



blaues kreuz in der evangelischen kirche
landesverband nordrhein-westfalen e.v.
selbsthilfeorganisation in der suchtkrankenhilfe

Ausgabe

01/12

Blaue Blätter

Verbandsnachrichten für Mitglieder, Interessierte und Freunde

Zwei Highlights
der verbands-
übergreifenden
Suchtselbsthilfe:

Fußballturnier
(Seiten 26-29) und
Kreativ-Wander-
ausstellung
(Seiten 31-33)



Wanderausstellung



Total stark!

Kreative Suchtselbsthilfe in Nordrhein-Westfalen



Inhalt

Sanierung
Haus Bochum -
Spenden erbeten
Seite 30

Gründung einer
Frauengruppe
Seite 37

Suchtprävention:
Multiplikatoren
im Einsatz
Seiten 43-44

Jubiläen und
Ehrungen
Seiten 6, 34, 35,
40, 41, 42, 48

In eigener Sache

Im Zeichen der Zusammenarbeit stehen zwei große Themen: Die Wanderausstellung „Total Stark“ (Seiten 31-33) und das Fußballturnier in Bergkamen (Seiten 26-29). Beide Veranstaltungen wurden gemeinsam mit dem Fachausschuss Suchtselbsthilfe (FAS) NRW und den Suchtselbsthilfe-Verbänden in NRW durchgeführt.

Grund zum Jubeln gab es aber nicht nur beim Fußballturnier. Einige Mitglieder und Vereine hatten auch in diesem Jahr Grund zu feiern. Das Redaktionsteam der Blätter schließt sich den Gratulanten an.

Die Ehrennadel des Landesverbandes wurde im Berichtszeitraum Renate Papenfuß vom Ortsverein Gelsenkirchen-Buer überreicht. Auch das ist natürlich einen Bericht und Glückwunsch wert.

Erstmalig findet Ihr auch Anzeigen in den Blauen Blättern. Wir danken den Firmen Dr. Oetker (Seite 19) und Fechtel Transportgeräte (Seite 24), dass sie uns in dieser Form bei der Finanzierung der Blauen Blätter unterstützen.

Besonders am Herzen liegen uns, der Redaktion, die Aktivitäten zur Suchtprävention. Darüber berichten wir auf den Seiten 12, 39 und 43-44.

Aufrufen möchten wir alle Mitglieder und Ortsvereine, die bislang nicht oder sehr selten Berichte für die Blauen Blätter einsenden. Schreibt einfach Eure Gedanken und Ereignisse auf. Wir unterstützen Euch gern bei Formulierungen.

Kritik und Anregungen, welche Themen wir einmal aufbereiten sollen, nehmen wir auch gern entgegen. Die Blauen Blätter sind schließlich eine Zeitschrift von Euch, über Euch und für Euch.

Mit Freude und Dankbarkeit haben wir einige Artikel von unserem neuen Redaktionsmitglied, Günter Kühn (Lippstadt) erhalten. Eine echte Belebung unserer Mitgliedszeitschrift. Der Dank geht auch an Dieter Kirckfeld aus Recklinghausen, der seit langem zu den aktiven „Schreibern“ in den Blauen Blättern und nun zum Redaktionsteam gehört. Vielen Dank auch an Hannelore Leßmann, die viel Fleißarbeit bei Texterstellung und Verteilung der Blauen Blätter leistet.

Peter Nürnberger ist seit einiger Zeit erkrankt und erholt sich derzeit von seinen Operationen. Wir wünschen Peter gute Genesung.

Euer Redaktionsteam

Inhalt

Landesverband

Grußworte	3
Planungskonferenz	4 - 6
10 Jahre Ortsverein Lübbecke	6
Kennenlern-Seminar	7
Gruppenleiter-Schulung	8 - 9
Suchtkrankenhelfer	10 - 11
Multiplikatoren Ausbildung	
Prävention	12
Führungskräfteseminar	13 - 14
Fortbildungsseminar	15
Angehörigenseminar	16
Frauseminar	17 - 18
Männergesprächskreis	20 - 21
Als der Mann noch ein Mann war	22 - 23
Helferkreis Recklinghausen	25
Fußballturnier in Bergkamen	26 - 29
Sanierung Haus Bochum	30
Wanderausstellung „Total Stark“	31 - 33

Vereine

Freundeskreis Bergkamen	34 - 36
Stadtverband Bergkamen	37
Dorsten	38 - 39
Gelsenkirchen-Beckhausen	40
Gelsenkirchen-Buer	41 - 44
Gladbeck	45
Holzwickede	46 - 47
Marl 1	48 - 50
Recklinghausen e.V.	51 - 52
Wiehl	53

Jugend + Sucht

Suchtmittelkonsum rückläufig	54
Keine Entwarnung	55

Aufgeschnappt

Zahl der Suchtkranken wächst	55
------------------------------	----

Besinnliches

Das rosa Tütchen	56
------------------	----

Wir trauern um

57 - 58

Wichtig, Impressum

59

Liebe Leserinnen und Leser,

bald jährt sich der Tag zum ersten Mal, an dem ich den Landesvorsitz übernahm und ich kann sagen - ich bin sehr zufrieden über meine Entscheidung – Ich erlebte bereits viele gute Momente. Dafür sag ich allen, die mich unterstützt haben, meinen Dank.

Einer der besonderen Tage war unser verbandsübergreifendes Fußballturnier am 08.07.2012 in Bergkamen-Rünthe. Nun liegt es hinter uns – und es bleiben die guten Erinnerungen und die positiven Rückmeldungen zu diesem Ereignis. Ich kann noch heute das Lampenfieber spüren, welches mich ein paar Tage vor dem Turnier packte. „Wird alles gutgehen, haben wir an alles gedacht,?“

Wieder einmal mehr habe ich erlebt, wie gut es sich anfühlt, eine Herausforderung anzunehmen, sich etwas zuzutrauen und mit gleichgesinnten Menschen ein gemeinsames Projekt auf die Beine zu stellen. - Es tut unglaublich gut, zu sehen: „ich kann mich auf die Anderen verlassen und auch mir wird Vertrauen entgegengebracht“. An diesem Sonntag, an dem nur die Sonne fehlte, fügte sich alles so wunderbar zueinander.

Die angekündigten Fußball-Teams, wie z.B. die „King of Cleans“, „die Trockenleger“, „Fortuna Trocken“ usw. begeisterten die Zuschauer mit ihrem kraftvollen und fairen Spiel- und Kampfgeist. Den vielen ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern aus Bergkamen, die unermüdlich und gutgelaunt fürs leibliche Wohl der Zuschauer sorgten, spreche ich ebenfalls meinen Dank aus.

Rückblickend kann ich nun sagen, die Spannung in der Vorbereitungszeit hat sich gelohnt. Ich freu mich heute schon aufs nächste Jahr, wo vielleicht der Ortsverein BKE Bochum Werne gemeinsam mit dem BKD Verein Wattenscheid Gastgeber sein werden. So zeigt auch das verbandsübergreifende Ziel schon erste Wirkung.

Ebenso hat es mir Freude bereitet, unsere 3-teilige Präventionsreihe „Schule und Sucht“ nach Ostwestfalen zu bringen. Auch diese Weiterbildung wurde von uns verbandsübergreifend angeboten und am 03.06.2012 konnte ich 16 Teilnehmerinnen und Teilnehmern aus unterschiedlichen Suchtselbsthilfverbänden unser Zertifikat überreichen.

Die verbandsübergreifenden Angebote, wie zum Beispiel auch die Wanderausstellung „Total stark“, die bereits in Wuppertal, Dortmund, Bielefeld und Mülheim gastierte, erlebe ich heute als bereichernde Ergänzung zu meiner Arbeit im BKE - Landesvorstand.

Ziel ist, dass wir dadurch eine breitere Öffentlichkeit erreichen und so die Toleranz und Hilfsbereitschaft gegenüber suchtkranken Menschen erhöhen. Einige Projekte, die wir gemeinsam entwickeln, sind zwar kostenintensiv, werden aber auch von der Öffentlichkeit entsprechend deutlicher wahrgenommen. Wir müssen heute investieren, unser Wissen weitertragen, um auch unsere Zukunft zu sichern.

Ich jedenfalls möchte gern einen Beitrag dazu leisten, dass unsere Gesellschaft lebenswert bleibt und christliche Werte nicht verloren gehen. – Uns allen wünsche ich Mut und Optimismus, die Dinge umzusetzen und Wünsche zu realisieren, die uns am Herzen liegen.

Zum Abschluss habe ich noch eine Bitte: Rührt in Eurem Umfeld die Werbetrommel für unsere sehr guten und trotzdem kostengünstigen Weiterbildungsangebote, die für Suchtkranke wie auch für deren Angehörige gleichermaßen gedacht sind. Es wäre schön, Euch bald auf einer unserer Veranstaltungen – vielleicht zum Bergkamener Projekttag am 15.09.2012 begrüßen zu können.

Euer Karl-Hermann Vagt

Planungskonferenz in Lübbecke am 24.03.2012

Der NRW Landesvorstand des Blauen Kreuzes in der Ev. Kirche (BKE) kommt jedes Jahr im Frühjahr mit den Vorsitzenden oder Vertretern der Ortsvereine zusammen, um über die Aufgaben der Sucht-Selbsthilfe und die Planungen des Folgejahres zu beraten und über aktuelle Themen zu informieren und zu diskutieren. Die diesjährige Planungs- und Vorstände-Konferenz wurde von dem Ortsverein Lübbecke in der Begegnungsstätte „Die Brücke“ ausgetragen.

Karl-Hermann Vagt aus Bielefeld, Vorsitzender des BKE-Landesverbandes, begrüßte rund 65 Teilnehmer und die geladenen Ehrengäste.

Nach einer kurzen Andacht von Pfarrer Struckmeier in der gegenüber liegenden Kirche kamen die Ehrengäste zu Wort: Uwe Kröger, 1. Stellv. Bürgermeister der Stadt Lübbecke, Dieter Schmidt-König vom Sozialpsychiatrischen Dienst des Gesundheitsamtes Lübbecke und Manfred Pallentin, Diakonisches Werk im Kirchenkreis Lübbecke, Fachstelle Sucht, wiesen darauf hin, wie wichtig eine funktionierende Sucht-Selbsthilfe vor Ort sei - vor allem für die Nachsorge nach Entgiftung und professioneller Behandlung / Therapie. Aufgrund des Leistungsdruckes und der Arbeitsverdichtung im professionellen Bereich der Suchtberatung würden immer mehr Aufgaben auf die Suchtselbsthilfe verlagert.

Schmidt-König gab den Vertretern der Selbsthilfe den Rat, Entspannung und Anti-Stress-

Bemühungen nicht aus den Augen zu verlieren „Seien sie achtsam nicht nur gegenüber anderen, sondern auch gegenüber sich selbst!“.

Günter Grimm, bis 2011 Vorsitzender des BKE Landesverbandes, war zum ersten Male in seiner Eigenschaft als neuer Bundesvorsitzender Gastredner. In seiner kurzen Rede spürte man die Nähe zu vielen der anwesenden Vereinsvertreter.

Bei den folgenden Tagungsordnungspunkten hatten die Anwesenden die Gelegenheit, Gedanken zur Gestaltung der Zukunft der Sucht-Selbsthilfe sowie Wünsche und Kritik zu äußern.

Der Bericht 2011 und Haushaltsplan 2013 des NRW-Schatzmeisters Lothar Peitzmann, aktuelle Informationen zum Qualitätsmanagement, die Zusammenarbeit mit dem BKE-Bundesverband in Dortmund und verbandsübergreifend mit dem Fachausschuss Sucht (FAS) fanden aufmerksame Zuhörer.

Manuela Nibius, Gelsenkirchen, Schriftführerin im BKE Landesverband, berichtete über das Projekt UPDATE, das verbandsübergreifend die Integration weiterer Suchtformen zum Inhalt hat. An den Veranstaltungen zu diesem Projekt haben unter dem neuen Slogan „Bunter als Blau“ bisher 350 Personen teilgenommen.

Iris Koll, Herten, hat sich als neues Vorstandsmitglied des Landesverbandes dem Jugendprojekt JULITI gewidmet. Begeistert berichtete Sie von den aktuellen Veranstaltungen und Planungen zu dem Thema „Sucht und Gewalt - immer cool bleiben“, das sich an von der Sucht betroffene und mitbetroffene Jugendliche wendet.

Schwerpunkt der Konferenz war die Planung der vielfältigen Weiterbildungs-Seminare und der Tages- und Gruppenveranstaltungen 2012 und 2013. Seminar- und Themenwünsche aus der Versammlung werden in den Ortsvereinen diskutiert. Bei genügendem Interesse und Erfüllung der qualitativen Kriterien des Erwachsenen-Bildungswerkes werden auch neue Seminare in das umfangreiche Programm aufgenommen, z.B. ein Wochenendseminar für Angehörige, das erstmalig 2012 stattfinden wird. Das BKE NRW ist eine Regionalstelle des Evangelischen Erwachsenenbildungswerkes Westfalen und Lippe e.V. (EBW).



Manfred Pallentin (Diakonisches Werk im Kirchenkreis Lübbecke, Fachstelle Sucht)

Neben den seit vielen Jahren etablierten Frauengesprächskreisen und Frauen-Seminaren werden nunmehr auch ein Männerseminar und Männergesprächskreise mit männerspezifischen Themen angeboten (Männer und Sucht). Aus den Reihen der Ortsvereine kam ein Vorschlag, überregional auch einen Gesprächskreis für Angehörige zu organisieren.

Gut angenommen werden auch die Seminare und Veranstaltungen zu „Sucht und Entspannung“. Ziel ist dabei die Integration von gesunder Lebensweise in den suchtfreien Alltag.

In der Ausbildungsreihe „Schule und Sucht“ wurden bislang 54 Präventionskräfte ausgebildet, die mit den beim BKE erlernten Methoden und einem „Hilfskoffer“ als Multiplikatoren bei der Suchtprävention in Schulen wertvolle Arbeit leisten. Schwerpunkt der Präventions-Ausbildung ist in diesem Jahr die Region Ost-Westfalen-Lippe und ein Tagesseminar im Rheinland.

Die Seminare und Tagungen können auch von Nicht-Mitgliedern des BKE besucht werden. Weitere Informationen im Internet unter www.blaues-kreuz-nrw.de / Weiterbildung.

Dieter Bolte stellte der Versammlung die aktuellen Inhalte im geschützten Mitglieder-Bereich der BKE NRW Homepage vor. Er wies vor allem auf Muster-Presseberichte und Fotos hin. Fotos von BKE-Veranstaltungen würden 6 Monate im Netz zur Ansicht bereit gestellt.

Walter Beier, Ehrenvorsitzender des BKE NRW und juristischer Berater des Landesverbandes, erläuterte aufgekommene Fragen zu Tagesordnung, zum satzungsgemäßen Rücktritt und zu Neuwahlen und rief die Vertreter der Ortsvereine dazu auf, vor der Einladung zu einer Mitgliederversammlung in die Satzung zu schauen. Seine detaillierten Ausführungen können im Mitgliederbereich des Internets eingesehen werden.

Mit Albert Corbach von der Suchthilfe Westerholt, der einen offenen Brief an den Landesvorstand des BKE NRW gesendet hatte, wurde außerdem ein klärendes Gespräch geführt. Er hatte Formfehler bei der geänderten Tagesordnung zur Landesdelegiertenversammlung im Herbst 2011 und die Tatsache bemängelt, dass einige neu gewählte Vorstandsmitglieder für die nächste Versammlung im Herbst 2012 pro forma ihren Rücktritt mit anschließender Wiederwahl angekündigt hatten, um die Anzahl der jährlich neu zu wählenden Vorstandsmitglieder ausgewogen zu halten. Es wurde einvernehmlich klar gestellt, dass eine Wiederwahl nach formalem Rücktritt nicht garantiert werden kann. Der Wahlleiter wird Wahlvorschläge neu abfragen. Die zurückgetretenen Vorstandsmitglieder können natürlich wieder zur Wahl vorgeschlagen werden.

So wurde nach den Dankesworten an den Ortsverein Lübbecke zum Schluss der Veranstaltung auch in diesem Punkt Harmonie hergestellt.



Gratulation an den Ortsverein Lübbecke - 10jähriges Jubiläum

In März 2012 feierte der Ortsverein Lübbecke, Gastgeber der Planungs- und Vorstände-Konferenz 2012, seine 10-jährige Zugehörigkeit zum BKE.

Die Glückwünsche des Landesverbandes, der 65 Vertreter der BKE Ortsvereine und der Ehrengäste nahm Karl-Heinz Moeller vom BKE Ortsverein Lübbecke entgegen.

Planungskonferenz und das Jubiläum waren auch der Lübbecke Kreiszeitung am 26. März einen Bericht wert.



Karl Hermann Vagt, BKE Landesvorsitzender NRW (links) und Dieter Schmidt-König, Sozialpsychiatrischer Dienst des Gesundheitsamtes Lübbecke (rechts) gratulieren Karl-Heinz Moeller zum 10-jährigen Bestehen des BKE Ortsvereins Lübbecke.

Lübbecke Kreiszeitung

Suchthilfe braucht das Ehrenamt

Landesverband des Blauen Kreuzes tagt in Lübbecke

Lübbecke (cm). Seit mehr als 110 Jahren engagiert sich die Selbsthilfeorganisation »Blau Kreuz in der Evangelischen Kirche« (BKE) in der ehrenamtlichen Suchtkrankenhilfe. Am Samstag tagte in Lübbecke die Planungs- und Vorstandskonferenz des BKE-Landesverbandes NRW.

In der Begegnungsstätte »Die Brücke« trafen sich die Vorstände von 93 Blaukreuz-Gruppen aus 28 Städten zum gemeinsamen Austausch und zur Planung der Seminare, die der BKE-Landesverband 2012 anbieten will. Das Hauptaugenmerk ist dabei wieder auf die Fortbildung der ehrenamtlichen Helfer gerichtet.

»Besonders wichtig für das Blaue Kreuz ist das Prinzip der Selbsthilfe«, erklärte Pressesprecher Arno Verhoeven. »Wir machen keine Suchtberatung, sondern wir begleiten, motivieren und machen durch unser Beispiel deutlich: Es gibt Wege aus der Sucht.«

Damit Suchtverhalten gar nicht erst entsteht, nimmt die Präventi-

on großen Raum ein. Hier will der Landesverband 2012 mit dem Programm »Schule und Sucht« einen besonderen Schwerpunkt in Ostwestfalen setzen. Dabei geht es längst nicht mehr nur um Alkoholmissbrauch, sondern auch um Medikamentenabhängigkeit, Spiel-

sucht, illegale Drogen, Internet-sucht oder auch Arbeitssucht. »Sucht ist Sucht – egal, welches Mittel ich einsetze«, stellte Marianne Sasse, hauptamtliche pädagogische Mitarbeiterin des Landesverbandes, klar. Der Ortsverein Lübbecke, der diesmal die Planungskon-

ferenz für den Landesverband ausgerichtet hat, ist seit zehn Jahren Mitglied im BKE. Zum runden Geburtstag gratulierten nicht nur der Landesvorsitzende Karl-Hermann Vagt und der Bundesvorsitzende Günter Grimm, sondern auch Vertreter der Diakonie und des Gesundheitsamtes Lübbecke. Mit den Suchtberatungsstellen dieser beiden Einrichtungen arbeitet der BKE-Ortsverein Lübbecke eng zusammen.

Dieter Schmidt-König vom sozialpsychiatrischen Dienst des Gesundheitsamtes wies in seinem Grußwort auf die Bedeutung der ehrenamtlichen Suchthilfe hin: »Hilfe zur Selbsthilfe kann eine professionelle Suchtberatung und -therapie nicht ersetzen. Aber ohne die Hilfe durch Betroffene ist professionelle therapeutische Hilfe weitaus schwieriger.« Auch Manfred Pallentin, Leiter der Suchtberatungsstelle des Diakonischen Werkes im Kirchenkreis, lobte das wirkungsvolle ehrenamtliche Engagement, warnte aber vor Selbstüberforderung: »Sorgsam mit sich selbst umzugehen wird für die Suchtselbsthilfe in Zukunft immer wichtiger werden.«



Der BKE-Landesvorsitzende Karl-Hermann Vagt (links) gratuliert Karl-Heinz Möller (Schriftführer des Ortsvereins Lübbecke) zum Jubiläum der BKE-Selbsthilfegruppe Lübbecke. Foto: Müller

Kennenlern-Seminar, 01.-03.06.2012 in Haltern am See**„Kleine Runde - großer Spaß“**

Das Kennenlernseminar in der Heimvolkshochschule Könzgen auf dem Annaberg muss man bedauerlicherweise unter dem o. g. Motto sehen, da krankheitsbedingt einige Angemeldete nicht teilnehmen konnten.

Das Wochenende begann mit dem untereinander Kennenlernen, einem allgemeinen Meinungsaustausch und wir erfuhren einige interessante Dinge über das Blaue Kreuz.

In gemütlicher Atmosphäre verbrachten wir die gemeinsamen Abende, tauschten uns über unsere Alkoholkrankheit aus und erzählten uns, was besser geworden ist. Interessant war hier, auf welche Art und Weise jeder Einzelne seinen Weg gegangen ist. Das und auch die stattgefundenen Gespräche haben mir sehr gut gefallen und werden mir für immer in Erinnerung bleiben.

In diesem Zusammenhang möchte ich mich bei Walter Grewe und bei den anderen Seminarteilnehmern bedanken, die zu diesem gelungenen Wochenende beigetragen haben.

Vielen Dank.

Karola Wohlfarth

Marl 1



Gruppenleiter-Schulung

Das Wochenende der Gruppenleiterschulung vom 27.- 29. April befasste sich mit dem Thema Sucht-Entstehung, Verlauf und Behandlung. In dem wie immer schönen Rahmen des Gottfried-Könzgen-Haus in Haltern konnten die Teilnehmenden sich auf ganz unterschiedliche Arten mit der Materie auseinandersetzen. Die eigene Lebensgeschichte, ergänzt durch die Lebensgeschichten aller anderen zeigte schon ein sehr umfassendes Bild der Suchterkrankung. Aber nicht nur Sprache war an diesem Wochenende ein Mittel sich dem Thema zu nähern.. Als angehende GruppenleiterInnen konnten die Teilnehmenden die Möglichkeit des Einsatzes kreativer Methoden an sich selbst und miteinander ausprobieren...

Malen als Zugang zu eigenen Themen wurde ebenso eingesetzt wie kreatives Schreiben.... So wurden zum Thema Rückfall viele dazugehörige Worte gesammelt. Die Gruppe wählte im Austausch über Inhalt und Bedeutung der einzelnen Worte die für diese Gruppe 5 wichtigsten Worte aus.

- Katastrophe,
- Versagen
- Auffangen
- Respekt
- Neuanfang

Die gefundenen persönlich wichtigen Worte konnten, sollten die Teilnehmenden dann im kreativen Schreiben zu eigenen Texten zum Thema Rückfall schaffen und vortragen.

Nach anfänglichen: „ihhh ich kann das nicht... Wie soll das denn gehen.... Hmm, na gut ich versuch's....“ hatten alle Spaß an der Aufgabe und lernten darüber einen neuen Weg kennen, sich wichtigen Themen anzunähern.

Die Ergebnisse sind im Folgenden zu bewundern:

Rückfall

Angst, hilflos und die Scham....
Warum nur dieser Wahn? (**K. Wohlfahrt**)

Meine Entscheidung, den Rückfall als Chance zu sehen und nicht als Katastrophe, kann zwar meine persönliche Enttäuschung nicht mindern, aber es nimmt mir die Angst vor der Zukunft.

Es ist ein Neubeginn mit anderen Vorzeichen!!! (**V. Stegemann**)

Am Anfang war die Angst, es nicht zu schaffen. Trockenbleiben war die Entscheidung für mich und ich wollte die Chance der Erkenntnis ergreifen. Eine Katastrophe, würde ich versagen.

Bei einem Rückfall könnte ich bestimmt die Enttäuschung in den Augen meiner Kinder sehen. Das will ich nicht!!! (**B. Tiffe**)

Wäre es eine Katastrophe?
Eine Enttäuschung?

Aus lauter Angst eine Entscheidung zu treffen
NEIN !

Du hast immer eine Chance. (**G. Droste**)

Es ist eine Chance, sich über meine Entscheidungen austauschen zu können, um mit meinen Ängsten vor Enttäuschungen und Katastrophen besser umzugehen. (**Daniela**)

Die Angst ist nicht mein ständiger Begleiter, eher ein häufiger Besucher. Wann immer sie zu mir kommt, heiße ich sie willkommen, um bewusst zu spüren, was sie in mir bewirkt. Wann immer sie bei mir ist, erinnere ich mich, wie nah der Abgrund, wie gering der Abstand zur Katastrophe ist. Ich erinnere mich an den Tag meiner Entscheidung für ein lebenswürdiges Leben.

Wann immer sie geht, bin ich dankbar, dass sie mich abermals besucht hat.

Denn bis heute hat mich die Angst davor bewahrt, mich zutiefst enttäuscht auf die Suche nach einer neuen Chance auf ein lebenswertes Leben zu machen. (**U. Gayk**)

Vom 27.-29.04.2012 habe ich die Gruppenleiter-schulung in Haltern besucht. Ich habe unter anderem gelernt, wie ich mit den Themen Sucht, Abhängigkeit, Co-Abhängigkeit, Kommunikation, usw. umgehen kann.

Denn Hilfe ist nicht gleich Hilfe. Ich muss verstehen, helfen zu können, so weit wie es in meiner Macht steht. Und das durfte ich bei dieser Schulung erfolgreich erfahren; wie auch die anderen Teilnehmer, die ich dort kennen gelernt habe. Ich konnte Freundschaften schließen, denn gemütliche Abende standen ebenfalls auf dem Programm. Ein großes Lob möchte ich noch der Küche aussprechen, die uns großartig verköstigt hat.

Für jeden Geschmack wurde etwas angeboten. Das Personal war mehr als freundlich.

Ein großer Dank geht auch an Marianne und Biggi, die uns so toll mit Ihren Trainingsmethoden (Rollenspiele, Modelle u. selbstverständlich auch unser Morgensport) geschult haben.

Vielen Dank auch an die übrigen Seminarteilnehmer, die ich anlässlich der Schulung kennen lernen durfte.

Viele Grüße
Karola



Suchtkrankenhelferlehrgang - fünfter Abschnitt

Gemeinsames Familien- / Angehörigenseminar

Von Fr., 27.01.— So., 29.01.2012 fand der fünfte Abschnitt des Suchtkrankenhelferlehrgangs in der Heimvolkshochschule Gottfried-Könzgen in Haltern statt. Erfreut stellte unsere treue Ausbildungsleiterin Marianne Sasse fest, dass mit 42 Teilnehmern nahezu alle „Auszubildenden“ Angehörige, ob Kinder, Geschwister oder Ehe- / Lebenspartner zum Seminar mitgeführt hatten.

Ebenfalls mit an Bord waren die beiden Referenten Heinz van Wasen und Dieter Panek. Leider musste uns Dieter aufgrund eines aktuellen Todesfalls in der Familie bereits am Samstagmorgen verlassen. Von dieser Stelle aus Herzliches Beileid an Dieter und seine Familie.



Die Teilnehmer bei der intensiven Gruppenarbeit

Der 5te Abschnitt stand unter dem Motto: „Partnerschaft und Familienleben bei Helferinnen und Helfern“

Der Freitagabend ging mit dem gemeinsamen Abendessen und dem gegenseitigem Kennenlernen zu Ende.



Am Samstagmorgen ging es nach besinnlichen Worten und einer kleinen Sportaufgabe in die Seminararbeit. Zunächst wurden in der Kleingruppenarbeit folgend Fragen erörtert:

1. Was wünsche ich mir, damit es ein gutes Wochenende wird ?
2. Was möchte ich auf keinen Fall ?

Logisch, dass keiner der Teilnehmer einen Rückfall eines Betroffenen erneut erleben wollte. Aber Schlagworte, wie Aufklärung, Hinweise zu fachlichen Hilfen, Wege zur Vertrauensbildung standen ebenso weit oben auf der Liste, wie im Gegensatz dazu das Aufkommen von Langeweile oder Missverständnissen.

Nach der Präsentation des Films „Mein Freund Arno“ folgte die Arbeit in Kleingruppen. Schwerpunkt der Kleingruppenarbeit war die Frage „Finde ich mich in dem Film - zumindest in Teilphasen“ wieder. Deutlich wurde, dass der Fall im Besonderen die mitgereisten Jugendlichen angesprochen hatte und diese dies auch im Dialog bejahten. Ebenso deutlich war aber auch die Betroffenheit manch auszubildenden Suchtkrankenhelfers (Betroffene) zu spüren, der fühlte, welch unausweichlichen Leidensdruck er mit seiner Sucht bei seinen Angehörigen ausgelöst hatte. Klar wurde auch, dass bei Einigen noch längst nicht alle Wunden verheilt waren.



Marianne verdeutlicht die Verlagerung am Mobilé

Am Samstagnachmittag veranschaulichte Marianne an einem selbstentworfenen Mobilé, wie eine Verlagerung von Verantwortlichkeiten innerhalb von Familie/Partnerschaft und dabei insbesondere bei Kindern stattfindet.

Erstaunt zur Kenntnis genommen wurde auch die durch Marianne dargestellte, vielfach zu beobachtende Persönlichkeitsbildung von Angehörigen und Kindern, die im Suchtverlauf des Betroffenen unterschiedliche Charakterrollen annehmen und sich diesem Schicksal „wohl oder übel“ fügen. Studien untermauern hierbei die Übernahme typischer Rollen wie beispielsweise: Der Held, der Sündenbock, der Stille oder auch der sich darstellende Kaspar.

Die Teilnehmer versuchten im weiteren Verlauf, ihre eigene derzeitige oder aber auch damalige Charakterrolle zu analysieren, und in der folgenden Kleingruppenarbeit wurden diese Einstufungen weiter thematisiert.

Es wurde schnell klar, dass nicht unbedingt jeder mit nur einer Rolle behaftet war und ist, sondern sich durchaus in verschiedenen Teilrollen der genannten Charaktertypen wiederfinden konnte.

Am Sonntag ging es nach der Besinnung und dem „Light-Sport“ mit folgendem Arbeitsthema mit folgendem Fragenkomplex weiter:

1. Wie verhält sich der abstinent lebende Abhängige gegenüber den Angehörigen ?
Was sollte er oder was kann er tun ?
2. Was braucht der Angehörige in/während der Suchtentwicklung und nach der Suchtbeendigung des Betroffenen ?

Deutlich wurde während der Kleingruppenarbeit, dass die Angehörigen sich oftmals bitter im Stich gelassen fühlten, obwohl sie dringend Hilfe benötigen hätten. Ebenso deutlich wurde verzweifelt gefragt: „Warum wird so wenig für die Angehörigen getan, wo doch im Gegensatz dazu so viele Angebote für die Betroffenen bestehen“. Angehörige wüssten in der Regel nicht, an wen sie sich im Akutfall wenden könnten. Und wenn sie denn doch eine Anlaufstelle gefunden hätten - vielfach eine behördliche Institution - dann erfolgte eine schier endlose Weitervermittlung, die die Angehörigen oftmals aufgeben ließen. Tiefe Betroffenheit löste hierbei eine in Tränen aufgelöste Mutter in der Kleingruppe aus, die dies hautnah mit einem Kleinkind und einem Säugling hatte erfahren müssen.

Alle waren sich einig, dass hier in Zukunft, was die Hilfestellung und die Angebote für Angehörige angeht, noch Einiges getan werden muss. Alle Teilnehmer waren sich zum Ende des Seminars darüber einig, dass sie ein sinnvolles, erfolgreiches und erfahrungsreiches Wochenende erlebt hatten. Aber dennoch steuerte der Eine oder die Andere nachdenklich den Heimweg an.

Herzlichen Dank nochmals an unsere engagierten und kompetenten Referenten Marianne Sasse und Heinz van Wasen, die es verstanden hatten, den Ansprüchen mehr als gerecht zu werden, so dass das Wochenende wie im Flug verstrichen war.



Abschlussfoto der Teilnehmer mit Marianne Sasse

Günter Kühn (SKH-Azubi)

Multiplikatoren Ausbildung Suchtprävention „Schule und Sucht“



Sucht und Schule ist eine Weiterbildung des Blauen Kreuzes zum Thema Suchtprävention in Schulen. Diese Ausbildungsreihe erstreckt sich über drei Wochenenden, die pädagogische Leitung hatte Marianne Sasse. Sie wurde unterstützt von den Präventionsfachkräften Biggi Sterzer und Ralf Kunzmann.

Den Multiplikatoren wurde ein breites Spektrum von Handlungs- und Verhaltensalternativen aufgezeigt, denn nicht nur Zahlen & Fakten sollen vermittelt werden. Schüler und Lehrer sollen auch Spaß an der Veranstaltung haben!

Das Ziel der Aufklärung in Schulen ist es, die Persönlichkeit von Jugendlichen so zu stärken, dass ein Leben ohne Abhängigkeit gelingen kann. So unterscheidet sich Suchtkrankenhilfe von Prävention.

Zum Ende der Veranstaltung im Seminarhaus Wiesengrund in Delbrück wurden neue Netzwerke geknüpft, um sich bei Präventionsaufgaben gegenseitig zu stützen und neue Aufgabenfelder anzugehen. Die neuen Multiplikatoren freuen sich auf ihre neuen Herausforderungen.

Die Ausbildungsreihe soll im nächsten Jahr für neue Interessenten wiederholt werden.

(s. auch Seiten 39 und 43-44)



Die Ausbilder

Marianne Sasse (2.v.r.), Biggi Sterzer (r.) und Ralf Kunzmann (l.) mit dem Landesvorsitzenden Karl-Hermann Vagt, der den Teilnehmenden zum Schluss auch die Urkunden überreichte



Führungskräfteseminar 16. - 18.03.2012 in Haltern am See

Kommunikation - „Miteinander reden, verstehen und verstanden werden“

Ich höre was, was Du nicht sagst ...

Vom 16. bis 18. März fand in der Heimvolksschule „Gottfried Könzgen“ in Haltern am See das Führungskräfte Seminar „Ich höre was, was Du nicht sagst“ statt. Unter den Teilnehmern aus ganz Deutschland wurde das AKTIVE ZUHÖREN geübt - aber auch das verständliche REDEN.

Denn wer will schon, dass sein Gegenüber ihn nicht richtig versteht.



Die Grundlagen der Kommunikation wurden am ersten und zweiten Tag ausführlich besprochen.

Wir reagieren mit allen Sinnen auf unsere Mitmenschen. Deswegen ist die Kommunikation nicht nur das simple Austauschen von Informationen - sondern auch das Zusammenspiel von Rhetorik und Körpersprache.

Dann ging es an die Selbsterfahrung - über Rollenspiele. Unter der Leitung der Kommunikationstrainerin R. Gurski wurden dann mit allen aus der Gruppe diese Rollenspiele und Selbsterfahrungen besprochen.

Was ich mir wünsche ist, dass diese Seminar-Reihe „Kommunikation in Gruppen“ weiter geführt wird und dass dann die Themen wie „Körpersprache“ oder „Rhetorik“ das ganze Wochenende einnehmen.

Das Seminar war ein komplexer Rundumschlag in dieser Materie. Alles in allem - ein schönes und informatives Wochenende -



Wir hatten auch keine Scheu, das gerade Erlernte am Samstagabend in Haltern im „Eis Cafe Dolomiti“ auszuprobieren.

Karsten E. Keikus

Landesverband

Kommunikation, Körpersprache, Rhetorik – diese drei Elemente sind komplexe und wichtige Fähigkeiten der Menschen. Diese Fähigkeiten sind wie ein System aus Zahnrädern miteinander verbunden.

Das Thema für dieses Seminar war „Kommunikation“. Die Bereiche Körpersprache und Rhetorik werden nur am Rande angesprochen.

Alles, was gesagt wird, ist gleichzeitig Auslöser und Reaktion. Bei Allem, was wir tun oder nicht tun, wir kommunizieren – innerhalb der Familie, mit ErzieherInnen oder LehrerInnen, Arbeitskolleginnen und Kollegen.

Die Kenntnis dieser Vorgänge kann uns dabei helfen, uns in alltäglichen Situationen besser verständlich zu machen. So können Missverständnisse vermieden werden.

Inhalte des Seminars:

- Die vier Seiten einer Nachricht (Friedemann Schulz von Thun)
- Man kann nicht „nicht“ kommunizieren (Paul Watzlawick)
- Gewaltfreie Kommunikation (Marshall Rosenberg)
- Small Talk
- Verschiedene Ebenen der Kommunikation
- Aktives Zuhören
- „so nicht“ – Sünden der Kommunikation

Eine weises Wort:

Ich weiß, du glaubst,
dass Du verstehst,
was ich Deiner Meinung nach sage,
aber ich bin mir nicht sicher,
ob Du merkst, dass ich nicht meine,
was Du hörst.

Paul Watzlawick.

Die Referentin
Rosemarie
Gurski



Auch in den Pausen konnten die Teilnehmenden Kommunikation in der Praxis üben

Fortbildungsseminar

Wie sag ich's meinem Gegenüber?

Das diesjährige Fortbildungsseminar in Haltern am See vom 11.05 – 13.05. 2012 hatte ein kommunikatives Thema: „Wie sag ich es meinem Gegenüber?“

Nach dem Abendessen trafen wir uns am Freitag mit neun Personen im Seminarraum zu einer Einführungsrunde, um uns kennen zu lernen. Es stellte sich die für uns neue Referentin vor, Frau Andrea Röper, die uns an diesem Wochenende begleitet hat. Sie ist staatlich anerkannte Sozialarbeiterin und Sozialtherapeutin-Sucht VT.

Am Samstag sind wir in das eigentliche Thema eingestiegen. Durch Rollenspiele erlernten wir Kommunikationsstile, wie wir uns Gesprächspartnern gegenüber verhalten können.

In den Kleingruppen übten wir, wie Gespräche geführt werden. Was sind meine Gesprächsziele und welche Themen will ich ansprechen? Welche Argumente erwarte ich, wie gehe ich damit um und wie gestalte ich das Gespräch?

Wie könnte ein guter Abschluss aussehen? Auf jeden Fall genauer zuhören, Kritik annehmen, gezielte Fragen stellen und immer den Blickkontakt zu meinem Gegenüber halten.



Am Sonntagmorgen trafen wir uns zur Abschlussrunde. Bevor wir uns nach dem gemeinsamen Mittagessen verabschiedeten, bedankten wir uns bei Frau Andrea Röper für ein gelungenes und lehrreiches Wochenende.

Henni Schallenberg



Die Referentin, Andrea Röper (links) und Lothar Peitzmann (Schatzmeister im BKE Landesverband)

Angehörigenseminar

Angehörige im Blick Jetzt werd' ich mir mal helfen...

Das Seminar für Angehörige, interessanter Weise nur von Frauen besucht, fand vom 22.-24. Juni 2012 in der Heimvolkshochschule Gottfried Kőnzen in Haltern am See statt.

Der Referent, Heinz van Wasen, hat die Themen sehr anschaulich rübergebracht. Wir waren acht "betroffene" Frauen. Es entstand eine schöne Gemeinschaft. Nachdem wir uns alle vorgestellt und begrüßt hatten, konnten wir unsere besonderen Wünsche und Erwartungen vortragen. Was mir sehr positiv aufgefallen ist, ist dieses Zusammengehörigkeitsgefühl. Wahrscheinlich, weil wir alle das gleiche Problem haben - nämlich unsere eigenen Wünsche hinten anzustellen! Erst in den Gesprächen wurde mir Vieles klarer, aber oft war ich auch sehr betroffen.

Ich war neugierig auf den nächsten Tag!

Wir behandelten die Themen Mitbetroffenheit, die Sicht auf die Suchtfamilie anhand eines Mobilés, psychosomatische Beschwerden, Suchtverhalten bei Kindern, Schuldgefühle und Helfersyndrom, ...und was hilft mir?

Auch über die Grundformen der Angst haben wir gesprochen. Anhand eines Fragebogens. Über die Ergebnisse waren wir alle sehr erstaunt, zeigten sie uns doch genau, wo wir stehen und wie wir reagieren.

Die Konfrontation mit der Abhängigkeit war aus meiner Sicht doch sehr anstrengend. Ich glaube, es ging allen so. Dafür war der ungezwungene Ausgleich am Abend sehr schön.

Am Sonntag, dem letzten Tag unseres Seminares, ging es um unsere Stärken und Schwächen. Ich habe für mich sehr viel gelernt und stehe auf dem Standpunkt, dass wir Angehörige doch sehr viele Stärken haben, die wir als solche gar nicht erkennen.

Es wäre gut, wenn es mehr solcher Seminare geben würde. Wir Angehörigen schöpfen doch viel Kraft und neues Selbstvertrauen daraus.

Für mich war es das zweite Seminar - das erste Seminar hatte ich im Haus Hardt bei Marianne Sasse. Daran habe ich auch nur gute Erinnerungen.

Ein herzliches Dankeschön an Heinz van Wasen und vielleicht bis bald

Inge Stark



Aufmerksame Zuhörerinnen waren die Teilnehmerinnen nicht nur beim Angehörigenseminar - auch beim Fußball-EM-Viertelfinale Deutschland gegen Griechenland waren sie mit Herz und Seele dabei.



Frauenseminar

Wir Frauen im BKE Westfalen diskutierten ein Wochenende lang vom 01. bis 03.06. 2012 und nahmen dabei unsere Ansprüche und ihre Wirklichkeit im Könzgen-Haus in Haltern unter die Lupe.

Das Frauenseminar ist immer ein besonderes Highlight für mich - jedes Jahr -, das ich auf keinen Fall verpassen möchte. Es ist ein privater Termin, der höchste Priorität besitzt. Ich weiß, dass ich hier einfach mal abspannen kann und mir trotzdem voll begegnen werde, mit all meinen Schwächen und Stärken, unter der Führung starker Frauen. Mal mehr und mal weniger. So, wie ich es für mich brauche. Denn die Steuerung für meine Prozesse, die behalte ich vom Anfang bis zum Ende in meinen Händen. Eine wichtige Voraussetzung und ein großes PLUS für die Teilnahme an unseren Frauenseminaren. Hier will uns niemand überzeugen mit Meinungen, die nicht meine sind oder ich werde zu noch mehr Leistung angekurbelt, obwohl ich vor Anstrengung kaum noch Luft bekomme. Nein - hier heißt es, bei sich selbst ankommen und durchatmen, erst mal das Chaos in mir sortieren und dann schauen, wo ich stehe im Vergleich mit den anderen Frauen. Mein „ICH“ wird immer wichtiger...

Danach bin ich bereit für das ausgewählte Thema. Und so gehe ich mit der Unterstützung des BKE-Frauenseminars step by step vorwärts für meinen erweiterten Frauenblick.

Ja und dann schwelgte ich plötzlich unbemerkt zwischen meinem Anspruch und der Wirklichkeit hin und her und ich befand mich mitten in unserer Seminararbeit:

Renate Papenfuß (Vereinsvorsitzende von Gelsenkirchen Buer und Gründerin der Frauengesprächskreise und des Frauenseminars - im Foto untere Reihe ganz rechts) führte uns zunächst zurück zu unserem Frauenseminar-Ursprung:

An Manches konnte ich mich wieder erinnern, an Manches nicht. Aber an Eines erinnerten wir Frauen uns alle.

An die Fragen und Kommentare vieler Männer: „Warum müsst ihr euch absondern? Ihr spaltet die Gruppen. Es gibt doch nichts, was wir nicht zusammen bereden könnten.“

Heute sind unsere Männer dabei, selber eine Männergruppe aufzubauen. Nicht, um zu spalten. Nicht, um sich abzusondern. Nein, sondern um männerspezifische, ureigene Probleme auszutauschen und sie von Mann zu Mann mit der Brille der Männer zu sichten. Das schafft ein wirkliches Zusammenwirken und erweitert den Blick und die Begegnung für beide Seiten.

Danke Männer!



Landesverband

Jetzt zurück zu meinem Anspruch, diesen Artikel fertig zu schreiben und zwar so, dass alles Erlebte lebendig und spannend von diesem Wochenende wieder gegeben wird. Dass alle Mitglieder des BKE in NRW diesen Artikel unbedingt lesen wollen. Dass unsere unglaublichen Erkenntnisse durch diesen Artikel für jeden nachvollziehbar werden. Dass viele Frauen beim nächsten Mal dazu kommen wollen, weil sie merken, dass sie etwas wichtiges in ihrem Leben verpassen könnten. Dass die Männer im BKE scharenweise zur Männergruppe wollen, um ihren Männerblick zu erweitern, um ihn selbstbewusst zu leben.

Oh je! Meine Wirklichkeit holt mich ein...

Sie heißt: Auch ich kann nur mit Wasser kochen und beschreibe aus meiner Sicht unsere lebensnahen Einsichten:

Unsere Ansprüche an uns selbst sind WIRKLICH sehr hoch. Und das ist gut so, weil sie uns im Leben leiten und lenken. Aber, wir wollen uns häufig mit der Wirklichkeit nicht zufrieden geben. Das, was die Wirklichkeit uns bietet, ist uns meistens nicht genug.

Also sind wir mit dem, was wir schaffen, unzufrieden. Und dabei scheint wichtig zu sein, dass wir nicht an unseren Ansprüchen zurück schrauben, sondern sie mit der Wirklichkeit mehr abgleichen sollten. Dann können wir uns nämlich selbst nicht mehr so oft enttäuschen und andere nicht in unsere unrealistische Welt mit hineinziehen, denn die Messlatte, die wir an uns selber legen, legen wir auch anderen an.

Ansprüche, die mit der Wirklichkeit oft nichts zu tun haben, müssen enttäuschen!

Noch ein Letztes:

Rita Voss hatte für jede Frau aus Brasilien ein Wunschbändchen mitgebracht. Das Bändchen wird befestigt. Ein Wunsch innerlich formuliert. Der Wunsch ist in Erfüllung gegangen, wenn das Bändchen von ALLEINE wieder abfällt.

Bei mir löste sich das Bändchen trotz festen Knotens plötzlich und ich war verwundert, wie unmerklich sich mein Wunsch offensichtlich erfüllt hatte...

Klasse! Danke Rita.

Liebe Grüße, Eure **Rita Januschewski**



Diesen aufmunternden Beitrag schrieb Rita Januschewski (im Bild links)

Kinder brauchen ein Zuhause



Seit Generationen setzt sich Dr. Oetker für Kinder und Familien ein. Das Unternehmen ist eine langfristige Partnerschaft mit dem SOS-Kinderdorf e.V. eingegangen.

Mit dem Ziel, bedürftigen Kindern wieder ein Leben in familiärer Umgebung zu ermöglichen, unterstützt Dr. Oetker ein SOS-Kinderdorf in Harksheide bei Hamburg.

Mehr zum sozialen Engagement von Dr. Oetker gibt es im Internet unter www.wir-foerdern-familie.de



Qualität ist das beste Rezept.

Männergesprächskreis

„Wann ist ein Mann ein Mann“ Lust und Frust in der Männerrolle

Wer sich bisher nie bewusst mit dem Thema „Mann und Männlichkeit“ auseinandergesetzt hat, der weiß oft nicht, wo er anfangen soll, sich selbst – wieder zu „entdecken“. Wie bei jeder Reise in ein unbekanntes Land sieht man sich mit einer Mischung aus einer vorsichtigen Neugierde und einer gewissen Angst konfrontiert. Das ist ganz normal und geht fast jedem so. Hier ist es wichtig, bei der Wiederentdeckung der eigenen Gefühle behutsam und in kleinen Schritten voranzugehen.

So trafen sich die Seminarteilnehmer am Samstag, 10.03.2012 im Evangelischen Gemeindezentrum am Niemöllerhaus in Lippstadt, um dieses sensible Thema einmal mehr - „aber ganz unter sich“ - anzugehen und zu diskutieren.

Ganz besonders begrüßte der Veranstaltungsleiter an diesem Morgen unseren Landesvorsitzenden Karl-Hermann Vagt sowie den Referenten, den Sozialpädagogen Heinz van Wasen, der vielen bereits u. a. durch seine Tätigkeit in der Suchtkrankenhelferausbildung bekannt sein dürfte.

Nach einem gemeinsamen Frühstück eröffnete Heinz die Runde mit gewohnt fachlicher Kompetenz. Schnell kristallisierte sich unter den 16 Teilnehmern der Schwerpunkt des Themas für den gesamten Vormittag heraus:

Auftretende und durchaus nachvollziehbare Probleme in der Sexualität mit dem Partner - in der nassen und vor allem im Folgenden - der trockenen Zeit.

Für viele Menschen ist das Ausleben der Sexualität mit Angst besetzt. Bei Männern stehen Versagensängste oftmals im Vordergrund. Bei beiden Geschlechtern ist auch die Angst vor einem nicht erfüllbaren Idealbild präsent. In der alkoholbedingten Enthemmung lassen sich eigene Grenzen und Hemmungen leichter überschreiten.

Kleine Mengen an Alkohol wirken oftmals sexuell anregend. Bekanntlich hat Alkohol einen enthemmenden Effekt und steigert dadurch die Lust.

Und Alkohol und Sex sollen ja tatsächlich ganz gut zueinander passen. Auf das Gehirn hat Alkohol eine betäubende Wirkung. Schnell werden Hemmungen abgebaut und man traut sich mehr zu.



Männer unter sich: Teilnehmer des Männergesprächskreises in Lippstadt

Man macht Dinge, die man in nüchternem Zustand nicht tun würde. Auf Partys oder Festen steigt man schneller auf einen Flirt ein und geht vielleicht auch einmal etwas weiter als man vorher dachte. Schneller als man schauen kann, landet man mit ihr/ihm im Bett.



v.l.: Referent Heinz van Wasen, Seminarverantwortlicher Günter Kühn und Landesvorsitzender Karl-Hermann Vagt

Bei den Männern steigt die Lust, wenn sie etwas getrunken haben. Das Testosteron erweckt im Mann sexuelles Interesse und Erregung. Aber: Alkohol verringert mit der Zeit den Testosteron-Spiegel im Blut. Folge dessen haben Alkoholiker Probleme bei der Erektion. Jeder Zehnte alkoholabhängige Mann leidet beispielsweise im Verlauf der nassen Phase unter Impotenz. Kleine Mengen an Alkohol lassen bei Frauen den Testosteron-Spiegel ansteigen; die Frau hat somit gleichermaßen mehr Lust auf Sex.

Was aber geschieht, wenn der Nasse jetzt zum Trockenen wird? Wie sieht's aus, wenn vormals Hemmungen einfach "weggetrunken" werden konnten. Sei es das absichtliche Einflößen des Alkohols (Vorglühen), um den Zustand zu erreichen oder aber einfach auch nur, weil sich dieser Zustand als angenehm empfundene Begleitscheinung der Alkoholwirkung im Verlauf einstellt. Und jetzt - beim Trockenen - sieht die Welt dann plötzlich ganz anders aus.

Wie stellt sich der Partner/in auf mögliche, völlig andere Verhaltensweisen des nun trockenem Partners ein? Wie kann er kurzfristig, wie kann er möglicherweise dauerhaft damit umgehen, wenn

plötzlich der Trockene vorrangig mit ganz Anderem zu kämpfen hat? Wenn sie/er nicht mehr in der Lage ist, die vom Partner auch weiterhin geforderte Sexualität auszuleben, weil dieser plötzlich mit den nun nicht mehr weggetrunkenen Hemmungen agieren/handeln muss. Wenn vielleicht sogar Zwangsvorstellungen/Ängste auftreten („Jetzt musst Du deinen Mann stehen!") und Leistungen müssen her. Wo dieses doch vormals so überhaupt gar keine Schwierigkeiten bereitete.

Wie sieht es mit den Irritationen aus, die der Trockene möglicherweise auslöst, wenn er jetzt das Sachliche überwiegend in den Vordergrund stellt und gleichzeitig seine Gefühlsbekundungen aus Unsicherheit heraus gegen Null steuert? Und die ehemals dem Partner lange Zeit bekannte und vertraute Gefühlswelt nun eine völlig andere ist?

Erstaunlich für so manchen Teilnehmer, wie offen und auch konkret dieses Thema - mitunter mit der Schilderung von persönlichen Erfahrungen in dieser Hinsicht - hier umgegangen wurde. Und so war es nicht verwunderlich, dass sich nahezu ohne Unterbrechungen ein reger Erfahrungsaustausch



Geschätzter und kompetenter Referent für das BKE, Sozialpädagoge Heinz van Wasen

entwickelte. Wohl auch deshalb, weil zum Teil so einige Erstteilnehmer nicht mit einer derartigen Offenheit der Runde gerechnet hatten. Eines wurde jedoch deutlich: Hier wurden Dinge angesprochen, die an anderer Stelle nicht „auf den Tisch“ gekommen wären. Deshalb: Dank an Heinz, die Teilnehmer und die Essens-Crew für das gelungene Seminar.

Günni

Männergeschichten - nicht ganz ernst gemeint -

„Als der Mann noch Mann war“

Ach, waren das noch Zeiten, als der Mann noch Mann war. Einige werden sich noch erinnern. Gemeint ist die Zeit, als der Mann am Monatsende mit der Lohntüte nach Hause kam und die Ehefrau ihn sehnsüchtig mit einem Kuss und voller freudiger Erwartung an der Haustür in die Arme schloss. Als er noch der Ernährer und der Patron der Familie war. Mit großer Verantwortung und Stimmenmacht ausgestattet. Hier galt das Wort des „Vaters“ noch. Was er sagte, zählte. Als Klementine noch für „Ariel“ warb und der Kauf der ultimativ neuen Waschmaschine noch als Hommage an die Ehefrau galt.



Ja, da konnten wir's noch fühlen und waren uns sicher. Die Frauen mussten in uns das Nonplusultra sehen. Wir waren die Malocher und gaben alles, wirklich alles für die Familie. Und nur wir hielten sie aufrecht und wir hatten das Sagen. Und dies völlig zu Recht!

Wer waren denn die wirklichen Helden? Denn eigentlich waren wir ja im Gegensatz zu den Filmstars die wirklichen Helden. So wie im Bild Arnie - ja, so haben und so müssen uns damals unsere Frauen gesehen haben.



Und dann, ja dann brachen andere Zeiten an. Mit Alice Schwarzer und ein paar weiterer solcher Amazonen traten Frauen in der Öffentlichkeit auf, die unseren Lieben doch tatsächlich den Begriff der Emanzipation ins Ohr husteten oder für die, die das Wort damals noch nicht verstanden, Gleichberechtigung nannten.



Stück für Stück wurden wir nun demontiert. Teilchen für Teilchen wurde an unserem Selbstbewusstsein und an unserer Selbstsicherheit geknabbert.

Wir wurden gezwungen, umzudenken. Die Frauen traten doch tatsächlich in eigene Fußstapfen, erlernten Berufe und brachten eigenes „Geld“ mit nach Hause. Nicht nur, dass sie jetzt ein Wörtchen mitreden wollten und konnten, nein, sie waren jetzt auch nicht mehr gut behütet zu Hause. An ihren Arbeitsplätzen lauerte nun auch fiese, männliche Konkurrenz. Fortan war es vorbei mit unserer sicheren „Königsstellung“.

Oh, hätten diese Amazonen doch nur für alle Zeit geschwiegen. Und dann wurde auch noch die Funktion einer Gleichstellungsbeauftragten ins Leben gerufen.

Zwar sollte diese die Chancengleichheit im Berufsleben zwischen Frau und Mann sicherstellen, aber da sind wir Männer überzeugt: „Hier geht's nur darum, die Forderungen der Frauen besser durchsetzen zu können, obwohl wir ja von Natur aus weitaus besser „qualifiziert“ sind.

Nicht umsonst hat die Natur schließlich festgelegt, dass die Frauen die Kinder austragen und daher sich primär mit deren Erziehung beschäftigen sollten. Allenfalls sollten sie, wenn sie schon arbeiten gehen wollen, finanziell die geplante Urlaubsreise und die Anschaffung eines standesgemäßen Autos gewährleisten.

Aber so ist es heute nun Mal nicht mehr. Heute sitzen sie an den Flachbildschirmen und ergötzen sich an Stars wie Tom Cruise, Brad Pitt und anderen dieser neumodischen Latin - Lovers.

Einfach ätzend und eigentlich nicht hinnehmbar. Auch sollten sie mal an die Deformationen unserer Figuren denken, die sich im Alter bei uns gebildet haben. Hervorgerufen durch schwere Arbeit, die bei einigen von uns zu einer massiven „Muskelverlagerung“ im Frontbereich - sprich Bauch - geführt hat. Dies wird jedoch nur allzu oft mitleidvoll belächelt und fälschlicherweise als „Wampe oder auch „Plautze“ abgetan“.



Vielfach haben wir des Weiteren ein Großteil unserer Haarpracht im Laufe der Zeit für die Sorge um die Familie geopfert. Kein Wunder, dass wir meinen, nichts mehr Wert zu sein. Da bleibt einfach nur noch Resignation.



Für wen sollen wir uns denn noch aufopfern wollen, wenn nicht für unsere Frauen?

Frauen, die es auch zu würdigen wissen, was sie denn für tolle Männer an ihrer Seite haben. Frauen, die uns wie in früheren Zeiten wieder anheimeln und die ihrerseits - wenn sie uns denn anschauen, wilde Schmetterlinge im Bauch fühlen. Ne, so isses nich - ganz und gar nich ! Alles einfach zum Heulen.

Aber wenigstens gibt es ja heute den Gendergedanken. Aber ob das zieht ? Eigentlich nur eine schwache Hoffnung, denn der ist ja wieder nicht nur für uns Männer alleine vorgesehen. Da spielen die Frauen ja auch schon wieder mit.

Aber, vielleicht, ein bisschen vielleicht, verschafft uns die Sache mit dem „Gender“ ja wirklich etwas Linderung. Zumindest hat man(n) erkannt, dass jetzt auch mal für uns Etwas getan werden muss und zwar kräftig - nach all den Jahren voller Entbehrungen.

Nun, endlich können wir möglicherweise - und wenn auch nur ansatzweise - unsere damals durch Fremdeinwirkung leichtsinnig verursachten Defizite - ein wenig wieder ausgleichen.

Wie schön, dass es den Männergesprächskreis und das Männerseminar beim BKE gibt.

Wer schon da war, der hat schnell erfahren, dass wir Männer alle im gleichen Boot sitzen. Da können wir endlich mal das aus- und ansprechen, was uns schon seit langem auf dem Herzen liegt.

Ein Hoch auf unser Selbstbewusstsein und unser Selbstvertrauen. Lasst uns in die Hände spucken, es anpacken und hoffen, dass wir immer mehr werden - denn nur gemeinsam werden wir wieder zu alter Stärke zurückfinden können.



Günni



Transportgeräte

Eine kleine Auswahl aus unserem großen Programm
von über 1.000 Transportgeräten.



Fechtel Transportgeräte GmbH • Industriestraße 17-21 • 33829 Borgholzhausen
info@fetra.de • www.fetra.de

Helferkreis Recklinghausen am 16. Mai 2012 beim Ortsverein Herten–Disteln

Da der letzte Helferkreis auf wenig Resonanz gestoßen war, stellte sich der Vorsitzende des ausrichtenden Vereines Herten–Disteln, Werner Röder, die Frage, ob der Helferkreis noch Sinn macht oder aufgegeben werden sollte.

So lud er neben den Vereinen auch den Vorsitzenden des BKE Landesverbandes NRW, Karl-Hermann Vagt, zu dem o.g. Helferkreis ein.

Um 19.00 Uhr eröffnete Werner Röder die Gesprächsrunde. Er konnte neben Karl–Hermann Vagt 21 Mitglieder aus benachbarten Vereinen begrüßen.

Zur Diskussion standen folgende Fragen:

- Helferkreis – ja oder nein
- Mit oder ohne Referenten
- Themen aus der Gruppe

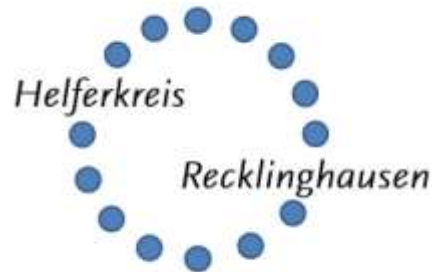
Nach intensiver Diskussion war man sich einig, den Helferkreis auf jeden Fall beizubehalten und bei dem nächsten Treffen langfristig die verantwortlichen Vereine für die nächsten Helferkreise festzulegen.

Ob mit oder ohne Referent, sollte von Fall zu Fall entschieden werden, wenn zum Beispiel Themen aus den Gruppen vorgeschlagen werden.

Karl-Hermann Vagt erläuterte außerdem die Bemühungen des Bundes- und Landesverbandes, Jugendliche in das Blaue Kreuz zu integrieren.

Als Landesvorsitzender lägen ihm natürlich auch die Seminare und Ausbildungsreihen des BKE Landesverbandes besonders am Herzen, für die er noch einmal mit Herzblut warb. „Was wir da leisten, erfüllt mich mit Stolz“, so Vagt.

In der Diskussion mit den anwesenden Ortsvereinen des Kreises Recklinghausen wurden auch Probleme angesprochen. So fällt es manchen Gruppen schwer, Spielsüchtigen und Drogenabhängigen die notwendige Sucht-Selbsthilfe zukommen zu lassen. „Da fehlt uns trotz grundsätzlicher Gemeinsamkeiten zur Alkoholsucht einfach die eigene Erfahrung“, so ist aus manchen Ortsvereinen bzw. Gruppen zu hören.



Bislang seien aber Hilfsgesuche von Drogenabhängigen die Ausnahme. Spielsucht sei eher bei Mehrfachabhängigen zu verzeichnen, die auch alkoholabhängig sind und sich an das Blaue Kreuz wenden.

Einig ist man sich aber darin, jeden Hilfesuchenden, also auch Drogenabhängige, aufzunehmen und ggf. an die professionelle Drogenberatung weiterzuleiten.

Karl-Hermann Vagt erinnerte auch bei dieser Gelegenheit an die Ausbildungsreihen des Landesverbandes zu anderen Suchtformen und Suchtmitteln.

Die Frage, wie es mit dem Helferkreis Recklinghausen weiter geht, wurde ausdiskutiert und geklärt: Der Ortsverein Herten-Disteln hat sich bereit erklärt, wegen der zentralen Lage in der Region die Räumlichkeiten für alle kommenden Helferkreise bereit zu stellen. Die Verantwortung und Organisation inkl. Bewirtung und Referenten übernimmt der jeweilige Ortsverein, der „reihum“ nach Abstimmung festgelegt wird.

Die in der Planungs- und Vorstandskonferenz aufgekommene Frage, ob es neben dem BKE-Report des Bundesverbandes weiterhin die Blauen Blätter des Landesverbandes geben solle, wurde in diesem Kreis einhellig zugunsten der Blauen Blätter entschieden, da im BKE-Report die Vielfalt der Berichte aus den Vereinen wohl nicht gewährleistet werden kann. Die gleiche Diskussion sei im Ortsverein Herten-Westerholt geführt und mit dem gleichen Ergebnis beantwortet worden. Ein offener Brief dazu liegt dem Landesvorstand vor.

Dieter Kirchfeld

Fußballturnier in Rünthe

Suchtselbsthilfe hat Power

Der verbandsübergreifende Wettkampf am 08.07.2012 in Bergkamen-Rünthe war der erste seiner Art. Bei der Planung saß der Fachausschuss Suchtselbsthilfe (FAS), ein Zusammenschluss aller in NRW tätigen Suchtselbsthilfeorganisationen, mit im Boot. Maßgeblich wurde die Veranstaltung von unserer pädagogischen Mitarbeiterin in Bochum, Marianne Sasse, organisiert. Hilfreich standen ihr die beiden Bergkamener BKE Ortsvereine zur Seite. Der BKE Ortsverein Gelsenkirchen-Haverkamp stellte seinen alkoholfreien Cocktailstand zur Verfügung. Das BKE Jugendprojekt JULITI war mit einer Gruppe Kindern vertreten, die als Cheer Leader zu dem aktuellen Song „Nossa Nossa“ aufgetreten sind.

Finanziell unterstützt wurde das Turnier von der Karl Heinz und Hannelore Böskes-Diebels Stiftung.

Bereits in der Vorbereitung zu Trainingszeiten stellten viele Teilnehmer fest, dass es auch eine andere Form des Treffens gibt als der Stuhlkreis in den Selbsthilfegruppen. Nebeneffekt des aktiven Miteinanders war vielfach die Steigerung des Selbstwertgefühls.

Insgesamt zehn Mannschaften mit klangvollen Namen (s. Aufzählung rechts) reisten mit ihren Familien, Freunden und Fans an und trotzten den feuchten Rahmenbedingungen. Gegner waren die Teams nur auf dem Rasen.



Die 10 teilnehmenden Mannschaften beim Fußballturnier in Bergkamen-Rünthe

- King of cleans (BKE Stadtverband Bergkamen)
- Die Trockenleger (BKE Freundeskreis Bergkamen)
- Nicht gut aber lustig (BKE Osnabrück)
- Nichts ist unmöglich (ALOS Moers)
- Fortuna Trocken (BKE Bochum-Werne)
- Sahara (Kreuzbund Wuppertal)
- Nie wieder Alkohol (Blaues Kreuz Deutschland Wattenscheid)
- 10 Freunde (LV Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe NRW)
- Be-Do-Mix (BKE Gelsenkirchen-Beckhausen und Dorsten)
- Kick ohne Alkohol (Kreuzbund Düsseldorf)

Sieger waren alle Teilnehmer und Besucher, den fußballerisch 1. Platz belegte das BKD Team „Nie wieder Alkohol“ aus Wattenscheid. Zweiter wurden die „10 Freunde“ des Landesverbandes „Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe NRW“. Die Bochum-Werner Truppe „Fortuna Trocken“ belegte den 3. Platz. Als Vierter konnten sich die Lokalmatadoren „King of cleans“ feiern lassen.

Der Erfolg dieser verbandsübergreifenden Veranstaltung wird auch dadurch belegt, dass das Folgeturnier 2013 in Bochum von 2 Gruppen des BKD und des BKE gemeinsam organisiert wird.

Weitere Informationen aus der Presse und einer Sonderausgabe des „Blauen Briefes“ des BKE Stadtverbandes Bergkamen stehen auf den Folgeseiten. Bilder sind im Internet zu finden unter www.blaues-kreuz-nrw.de / wir für sie.

Gute Stimmung auch bei den Zuschauern - trotz des schlechten Wetters.

Der BKE Ortsverein Bochum-Werne hat besonders motivierte Fans mitgebracht.



Rünthe. An der Motivation lag es nicht. Am Selbstbewusstsein sicher auch nicht. „Wir waren die beste Mannschaft“, nimmt Klaus Wille das Vorrunden-Aus seiner Truppe mit Humor. Beim Fußballturnier des Blauen Kreuzes im Rünther Hafenstadion war das Ergebnis nur zweitrangig. Im Mittelpunkt stand vielmehr die Geselligkeit.

Der 52-jährige Rünther, selbst ein eingefleischter Borussia-Fan, und seine Teamkollegen haben da einen anderen Verdacht, wer oder besser gesagt was für ihr frühes Scheitern beim Fußballturnier im Hafenstadion verantwortlich ist: das Trikot. Die blau-weißen Farben vertragen sich nur schwer mit schwarz-gelber Gesinnung. In drei von vier Partien zogen „Die Trockenleger“ den Kürzeren. Über die Gruppenphase kamen die Kicker des Freundeskreises Bergkamen im Blauen Kreuz in der Evangelischen Kirche (BKE) damit nicht hinaus. Auch die „king of cleans“, die Hobby-Fußballer des BKE-Stadtverbandes Bergkamen, konnten ihren Heimvorteil nicht nutzen. Die Siegetrophäe ging nach Wattenscheid.

Doch Wiedersehen macht bekanntlich Freude: „Im nächsten Jahr holen wir den Pokal“, gab Klaus Wille, erster stellvertretender Vorsitzender des Freundeskreises, die Marschrichtung vor. Abseits des Spielfeldes standen die freundschaftlichen und persönlichen Begegnungen im Vordergrund.

Wer in den Sumpf der Sucht gerät, zieht sich mehr und mehr aus dem gesellschaftlichen Leben zurück. Damit diejenigen, die es geschafft haben, eine zufriedene und glückliche Abstinenz erfahren, bemühen sich die Suchtselbsthilfeorganisationen darum, sinnvolle Freizeitbeschäftigungen aufzuzeigen.

rw (Auszug aus „Westfälischer Anzeiger“ v. 09.07.)

Rünthe. Der Rasen im Hafenstadion war voll gesogen vom Regen. Nicht die beste Voraussetzung für ein gepflegtes Fußballspiel. Ball und Spieler hatten unter den widrigen Bedingungen auch sichtlich zu leiden.

„Doch darum ging es uns hier auch gar nicht so sehr“, sagt Klaus Wille. Er ist Vorsitzender des Bergkamener Freundeskreises im Blauen Kreuz und damit auch einer der Veranstalter dieses Fußballturniers in Rünthe. Dass es sich um kein gewöhnliches Turnier handelte, verrät schon der Name der Organisation „Blaues Kreuz“. Denn hier sind unter der Federführung der Evangelischen Kirche Selbsthilfegruppen für Suchtkranke in Nordrhein-Westfalen organisiert. Es war somit der angekündigte „Kick ohne Alkohol“.

„Aus ganz NRW sind heute zehn Mannschaften nach Rünthe angereist, unter anderem aus Düsseldorf, Gelsenkirchen oder Wuppertal“, erzählt der Landesvorsitzende des Blauen Kreuzes, Karl-Hermann Vagt, der der Einladung aus Bielefeld gefolgt war. „Die Gruppen sind untereinander vernetzt und können sich bei diesem Freundschaftsturnier weiter austauschen. Darum geht es vor allem.“

Gemeinsam traten die Hobbyfußballer als Team für ihre Selbsthilfegruppe auf den regennassen Rasen und spielten auf dem Halbfeld mit sechs Spielern die Gruppen- und KO-Spiele aus. Dass die Selbsthilfegruppen jedoch nicht nur offen, sondern auch ironisch mit ihren Süchten umgehen können, zeigt ein Blick auf die Namen der Teams. (s. Seite 26)

Lukas Peuckmann

(Auszug aus „Der Westen.de“ vom 09.07.2012)



Blauer - Brief

FUSSBALLTURNIER

des Sucht-Selbsthilfe NRW 2012 in Bergkamen.



Zum ersten mal fand an diesem Wochenende das Fussballturnier der Sucht-Selbsthilfe NRW 2012 in Bergkamen Rünthe statt. Die zehn angemeldeten Gruppen aus ganz NRW traten gegen einander an, um den Besten unter den Blauen Gruppen zu küren. Was wir da so sahen - hätten wir bei der Europa - Meisterschaft in den vergangenen Wochen auch gerne gesehen. Jogi Low hätte sicher gut daran getan, mal hier zu uns nach Bergkamen zu kommen - dann hätte es auch mit der Meisterschaft geklappt. Der Pokal - Sieger dieses Turnieres waren die „NIE wieder Alkohol „ des BKD Wattenscheid (BILD oben).



Karsten's Kommentar

Ich war begeistert - erstens das so viele Gruppen beim ersten Fussballturnier der Sucht-Selbsthilfe NRW mitgemacht haben - aber noch mehr über die mitgebrachten FANS, die eine „ SUPER „ Stimmung veranstalteten und das bei wahrlich bescheidenem Wetter.



Der Rest stimmte aber bei unserem Turnier:
toller Fussball
viele heiße Würstchen
Kaffee und Kuchen
leckere Cocktails.

Ich freu mich schon aufs nächste Jahr.



TURNIER - SPLITTER



Auch unser Bundesvorsitzende Günter Grimm sowie Landesvorsitzende Karl-Hermann Vagt waren zur Spielstätte gekommen und hatten „Spas in den Backen“

900 Würstchen machten den Bauch voll ...



Für das Leibliche Wohl gingen bei unserem Turnier fast 900 Bratwürstchen über den Grill. Kuchen gab es so weit das Auge reichte und für Cocktails waren die Damen der „trinkbar“ zuständig.



Fotos zum Turnier



Hier könnt Ihr noch mehr Fotos sehen :
www.blaues-kreuz-bergkamen.de



An der Stelle möchten wir uns auch noch ein mal recht herzlich bei dem Rotes Kreuz bedanken - die während des Turniers zwei Einsätze hatten. Beiden geht es aber wieder gut - na ja wenn man vom Handgelenk- und Fußbruch absieht. Von hier aus ...

„ GUTE BESSERUNG „

Impressum:

blaues kreuz in der
 evangelischen kirche
 stadtverband Bergkamen
 Volker Totzek
 Zum Schacht Kuckuck 7
 D-91092 Bergkamen
 Redaktrion : Karsten E. Keikus

Spenden für Sanierungsarbeiten am Haus Bochum

Eine super Idee!

Antje Totzek vom Stadtverband Bergkamen hat mit ihrem Team ein **Modell unseres Hauses Bochum** gebastelt. Marianne Sasse und Gabi Milewski, unsere Mitarbeiterinnen in der Geschäftsstelle, schauen aus dem Fenster. Unser „Landesvater“ Karl-Hermann Vagt steht vor der Haustür.

Auf dem Foto hält Karl-Hermann das Modell unseres renovierungsbedürftigen Hauses schützend und freudig im Arm. Erfreut deshalb, da bereits beim ersten öffentlichen „Auftritt“ des Modells 68,00 Euro für die Sanierungsarbeiten gespendet wurden. Vom stellv. Bürgermeister Bergkamens, Kay Schulte von der SPD-Fraktion, kamen noch 50,00 Euro dazu.



Die „Architektin“ des Modellhauses hat nicht vergessen, in den Schornstein eine Öffnung für Scheine und Münzen einzubauen. Danke, Antje.



Übrigens hat auch die Aktion **"Erbsenzählen"** vom BKE Stadtverband Bergkamen anlässlich des Fußballturniers 47,00 Euro eingebracht, die ebenfalls in die Rücklagen "Haus Bochum" fließen werden.

Wir danken allen Spendern.

Das Modell unserer Geschäftsstelle wird demnächst auf einigen Veranstaltungen zu sehen sein. Nicht nur das sichtlich lädierte Dach wartet da gern auf Spender. Spenden können aber auch auf das Konto des Landesverbandes überwiesen werden. Bitte dabei den Verwendungszweck „Sanierung Haus Bochum“ angeben. Spendenquittungen werden selbstverständlich ausgestellt.

Konto 5302 401 bei der Sparkasse Bochum, BLZ 430 500 01

Eine wirklich **großzügige Spende** für die Sanierung unseres Bochumer Hauses in Höhe von 5.000 € ist von unserem Ehrenvorsitzenden, Walter Beier, eingetroffen.

Vielen Dank, Walter. Den Dank sprechen wir vom Vorstand des BKE NRW Landesverbandes gern öffentlich aus, auch wenn Walter das lieber im Stillen gelassen hätte.

Diese Spende soll aber auch deutlich machen, dass erhebliche Sanierungs- und Renovierungsarbeiten notwendig sind, die aus den Mitgliedsbeiträgen nicht zu decken sind.

Wanderausstellung „Total Stark“ des FAS NRW

Kreative Suchtselbsthilfe in NRW

Der Fachausschuss Suchtselbsthilfe (FAS) NRW hat eine Wanderausstellung der Suchtselbsthilfe ins Leben gerufen. Mit der Idee „Total Stark!“ wurde diese Ausstellung konzipiert, in der das Potential und die Kreativität suchtkranker Menschen gezeigt werden. Kunst als Therapieform bekommt hier ein Forum und zeigt, wie Süchtige durch gemeinsames, künstlerisches Schaffen einen eigenen Weg des Ausdrucks bekommen. Dadurch wird nicht nur der Blick von außen auf Suchtkranke verändert, auch haben sie eine Möglichkeit der Artikulation, die im Gespräch und im Alltag oft unerkannt bleibt.



Lore Theis vom FAS NRW bei der Eröffnungsrede in Wuppertal

Die Auftaktveranstaltung fand am 05. März 2012 in Wuppertal-Barmen statt.

Diese Wanderausstellung zeigt Werke aus den Kreativgruppen der verbandsübergreifenden Suchtselbsthilfe in NRW. Über handwerkliche und künstlerische Arbeiten ist ein breites Spektrum abgedeckt - bis hin zu geschlechterspezifischen Ausstellungsbereichen. Es sind auch Werke und Unternehmungen von Mitgliedern der BKE Gruppen integriert. Kreativgruppen sind u.a. in den BKE Ortsvereinen Bochum-Werne, Holzwickede und Dorsten entstanden.

Neben künstlerischen Aktivitäten werden plakativ auch Beiträge zum Modell SoG gezeigt (Selbsthilfe optimieren durch Gesundheitsförderung):

- Seminar „Bewusster leben mit allen Sinnen“
- Seminar „Asiatische Garküche“ sowie
- Aktivitäten „Bewegung und Sport“.

Ein weiteres Plakat dokumentiert Präventionsarbeit mit dem Theaterspiel „Alkohölle“, ein Stück zum Thema Alkoholmissbrauch für Jugendliche.

In Wuppertal war die Ausstellung bis zum 24. März 2012 zu sehen. Stationen danach waren Dortmund (April), Bielefeld (Mai) und Mülheim an der Ruhr (Juni 2012).

Nächste Standorte der Wanderausstellung sind das Gesundheitsamt in Köln vom 13. August bis 14. September und die Fachklinik für qualifizierte Entzugsbehandlungen St. Antonius in Hörstel bei Rheine vom 21. September bis 21. Oktober. In 2013 sind Termine in Bochum, Krefeld, Düsseldorf, Hagen, Gelsenkirchen und erneut Köln im Gespräch. Anfragen liegen auch aus Duisburg und Bottrop vor. Die Abschlussveranstaltung ist im September/Oktober 2013 im Düsseldorfer Landtag angedacht.



TOTAL STARK! In jeder Beziehung...

Ob jung oder Alt - betroffen oder nicht betroffen, die Ausstellung bietet für alle die Gelegenheit, über gesellschaftlich relevante Themen zu diskutieren, sich untereinander kennen zu lernen und neue Kontakte zu knüpfen oder sich nach langer Zeit einfach einmal wieder zu sehen.

Eine Interaktion, die sowohl den Informationsaustausch ankurbelt, als auch Zwischenmenschliches und Verständnis fördert.

Die Ziele der Ausstellung sind:

Darstellung der Suchtselbsthilfe mittels kreativer Exponate aus allen Verbänden

Die Bilder und Gestaltungen geben - mit Hilfe von einführenden Texten - einen Einblick in die wertvolle Arbeitsweise der Suchtselbsthilfe. Damit trägt die Ausstellung zum Lernen von Suchtkranken und zum Kennenlernen einer neuen Qualität kreativer Lebensführung bei. Das kreative Schaffen der einzelnen Mitgestalter dieser Ausstellung stößt auf so positive Resonanz, dass eine neue, veränderte Sichtweise auf den suchtkranken Menschen freigegeben wird. Konkrete Hilfe kann bei Präsenz in der Ausstellung gegeben und angenommen werden.



„Ich bin voll“ - eine kreative Darstellung eines vielen Suchtkranken bekannten Zustands



**Henni und Heinz Schallenberg (BKE Lenge-
rich) finden Halt an bunten Stühlen**

Schaffung eines verbandsübergreifenden Netzwerkes vor Ort. Aktive Teilnehmer der Suchtselbsthilfe zeigen, dass eine vertrauenswürdige und unterstützende Gemeinschaft eine große gegenseitige Hilfe ist – in Gesprächsrunden und Sportgruppen, bei Meditationen und beim kreativen Gestalten, in gemischten und auch geschlechterspezifischen Gruppen sowie in der Aus- und Weiterbildung. Gruppen und Verbände der jeweiligen Stadt kommen zusammen, die vorher keinen Kontakt miteinander hatten - und Vertreter aus Politik und Einrichtungen zeigen vor Ort aktive Beteiligung. Ideen, Erfahrungen und Konzepte können ausgetauscht und die Zukunft in Hinblick auf mehr Verbundenheit gemeinsam entworfen werden.

Verbesserung der Kommunikation zwischen Suchtselbsthilfe und Politik

Bewirken von Veränderung. Die Suchtselbsthilfe fördert Verantwortung, Selbstwirksamkeit, Orientierung im Leben und die daraus folgenden heilsamen Prozesse in der Gesellschaft. Aktives Gestalten des eigenen Lebens verändert Konsumhaltung und bereichert das soziale Umfeld.

Kommentare von aktiven Teilnehmern und von Besuchern in Wuppertal:

○ Die Ausstellung hat mich beeindruckt, aber mehr noch berührt. Suchtkranke haben - und das ist bei allen Exponaten spürbar - den Weg zu sich und ihren Gefühlen gefunden.

○ Diese Ausstellung gefällt mir sehr! Sie zeigt die Kreativität und die Gefühle der Künstler.

○ Die Freiheit, die wir gewonnen haben, lässt uns kreativ werden.

○ Hier wird ein Potential von Menschen in Sucht sichtbar. Einfach klasse!

○ Bunte Vielfalt! Wenn die Sucht weicht, gibt's viel Platz für Neues, Buntes und Anderes.

Projektentwicklung und -durchführung

Die Wanderausstellung wurde realisiert durch Ute Freyer, Kunsthistorikerin und Galeristin und Lore Theis, zuständige Verantwortliche für den Bereich "Kreativität und Sucht" im FAS NRW und Vorstandsmitglied der Karl Heinz und Hannelore Böskes-Diebels-Stiftung, die eine Zusage zur Unterstützung der verbandsübergreifenden Suchtselbsthilfe in NRW gemacht hat.



Der Sockenbaum gibt jedem Besucher die Möglichkeit, sich kreativ auszudrücken

„Total Stark“ in Bielefeld

Dynamisch, zugewandt und lebendig waren die Gespräche, die im Neuen Rathaus in Bielefeld zwischen den Besuchern der Ausstellung geführt wurden. Das Interesse an dieser neuen Darstellungsweise der Suchtselbsthilfe wurde von vielen Besuchern deutlich gezeigt! "Wunderbar, wie eine Gesundung Stärken hervorbringen kann" wird mehrfach gesagt und "Mut zur Zusammenarbeit! Weitermachen!" Die Besucher kamen aus Beratungsstellen und der Hellweg-Klinik, aus der Suchtselbsthilfe vor Ort und von weit her.

Die Moderationsrunde war ein voller Erfolg. Sie fand zum ersten Mal mit vielen Teilnehmern statt: Tim Kähler, der stellvertretende Bürgermeister der Stadt Bielefeld, Günter Garbrecht, MdL, Christa Großmann und Karl-Hermann Vagt für die Suchtselbsthilfe in Bielefeld, Frank Happel für den FAS NRW und Renate Metke für den betrieblichen Gesundheitsschutz Bielefeld nahmen daran teil.



Karl-Hermann Vagt, unser Landesvorsitzender, im vertiefenden Gespräch mit Hans-Jürgen Bartels von der Freiwilligen Suchtselbsthilfe Bielefeld

Durch die gezielten Fragen von Ute Freyer, Galeristin und Kunsthistorikerin, konnte jeder seinen Standpunkt darstellen. Hier konnten die Zuschauer eine Runde erleben, die der Suchtselbsthilfe weit über Bielefeld hinaus zugewandt ist und sie grundsätzlich fördert.

Weitere Informationen auch zu aktuellen Standorten und Terminen der Wanderausstellung sind zu finden unter: www.fas-nrw.de.

Freundeskreis Bergkamen

Glückwünsche zum 90. Geburtstag an Lydia Kaminsky

Nachträglich zum 90. Geburtstag gratulierte der 2. Stellvertretende Vorsitzende, Walter Sommer, unserer **Lydia Kaminsky**.

Lydia ist jetzt schon seit über 30 Jahren Mitglied im Blauen Kreuz und hält dem Verein immer noch die Treue.

Bei Kaffee und Kuchen wurde über „alte Zeiten“ geschwätzt, wie es damals war, als sie das erste Mal die Gruppe des Blauen Kreuzes besuchte. Ihr Partner hatte ein Alkoholproblem - und sie suchte als Angehörige Rat und Hilfe, die sie auch sofort bekam.

Lydia ist noch heute sehr aktiv, Tagesausflüge und Urlaubsreisen sind ihre große Leidenschaft. Ihre Einkäufe erledigt sie noch immer selber. Dazu fährt sie mit dem Bus in die Stadt.

Jeden Tag geht sie mindestens eine Stunde Spazieren - bei Wind und Wetter. „**Wer rastet, der rostet**“, ist ihre Devise. Der Fernseher wird erst am Abend eingeschaltet. „Vorher ist eh noch nichts Gescheites drauf“, so unsere Lydia.

Ein Austritt aus dem Blauen Kreuz käme für sie nicht in Frage: „Die Gruppe hat mir damals geholfen - so möchte ich durch meine Mitgliedschaft diejenigen unterstützen, die heute anderen helfen“.

Das hört Walter Sommer natürlich gerne, der voller Stolz unserem ältesten Mitglied einen Blumenstrauß überreichte, mit dem Versprechen, das Foto, das sie mit ihm zeigt, sobald als möglich vorbeizubringen.

„Aber bitte vorher anrufen“! Sonst ist sie vielleicht gerade Spazieren.

Wie gesagt: **Wer rastet, der rostet**.

Klaus Wille

Pressesprecher Freundeskreis Bergkamen



Freundeskreis Bergkamen feiert zehnjähriges Bestehen



Mehr als 120 Gäste kamen zur Jubiläumsfeier des Freundeskreises Bergkamen. Dass der Hellweger Anzeiger Karl-Hermann Vagt zum Bundesvorsitzenden machte und Günter Grimm wieder zum Vorsitzenden des Landesverbandes, wird bei den Bergkamener Lesern nicht weiter auffallen. In der nachstehenden Abschrift ist dieser Fehler bereits korrigiert:

„Oberaden - Seit zehn Jahren sind die ehrenamtlichen Helfer des Freundeskreises des Blauen Kreuzes der evangelischen Kirchengemeinde damit beschäftigt, Menschen den Weg aus der Sucht nach Alkohol und anderen Rauschgiften zu erleichtern.

Eine sinnvolle Einrichtung, die nun im Martin-Luther-Zentrum ein wenig sich selbst, vor allem die vielen Ehrenamtler in einem Gottesdienst und einer anschließenden Feier würdigte.

Zu den über 120 Gästen gesellten sich unter anderem der Bundesvorsitzende des Blauen Kreuzes Günter Grimm, seine Stellvertreterin Biggi Sterzer, der Vorsitzende des Landesverbandes, Karl-Hermann Vagt, sowie Bürgermeister Roland Schäfer. Sie alle zollten dem Engagement der Gruppe Anerkennung und Respekt..



Vereine

Für ihr eigenes, kleines Jubiläum gestalteten die Bergkamener ihren Gottesdienst selbst mit. Ein Rollenspiel demonstrierte den Alltag innerhalb einer Gruppensitzung. „Es sollte gezeigt werden was geschieht, wenn jemand Neues zu der Gruppe stößt“, erklärte der stellvertretende Vorsitzende der Ortsgruppe, Klaus Wille.

Niemand werde gezwungen, seine Geschichte zu erzählen, nur dazu ermutigt, wenn er möchte. Generell gilt, dass jeder zum Treffen kommen kann, auch unangemeldet. „Doch in der Regel besteht



Mit einem Gottesdienst in der Luther-Kirche hat der Freundeskreis Blauen Kreuzes sein zehnjähriges Bestehen gefeiert. • Foto: Sa

schon ein erster Kontakt über das Telefon oder auch persönlich, um Ängste abzubauen“, sagte Wille. Neulinge werden mit offenen Armen empfangen und ihnen wird die Zeit um Akklimatisieren gegeben.

„Der Hauptgrund für Suchtkranke, sich in Alkohol oder Drogen zu flüchten ist der, dass sie nur schwer über Gefühle sprechen können“, sagte Wille. Dies soll durch die Gruppendynamik abgebaut werden. „Einfach mal sagen, ´heute geht es mir nicht gut`, ist wichtig.

Das ist es, was die Mitglieder mit längerer Gruppenzugehörigkeit den Neuankömmlingen vorleben. Denn wer schluckt, der schluckt“, so die kurze aber prägnante Devise des stellvertretenden Vorsitzenden, der selbst schon seit 1993 aktiv und mit Herzblut in der Selbsthilfegruppe mitarbeitet.

Im Gegensatz zu anderen ehrenamtlichen Einrichtungen plagt sich das Blaue Kreuz nicht mit Nachwuchsproblemen herum. „Bei uns geht es glücklicherweise gegen den Trend“, sagte Wille. Viele Menschen seien bereit, sich zu beteiligen und mitzumachen. Das jüngste ehrenamtlich tätige Mitglied ist 20 Jahre, das Älteste über 90 Jahre alt.

Generell findet jeder, der Hilfe sucht, hier eine Anlaufstelle. Viele bleiben zwischen drei und sechs Jahre im Verein, aber bei genauso vielen ist eine Art „Drehtüreffekt“ zu beobachten: Sie bleiben nach ein oder zwei Treffen wieder fern. Doch wer sich entscheidet, zu bleiben, der erfährt den Halt der Gruppe. „Neulinge suchen sich am Anfang einen Suchtkrankenhelfer aus, in dem sie einen Ansprechpartner haben für Dinge, die sie nicht gerne vor vielen besprechen möchten“, erläutert Wille. Wenn der Druck zu groß wird, dann reicht der Griff zum Telefon, um sich neue Kraft und Mut von jemandem zu holen, der weiß, was man gerade durchmacht.

Die Geschichte des Blauen Kreuz begann Ende des 19. Jahrhunderts, als der Pfarrer Louis-Lucien Rochat im schweizerischen Genf die erste Blaukreuzgruppe gründete. Alle Mitglieder verpflichteten sich per Unterschrift zur vollkommenen Abstinenz.

Bereits wenige Jahre später fand die Bewegung auch in Deutschland Anhänger. Inzwischen hat sich das Blaue Kreuz als Teil der evangelischen Kirchengemeinde etabliert und ist in 17 Landesverbänden mit ca. 1200 Selbsthilfegruppen aktiv.

Aus **Hellweger Anzeiger** vom 23.05.2012

Stadtverband Bergkamen

Gründung einer Frauengruppe

Am 16. Mai fand in den Räumen der Friedenskirche in Bergkamen die Gründungsversammlung der BKE-Frauengruppe des Stadtverbandes Bergkamen statt.

Die Gründung der Frauengruppe im BKE Stadtverband Bergkamen fand auch in der Presse Beachtung (Presseausschnitt s. unten).



8 Frauen nahmen daran teil. Unterstützt wurden sie dabei von Henni Schallenberg (2. von links), die zum Gründungstreffen eigens aus Lengerich angereist war. Ganz herzlichen Dank dafür auch noch einmal an dieser Stelle. Die Gruppe trifft sich künftig an jedem 3. Mittwoch im Monat.

Es hat bereits Zulauf gegeben. Die Teilnehmerzahl hat sich beim 2. Treffen nahezu verdoppelt; zwei Frauen sind dem BKE beigetreten. Das ist eine erfreuliche Entwicklung und zeigt, dass offenbar Bedarf an einer reinen Frauengruppe besteht.

Es ist oft einfacher, sich im Kreise Gleichgeschlechtlicher auszutauschen; besonders, wenn es um so sensible Themen wie z.B. Partnerschaft oder Sexualität geht.

Die neue Frauengruppe wird jedenfalls gut angenommen. Vielleicht kann das ja eine "Initialzündung" für den Gedanken an eine reine Männergruppe sein?!

Betonen möchte ich, dass die neue Frauengruppe, die sich nur 1x im Monat trifft, nicht die regelmäßigen Besuche in den altbewährten Gruppen ersetzt. Sie ist lediglich als wichtiges, attraktives Zusatzangebot zu verstehen.

Antje Totzek
Stadtverband Bergkamen



Der Stadtverbandvorsitzende des Blauen Kreuzes, Volker Totzek, hatte gestern Abend zur Gründung der Frauengruppe Blumen mitgebracht. Foto: BKE

Das Blaue Kreuz gründet eine Frauengruppe

Der neue Gesprächskreis trifft sich einmal im Monat

BERGKAMEN • Eigentlich wollen die Damen vom Blauen Kreuz gestern Abend unter sich bleiben. Der Vorsitzende des Stadtverbandes, Volker Totzek, war in der Friedenskirche, aber trotzdem willkommen.

Und das nicht nur, weil er Blumen für Ursula Alenwein, die Leiterin der neuen Frauengruppe, sowie für die Frauenbeauftragte des Landesverbandes, Henni Schallenberg, mitgebracht hatte. Denn der Zirkel, der sich gestern Abend gründete, ist keinesfalls als Konkurrenz zu den drei Gruppen gedacht, die die Selbsthilfegemeinschaft für Suchtkranke bereits in Bergkamen umhüllt.

Vielmehr haben sich die Frauen aus der Friedenskirchen-Gruppe des Blauen Kreuzes getroffen. „Und dabei haben wir festgestellt, dass man sich ganz anders über die Suchtproblematik unterhalten kann, wenn die Frauen unter sich sind“, berichtete Blaukreuz-Sprecherin Antje Totzek. Auch beim Suchtverein: „unterschieden sich die Geschlechter offensichtlich deutlich“, sagte Antje Totzek. Ein Mann kann ganz offen eine Flasche im Supermarkt oder unter am Büchlein: „Frauen stehen hingegen normalerweise nicht am Kiosk.“

Das ändert nichts daran, dass auch weibliche Suchtkranke Hilfe brauchen. In zwei Monaten die Gruppe besteht. „Vielleicht fällt der erste Schritt ja leichter, wenn es Frauen bei dem ‚Treffen sind‘“, meinte Antje Totzek. Der Gesprächskreis kommt zu jedem dritten Mittwoch eines Monats ab 19 Uhr in der Friedenskirche an der Schulstraße zusammen. Die Gruppe sieht auch Frauen offen, die einen suchtkrankem Angehörigen haben.

Die Damen wollen ab nächster immer nur unter sich sein: Die Blaukreuz-Treffen in der Friedenskirche, zu dem auch Männer kommen werden sie weiterhin besuchen.

Dorsten

Vereinsseminar 2012

Das diesjährige Vereinsseminar des BKE Dorsten hatte zum Thema:

Gefahren einseitiger Gefühlsbeantwortung ⇒ Rückfallprävention

Dieses Thema scheint im ersten Moment einen Therapieansatz anzustreben. Es war jedoch nicht so gemeint und dieser Themenhintergrund wurde von unserem Moderator, Heinz van Wasen, in ausgezeichneter Weise locker und doch tiefgehend moderiert.



Das Seminar war von Selbstreflexion der 11 Teilnehmer/innen gekennzeichnet, die in einer sehr beeindruckenden Offenheit und Nähe zueinander stattfand. Diese Vertrautheit entstand durch die sich langsam entwickelnde Überwindung von kleinen Barrieren, die sicherlich die Akzeptanz unserer Krankheit als ein Baustein unserer Abstinenz deutlich gemacht hat.

Ferner wurde die Überprüfung unserer 'Schutzwälle' sowie Gefahrenpunkte erörtert – insbesondere das sogenannte 'Suchtgedächtnis', was trotz jahrelanger Abstinenz durch seine neurobiologische Engrammierung zu einer 'Explosion' führen kann, auf die man gefasst und vorbereitet sein sollte.

Zusammengefasst, ein sehr harmonisches Seminar, in dem sehr viel Verständnis füreinander entstanden ist.

Unser Dank gilt schließlich auch unseren finanziellen Förderern, den gesetzlichen Krankenkassen, die uns die Durchführung des Seminars doch sehr erleichtert haben.

Lutz Refardt

Das diesjährige Vereinsseminar des BKE Dorsten vom 15.-17.06.2012 wurde von Lutz Refardt, stellv. Vorsitzender unseres Ortsvereins, vorbereitet und geleitet. Auch das Thema stammt aus Lutz' Feder.

Der Referent und Moderator, Heinz van Wasen, ist Sozialtherapeut mit der Fachrichtung Sucht und Psychodrama-Assistent. Ergänzend zu der nebenstehenden Zusammenfassung sind nachstehend ein paar weitere Details des Vereinsseminars zu finden.

Suchtgedächtnis

Belohnungen und ihre Auslöser werden von unserem Gehirn gespeichert. Das Gehirn lernt, ein Suchtmittel oder Suchtverhalten mit einem "guten Gefühl" zu verbinden. Oft reicht ein kleiner Anstoß, dieses Suchtgedächtnis zu aktivieren.

Gründe für einen Rückfall

In einer Studie wurden folgende Gründe für einen Rückfall genannt:

Unangenehme Gefühle	42,5%
Zwischenmenschliche Konflikte	17,5%
Zusammensein mit Trinkern	15,0%
Versuch, kontrolliert zu trinken	12,5%
Saufdruck	5,0%

Schlechte Gefühle (z.B. Ärger) führen zur Unzufriedenheit und sind der Hauptgrund für einen Rückfall. Rückfallprävention unter besonderer Berücksichtigung der eigenen Gefühlswelt ist somit die wichtigste Aufgabe der Nachsorge zur langfristigen Aufrechterhaltung der Abstinenz.

Heinz van Wasen machte deutlich, dass im Gegensatz zur Frau der Mann die Wahrnehmung und den Umgang mit seinen Gefühlen erlernen muss - wie eine Fremdsprache. Als Hilfestellung übergab Heinz ein „Wörterbuch“, eine Auflistung von guten und schlechten Gefühlen.

Mauer gegen Rückfälligkeit

Wie können wir uns gegen einen Rückfall schützen? Das war eine Frage, die von der Gruppe wie folgt beantwortet wurde:

1. Individuelle Schutzfaktoren / Eigenschaften

Krankheitsakzeptanz, gutes Selbstwertgefühl, guter Gefühlszugang, Tagesstruktur, Verlässlichkeit, Nein sagen können und dürfen, Maskenfreiheit, Grenzen akzeptieren, Offenheit, Stress vermeiden / Umgang mit Stress, Wirksamkeit der Erfahrungen aus der Vergangenheit, Verhaltensrepertoire erweitern, mit Hilflosigkeit umgehen können

2. Äußere Bedingungen (Familie, Gesellschaft)

Selbsthilfegruppe, gesellschaftliche Akzeptanz der Erkrankung, soziale Bindungen pflegen, guter Arzt, gesellschaftliche Rückmeldungen, Weiterbildung, Ausbildung über Suchterkrankung, alkoholfreie (suchtmittelfreie) Zone, Werbebeschränkungen

Suchtprävention ortsübergreifend

Wir sind regelmäßig in der Suchtprävention auch bei Konfirmanden und Firmlingen in Dorsten aktiv. Dort hat die Mutter eines Firmlings in der Marien-Gemeinde begeistert die authentische Darstellung unserer Alkoholkarriere mitbekommen. Sie fragte an, ob wir auch für Jugendliche in Recklinghausen solche Präventionsmaßnahmen durchführen würden.

Konkret ging es um problembehaftete Jugendliche bis zu 25 Jahren, die von der Bildungseinrichtung InBit in Recklinghausen betreut werden.

Es erschien mir nahe liegend, die Gruppen in Recklinghausen zu fragen, ob dort jemand den Wunsch der Dame erfüllen könne.

Einmal mehr zeigte sich, dass die Kontakte im BKE Landesverband funktionieren und ein hohes Maß an Hilfsbereitschaft vorhanden ist: Bereits eine Woche später, am 07. Februar 2012, hat Dieter Kirchfeld vom Ortsverein Recklinghausen e.V. den gewünschten Präventionstermin wahr genommen (s. auch Bericht „Multiplikatoren Suchtprävention im Einsatz auf Seiten 43-44 und den Artikel Multiplikatorenausbildung Seite 12) .

Danke, Dieter

Arno Verhoeven

BKE Dorsten

Jahres-Hauptversammlung am 23.02.2012

Der 1. Vorsitzende, Arno Verhoeven, stellte in seiner Begrüßung fest: „Selbsthilfegruppe bedeutet Hilfe für sich und Hilfestellung für Andere. Ich danke allen Mitgliedern, Förderern und Gruppenbesuchern. Sie alle leisten ihren Beitrag zum Gelingen der Hilfe zur Selbsthilfe“.

Hans-Ulrich Funk überbrachte Grußworte vom Landesverband und wünschte dem BKE-Dorsten alles Gute und eine erfolgreiche Arbeit im neuen Jahr.

Es standen Wahlen zum 1. Vorsitzenden an, sowie zum Stellv. Vorsitzenden. Arno Verhoeven und Lutz Refardt wurden wieder gewählt.

Gelsenkirchen-Beckhausen

5 Jahre Mitgliedschaft in der Blaukreuz-Gruppe Gelsenkirchen-Beckhausen

Am 15. Februar 2012 wurden bei der Jahresmitgliederversammlung Claudia und Bernd für 5 Jahre Mitgliedschaft in der Blaukreuzgruppe durch Manuela Nibius vom Landesvorstand und Wilfried Klossek (im Vorstand des BKE Beckhausen) geehrt.



Gelsenkirchen-Buer

Ehrennadel des Landesverbandes für Renate Papenfuß

Renate Papenfuß hat am 25.01.2012 die Ehrennadel des BKE-Landesverbandes NRW erhalten - als Dank und Auszeichnung für ihren gesamten Einsatz im Blauen Kreuz in der Evangelischen Kirche, sei es in Gruppe, Verein oder Landesverband.

Renate gehört seit fast 30 Jahren dem BKE an. Sie hat bei der Betreuung und in der Gruppenarbeit vielen Betroffenen und Angehörigen mit ihrem Einfühlungsvermögen und persönlichem Einsatz geholfen - und tut es immer noch. Diese ehrenamtliche Tätigkeit, verbunden mit dem großen persönlichen Engagement in der Hilfe am Nächsten, ist der größte Verdienst von Renate.

Es sind viele Tätigkeiten, die Renate innerhalb der Suchtkrankenhilfe geleistet hat bzw. noch leistet. Gruppenleiterin, Vereinsvorsitzende seit 1992, usw., usw. In diesem Verein lag und liegt ihre Haupttätigkeit, der Dienst am Nächsten.

Ende 1991 wurde Renate als Beisitzerin in den Vorstand des Landesverbandes gewählt. Nach kurzer Zeit arbeitete sie im Team verschiedener Seminare mit (Kennenlern-Seminar, Gruppenleiter-schulung). Ganz wichtig in diesem Zusammenhang ist die Tatsache, dass Renate rd. 20 Jahre im Ausbilderteam der freiwilligen Suchtkrankenhelfer-ausbildung war.

Renate ist es zu verdanken, dass wir nach wie vor den Frauengesprächskreis Ruhr haben, der viermal im Jahr tagt. Dieser Gesprächskreis wurde von ihr 1991 von der damaligen hauptamtlichen Mitarbeiterin übernommen.

Renate hat sehr gute Kontakte zu Institutionen, Beratungsstellen, Krankenhäusern, Kliniken, Gemeinden und zur Diakonie etc. aufgebaut, weil ihr eine gute Zusammenarbeit mit diesen Stellen am Herzen liegt und von ihr die Notwendigkeit erkannt wurde.

Hilfe zur Selbsthilfe bedeutet für Renate, andere nach ihren Fähigkeiten zu fördern. „Geben und nehmen, loslassen und zulassen“ ist ihr Grundgedanke, der selbstverständlich auch Kraft und Mut kostet.



Besonders erfreut war Renate Papenfuß, die Ehrennadel des BKE-Landesverbandes vom neuen Bundesvorsitzenden, Günter Grimm, überreicht bekommen zu haben.

Die Aufzählung ist selbstverständlich nicht vollständig. Allein Inhaberin von Ämtern zu sein, reicht nicht zur Ehrung aus. Bei Renate ist das anders: Sie hat alle übernommen bzw. ihr übertragenen Arbeiten mit ganzem Herzen und viel Kraft ausgeführt. Die ehrenamtliche Tätigkeit von Renate als Suchtkrankenhelferin in mehr als 25 Jahren reicht schon allein für die Ehrung aus.

Die Ehrung übernahm der Bundesvorsitzende des BKE, Heinz-Günter Grimm, der Renate auf diesem Weg maßgeblich begleitet hat. Auch der stellvertretende Landesvorsitzende, Hans-Ulrich Funk und der Ehreuvorsitzende des NRW-Landesverbandes, Walter Beier, würdigten in ihren kurzen Ansprachen ebenfalls die Arbeit von Renate Papenfuß.

Walter Beier



Auf der Mitgliederversammlung am 25.01.2012 wurde nicht nur Renate Papenfuß mit der Ehrennadel des BKE Landesverbandes bedacht. Auch Angelika Koch (15 Jahre) und Ingrid und Dieter Grundmann (20 Jahre) wurden für langjährige „Trockenheit“ geehrt.

Foto v.l.n.r.: Frau Beier, Pastorin Karla Wessel, Angelika Koch, Hans-Ulrich Funk (stellv. Vorsitzender des BKE Landesverbandes), Ingrid Grundmann, Dieter Grundmann, Günter Grimm (BKE Bundesvorsitzender), Renate Papenfuß, Walter Beier (Ehrenvorsitzender des BKE Landesverbandes)

Ehrung von Jubilaren auf der Mitgliederversammlung 2012

Außer den Mitgliedern wurden im Stephanushaus die Gäste, Pastorin Karla Wessels, der Ehrenvorsitzende des BKE Landesverbandes, Walter Beier mit Ehefrau Gabi, der BKE Bundesvorsitzende Günter Grimm und der stellvertretende BKE Landesvorsitzende Hans-Ulrich Funk von der 1. Vorsitzenden, Renate Papenfuß, herzlich begrüßt.

Folgende Jubilare wurden geehrt:

- 20 Jahre Mitgliedschaft Ingrid Grundmann
- 20 Jahre Mitgliedschaft Dieter Grundmann
- 15 Jahre Mitgliedschaft Angelika Koch

Der Vorstand und die Mitglieder dankten Renate Papenfuß für 20 Jahre als 1. Vorsitzende des Vereins.

Nach der Ehrung der Jubilare wurde die Vorsitzende Renate Papenfuß für ihre langjährige ehrenamtliche Tätigkeit mit der Ehrennadel des Landesverbandes ausgezeichnet (s. vorstehenden Bericht).

Wir gratulieren Renate Papenfuß und wünschen ihr weiterhin alles Gute und viel Kraft.

Bericht: Marion Ludwig



Die Verleihung der Ehrennadel an Renate Papenfuß war auch der örtlichen Presse ein Bericht wert.

Multiplikatoren „Suchtprävention“ im Einsatz



Foto: Georg Valerius

Von Herrn Piehler, Barmer-GEK Gelsenkirchen-Buer, erhielt ich eine Anfrage, ob die Möglichkeit besteht, bei einem Berufskolleg in Gelsenkirchen-Buer eine Suchtprävention durchzuführen. Bei einem Termin mit Frau Schwabe, Dipl.-Pädagogin im Hans Schwier-Berufskolleg, wurden die Möglichkeiten einer Präventionsveranstaltung besprochen.

Im Berufskolleg gab es nach Information seitens Frau Schwabe durchaus Bedarf, eine solche Veranstaltung bezüglich Alkohol-, Medikamenten- und Cannabis-Missbrauch durchzuführen. Die Vorstellung allerdings, dass ich es mit Erwachsenen (Alter ca. 17 bis 30 Jahre) zu tun haben würde, bereitete mir schon einiges Kopfzerbrechen.

Die vorgegebene Anzahl der Schüler sollte zwischen 20 und 60 Personen liegen (je nachdem, wie viele Multiplikatoren mitarbeiten könnten).

Aber Glück muss man haben!!

Beim Bergkamener Tag am 19.11.2011 wurde von meiner Seite dieses Projekt bei den Multiplikatoren und Marianne Sasse vorgestellt.

Und siehe da:

Acht weitere „Multis“ stellten sich für diesen Tag zur Verfügung

(s. auch Artikel Multiplikatoren-ausbildung Suchtprävention „Schule und Sucht“ auf Seite 12)

Nach einigen Telefonaten und Rücksprachen trafen wir Multiplikatoren uns im Stephanus-Haus in Gelsenkirchen-Buer zu einer Vorbesprechung, bei der wir die Strategie für unser Vorgehen erarbeiteten.

Am 19.01.2012 trafen wir uns um 07.30 Uhr am Berufskolleg. Beginn der Veranstaltung mit Schülern, Lehrern und Frau Schwabe war um 08.15 Uhr.

Neun „Multis“ konnten dann im Laufe des Tages insgesamt 96 Schüler (aufgeteilt in 3 Gruppen) begrüßen. Die Ausbildungsberufe der Schüler waren Bodenleger, Rollladen- und Kaminbauer.

Erste Gruppe:

Werner Schubert, Rene Röcken, Günther Kusnatzky (Multis) sprachen über legale und illegale Drogen mit Diskussion.

Zweite Gruppe:

Biggi Sterzer, Heiner Neuking, Dieter Grundmann zeigten eine Powerpoint-Präsentation (Tankmodell) mit Diskussion.

Dritte Gruppe:

Karola Wohlfarth, Jürgen Leskien, Hartmuth Eichler zeigten 2 Filme (Jacqueline und Du fehlst) mit anschließender Diskussion.



Ein starkes Multiplikatorenteam gemeinsam im Einsatz

Vereine

Nach anfänglicher Unruhe und kleinen Störungen durch die Schüler konnten wir unsere Arbeit aber nach unseren Vorstellungen durchführen.

In den Pausen und mit kleineren Gruppen kamen dann doch sehr interessante Gespräche zustande. Nach einem Mittagessen, zu dem wir durch die Schulleitung eingeladen waren, kam es um 14.00 Uhr zum Einsatz der Rauschbrillen. Viele Schüler waren davon beeindruckt und begeistert. So hatten sie sich die Wirkung von Alkohol nicht vorgestellt.



Begeisterte Schüler auf dem Parcours mit der Rauschbrille



Mit viel Applaus und sehr guter Resonanz seitens der Schüler und Lehrer nahmen wir um 15.30 Uhr Abschied vom Berufskolleg. Auf die Durchführung weiterer Präventions-Veranstaltungen wurden wir bereits angesprochen.

An dieser Stelle sollte man im Vorfeld einer nächsten Prävention allerdings auf kleinere Schülergruppen achten, welches vielfach auch von den Schülern gewünscht wurde.

Ich möchte mich hiermit bei meinen Mitstreitern für die großartige Unterstützung und Zusammenarbeit bedanken. Schön, dass auch vereinsübergreifend Freunde zur Verfügung stehen, auf deren Hilfe man sich absolut verlassen kann.

**IHR SEID EINE TOLLE TRUPPE – DANKE!
Dieter Grundmann**

Gladbeck

Leidvolle Erfahrung mit Alkohol

Interview mit einer Journalistin für "Gesund & Aktiv", eine Wochenendbeilage der WAZ.

Gruppe vom „Blauen Kreuz Gladbeck“ trifft sich immer montags

„Es ist keine Schande hinzufallen, aber es ist eine Schande, einfach liegen zu bleiben“ – so lautet der Leitspruch der Selbsthilfegruppe „Blaues Kreuz Gladbeck – Alkoholabhängige und Angehörige“. Immer montags von 19 bis 20.30 Uhr trifft sich die Gruppe im „Lukas-Treff“, Lukasstraße 12 in Gladbeck-Butendorf. Gegründet wurde die Gruppe im Oktober 1989 in der Paulusgemeinde. Später erfolgte der Umzug in die Lukasgemeinde. „Wir gehören zwar der Evangelischen Kirche an, sind aber offen für Angehörige aller Religionen und Weltanschauungen“, versichert Gruppensprecher Werner Elsner.

Persönliche Krisen und Probleme haben Vorrang

Im „Lukas-Treff“ kommen Menschen zusammen, die eine leidvolle Erfahrung mit dem Alkohol gemacht haben oder die als Angehörige mit gelitten oder mit geduldet haben. „In den wöchentlichen Gruppenabenden arbeiten wir an verschiedenen Alltagsthemen, wobei persönliche Krisen oder Probleme immer Vorrang haben“, betont Elsner: „Ebenso helfen wir bei Behördengängen, sprechen offen miteinander über uns und unser soziales Umfeld in der Gruppe oder in einem Vier-Augen-Gespräch. So helfen wir uns gegenseitig.“ Oftmals führen Probleme im Arbeitsleben, bei Scheidung oder Krankheit zum Suchtverhalten.

Die Sucht schleicht sich langsam und fast unmerklich ein. „Wer täglich zwei Flaschen Bier braucht, der gilt schon als süchtig“, sagt Werner Elsner.

Er weiß, wovon er spricht. Nach 20 Jahre während der „Karriere“ als Alkoholiker ist er nun bereits seit 16 Jahren „trocken“.

„Auch bei mir begann alles mit dem Feierabendbierchen. Beim Frühschoppen, bei Festen und vor allem bei Stress am Arbeitsplatz wurde es immer mehr.“

Bald funktionierte ich nur noch mit einem gewissen Alkoholspiegel. Auch die Bitten meiner Frau führten bei mir nicht zur Einsicht. Erst, als mein Arbeitsplatz durch den Alkohol in Gefahr geriet, ließ ich mich zu einer Kur bewegen“, erzählt der 68-jährige ehemalige Schlosser. Er hatte Glück und behielt seinen Arbeitsplatz.

Verlust der Arbeit als Anfang vom Abstieg

Oftmals ist der Verlust des Arbeitsplatzes jedoch der Anfang vom Abstieg. Werner Elsner fand damals Hilfe und Unterstützung beim Gladbecker Blauen Kreuz und engagiert sich dort seit 16 Jah-

ren als „trockener Alkoholiker“. Gemeinsam mit den Gruppenmitgliedern hilft er anderen Abhängigen und ihren Angehörigen – so wie beispielsweise auch der Betroffenen Sonja S.: „Als Angehörige eines jetzt „trockenen Alkoholikers“ war ich viele Jahre lang sozusagen mit abhängig. Ich habe gelitten, gebetet und gedroht, aber nach außen hin das Bild einer intakten Familie aufrechterhalten. Erst in der Selbsthilfegruppe habe ich erfahren, dass ich damit weder meinem Mann noch mir einen Gefallen getan habe“, sagt die 60-jährige. In der Selbsthilfegruppe „Blaues Kreuz Gladbeck - Alkoholabhängige und Angehörige“ sind alle Interessenten herzlich willkommen.



Petra Pospiech

WAZ Gladbeck, 25. Februar 2012

Holzwickede

Der vorstehende Artikel des BKE Gladbeck, der Artikel der Marler Zeitung auf den Seiten 49-50 und dieser ausführliche Artikel im Hellweger Anzeiger vom 20. März 2012 sind nicht nur interessant zu lesen, sie sollten auch andere Ortsvereine motivieren, mal wieder einen Artikel in der örtlichen Presse zu veröffentlichen - hoffentlich nicht mit der negativen Begleiterscheinung eines Stellenabbaus in der örtlichen professionellen Suchtberatung.

Wege aufzeigen, die aus der Sucht führen
Blaues Kreuz Holzwickede befürchtet künftig deutliche Mehrbelastung

Von Linda Ehrhardt (Hellweger Anzeiger)

Wenn bei Bärbel Brauckmann das Telefon klingelt, ist es oft kein Bekannter, kein Verwandter, sondern ein fremder Mensch, der Hilfe sucht. Brauckmann ist die 1. Vorsitzende des Blauen Kreuzes Holzwickede und Ansprechpartnerin für Suchtkranke, die etwas an ihrer Situation ändern, sich nicht mehr allein gegen die Sucht stemmen wollen.

Wie oft das Telefon klingelt, weiß Brauckmann gar nicht genau. Doch der Bedarf in Holzwickede ist da: Rund 50 Mitglieder zählt das Blaue Kreuz in der Emschergemeinde. Sie treffen sich einmal wöchentlich, um über ihre Sorgen und Ängste zu sprechen, sich gegenseitig Mut zu machen und Unterstützung zu finden in dem Wissen, dass sie nicht allein dastehen mit ihren Problemen.

Ganz allein können die insgesamt fünf Gruppenleiter und die drei freiwilligen Suchtkrankenhelfer (auch mit Gruppenleiter-Ausbildung) den Betroffenen aber nicht immer zur Seite stehen. „Manche Betroffenen kommen nur zu uns in die Gruppen, ohne eine Entgiftung oder eine Therapie zu machen“, sagt Bärbel Brauckmann. Ihnen reicht der Beistand der Gemeinschaft.

Bei anderen dagegen würden die Gruppentreffen allein nicht helfen, um von der Sucht loszukommen. Sie brauchen eine Entgiftung und eine Therapie, ehe die Selbsthilfegruppe auch für sie zur wertvollen Anlaufstelle wird. In diesen Fällen holen Brauckmann und ihre Mitstreiter sich professionelle Hilfe: Sie verweisen die Betroffenen an die Suchtkrankenhilfe in Unna, die für das Blaue Kreuz in Holzwickede verantwortlich ist.



Der Kampf gegen die Sucht können viele Betroffene gar nicht allein aufnehmen. Sie suchen Hilfe beim Blauen Kreuz. Die Selbsthilfegruppe des BKE in Holzwickede ist ein wichtiger Anlaufpunkt für Suchtkranke. Foto: BKE

Wege aufzeigen, die aus der Sucht führen

Blaues Kreuz Holzwickede befürchtet künftig deutliche Mehrbelastung

WOLFFSBERG • Wenn bei Bärbel Brauckmann das Telefon klingelt, ist es oft kein Bekannter, kein Verwandter, sondern ein fremder Mensch, der Hilfe sucht. Brauckmann ist die 1. Vorsitzende des Blauen Kreuzes Holzwickede und Ansprechpartnerin für Suchtkranke, die etwas an ihrer Situation ändern, sich nicht mehr allein gegen die Sucht stemmen wollen.



Bärbel Brauckmann, 1. Vorsitzende in Holzwickede, und Walter Bann, 2. Vorsitzende des Landesverbandes des Blauen Kreuzes, stehen vor einem der 50 Gruppenräume.

Die Arbeitsschritte werden durch Bärbel Brauckmann und Walter Bann in Holzwickede im Rahmen der Suchtberatung durchgeführt. Foto: BKE

Wenn bei Bärbel Brauckmann das Telefon klingelt, ist es oft kein Bekannter, kein Verwandter, sondern ein fremder Mensch, der Hilfe sucht. Brauckmann ist die 1. Vorsitzende des Blauen Kreuzes Holzwickede und Ansprechpartnerin für Suchtkranke, die etwas an ihrer Situation ändern, sich nicht mehr allein gegen die Sucht stemmen wollen.

Die Arbeitsschritte werden durch Bärbel Brauckmann und Walter Bann in Holzwickede im Rahmen der Suchtberatung durchgeführt. Foto: BKE

Die Arbeitsschritte werden durch Bärbel Brauckmann und Walter Bann in Holzwickede im Rahmen der Suchtberatung durchgeführt. Foto: BKE

Tröffen
Die Blue Cross Holzwickede...
Tröffen sind ein wichtiger Bestandteil der Suchtberatung...

Am Anfang steht die Verleugnung

Betroffene suchen eher Hilfe - Zugang zu ihnen zu finden, ist aber schwieriger geworden

Die Arbeitsschritte werden durch Bärbel Brauckmann und Walter Bann in Holzwickede im Rahmen der Suchtberatung durchgeführt. Foto: BKE

Bisher klapp das auch ganz gut. Wenn sie an die Zukunft dieser Zusammenarbeit denkt, verdüstert sich Brauckmanns Gesicht allerdings. „Das wird ganz schwierig“, sagt auch Walter Beier. Er ist Ehrenvorsitzender des Landesverbands NRW des Blauen Kreuzes und hat das Blaue Kreuz in Holzwickede vor ungefähr 19 Jahren mit aufgebaut.

Der Grund für die Sorgen sind Personaleinsparungen beim Kreis Unna. Bisher ist die Beratungsstelle in Unna noch mit zwei Mitarbeitern besetzt. Ab April aber soll eine Stelle wegfallen. „Die Mitarbeiterin geht in die Altersteilzeit. Und ihre Planstelle soll nicht wieder neu besetzt werden“, klagt Beier.

Das bedeutet nicht nur für den verbleibenden Kollegen in Unna deutlich mehr Arbeit. Die Auswirkungen werden auch Bärbel Brauckmann und ihre Mitstreiter in Holzwickede zu spüren bekommen. „Da kommen ganz lange Wartezeiten auf die Suchtkranken zu“, befürchtet Brauckmann. Wartezeiten, in denen die Gruppen in Holzwickede gefragt sind. Das sorgt bei Beier für Verdross: „Es kann nicht sein, dass die Gruppen vor Ort die Lückenbüßer sein müssen.“ Das könnten die Selbsthilfegruppen gar nicht leisten. Und auch für den Willen, etwas zu ändern, sind lange Wartezeiten nicht eben förderlich.

„Wer jetzt motiviert ist, etwas in seinem Leben zu verändern, der hat bei so langen Wartezeiten, wie sie auf uns zukommen, vielleicht gar keine Lust mehr, etwas zu tun“. Und dann hätte der Kampf gegen die Sucht wegen des Stellenabbaus schon geendet, bevor er wirklich angefangen hat.



Am Anfang steht die Verleugnung

Betroffene suchen eher Hilfe - Zugang zu ihnen zu finden, ist aber schwieriger geworden

Dass ein Süchtiger seine Krankheit verleugnet - das Problem kennen Bärbel Brauckmann und Walter Beier nur zu gut. „Am Anfang wollen viele nicht wahrhaben, dass sie krank sind“, sagt Beier. Eins ist ihnen dabei nicht bewusst: „Die Krankheit endet im Tod, wenn man nichts dagegen unternimmt“, warnt Brauckmann. Als Vorsitzende des Blauen Kreuzes in Holzwickede ist sie für die „Erstgespräche“ zuständig, wenn ein Hilfesuchender zur Gruppe dazustoßen möchte. Viele scheuen sich nämlich, sofort in die Gruppe zu gehen und wünschen sich ein Einzelgespräch.

Um mehr über den Süchtigen zu erfahren, stellt Brauckmann in diesem Gespräch nicht nur die Frage nach dem „Warum“, sondern erzählt auch über sich und ihren Leidensweg. „Das hilft ihnen oft, von sich und von ihren Problemen zu erzählen“. Dabei muss die behutsam vorgehen, auf die Gefühle der Menschen achten. „Da kann man nicht einfach loslegen“, sagt sie.

Zumal es im Laufe der Zeit auch schwieriger geworden ist, richtig an die Menschen heran zu kommen. Denn einerseits, diese Beobachtung hat Beier gemacht, kommen die Betroffenen inzwischen früher auf das Blaue Kreuz und andere Selbsthilfegruppen zu. „Dadurch sind sie aber auch noch nicht am Tiefpunkt angelangt, wenn sie zu uns kommen und es ist schwieriger, sie davon zu überzeugen, dass sie etwas ändern müssen“.

Der Weg in die Selbsthilfegruppe ist dennoch ein wichtiger Schritt. „Menschen, die die Krankheit haben und nichts dagegen tun, gehen an der Verleugnung kaputt“, sagt Beier.

le (Hellweger Anzeiger vom 20.03.2012)

Lübbecke

Gratulation an den Ortsverein Lübbecke - 10jähriges Jubiläum

In März 2012 feierte der Ortsverein Lübbecke, seine 10-jährige Zugehörigkeit zum BKE.

Wir gratulieren!

Weitere Infos dazu auf Seite 6

Marl I

Jubiläum - 40 Jahre BKE Marl I



Mit 100 Gästen feierte die Ortsgruppe Marl I des Blauen Kreuzes jetzt ihren 40. Geburtstag im Versöhnungszentrum. Vorsitzender Jürgen Leskien (r.) und sein Stellvertreter Hartmuth Eichler (2.v.l.) begrüßten unter anderem Pfarrer Jörg Krunke (l.), der zu Beginn eine Andacht hielt, und Bürgermeister Werner Arndt.

Zu den Festrednern zählten auch Marlies Mell, Vorsitzende des Sozialausschusses, Günter Grimm, Bundesvorsitzender des Blauen Kreuzes, und Edelgard Zacharias von der Selbsthilfe-Arbeitsgruppe.

Die Marler Band „Train“ begleitete die gesamten Feierlichkeiten. „Die Gruppe hat genial gespielt“, ist Vorsitzender Jürgen Leskien voll des Lobes.



Mit 100 Gästen feierte die Ortsgruppe Marl I des Blauen Kreuzes jetzt ihren 40. Geburtstag im Versöhnungszentrum. Vorsitzender Jürgen Leskien (r.) und sein Stellvertreter Hartmuth Eichler (2.v.l.) begrüßten unter anderem Pfarrer Jörg Krunke (l.), der zu Beginn eine Andacht hielt, und Bürgermeister Werner Arndt. Zu den Festrednern zählten auch Marlies Mell, Vorsitzende des Sozialausschusses, Günter Grimm, Bundesvorsitzender des Blauen Kreuzes, und Edelgard Zacharias von der Selbsthilfe-Arbeitsgruppe. Die Marler Band „Train“ begleitete die gesamten Feierlichkeiten. „Die Gruppe hat genial gespielt“, ist Vorsitzender Jürgen Leskien voll des Lobes.

Den ersten Schritt muss jeder selbst machen (Interview mit der Marler Zeitung)

Beim Blauen Kreuz Marl I bekommen Alkoholiker seit 40 Jahren Hilfe

70 Menschen, 70 Schicksale, aber etwas verbindet sie: Als Alkoholiker gehören sie der Selbsthilfegruppe Blaues Kreuz Marl I in der Evangelischen Kirche an. Heute feiern sie das 40-jährige Bestehen ihrer Gruppe im Versöhnungszentrum. Vorsitzender Jürgen Leskien (57) und Karola Wohlfarth (47), die in der Gruppenleiterausbildung steckt, gewährten MZ-Redakteurin Julia Grunschel einen Einblick.

70 Mitglieder – das sind ganz schön viele, oder? Jürgen Leskien (lacht):

Nein, wir sind ja nicht nur die einzige Gruppe für Alkoholiker. Wenn sich mehr Leute trauen würden, dann wären wir sicher noch viel mehr!

Und die Mitglieder bilden alle eine Gruppe? Leskien:

Unterteilt in vier Gruppen. Zwei treffen sich montags, zwei donnerstags.

Sitzen bei Ihnen alle immer in einem Kreis und einer erzählt – so wie man das aus dem Fernsehen kennt? Leskien (lacht):

Nein! Das dachte ich aber auch immer, dass es so aussieht. Wir sitzen eher wie ein Kegelverein zusammen. An Tischen und mit Getränken – natürlich antialkoholischen! Wenn nicht einer ein Problem hat, das er thematisieren möchte, reden wir eigentlich über alles andere als Alkohol – und es reden wirklich alle!

Wie kommt man denn zu Ihnen? Wohlfarth:

Über Ärzte, Krankenhäuser, Mund-Propaganda oder das Internet.

Wie kamen Sie zur Gruppe? Wohlfarth:

Über eine Freundin, deren Schwiegermutter schon Gruppenmitglied war. Das war vor drei Jahren.

Wie lange haben Sie vorher getrunken? Wohlfarth:

Etwa zehn Jahre. Ich gehörte zu den Quartalstrinkern. Nach einer Woche, in der ich praktisch durchgetrunken habe, kamen zwei bis drei Monate, in denen ich nicht mehr getrunken habe als normale Leute. Dann überfiel mich wieder ein Kribbeln – und ich habe mich fünf Tage zugegesset. Das ging über Jahre so – bis aus fünf Tagen zehn wurden. Nach einer Entgiftung hatte ich einen Rückfall, verfiel in das alte Muster. Ich trank, versteckte mich, wenn es an der Tür schellte oder das Telefon klingelte, lebte wieder in der ständigen Angst, entdeckt zu werden, schämte mich vor der Familie – die natürlich sauer war. Irgendwann konn-

te ich nicht mehr, wollte mich umbringen. Als ich dann da an einem Samstag mit Alkohol, Tabletten und Tropfen saß, habe ich mit besagter Freundin telefoniert. Sie kam sofort und gab mir die Telefonnummer der Gruppe. Montags ging ich dann zum Treffen. Seitdem bin ich da, seitdem geht es mir gut.



Herr Leskien, wie war das bei Ihnen? Leskien:

Bevor ich 2001 zur Gruppe kam, hatte ich schon 20 Jahre getrunken. Ich war Außendienstmitarbeiter und habe nach Feierabend pro Tag gut anderthalb Flaschen Wodka leer gemacht, am Wochenende viel mehr. Am Ende hat der Körper nicht mehr mitgemacht, die Speiseröhre hat gebrannt, die Nervenbahnen in den Beinen versagten, so dass ich nur unter Schmerzen laufen konnte. Als ich zur Entgiftung im Marien-Hospital war, hatte ich einen Zimmerkollegen, der schon Kontakt zum Blauen Kreuz hatte. Er meinte: „Komm doch mal mit.“ Da habe ich erst noch gesagt: „Nee, das brauch ich nicht.“

Vereine

Aber dann ging ich doch mit ...

Und Sie sind geblieben.

Leskien: Ja, ich habe gemerkt, da sind Leute, die haben genau das gleiche Problem wie ich – denen muss ich nichts erklären und die wissen, wie ich mich fühle. Aus diesem Grund fühlen sich die Leute bei uns geborgen.

Trinken die Leute denn auch aus den gleichen Gründen?

Leskien: Die meisten, die sie fragen, wissen gar nicht mehr, warum sie angefangen haben, zu trinken.

Wohlfarth: Für Frauen lässt sich ganz gut sagen, dass sie – wie auch ich – aus Überforderung anfangen. Familie und Beruf – überall will man 100 Prozent geben, aber das überfordert. Dann beruhigt man sich mit Alkohol. Das tut gut und man kriegt alles wieder besser gebacken – zumindest am Anfang. Das Wort Sucht hat mit Suche zu tun – jeder sucht irgendetwas, bis er es gefunden hat. Sucht hat immer einen Grund.



Jürgen Leskien und Karola Wohlfarth beim Interview mit der Marler Zeitung

Leskien: Was viele aber nicht wissen ist, dass nur etwa fünf Prozent der Trinkenden wirklich süchtig sind. Nicht jeder hat die Veranlagung süchtig zu werden, nur weil er viel Alkohol trinkt. Von zehn Leuten, die auf einer Parkbank sitzen und Alkohol trinken, sind vielleicht ein oder zwei abhängig. Bei dem Rest redet man von „schädlichem Gebrauch“. Es gibt Menschen, die trinken jahrzehntelang und wenn sie abrupt aufhören würden, würden sie nicht mal zittern. Bei mir wäre das anders.

Das können Sie so genau sagen?

Leskien: Ich kenne meinen Körper. Ich würde noch nicht nach dem ersten Schluck Wodka anfangen zu trinken, aber zwei oder drei Tage später würde sich das Suchtgedächtnis melden und der sogenannte Saufdruck käme. Und zwar schlimmer als zuvor. Ich würde abstürzen.

Wie tief sind Sie bisher gestürzt?

Leskien: Nach ganz unten. Ich bin zweimal geschieden, durch die Scheidung habe ich das Haus verloren. Zuletzt war auch der Job weg – Kunden hatten sich darüber beschwert, dass ich mit einer Fahne an der Haustür stand. Die war dann noch von abends vorher – aber es dauert bis der Restalkohol sich abbaut.

Haben Sie je wieder Arbeit gefunden?

Leskien: Nein. Heute könnte ich auch aus gesundheitlichen Gründen nicht mehr arbeiten. Das sind die Spätfolgen. Am Anfang hätte ich vielleicht noch Tätigkeiten im Sitzen machen können. Wie bei vielen Alkoholikern lässt mich das Gedächtnis auch öfter im Stich.

Das heißt, wenn Sie nicht Arbeiten können, dann leben Sie von Hartz IV?

Leskien: Genau. Früher hatte ich einen gut bezahlten Job. Aber Geld ist nicht alles. Zu tun habe ich viel. Wenn ich gleich nach Hause komme, warten da bestimmt schon ein paar Anfragen von Gruppenmitgliedern. Heute bin ich rund um die Uhr für andere da.

Man kann Sie jederzeit anrufen. Wenn man Hilfe braucht?

Leskien: Ja, wir sind immer füreinander da. Das unterscheidet uns auch von den professionellen Angeboten der Beratungsstellen. Unsere Erfolgsquote ist wegen der 24 Stunden Erreichbarkeit auch deutlich höher.

Wie hoch ist die Rückfallquote?

Leskien: Eigentlich sind es immer eine Handvoll, also gut fünf Prozent. Wir können nicht jeden retten. Jeder einzelne muss es wollen. Wenn jemand nicht will, dann bringt es nichts.

Wohlfarth: Deswegen macht es auch kaum Sinn, Leute direkt auf ihr Problem anzusprechen. Sie müssen von selbst zu uns kommen. Würde es mir auffallen, dass jemand trinkt, würde ich ihn nicht direkt darauf ansprechen, sondern ihm vielleicht einen Flyer der Gruppe geben – besser gesagt beim Herausgehen auf den Tisch legen. Die Scham ist so groß ...

Von Julia Grunschel

Marler Zeitung, 16. Juni 2012

Recklinghausen e.V.

Adventbasar in Philipp-Nicolai am 27. November 2011

Wie in den vergangenen Jahren praktiziert, beteiligte sich der Ortsverein Recklinghausen auch in 2011 am Adventsbasar der Kirchengemeinde Recklinghausen - Süd in Philipp - Nicolai.

War in den vergangenen Jahren noch sehr oft etwas Skepsis vorhanden, war der Zuspruch zu den alkoholfreien Getränken - Bowle und Cocktails - dieses Jahr doch wesentlich größer.

Bild 1 zeigt unseren Stand bei Beginn des Basars und Bild 2 kurz vor Schluss der Veranstaltung, nachdem der Bowlentopf 1x nachgefüllt wurde.



Adventessen des Ortsvereins Recklinghausen im November 2011 im Haus Richter

Eine alte Tradition hat das gemeinsame Essen der Gruppenmitglieder vor Weihnachten.

Unser Bild zeigt einen Teil der Gruppe in fröhlicher Erwartung auf die Ereignisse des Abends, so konnte jedes Mitglied aus der Speisekarte ein Essen seiner Wahl auswählen.

Wichtig war auch, dass es eben kein ernster Abend wurde, man sieht dieses deutlich an den Gesichtern auf unserem Bild.

Nach dem Essen saßen wir noch gemütlich zusammen, um dann gestärkt und vollkommen zufrieden unseren Heimweg anzutreten.



Vereine

Jahresmitgliederversammlung

Am 28. Februar 2012 war die diesjährige Jahresmitgliederversammlung des Ortsvereines Recklinghausen in den Räumen unter der Philipp - Nicolai - Kirche in Recklinghausen - Süd.

Durch Austritt und turnusmäßigem Vorgang wurde der gesamte Vorstand neu gewählt. Als 1. Vorsitzender wurde Dieter Kirchfeld genau wie der Kassierer Udo Jänichen wiedergewählt. Als 2. Vorsitzender wurde Uli Leimkühler und als Schriftführerin Annette Buermann gewählt.

Bild 1 zeigt die Erwartungshaltung kurz vor Beginn der Versammlung: In der Mitte der Hausherr, Pfarrer Roch, eingerahmt von Dieter und Angela.



Bild 2 zeigt von links nach rechts: Uli Leimkühler, Annette Buermann, Udo Jänichen, Iris Koll vom BKE Landesvorstand NRW und Dieter Kirchfeld.



Schwebender Maigang

Wie in all den Jahren zuvor veranstaltete der Ortsverein Recklinghausen auch in 2012 einen Maigang unter dem Motto "Mach mit ohne Sprit".

Ziel des diesjährigen Maiganges war die Stadt Wuppertal und hier besonders: eine Fahrt mit der Wuppertaler Schwebebahn; zumal einige Mitglieder dieses Erlebnis noch nicht hatten.

Unser Bild 1 zeigt die erwartungsvolle Haltung auf die Ankunft der Schwebebahn; Bild 2 dann den Aufenthalt bei einer rund einstündigen Rundfahrt durch Wuppertal.



Nach diesem Erlebnis wurde sich erstmals gestärkt, um dann noch bei herrlichem Wetter einen Stadtbummel durch Wuppertal zu unternehmen.

Dieter Kirchfeld

Wiehl

Gesellschaft und Abhängigkeit Suchtprävention ist eine wichtige Aufgabe

Der BKE Ortsverein Wiehl hat vom 12. Januar bis zum 16. Februar 2012 im Seniorenzentrum Bethel in Wiehl an jedem Donnerstag eine Vortragsreihe zum Thema „Gesellschaft und Abhängigkeit“ angeboten. In einer Pressemitteilung als Einladung zu dieser Veranstaltung wies Pressesprecher Michael Vorländer darauf hin, dass Suchtprävention eine wichtige Aufgabe der Gesundheitsförderung sei.

Deshalb habe sich das Blaue Kreuz Ortsverein Wiehl bereits in den letzten Jahren ganz bewusst dieser Herausforderung gestellt. Die Teilnehmer der Vortragsreihe sollen zu einer positiven und kreativen Lebensgestaltung motiviert werden und lernen, schwierige Alltagsphasen zu bewältigen.

Weiter heißt es in den Internet-Artikeln von „Oberberg heute“ und „Oberberg Aktuell“:

Erfahrungsgemäß sei Suchtprävention besonders wirksam, wenn sie zu einem frühen Zeitpunkt einsetzt und langfristig ist. Zentrale Elemente dabei sind die Stärkung der Persönlichkeit der Teilnehmer, die altersgerechte Information über psychoaktive Substanzen, Sucht- und Suchtvorbeugung und die Förderung einer positiven Lebenseinstellung.

Wichtig sei auch, die interdisziplinäre Zusammenarbeit zwischen hauptberuflichen und ehrenamtlichen Referenten und Fachleuten zu fördern.



Vortragsreihe zum Thema Abhängigkeit



(09.01.2012-16.01)

Wiehl - Das Blaue Kreuz in der Evangelischen Kirche bietet im Seniorenzentrum Wiehl-Bethel kommenden Donnerstag die erste Informationsveranstaltung der Reihe an.

„Suchtprävention ist eine wichtige Aufgabe der Gesundheitsförderung“, meint Michael Vorländer, Sprecher des Blauen Kreuzes, Ortsverein Wiehl. Besonders wirksam sei diese, wenn sie zu einem frühen Zeitpunkt einsetzt und langfristig beibehalten werde, so die Erfahrungen des Vereins. Zentrale Elemente seien dabei die Stärkung der Persönlichkeit der Teilnehmer, die altersgerechte Information über psychoaktive Substanzen, Suchtvorbeugung und die Förderung einer positiven Lebenseinstellung. Die Informationsveranstaltungen geben einen Überblick über Grundlagen, Ansatzpunkte und Methoden der Suchtprävention. Sie finden vom 12. Januar bis zum 16. Februar jeden Donnerstag von 19 bis 21 Uhr im Seniorenzentrum Bethel in Wiehl statt. Es wird um die telefonische Anmeldung unter 0175/8195 100 gebeten. Weitere Infos unter www.blaues-kreuz-weierhöfen.de.

Die Veranstaltung hat einen fundierten Überblick über die Grundlagen, Ansatzpunkte und Methoden der Suchtprävention gegeben und die Teilnehmer bei der Verbesserung und Weiterentwicklung ihrer Aktivitäten zu einer positiven Lebensgestaltung unterstützt.

Im Einzelnen wurden zum Gesamthema „gesellschaftliche Faktoren und ihre Auswirkungen“ die folgenden Schwerpunkte wie Arbeitslosigkeit - Überschuldung - Obdachlosigkeit - Andere Formen sozialer Ausgrenzung dargestellt.



Suchtprävention ist eine wichtige Aufgabe

Gesellschaft und Abhängigkeit



Foto: Privat

Wiehl - Das Blaue Kreuz in der Evangelischen Kirche, Ortsverein Wiehl, bietet im Seniorenzentrum Bethel in Wiehl donnerstags eine Vortragsreihe zum Thema Gesellschaft und Abhängigkeit an. Suchtprävention ist eine wichtige Aufgabe der Gesundheitsförderung, erklärt Pressesprecher Michael Vorländer.

Deshalb hat sich das Blaue Kreuz Ortsverein Wiehl bereits in den letzten Jahren ganz bewusst dieser Herausforderung gestellt. Die Teilnehmer der Vortragsreihe sollen zu einer positiven und kreativen Lebensgestaltung motiviert werden und lernen, schwierige Alltagsphasen zu bewältigen.

Erfahrungsgemäß sei Suchtprävention besonders wirksam, wenn sie zu einem frühen Zeitpunkt einsetzt und langfristig ist. Zentrale Elemente dabei sind die Stärkung der Persönlichkeit der Teilnehmer, die altersgerechte Information über psychoaktive Substanzen, Sucht- und Suchtvorbeugung und die Förderung einer positiven Lebenseinstellung.

Wichtig sei auch, die interdisziplinäre Zusammenarbeit zwischen hauptberuflichen und ehrenamtlichen Referenten und Fachleuten zu fördern.

Die Veranstaltung wird einen fundierten Überblick über die Grundlagen, Ansatzpunkte und Methoden der Suchtprävention geben und unterstützt die Teilnehmer bei der Verbesserung und Weiterentwicklung ihrer Aktivitäten zu einer positiven Lebensgestaltung.

Im Einzelnen werden zum Gesamthema gesellschaftliche Faktoren und ihre Auswirkungen die folgenden Schwerpunkte wie Arbeitslosigkeit - Überschuldung - Obdachlosigkeit - Andere Formen sozialer Ausgrenzung dargestellt.

Die Teilnahme ist selbstverständlich kostenlos. Spenden für die Arbeit in der Suchtprävention werden gerne entgegen genommen.

Die Veranstaltungen finden vom 12. Januar - 16. Februar 2012 jeden Donnerstag von 19:00 - 21:00 Uhr im Seniorenzentrum Bethel in Wiehl - Würtelgrabenstr. 30 statt. Telefonische Vormerkung erhalten unter 0175 8195 100. Weitere Infos unter www.blaues-kreuz-weierhoeffen.de (043-39 01 30 13 09 40).

Suchtmittelkonsum bei Jugendlichen rückläufig

Neue Studienergebnisse der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung zum Alkohol-, Tabak- und Cannabiskonsum Jugendlicher und junger Erwachsener

Gemeinsame Pressemitteilung der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) und der Drogenbeauftragten der Bundesregierung.

Berlin, Köln, 10. Februar 2012. Die aktuelle Repräsentativerhebung „Die Drogenaffinität Jugendlicher in der Bundesrepublik Deutschland 2011“ der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) zeigt, dass der Konsum von Alkohol, Tabak und Cannabis unter Jugendlichen im Alter von 12 bis 17 Jahren in den letzten zehn Jahren kontinuierlich zurückgegangen ist. Im Gegensatz zum insgesamt positiven Trend bei den Jugendlichen ist bei den jungen Erwachsenen zwischen 18 bis 25 Jahren der Alkoholkonsum unverändert hoch und der Cannabiskonsum stabil. Lediglich beim Tabakkonsum ist auch in dieser Altersgruppe ein deutlicher Rückgang zu verzeichnen. „Es ist erfreulich, dass immer weniger Kinder und Jugendliche mit Suchtstoffen in Berührung kommen. Dies ist ein Zeichen, dass die vielfältigen Präventionsmaßnahmen greifen“, so die Drogenbeauftragte **Mechthild Dyckmans**. „Gleichzeitig zeigen die aktuellen Zahlen aber auch die weiterhin dringlichen Handlungsfelder auf: So wird die zielgruppenspezifische Prävention riskanter Konsummuster - insbesondere beim Alkohol - vorrangig bleiben.“

„Bei minderjährigen Jugendlichen hat in den letzten Jahren eine Trendumkehr im Suchtmittelkonsum stattgefunden. Dies lässt sich am Rückgang beim Tabakkonsum auf einen neuen Tiefstand, am Rückgang im Cannabiskonsum und jetzt auch beim Rauschtrinken festmachen“, erklärt **Prof. Dr. Elisabeth Pott**, Direktorin der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung. „Diese positiven Trends müssen fortgesetzt werden, damit sie später auch im Erwachsenenalter Wirkung zeigen. Dafür ist vor allem im Bereich der Alkoholprävention eine Fortsetzung der Kampagnenaktivitäten in den nächsten Jahren unverzichtbar.“

Die aktuellen Zahlen belegen, dass die bundesweiten Maßnahmen, die in erster Linie auf jüngere Zielgruppen gerichtet sind, wirken. Die langjährigen und kontinuierlichen Aktivitäten in der Tabak-

prävention haben nicht nur bei Jugendlichen, sondern zunehmend auch bei jungen Erwachsenen zu Konsumrückgängen geführt. **Wenn weiterhin mit unverminderter Intensität koordinierte Maßnahmen für die Alkoholprävention durchgeführt werden, können auch in diesem Bereich solche Effekte erwartet werden.**

Alkoholkonsum - Der regelmäßige, das heißt mindestens wöchentliche, Alkoholkonsum ist bei den 12- bis 17-Jährigen von 17,9 Prozent im Jahr 2001 auf 14,2 Prozent im Jahr 2011 deutlich zurückgegangen. Bei den jungen Erwachsenen zwischen 18 bis 25 Jahren ist gegenüber 2001 keine Veränderung zu verzeichnen (39,8 Prozent). Rauschtrinken (Binge Trinken) bezeichnet den Konsum von mindestens fünf alkoholischen Getränken bei einer Trinkgelegenheit. Gaben 2004 noch 22,6 Prozent der 12- bis 17-jährigen Jugendlichen an, in den letzten 30 Tagen Rauschtrinken praktiziert zu haben, so ist diese Quote im Jahr 2011 auf 15,2 Prozent signifikant zurückgegangen. Bei den 18- bis 25-Jährigen liegt die 30-Tage-Prävalenz des Rauschtrinkens im Jahr 2011 bei 41,9 Prozent und ist damit fast unverändert hoch wie im Jahr 2004 (43,5 Prozent).

Tabakkonsum - Die Raucherquote unter den Jugendlichen zwischen 12 und 17 Jahren ist auf einen neuen historischen Tiefstand gesunken: von 27,5 Prozent in 2001 auf 11,7 Prozent in 2011. Auch die Raucherquote unter jungen Erwachsenen im Alter von 18 bis 25 Jahren ist im selben Zeitverlauf signifikant von 44,5 Prozent auf 36,8 Prozent zurückgegangen.

Parallel zu dieser Entwicklung ist der Anteil der jungen Menschen, die noch nie im Leben geraucht haben, weiter gestiegen: Unter den 12- bis 17-Jährigen hat sich der Nie-Raucheranteil von 40,5 Prozent in 2001 auf 70,8 Prozent in 2011 und unter den 18- bis 25-Jährigen signifikant von 23,1 Prozent in 2001 auf 27,6 Prozent in 2011 erhöht.

Cannabiskonsum - Im Jahr 2011 gaben 6,7 Prozent der 12- bis 17-jährigen Jugendlichen an, schon einmal Cannabis konsumiert zu haben (Lebenszeitprävalenz). Damit hat sich der Prozentsatz im Vergleich zum Spitzenwert aus dem Jahr 2004 (15,1 Prozent) mehr als halbiert. Demgegenüber ist die Lebenszeitprävalenz des Cannabiskonsums unter jungen Erwachsenen (18 bis 25 Jahre) unwesentlich zurückgegangen - von 43,0 Prozent in 2004 auf 39,2 Prozent in 2011.

Keine Entwarnung!

Feste feiern? Komakiffen und Komasaufen verursachen 45.000 Klinikaufenthalte

Alle 11 Minuten kommt in Deutschland ein Jugendlicher zwischen 15 und 25 wegen Cannabis- oder Alkoholkonsum ins Krankenhaus. Wie die Techniker Krankenkasse (TK) meldet, entfielen im letzten Jahr über 45.000 Klinikaufenthalte in der Bundesrepublik bei der Altersgruppe der 15 bis unter 25-Jährigen auf die Drogen Alkohol und Cannabis.

Damit hat sich die Zahl der Fälle in den letzten zehn Jahren mehr als verdoppelt. Die Krankenkasse beruft sich auf Daten des Statistischen Bundesamtes. Danach gingen 5.026 Klinikaufenthalte auf psychische und Verhaltensstörungen durch Cannabinoide zurück, 40.060 Krankenhauseinweisungen waren alkoholbedingt.

Während es beim Alkohol in vier von fünf Fällen um akute Vergiftungen, also das sogenannte Komasaufen geht, und „nur“ bei knapp jedem zehnten Patienten Abhängigkeitssyndrome diagnostiziert wurden, kehrt sich das Verhältnis bei den kiffenden Jugendlichen um: Bei fast 60 Prozent der Cannabis-Patienten wurden Abhängigkeiten diagnostiziert, in 566 Fällen lag eine akute Vergiftung vor, und bei 415 der Jugendlichen und jungen Erwachsenen kam es zu psychotischen Störungen.

In den meisten Fällen handelt es sich um männliche Patienten. Knapp ein Drittel der Komasaufer sind Mädchen bzw. junge Frauen. Beim Cannabis-Missbrauch liegt der Anteil der Patientinnen bei 21 Prozent.

Pressestelle Techniker Krankenkasse

Hamburg, 29. Dezember 2011

Zahl der Suchtkranken wächst

Düsseldorf. Die Zahl der Suchtkranken in Nordrhein-Westfalen ist in den vergangenen Jahren stark gestiegen. 2009 mussten mehr als 91 000 Patienten wegen einer Suchterkrankung in einer Klinik des Landes behandelt werden. Das ist ein Anstieg um 10 000 Patienten innerhalb von sechs Jahren.

Die FDP forderte die Regierung auf, die Zahl der Tageskliniken für Suchtkranke flächendeckend auszubauen, um ihre Heilungschancen zu erhöhen. Bislang gebe es nur sieben spezialisierte Tageskliniken, kritisierte der Gesundheitsexperte der Landtagsfraktion, Stefan Romberg. Dabei sei eine Tagesklinik im Vergleich zur vollstationären Behandlung eine sehr gute und kostengünstigere Therapieoption. Ziel müsse es sein, dies in jedem Kreis und jeder kreisfreien Stadt anbieten zu können.

NRW-Gesundheitsministerin Barbara Steffens verwies darauf, dass Abhängigkeitserkrankungen auch in den Fachabteilungen von allgemeinen und psychiatrischen Krankenhäusern sowie Universitätskliniken behandelt würden. Darüber hinaus seien weitere spezialisierte Tageskliniken in Bau oder Planung. Romberg sieht vor allem wegen eines wachsenden Alkoholismusproblems in NRW massiven Handlungsbedarf. Schätzungen zufolge neigten zwei Millionen Männer und Frauen in NRW zu einem riskanten Alkoholkonsum oder seien bereits alkoholkrank, betonte der Psychiatrie-Arzt in seiner parlamentarischen Anfrage.

Über 75 000 Behandlungen in NRW-Kliniken seien jedes Jahr alkoholbedingt. Im Jahr 2009 seien rund 4600 Kinder und Jugendliche im Alter von 10 bis 17 Jahren wegen Alkoholvergiftung stationär behandelt worden. Dabei habe sich die Zahl der Mädchen seit 2006 verdoppelt.

Gleichzeitig sei ein deutlicher Trend beim Alkoholmissbrauch Älterer zu beklagen. Nach Angaben der Deutschen Angestellten-Krankenkasse (DAK) sei die Zahl der Krankenhauseinweisungen wegen Alkoholmissbrauchs in der Gruppe der 50- bis 60-Jährigen zwischen 2004 und 2008 in NRW um 17,6 Prozent gestiegen.

Aus: ruhrnachrichten.de vom 05.01.2012

Besinnliches

Das rosa Tütchen

Als ich eines Tages wie immer traurig durch den Park schlenderte und mich auf einer Parkbank nieder ließ, um über alles nachzudenken, was in meinem Leben schief läuft, setzte sich ein kleines fröhliches Mädchen zu mir. Sie bemerkte meine Stimmung und fragte: "Warum bist Du denn so traurig?"

"Ach, sagte ich "Ich habe keine Freunde im Leben. Alle sind gegen mich. Alles läuft schief. Ich habe kein Glück und ich weiß nicht, wie es weiter gehen soll."

„Hmm...“, meinte das Mädchen, "wo hast Du denn Dein rosa Tütchen? Zeig es mir mal!"
"Was für ein rosa Tütchen?" fragte ich sie verwundert.

"Was soll ich machen? Es ist eben so. Daran kann ich doch nichts ändern!"

"Hier nimm," meinte das Mädchen und reichte mir ein rosa Tütchen. "Sieh hinein!" Mit etwas zitternden Fingern öffnete ich das rosa Tütchen und konnte sehen, dass es voll war mit Erinnerungen an schöne Momente des Lebens. Und das, obwohl das Mädchen noch jung an Menschenjahren war.

"Und wo ist Dein schwarzes Tütchen?" fragte ich neugierig.

"Das werfe ich jede Woche in den Müll und kümmer mich nicht weiter darum." sagte sie. "Für mich besteht der Sinn des Lebens darin, mein rosa Tütchen im Laufe des Lebens voll zu bekommen. Da stopfe ich so viel wie möglich hinein.



Und wenn ich Lust dazu habe, oder beginne traurig zu werden, dann öffne ich mein rosa Tütchen und schaue hinein. Dann geht es mir sofort besser. Wenn ich einmal alt bin und mein Ende kommt, dann habe ich immer noch mein rosa Tütchen. Es wird voll sein, bis oben hin und ich kann sagen: „Ja, ich hatte etwas vom Leben. Mein Leben hatte einen Sinn!"

Noch während ich verwundert über ihre Worte nachdachte, gab sie mir einen Kuss auf die Wange und war verschwunden.

Neben mir auf der Bank lag ein rosa Tütchen. Ich öffnete es zaghaft und warf einen Blick hinein. Es war fast leer, bis auf einen zärtlichen Kuss den ich

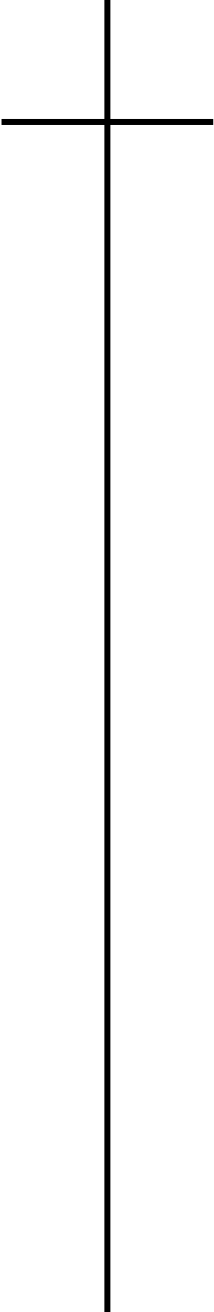
"Ich habe nur ein schwarzes Tütchen." Wortlos reichte ich es ihr. Vorsichtig öffnete sie mit ihren zarten kleinen Fingern den Verschluss und sah in mein schwarzes Tütchen hinein. Ich merkte, wie sie erschrak.

"Es ist ja voller Albträume, voller Unglück und schlimmer Erlebnisse!"

von dem Mädchen auf der Parkbank bekommen hatte. Bei dem Gedanken daran musste ich schmunzeln und mir wurde warm um's Herz.

Glücklich machte ich mich auf den Heimweg, nicht vergessend, am nächsten Papierkorb mich meines schwarzen Tütchens zu entledigen.

Günni



Als Gott sah, dass der Weg zu lang,
der Hügel zu steil und das Atmen zu schwer wurde,
legte er seinen Arm um dich und sprach: "Komm heim!"

In großer Trauer, aber auch unendlich dankbar mussten wir Abschied nehmen von

Doris Kakoschke

* 9. September 1934

+ 7. Juli 2012

der Gründerin und langjährigen Vorsitzenden des Blauen Kreuzes Marl-Hamm.

30 Jahre lang hat Doris sich unermüdlich und mit großer Energie um alkoholranke Menschen gekümmert, die sich hilfeschend an sie wandten. Sie war uns allen ein großes Vorbild und hat vielen dabei geholfen, den Weg zur zufriedenen Abstinenz zu finden.

Wir verneigen uns vor einer engagierten und warmherzigen Frau, die sich getreu dem biblischen Motto "Nehmt einander an, so wie Christus Euch angenommen hat!" (Römer 15, 7) große Verdienste um die Suchtkrankenhilfe in Marl und im Landesverband NRW des Blauen Kreuzes erworben hat.

Doris hinterlässt eine große Lücke. Wir werden versuchen, ihr Lebenswerk in ihrem Sinne fortzuführen.

Die Mitglieder, Freunde und Förderer des
Blauen Kreuzes Marl-Hamm

Marlis Lunemann-Heemskerk

* 25.12.1947

† 22.04.2012

Der Freundeskreis Bergkamen trauert um
Marlis Lunemann-Heemskerk,
seit Juli 2007 Mitglied im Freundeskreis



Die Mitglieder, Freunde
und Förderer des
Freundeskreises Bergkamen

Angelika Kortmann-Otten

* 18.08.1951

† 10.05.2012

Der Freundeskreis Bergkamen trauert um
Angelika Kortmann-Otten,
langjähriges Mitglied im Freundeskreis



Die Mitglieder, Freunde
und Förderer des
Freundeskreises Bergkamen

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe der Blauen Blätter: 15. Dezember 2012

Fotos und notfalls Zeitungsausschnitte bitte ggf. im Original einsenden. Gewünschte Rücksendung bitte vermerken. Der Einsender von **Fotos** ist dafür verantwortlich, von auf den Fotos gezeigten Personen die **Zustimmung zur Veröffentlichung** in den Blauen Blättern einzuholen. Wir weisen in diesem Zusammenhang darauf hin, dass die Blauen Blätter auch im Internet auf der WEB-Site des Landesverbandes veröffentlicht werden. Bildunterschriften bitte beifügen!

Bitte nach Möglichkeit Berichte und Fotos als **digitale Datensätze** zusenden. Fotos bitte **separat als JPG-Datei** einsenden und nicht in eine Word-Datei einbinden.

Digitale Fotos bitte in **hoher Auflösung** einsenden (300 DPI für professionellen Druck). Wendet Euch bei Rückfragen bitte an die Redaktion.

Bei unverlangt eingesandten Manuskripten besteht kein Anspruch auf Abdruck und Rücksendung.

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

Euer Redaktionsteam der Blauen Blätter
Hannelore, Günter, Dieter, Peter, Arno

**Eine farbige Version dieser Ausgabe findet Ihr im Internet unter:
www.blaues-kreuz-nrw.de**

Impressum

Herausgeber

Blaues Kreuz in der Evangelischen Kirche Landesverband NRW e.V.

Mathiasstraße 13, 44879 Bochum

Telefon: 0234 - 49 04 27

Fax: 0234 - 94 222 41

Internet: www.blaues-kreuz-nrw.de

eMail: bke@blaues-kreuz-nrw.de

Verantwortlich:

Karl-Hermann Vagt, Landesvorsitzender

Redaktion

Dieter Kirchfeld

Günter Kühn

Hannelore Leßmann

Peter Nürnberger

Arno Verhoeven

Anschrift der Redaktion

Arno Verhoeven

Am Gecksbach 102, 46286 Dorsten

eMail: blaue.blaetter@blaues-kreuz-nrw.de

Telefon: 02369 - 20 22 71

Druck:

Firma satzgut

Inh. Hans-Joerg-Gut

Am Markt 2

45892 Gelsenkirchen-Resse

Telefon: 0209 - 79 87 49

Fax: 0209 - 78 68 88

eMail: info@satzgut.de

© Blaues Kreuz in der Evangelischen Kirche Landesverband NRW e.V.

Juli 2012

Wir danken allen Krankenkassen, die uns durch Pauschal- oder Projektförderung unterstützen sowie der Karl Heinz und Hannelore Bösken-Diebels-Stiftung und den beiden erstmaligen Inserenten Dr. Oetker und Fechtel Transportgeräte



Ehre wem Ehre gebührt



Ehrennadel für
Renate Papenfuß
und weitere
Ehrungen im
Ortsverein Gelsen-
kirchen-Buer

Seite 41