtcrankenhilfe als Verbundsystem?**

Helfen im Verbund? Was heißt das denn für uns? Viele Menschen leisten Hilfe in den Regionen auf verschiedenen Ebenen- in direktem Kontakt mit Menschen, aber auch als politisches Sprachrohr in Gremien, in der Öffentlichkeit auf Selbsthilfetagen etc. ...Wo ist es möglich den einzelnen Helfenden zu entlasten? Was brauche ich zur Unterstützung? Dieser Ahmser Treff soll helfen, herauszufinden, welche Kontakte in hauptamtliche Suchthilfe und andere Gruppen bestehen. Auch was getan werden kann, um neue Kontakte zu knüpfen und zu pflegen.

Ort: Evang. Kirchengemeinde
Lockhausen-Ahmsen
Leopoldshöher Str. 5
32107 Bad Salzuffen

Termin: 23.09.2017, 15:00 Uhr bis 18:00 Uhr

Teilnehmerzahl: 30 Personen

Kosten: 25,00 € p. P. BKE-Mitglieder/ Interessierte/
Nicht-Mitglieder

Referenten: Dieter Bolte (ehrenamtl. Mitarbeiter BKE)

Stressfrei Seminar

Entspannt und Stressfrei durch den Alltag

Gesundheit und Stress sind Worte, die nicht gut zusammenpassen. Neben gesunder Ernährung und Bewegung sind Entspannung und Gelassenheit wichtig. Dieses Seminar soll die Möglichkeit bieten, kurze, wirkungsvolle Entspannungstechniken kennenzulernen, die im Alltag, zu Beginn oder am Ende einer Gruppenstunde leicht durchgeführt werden können. Weitere Informationen sowie die Stornobedingungen entnehmen Sie bitte dem Flyer.

Ort: HVH Gottfried Könzgen
Annaberg 40
45721 Haltern

Termin: 29.09.2017, 18:00 Uhr bis
01.10.2017, 14:30 Uhr

Teilnehmerzahl: 20 Personen

Kosten: 80,00 € p. P. BKE-Mitglieder
80,00 € p. P. Mitglieder Suchtselbsthilfeverbände
160,00 € p. P. Interessierte/Nicht-Mitglieder

Referenten: Birgit Mokross (Dipl.-Pädagogin Heilpraktikerin für Psychotherapie)

Frauengesprächskreis OWL

**Von der Sucht gebraucht zu werden –
Harmonie und Nähe – Distanz und Eigenständigkeit**

Liebe mich und bleibe mir vom Leib - Angst vor Nähe, Recht auf Distanz oder umgekehrt: Angst vor Distanz und Recht auf Nähe? Gelingen uns Kontakte allerletzten Endes nur, wenn wir uns anpassen oder ist es besser, uns selbst treu zu werden, zu sein, zu bleiben? Wir alle nehmen die Welt um uns herum unterschiedlich wahr. Wir sehen und erleben Dinge verschieden. Während z.B. der eine in unberührter Natur Frieden und Ruhe sieht, verbindet jemand anderes damit nur Langeweile.

Ort: Gemeindehaus
Evangelisch-Reformierte Kirche
Süsterplatz 2
33602 Bielefeld

Termin: 30.09.2017

Teilnehmerzahl: 25 Personen

Kosten: 3,00 € p. P. BKE-Mitglieder/ Interessierte/
Nicht-Mitglieder

Referenten: Henriette Schallenberg (Frauenbeauftragte
BKE NRW; ehrenamtl. Mitarbeiterin BKE)

AHA Schulungsreihe

Angehörige helfen Angehörigen (AHA)

Die Abhängigkeit eines Menschen wirkt immer auf sein soziales Umfeld. Angehörige wie Partnerinnen und Partner, Kinder, Eltern, Geschwister, Großeltern aber auch Freundschaften und Kolleginnen und Kollegen werden je nach Beziehungsintensität von den Auswirkungen der Abhängigkeit beeinflusst. Diese Schulungsreihe richtet sich an alle, die Angehörige von Suchtkranken begleiten und unterstützen wollen. Sie besteht aus 4 Ausbildungsmodulen, d.h. 4 Wochenenden verteilt auf 2 Jahre. Die Schulung startete im Juli 2017 und ist nur einem geschlossenen Kreis an Teilnehmenden zugänglich. Interessierte können sich für die nächste Schulungsreihe vormerken lassen. Wir informieren rechtzeitig über die nächsten Termine.

Ort: Haus Wiesengrund
Hellenkamp 20
33129 Delbrück

Termin: 20.10.2017, 18:00 Uhr bis
22.10.2017, 13:00 Uhr

Teilnehmerzahl: 16 Personen

Kosten: 60,00 € p. P. BKE-Mitglieder
60,00 € p. P. Mitglieder Suchtselbsthilfeverbände
250,00 € p. P. Interessierte/Nicht-Mitglieder

Referenten: Beate Sievertsen

Glaubensgesprächskreis

**Glaube und Liebe – Auseinandersetzung
mit wichtigen Werten**

Glauben ist ein Grundvertrauen in Werte. Es gibt eine höhere Wahrheit, die hinter allem steht. Man kann sie Gott nennen, Göttliche Mutter, Allumfassendes, Kosmische Energie, Kosmische Intelligenz - sie liegt allem anderen zugrunde. Alles was auf einen zukommt, alle Ereignisse helfen, dass man spirituell wächst. Ein freundlicher Umgang mit Mitmenschen prägt sich auch ins kollektive Unterbewusstsein ein und erhöht die Wahrscheinlichkeit, dass auch andere freundlicher miteinander umgehen -Wie sieht es mit meiner Liebe, meiner Mitmenschlichkeit aus? - Was sind die Grundlagen meines Lebens? Diesen und anderen Fragen wollen wir uns gemeinsam auf diesem Glaubensgesprächskreis nähern.

Ort: Bodelschwingh-Haus
Bergstr. 7a
45897 Gelsenkirchen-Beckhausen

Termin: 21.10.2017, 10:00 Uhr bis 16:00 Uhr

Teilnehmerzahl: 25 Personen

Kosten: 6,00 € p. P. BKE-Mitglieder/ Interessierte/
Nicht-Mitglieder

Referenten: Wilfried Klossek (ehrenamtl. Mitarbeiter BKE)

**Basiswissen Sucht - Grundausbildung
ehrenamtliche Suchtcrankenhilfe**

Andere Süchte – Doppeldiagnosen

Immer häufiger besuchen Menschen mit unterschiedlichen Süchten Gruppen, um Hilfe für sich zu finden. Häufig ist neben der Sucht auch psychische Erkrankung vorhanden. Um offen und verständnisvoll mit Hilfesuchenden umgehen zu können, ist es notwendig, Wissen zu erwerben und Grenzen und Möglichkeiten der eigenen Person und Gruppe auszuloten. Dieses Angebot gehört zu der Veranstaltungsreihe Basiswissen Sucht und kann leider nicht einzeln gebucht werden. Die Termine für den nächsten Start dieser Reihe erfahren sie ab Ende 2017 in der Landesgeschäftsstelle unter Telefon 0234 490427 oder E-Mail: info@bke-nrw.de.

Ort: HVH Gottfried Könzgen
Annaberg 40
45721 Haltern

Termin: 27.10.2017, 18:00 Uhr bis
29.10.2017, 14:30 Uhr

Teilnehmerzahl: 0 Personen

Kosten: 80,00 € p. P. BKE-Mitglieder
80,00 € p. P. Mitglieder Suchtselbsthilfeverbände
160,00 € p. P. Interessierte/Nicht-Mitglieder

Referenten: Marianne Sasse (Dipl.-Sozialpädagogin,
Bildungsreferentin)
Heinz van Wasen (Sozialtherapeut Fachrichtung Sucht, Psychodrama Assistent)
Hans-Ulrich Funk (ehrenamtl. Mitarbeiter BKE)

Männergesprächskreis

**Mit Pfeil und Bogen?
... oder mit Herz und Wort?**

„Frauen sprechen anders. Männer auch.“. Männer mussten sich bei der Jagd mittels nonverbalen Signalen verständigen. Sie saßen oft stundenlang nebeneinander, schweigend. Sie freuen sich über Gesellschaft, haben Spaß an dem, was sie tun, jedoch ohne zu sprechen. Und so „machen“ wir auch heute noch still vor uns hin und tun uns schwer, hilfreich miteinander zu kommunizieren und uns mitzuteilen. Und das ist nicht negativ – es ist einfach so.

Ort: Niemöllerhaus
Brüderstr. 13
59555 Lippstadt

Termin: 04.11.2017, 10:00 Uhr bis 16:00 Uhr

Teilnehmerzahl: 25 Personen

Kosten: 6,00 € p. P. BKE-Mitglieder/ Interessierte/
Nicht-Mitglieder

Referenten: Walter Grewe (ehrenamtl. Mitarbeiter BKE)
Heinz van Wasen (Sozialtherapeut Fachrichtung Sucht, Psychodrama Assistent)

Frauengesprächskreis Ostwestfalen

**Von der Sucht gebraucht zu werden.
Sich selber treu bleiben**

Wenn Menschen eine Partnerschaft eingehen, sind sie meist sehr verliebt ineinander - eine wunderbare Beziehung beginnt... ..man/frau ist „verrückt“ nacheinander, alle Sinne sind auf Gleichklang geschaltet. Die Partner sind sehr bemüht, Ähnlichkeiten zu entdecken oder sich „ähnlich“ zu machen. Erst allmählich erkennen sie ihre Verschiedenheit; es gibt Konflikte, Kränkungen und Enttäuschungen. Im geschützten Rahmen dieses Gesprächskreises wollen wir uns austauschen über Wege und Möglichkeiten, wie wir transparent eigene Ziele deklarieren, Bedürfnisse und Anliegen äußern und Gesprächspartnern wertschätzend begegnen können.

Ort: Gemeindehaus
Evangelisch-Reformierte Kirche
Süsterplatz 2
33602 Bielefeld

Termin: 04.11.2017

Teilnehmerzahl: 25 Personen

Kosten: 3,00 € p. P. BKE-Mitglieder/ Interessierte/
Nicht-Mitglieder

Referenten: Henriette Schallenberg (Frauenbeauftragte
BKE NRW; ehrenamtl. Mitarbeiterin BKE)



Der Landesverband NRW ist eine Regionalstelle des Evangelischen Erwachsenenbildungswerkes Westfalen- und Lippe e.V. und damit eine vom Land anerkannte Einrichtung der öffentlich verantworteten Weiterbildung.

Mehr Infos und Buchung auf www.bke-suchtselbsthilfe.de
Veranstaltungen/Seminarangebote

Bergkamener Tag

Mitgefangen/Mitgehungen? – Angehörige in der Suchtselbsthilfe

Sein eigenes Leben führen – leicht gesagt und schwer getan? Die Sucht eines Menschen hat auch für die Menschen in seiner Umgebung Auswirkungen. »Mit-Betroffene« sind natürlich vor allem Familienmitglieder bzw. Lebenspartner/innen. Da fällt es nicht leicht, auf das eigene Leben zu schauen, wenn das Leben des Partners/ der Partnerin so viel Durcheinander, Hilflosigkeit oder „Spektakel“ zeigt. Wie immer bietet dieser Tag Menschen, die neu sind in den Gruppen, die Gelegenheit, eine Vielzahl Gleichgesinnter kennenzulernen, die sich austauschen wollen über „Alltagsprobleme“ im eigenen oder im Gruppenleben.

Ort: Ev. Gemeindehaus Friedenskirche
Schulstr.156
59192 Bergkamen
Termin: 11.11.2017, 09:30 Uhr bis 14:30 Uhr
Teilnehmerzahl: 60 Personen
Kosten: 6,00 € p. P. BKE-Mitglieder/ Interessierte/
Nicht-Mitglieder
Referenten: N.N.

Ahmser Treff

Der Mensch im Mittelpunkt – Grenzen in der Suchtselbsthilfe

Jeder kennt dieses Gefühl: Eigentlich wollte man NEIN sagen, ablehnen. Und dann tut man es doch. Ob zuhause oder am Arbeitsplatz, überall begegnet uns immer wieder, dass wir Dinge tun, die wir nicht tun wollen. Darüber gibt es Literatur ohne Ende. Da kommt der Chef mit noch mehr Arbeit und wir sagen brav und artig JA dazu, weil wir..... Der Kollege, der sich vor jeder anstrengenden Arbeit drückt, bittet uns um einen Gefallen. Erst wird gemeckert, doch dann tun wir ihm diesen Gefallen, weil..... Dieser Ahmser Treff soll helfen, uns mit unseren und den Grenzen anderer Menschen auseinanderzusetzen. Wege und Möglichkeiten kennenzulernen, wie wir eigene Ziele deklarieren, eigene Grenzen deutlich machen.

Ort: Evang. Kirchengemeinde
Lockhausen-Ahmsen
Leopoldshöher Str. 5
32107 Bad Salzuflen
Termin: 18.11.2017, 15:00 Uhr bis 18:00 Uhr
Teilnehmerzahl: 30 Personen
Kosten: 25,00 € p. P. BKE-Mitglieder/ Interessierte/
Nicht-Mitglieder
Referenten: Dieter Bolte (ehrenamtl. Mitarbeiter BKE)

Frauengesprächskreis Ruhr

Persönliche Potenziale erkennen und ausbauen

Als Erwachsene stellen wir oft unbewusst Vergleiche mit anderen an. Erfolge anderer führen uns vor Augen, was Menschen erreichen können. Wir schauen dabei auf die Stärken der anderen – auf unsere eigenen Stärken zu schauen sind wir oft nicht gewohnt... Wir relativieren das, was wir können schnell mit den Worten „Das ist doch nichts Besonderes – das können doch die meisten“ Im geschützten Rahmen dieses Gesprächskreises schauen wir, welche Stärken in uns stecken und wie wir sie entwickeln können.

Ort: Gemeindehaus Apostelkirche
Horsterstr.35
45897 Gelsenkirchen
Termin: 25.11.2017
Teilnehmerzahl: 25 Personen
Kosten: 6,00 € p. P. BKE-Mitglieder/ Interessierte/
Nicht-Mitglieder
Referenten: Marion Ludwig (ehrenamtl. Mitarbeiterin BKE)

Basiswissen Sucht - Grundausbildung ehrenamtliche Suchtkrankenhilfe

Methodik und Didaktik der sozialen Gruppenarbeit; Konflikte

Das Wissen um Gesetzmäßigkeiten von Kommunikation und Gruppenprozessen kann sehr entlastend wirken. Veranschaulicht werden diese Gesetzmäßigkeiten mittels verschiedener Arbeitsmethoden, wie z.B. Rollenspielen, kreativen Gestaltungstechniken, Interaktionsspielen. Dieses Angebot gehört zu der Veranstaltungsreihe Basiswissen Sucht und kann leider nicht einzeln gebucht werden*.

Ort: HVH Gottfried Könzgen
Annaberg 40
45721 Haltern
Termin: 01.12.2017, 18:00 Uhr bis
03.12.2017, 14:30 Uhr
Teilnehmerzahl: 30 Personen
Kosten: 80,00 € p. P. BKE-Mitglieder
80,00 € p. P. Mitglieder Suchtselbsthilfeverbände
160,00 € p. P. Interessierte/Nicht-Mitglieder
Referenten: Marianne Sasse (Dipl.-Sozialpädagogin,
Bildungsreferentin)
Heinz van Wasen (Sozialtherapeut Fachrichtung Sucht, Psychodrama Assistent)
Hans-Ulrich Funk (ehrenamtl. Mitarbeiter BKE)

*Die Termine für den nächsten Start dieser Reihe erfahren sie ab Ende 2017 in der Landesgeschäftsstelle. Weitere Informationen erhalten Sie in der Landesgeschäftsstelle unter Telefon 0234 490427 oder per E-Mail: info@bke-nrw.de.



Der Landesverband NRW ist eine Regionalstelle des Evangelischen Erwachsenenbildungswerkes Westfalen- und Lippe e.V. und damit eine vom Land anerkannte Einrichtung der öffentlich verantworteten Weiterbildung.

Persönlichkeitsentwicklung

Entwicklung einer Suchtpersönlichkeit

Das Seminar beschäftigt sich mit der Frage, warum ich mich so entwickelt habe, wie ich mich heute sehe, wie mich andere sehen und welche Einflüsse bei meiner persönlichen Entwicklung eine Rolle spielten und spielen. Soziale Beziehungen in der Vergangenheit, der Gegenwart und der Zukunft spielen bei der Entwicklung einer Persönlichkeit eine wichtige Rolle. Auch wenn es die Suchtpersönlichkeit nicht zu geben scheint, können verschiedene Einflussfaktoren bei der Entstehung, der Entwicklung und bei der Aufrechterhaltung von Sucht und süchtiger Beziehungen eine Rolle spielen. Falls noch persönliche Dinge aus der Kindheit, der Jugend (Bilder, Buch, Kuscheltier, Musik o.ä.) aus dieser Zeit vorhanden sind, können diese mitgebracht werden.

Ort: Fichtenhof
An der Kirche
24635 Rickling
Termin: 28.04.2017, 18:00 Uhr bis
30.04.2017, 14:00 Uhr
Teilnehmerzahl: 15 Personen
Kosten: 40,00 € p. P. BKE-Mitglieder
40,00 € p. P. Mitglieder Suchtselbsthilfeverbände
120,00 € p. P. Interessierte u. Nicht-Mitglieder
Referenten: Wolfgang Menke (Dipl.-Sozialpädagoge/
Sozialarbeiter, Sucht- u. Sozialtherapeut (FPI))

Fort- und Weiterbildung

Wirklich „Ja!“ zu sich sagen

Natürlich sagen wir „Ja!“ zu uns – das denken wir jedenfalls. Unterhalb dieses selbstverständlichen Einverständnis-Seins mit dem Leben, das wir führen, unterhalb des berechtigten Stolzes auf das, was wir erreicht haben, gibt es aber oft noch eine andere Ebene. Wir leben oft nicht wirklich unser Leben, sondern das von Anderen (unseren Eltern, unseren Partnern und mehr). Wir schauen sehr darauf, was gefragt ist, wie wir gut gefunden werden, wie wir geliebt werden und versuchen uns darauf einzustellen. Hinter all dem stecken oft Teile von uns, zu denen wir noch nicht ganz „JA!“ sagen können, Teile, die wir nicht mögen, Teile, für die wir uns schämen, Teile, die niemand sehen darf. Mit all diesen Themen wollen wir arbeiten – damit das „JA!“ zu uns wirklich stark und kraftvoll wird.

Ort: Helgoland
27487 Helgoland
Termin: 08.06.2017, 09:30 Uhr bis
11.06.2017, 18:30 Uhr
Teilnehmerzahl: 18 Personen
Kosten: 119,00 € p. P. BKE-Mitglieder
119,00 € p. P. Mitglieder Suchtselbsthilfeverbände
279,00 € p. P. Interessierte/Nicht-Mitglieder
Referenten: Peter Ihle (Dipl.-Sozialpädagogin, Paar- und
Gestalttherapeut, Sozialtherapeut (Sucht))
Evelyn Horsch-Ihle (Dipl.-Psychologin, Paar- und
Gestalttherapeutin, Yogalehrerin)

Anmeldung zu einem unserer Seminare ist nur online möglich unter:

www.bke-sh.de
Veranstaltungen/Seminare

Frauenseminar

Sucht und Sexualität III

In diesem Seminar geht es um die Einstellung zum eigenen Körper und zum Umgang mit der Veränderung des Körpers in zunehmendem Alter gehen. Folgende Fragen wollen wir dabei näher betrachten: Hängen Einstellung zum eigenen Körper und Suchtmittelinnahme zusammen? Wie habe ich meinen Körper während meiner nicht-abstinenten Phase und/oder während der nicht-abstinenten Phase meines Partners wahrgenommen und wie ist es heute? Wir nähern uns der Thematik mit einer bunten Mischung aus gestalttherapeutischen Methoden, Texten, Phantasiereisen, Bewegung, Spiel und Spaß.

Ort: Fichtenhof
An der Kirche
24635 Rickling
Termin: 21.07.2017, 18:00 Uhr bis
23.07.2017, 14:00 Uhr
Teilnehmerzahl: 16 Personen
Kosten: 40,00 € p. P. BKE-Mitglieder
40,00 € p. P. Mitglieder Suchtselbsthilfeverbände
120,00 € p. P. Interessierte/Nicht-Mitglieder
Referenten: Beate Sievertsen (Dipl.-Soz.-Pädagogin/
Arbeiterin, Suchttherapeutin)

Gesundheit, körperliche Ertüchtigung und Ernährung

Bewegungs Fahrradseminar am Ostseefjord Schlei

In diesem Jahr möchten wir mit dem Fahrrad am Samstag und Sonntag den östlichen Teil der Region Ostseefjord Schlei „Angeln und Schwansen“ erkunden und kennenlernen. Am Freitagabend nach dem Abendessen beginnen wir das Seminar mit einem Vortrag zum Thema „Bewegung/Ernährung“.

Ort: Jugendherberge Kappeln
Eckernförder Str. 2
24376 Kappeln
Termin: 25.08.2017, 18:00 Uhr bis
27.08.2017, 17:00 Uhr
Teilnehmerzahl: 20 Personen
Kosten: 40,00 € p. P. BKE-Mitglieder
40,00 € p. P. Mitglieder Suchtselbsthilfeverbände
120,00 € p. P. Interessierte/Nicht-Mitglieder
Referenten: Manfred Ritter (Vorstand, BKE Landesverband Schleswig-Holstein)
Manfred Romeyke

Persönlichkeitsentwicklung

Veränderungen – Ich lebe mein Leben in wachsenden Ringen

In Anlehnung an ein Gedicht von Rainer Maria Rilke wollen wir schauen, welche Lebensringe wir bereits vollbracht haben, was diese für uns bedeutet haben, wie diese sich bis ins Heute auf unser Leben auswirken und wie wir die noch vor uns liegenden Ringe füllen wollen und können. Es wird um Veränderung gehen, um Betrachtung der Möglichkeiten, die verbunden mit der Aufgabe von schädlichem Verhalten vor uns liegen. Es geht um den Umgang jedes Einzelnen mit dem Thema „Veränderung“, den Schwierigkeiten damit und dem Wagnis, einen Schritt, gar einen Sprung ins Neue zu probieren.

Ort:	Fichtenhof An der Kirche 24635 Rickling
Termin:	01.12.2017, 18:00 Uhr bis 03.12.2017, 14:00 Uhr
Teilnehmerzahl:	16 Personen
Kosten:	40,00 € p. P. BKE-Mitglieder 40,00 € p. P. Mitglieder Suchtselbsthilfeverbände 120,00 € p. P. Interessierte u. Nicht-Mitglieder
Referenten:	Beate Sievertsen (Dipl.-Soz.-Pädagogin/-Arbeiterin, Suchttherapeutin)

Fort- und Weiterbildung

Ausbildung zum freiwilligen Suchtkrankenhelfer 2017/2018

Voraussetzungen zur Anmeldung: Eine 2-jährige Abstinenz. Die Teilnahme von Paaren ist nicht möglich. Diese Ausbildung ist geeignet für: Betroffene mit überwundener Suchtmittelabhängigkeit und mind. 2-jähriger abstinenter Lebensführung. Interessierte mit beruflichem Hintergrund, wie z. B. betriebliche Suchtkrankenhelfer. Menschen, die sich aus persönlichen Gründen mit Suchterkrankungen, den Folgeerscheinungen und deren Bewältigung befassen möchten und Bereitschaft mitbringen, am Ausbildungsprogramm in vollem Umfang teilzunehmen. Die Ausbildung umfasst 120 Unterrichtseinheiten und wird von einem Team von Diplom-Sozialpädagogen und Diplom-Psychologen durchgeführt.

Ort:	Martinshaus Kanalufer 48 24768 Rendsburg
Termin:	01.12.2017, 18:00 Uhr bis 03.12.2017, 13:00 Uhr
Teilnehmerzahl:	20 Personen
Kosten:	586,00 € p. P. BKE-Mitglieder 586,00 € p. P. Mitglieder Suchtselbsthilfeverbände 1758,00 € p. P. Interessierte/Nicht-Mitglieder
Referenten:	BKE SH, DW SH

Anmeldung zu einem unserer Seminare ist **nur online möglich unter:**

www.bke-sh.de

Veranstaltungen/Seminare

DEMNÄCHST IM MITGLIEDER MAGAZIN

Vorankündigung BKE VIEFALT
1. Ausgabe 2017

Un-Abhängig leben

Viele Wege führen in die Sucht – viele Wege auch wieder aus ihr heraus?

Aktuell werden die Begriffe Abstinenz – Konsum – Kontrolle in der Suchthilfe kontrovers diskutiert. Die einen sprechen sich für ein ENTWEDER – ODER aus. Andere sehen sie als Chancen für unterschiedliche Zielgruppen. Auch werden sie als Stadien der Abhängigkeit oder des riskanten Konsums gesehen. Die Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (DHS) will auf der nächsten Sucht-Selbsthilfekonferenz (21.-23.04.2017 in Erkner) hierzu auch mit der Sucht-Selbsthilfe ins Gespräch kommen.

Ansichten teilen

Aus diesem Grund greifen wir das Thema in unserer nächsten BKE VIEFALT Ausgabe auf. Was bedeutet für euch „Un-Abhängig leben“. Welche Wege geht ihr oder seid ihr gegangen? Gibt es ein Ziel oder viele Ziele oder auch Zwischenziele? Was macht euer Leben lebenswert? Wenn ihr etwas zu dem Thema zu sagen habt, eigene Erfahrungen gesammelt habt oder von Menschen wisst, die andere Wege erfolgreich gehen, schreibt uns! Wir sind gespannt auf eure Ansichten!

Einsendeschluss: 15.03.2017

Auch 2016 wurde die Sucht-Selbsthilfe im BKE-Bundesverband durch unterschiedliche Zuwendungen unterstützt. Für diese qualitative und quantitative Unterstützung bedanken wir uns herzlich bei allen Förderern! Dafür, dass sie an uns glauben und uns fördern und somit neben den Mitgliedsbeiträgen zu den wichtigsten Säulen unserer Arbeit geworden sind.

Wir bedanken uns herzlichst bei

- der GKV-Gemeinschaftsförderung Selbsthilfe auf Bundesebene – ein Zusammenschluss der Verbände der Krankenkassen auf Bundesebene für die institutionelle Förderung.
- der BARMER GEK für die Projekte „Menschen stärken Menschen – Verbindungen und Verbindlichkeit fördern“ und „AHA-Schulung | Angehörige helfen Angehörigen“.
- der DAK Gesundheit für die Unterstützung des JULITI-Projekts „Was geht ab? Lebenswelten von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen“.
- der Salus BKK und dem BKK Dachverband für das Projekt „Neuaufbau einer Verbandszeitschrift“.
- der Deutschen Rentenversicherung Bund (DRV Bund), die durch ihre Förderung die fachliche Unterstützung der Selbsthilfe durch die Suchtreferentinnen ermöglicht hat.
- der Deutschen Rentenversicherung Knappschaft-Bahn-See, durch deren Förderung wir die ehrenamtlich tätigen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter unterstützten konnten.

All diese Förderungen unterstützten die Arbeit des BKE und haben dazu beigetragen, dass das BKE sich zu dem entwickelt hat, was es heute ist.

DANKE dafür und für die gute Zusammenarbeit!



SUCHTSELBSTHILFE
BKE

Blaues Kreuz in der Evangelischen Kirche
Bundesverband e.V.

Julius-Vogel-Str. 44 | 44149 Dortmund

Tel.: 0231 5864132 | Fax: 0231 5864133

info@bke-bv.de

www.bke-suchtselbsthilfe.de