



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

Ausgabe

01/13

# Blaue Blätter

Verbandsnachrichten für Mitglieder, Interessierte und Freunde



100. Ahmser Treff  
Helferkreis feiert  
Jubiläum  
Seiten 29-31

## Inhalt



Das Land der  
(un)heimlichen  
Gefühle  
Seiten 25-26

Kreativität in  
unseren Gruppen  
Seiten 13, 14,  
26-27, 42, 50

Mila Gante  
zu Armut und  
Vereinsamung  
Seiten 55-56

Jubiläen und  
Ehrungen  
Seiten 29, 34,  
39-40, 42, 47, 56

## In eigener Sache

Die Fertigstellung dieser Blauen Blätter hat ein paar Wochen länger gedauert als geplant. Sorry!

Mit 68 Seiten ist diese Ausgabe aber auch wieder sehr umfangreich geworden.

Erneut findet Ihr auch Anzeigen in den Blauen Blättern. Wir danken den Firmen Dr. Oetker und Fechtel Transportgeräte, dass sie uns in dieser Form unterstützen.

Gern würden wir (bis zu einem vertretbaren Umfang) die Anzeigenschaltungen erweitern - auch mit dem Ziel, Einnahmen für die Deckung der Kosten für eine breitere Verteilung zu erhalten.

Jedes Mitglied, jeden Förderer, jeden Freund und Interessierte (männlich wie weiblich) fordern wir auf, sich über mögliche Inserenten Gedanken zu machen.

Gern hilft das Redaktionsteam und unser „Landesvater“, Karl Hermann Vagt, bei der Kontaktaufnahme zu potenziellen Anzeigenkunden.

Aufrufen möchten wir auch noch einmal 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.

Auch das stand schon in der letzten Ausgabe: 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 - und natürlich auch für alle Freunde und Interessierten.

## Euer Redaktionsteam

## Inhalt

| <b>Landesverband</b>                              | <b>Seite</b> |
|---|--------------|
| Grußworte   | 3            |
| Landesdelegiertenversammlung                      | 4 - 10       |
| Suchtkrankenhelfer                                | 11           |
| Prävention  | 12 - 13      |
| Wanderausstellung „Total Stark“                   | 13           |
| Glaubensseminar, Gesprächskreis                   | 14-15        |
| Frauengesprächskreise                             | 16 - 17      |
| Arbeitskreis Frauen und Sucht                     | 18           |
| Anzeiger Dr. Oetker                               | 19           |
| Männergesprächskreis                              | 20 - 21      |
| Arbeitskreis Männer und Sucht                     | 22 - 24      |
| Männer und das Land der<br>(un)heimlichen Gefühle | 25 - 26      |
| Workshop „Bunter als blau“                        | 26 - 27      |
| Anzeige FETRA Fechtel Transport                   | 28           |
| Ahmser Treff                                      | 29 - 31      |
| Bergkamener Tag                                   | 32           |
| <b>Vereine</b>                                    |              |
| Freundeskreis Bergkamen                           | 33 - 35      |
| Brackwede   | 36 - 40      |
| Dorsten   | 41 - 42      |
| Dorsten-Holsterhausen                             | 43           |
| Essen   | 44           |
| Gelsenkirchen                                     | 45           |
| Gelsenkirchen-Beckhausen                          | 46           |
| Herten-Disteln                                    | 47           |
| Holzwickede                                       | 48 - 49      |
| Lengerich   | 50           |
| Lienen  | 51           |
| Lippstadt   | 52           |
| Marl 1  | 53           |
| Oer-Erkenschwick                                  | 54           |
| Recklinghausen-Altstadt                           | 55 - 56      |
| Recklinghausen e.V.                               | 57           |
| Stemweder Berg                                    | 58           |
| <b>Blaues Kreuz Rumänien</b>                      | 59 - 60      |
| <b>Aufgeschnappt</b>                              |              |
| Homepage Landesstelle Sucht                       | 61           |
| Probleme in Vereinen                              | 61           |
| Nach Nebenwirkungen fragen                        | 62           |
| Alkoholfreies Bier                                | 63 - 64      |
| <b>Besinnliches</b>                               |              |
| Freundschaft                                      | 65           |
| Gedenktag Drogen                                  | 66           |
| Gedicht „Angehörige - Gefangen“                   | 66           |

Liebe Leserinnen und Leser,

„Sag nicht, es ist schon wieder Dienstag“ - So beginnt immer eine Sendung im Radio.

Dazu hatte ich das Gefühl: „Sag nicht, das Jahr 2012 ist zu Ende“.

Spätestens nun macht man sich Gedanken: Wo sind die Tage, die Wochen, die Monate geblieben? Was hat man erlebt, was hat mir Freude oder Kummer gemacht? Da hat sicherlich jeder für sich sehr viel zu berichten.

Mir fiel dazu eine besondere Geschichte ein. Ein Mensch erzielte in einer Lotterie einen Hauptgewinn. Er bekam für sein Glückslos 86.400 Euro. Diese Summe erhielt er jedoch nicht einmalig, sondern JEDEN TAG. Dazu musste er jedoch einige Bedingungen erfüllen. Er musste diese Summe jeden Tag ausgeben, nützlich und wohlwollend. Er durfte sich und seinen Freunden Wünsche erfüllen, durfte anderen Menschen helfen und sie unterstützen. Er durfte jedoch keinen Cent verschleudern, verspielen oder ganz unnützlich ausgeben. Zudem ist die Auszahlung auch mit einem gewissen Risiko verbunden. Die Zahlung konnte von heute auf morgen ohne Ankündigung und Warnung total ausbleiben, ausbleiben für immer.

Der liebe Gott schenkt jedem Menschen JEDEN TAG 86400 Sekunden. Man sollte, wenn nicht jeden Tag, aber an dem einen oder anderen darüber nachdenken, wie man diesen Gewinn nützlich gehandelt hat!

Was hat denn unser BKE im Jahr 2012 mit der geschenkten Zeit angefangen?

Meiner Meinung nach haben wir viel erreicht. Wir haben eine geordnete Struktur, sehr gute und erfolgreiche Gruppen, gute Mitarbeiterinnen in unserer Geschäftsstelle in Bochum, und ich glaube auch einen ordentlichen Vorstand.

Unsere Tagungen, Planungskonferenz, BDV und LDV sind harmonisch mit z.T. guten Ergebnissen und Beschlüssen verlaufen. Unser Haushalt ist solide aufgestellt und im Rahmen unserer Vorgaben erfüllt worden. Unsere Aus- und Weiterbildungs-Angebote wurden rege genutzt.

An dieser Stelle haben es einige Veranstaltungen verdient, besonders erwähnt zu werden. „Unser Fußball-Turnier“ in Bergkamen war einfach eine Klasse für sich. An dieser Stelle möchte ich nochmals meinen Dank aussprechen an die ausführenden Gruppen, an die Mannschaften, an alle Zuschauer und nicht zuletzt an die erfolgreichen Leitung unter unserer Marianne. Ferner wurde unsere verbandsübergreifende Multiplikatoren-Ausbildung „Schule und Sucht“ auch ein voller Erfolg.

Die Wanderausstellung „Total Stark“ unter der Leitung von Lore Theis wurde von unseren Gruppen an allen Standorten optimal unterstützt. Auch dafür ein herzliches Danke-Schön.

Eine gute Entwicklung habe ich auch bei den verschiedenen Gesprächskreisen sehen können. Da werden wir in Zukunft erfolgreich weitermachen können.

Für die Zukunft wünsche ich mir, dass die Gruppen bei Jubiläen oder besonderen Veranstaltungen durch gegenseitige Besuche verstärkt den BKE-Kontakt pflegen.

Nun hoffe ich, liebe Blaukreuzlerinnen und Blaukreuzler, Ihr habt alle ein harmonisches Weihnachtsfest und einen netten Übergang ins Neue Jahr erlebt. Für das Jahr 2013 wünsche ich Euch, Euren Angehörigen und Freunden alles erdenklich Gute, Frieden und Gesundheit.

Euer **Karl-Hermann Vagt**

## Landesdelegiertenversammlung am 29.09.2012 in Holzwickede

**Pfarrer Christian Bald** von der Kirchengemeinde **Opherdicke** empfing die rund 80 Teilnehmenden in der Kirche und bedankte sich mit Bezug auf das anstehende Erntedankfest bei allen Blaukreuzlern für die wichtige Arbeit, die sie leisteten.



In seinen Worten bezog er sich auf einen Werbespot einer großen Versicherung, die mit dem Slogan „Immer da, immer nah“ und Engeln mit gelben Flügeln auf sich aufmerksam macht. Engel seien aber sicherlich nicht dazu da, um einer Versicherung Schadenszahlungen zu vermeiden.



Engel seien Boten des Lebens, Menschen mit Mut, die das Gefängnis der Angst, der Sucht, der Abhängigkeit und der Einsamkeit besuchten, um anderen Mut zu machen. Die Arbeit des BKE sei eine Stimme, die Leben spricht. Da seien Menschen, die den Ort der Gefangenheit besuchten, Engel, die Hilfesuchenden Worte zurück in das Leben zusprechen. Sie verkörpern einen Geist, der Trost, Freiheit, Glaube, Liebe und Hoffnung gibt.

Im Gemeindehaus kamen anschließend die Ehrengäste zu Wort: **Bürgermeister Jenz Rother** war 10 Jahre lang

selbst Pfarrer der Gemeinde und hat in seiner Funktion als Bürgermeister nie den Bezug zu der Suchtselbsthilfe verloren. Er weiß um die Suchtproblematik und die Arbeit des BKE, da viele Hilfesuchende sich auch an ihn gewandt hätten und er immer eine enge Zusammenarbeit mit dem BKE Holzwickede gepflegt habe.



**Landrat Michael Makiolla** machte in seinen Worten seine tiefe Verbundenheit mit dem BKE deutlich. Der Kreis Unna sei ein Kreis der Selbsthilfe. Er sei in seiner politischen Funktion auch in die Suchtberatung und -Selbsthilfe eingebunden. Die professionelle Suchtberatung, die Wohlfahrtsverbände seien allein nicht in der Lage, die komplexen Aufgaben der Suchthilfe zu erfüllen. Die Suchtselbsthilfe stabilisiere und helfe Angehörigen und Betroffenen, das Ziel eines zufriedenen suchtfreien Lebens zu erreichen. Neben dem Dank an den Ortsverein Holzwickede und alle anderen Blaukreuzler wies er vor allem auch auf Walter Beier hin (Ehrenvorsitzender des BKE NRW und Mitglied des BKE Holzwickede), der als Urgestein des BKE aus der Suchtselbsthilfe nicht wegzudenken sei.



**Friedrich-Wilhelm Bernhardt** von der **FDP Fraktion Holzwickede** erklärte, dass die Suchtthematik in den letzten Jahren stärker in das Blickfeld der Bürger und der Politiker gerückt sei und der Suchtselbsthilfe eine enorm wichtige Aufgabe zukäme. Auch das Thema „Sucht im Alter“ sei stärker in den Fokus gerückt. Er fordere alle Bürger auf, sich mehr Zeit für ältere Menschen zu nehmen. Grüße an die Versammlung ließ er von Susanne Schneider ausrichten.



Auch Vertreter der BKE Landesverbände Rheinland-Pfalz, Niedersachsen und Hessen begleiteten als Besucher die Veranstaltung.

Alle Ehrengäste wünschten der Versammlung einen guten Verlauf und den Anwesenden einen schönen Aufenthalt in Holzwickede, lt. Landrat Makiolla der geographische Mittelpunkt Nordrhein-Westfalens. Der humorvolle Hinweis des BKE Landesvorsitzenden, Karl-Hermann Vagt (Bielefeld), dass er bisher geglaubt habe, Schalke sei der Mittelpunkt von NRW, wurde in dem schwarz-gelben Lokalkolorit nicht von allen Anwesenden mit Applaus bedacht.

Die folgende Abhandlung der Tagesordnungspunkte begann der Vorsitzende des BKE Landesverbandes NRW, **Karl-Hermann Vagt**, mit Dan-



kesworten an die vielen fleißigen Helfer des ausrichtenden BKE Ortsverein Holzwickede. In seinem Bericht über die Verbandsarbeit wies er vor allem auf das am 08.07.2012 vom BKE NRW mit den BKE Ortsvereinen in Bergkamen und dem Fachausschuss Suchtselbsthilfe (FAS) organisierte erste verbandsübergreifende Fußballturnier in Bergkamen-Rünthe hin, das trotz widriger Witterungsbedingungen gut besucht und ein voller Erfolg war und im Jahr 2013 in Bochum erneut ausgerichtet wird.

Mit Begeisterung berichtete er auch über die Wanderausstellung „Total Stark“ des FAS NRW, die maßgeblich von Lore Theis vom FAS NRW unter Beteiligung einiger BKE Gruppen organisiert wurde.

Näher wies er auch auf die notwendigen Instandsetzungsarbeiten am und im Haus Bochum hin. Erste belastbare Zahlen für die anfallenden Kosten werde der Vorstand erst zur Planungskonferenz 2013 vorlegen können. Mit Stolz berichtete er über die Aus- und Fortbildungsmaßnahmen des BKE NRW.

**Ralph Seiler von der Diakonie** Rheinland-Westfalen-Lippe in Münster, führte in seiner Begrüßung aus,



dass er zwar auch eine offizielle Stimme im BKE-Landesverband habe, er aber vor allem auch als Freund gerne zur Landesdelegiertenversammlung gekommen sei. Er freue sich, dass die Politik in NRW in Zusammenarbeit mit den Wohlfahrtsverbänden und den Sucht-Selbsthilfe-Verbänden ein neues Landeskonzept gegen Sucht verabschiedet und mit der Pressemeldung vom 27.09.2012 veröffentlicht habe (<http://www.nrw.de/landesregierung/ministerin-steffens-suchtbekaempfung-ist-eine-gemeinschaftsaufgabe-13478/>). Im Konzept der Landesregierung sei festgeschrieben, dass die Suchtselbsthilfe als unverzichtbare Ergänzung notwendiger professioneller Hilfen zu berücksichtigen sei. Ralph Seiler sprach allen Beteiligten seinen persönlichen Dank aus.

**Günter Grimm, Bundesvorsitzender des BKE**

mit Sitz in Dortmund, sprach im Namen des Bundesverbandes allen Anwesenden seinen Dank für die geleistete Arbeit aus und wünschte allen einen guten Tag in Holzwickede.





Ein herzliches Dankeschön richtete er an **Manuela Nibius**, die aus persönlichen Gründen von ihrem Amt als **Schriftführerin** im Landesvorstand zurückgetreten war.

**Henny Schallenberg** als **Frauenbeauftragte** berichtete über Ihre Aktivitäten der letzten Monate und bot allen Gruppen an, für alle frauenspezifischen Fragen und bei der Gründung von Frauengruppen mit Rat und Tat hilfreich zur Seite zu stehen.



**Günter Kühn**, der **Männerbeauftragte** des BKE-Landesverbandes, konnte über ein erfolgreiches Männerseminar und gut besuchte Männer-Gesprächskreise berichten.



**Hans-Ulrich Funk** ist in den erweiterten Sprecherkreis des FAS NRW gewählt worden, den er als „politischen Arm der Suchtselbsthilfe“ bezeichnete. Der „Wittener Kreis“, den er auch regelmäßig besucht, befasst sich mit einem breiteren Spektrum der Gesundheits-Selbsthilfe. Aber auch da können alle Teilnehmenden vom Austausch der Erfahrungen profitieren.



**Marianne Sasse**, im BKE hauptamtliche pädagogische Mitarbeiterin und Mediatorin, sprach von den kostenintensiven Ausbildungsmaßnahmen zum Suchtkrankenhelfer und der Gruppenleiterschulung. Es gäbe

gemeinsam mit dem Bundesverband Überlegungen, die Synergien beider Ausbildungsreihen zu nutzen. Angedacht sei eine Zusammenlegung zu einer Ausbildungseinheit.

Bei der Multiplikatoren Ausbildung „Schule + Sucht“ schaut das BKE NRW inzwischen auch über den eigenen Tellerrand hinaus. In Vernetzung mit dem Blauen Kreuz Deutschland (BKD) fand im November 2012 erstmalig eine Kooperationsveranstaltung zur Erfahrung neuer Methoden und Materialien der Suchtprävention statt. Thema: Wie sag ich es der Jugend?

Um beim Evangelischen Erwachsenen-Bildungswerk (EBW) oder aus Landesmitteln Fördermittel für Veranstaltungsreihen zu erhalten, kommt man auch in der Suchtselbsthilfe an Qualitätssicherung (QS) nicht vorbei. „Außerdem soll QS die Arbeit standardisieren und erleichtern“, so Marianne Sasse in ihren Ausführungen zum Qualitätsmanagement. Ferner bat sie alle Anwesenden, Themenwünsche für die Weiterbildung und Anregungen jeglicher Art einzureichen. Z.B. sei das Angehörigenseminar aus Vorschlägen dieser Versammlung entstanden.

Unverzichtbar für eine Landesdelegiertenversammlung ist der Kassenbericht des **Schatzmeisters Lothar Peitzmann** mit anschließender Entlastung des Vorstandes. Erneut konnten die Planzahlen fast punktgenau erreicht werden. Für das Jahr 2011 wurde nach dem Prüfungsbericht der Kassenprüfer der Vorstand entlastet. Gleichmaßen wurde der Haushaltsplan 2013 verabschiedet.



Als Wahlleiter für die anstehenden Wahlen fungierte der Ehrevorsitzende **Walter Beier**.

**Hans-Ulrich Funk** (Wesel) wurde als stellvertretender Vorsitzender bestätigt, ebenso wie **Arno Verhoeven** (Dorsten) als Beisitzer. Nach dem Rücktritt von Manuela Nibius war auch eine neue Schriftführerin zu wählen. **Hannelore Leßmann** (Marl-Polsum) nahm die Wahl an.

Für den frei gewordenen Platz eines Beisitzers stellte sich kein Kandidat zur Verfügung.

Der Vorstand des BKE Landesverbandes besteht im neuen Berichtsjahr aus vier Personen im geschäftsführenden Vorstand und sieben Beisitzern (s. Foto). Ehrenvorsitzender Walter Beier steht dem Team weiterhin beratend zur Verfügung.



Karl-Hermann Vagt, Hans-Ulrich Funk, Iris Koll, Lothar Peitzmann, Günter Kühn, Hannelore Leßmann, Ewald Decker, Arno Verhoeven, Henny Schallenberg, Dieter Bolte, Dieter Kirchfeld

das erkrankte Redaktionsmitglied Peter Nürnberger (Mülheim an der Ruhr) aus. Für das 1. Treffen des Arbeitskreises „Gemeinsame Verbandszeitschrift“ mit Vertretern des Bundesverbandes und der Landesverbände Niedersachsen, Schleswig-Holstein und Nordrhein-

Westfalen wurde Arno Verhoeven von der Versammlung mit auf den Weg gegeben, Synergien mit dem Ziele der Verbesserung und gleichzeitiger Kosteneinsparung zu eruieren. Gleichwohl wurde deutlich, dass die BKE-Ortsvereine des Landesverbandes NRW nicht auf Art, Umfang und Inhalte der regionalen und lokalen Berichterstattung verzichten wollen.

Vielen Dank an dieser Stelle auch von der Redaktion der Blauen Blätter an die Freunde

Der **BKE Bundesvorsitzende, Günter Grimm**, berichtete nach den Wahlen über aktuelle Themen des Bundesverbandes. Besonders am Herzen lägen ihm die Aktivitäten für die Jugend (ULITI). Über eine Folgeveranstaltung zu dem Projekt UPDATE (neue Suchtformen, andere Suchtmittel) laufen derzeit inhaltliche und finanzielle Verhandlungen. Ohne Fördermittel könne der Bundesverband ein solch großes Projekt nicht stemmen.

Unter dem Punkt „Verschiedenes“ bat Karl-Hermann Vagt alle Anwesenden, ihm mögliche Inserenten für die Mitgliederzeitschrift „**Blaue Blätter**“ zu nennen. Er sei gerne bereit, Kontakt zu potentiellen Inserenten aufzunehmen. Er dankte dem Redaktionsteam (Hannelore Leßmann, Günter Kühn, Dieter Kirchfeld und Arno Verhoeven) mit einem kleinen Präsent.

Arno Verhoeven dankte dem Vorsitzenden im Namen des Redaktionsteams für die Überraschung und richtete im Namen der gesamten Versammlung herzliche Genesungswünsche an

und Freundinnen des **BKE Holzwickede**. Danke für die gute Atmosphäre, Danke für die Bewirtung.



Fleißige Hände des BKE Holzwickede

Wir bedanken uns auch bei Marianne Sasse und Gabi Milewski von unserer Geschäftsstelle im Haus Bochum, die im Vorfeld und vor Ort die administrative Organisation übernommen und u.a. auch wieder einen Büchertisch aufgebaut hatten.

**Arno Verhoeven** Redaktion Blaue Blätter



Bilder der Landesdelegierten-Versammlung beim BKE-Holzwickede





Bilder der Landesdelegierten-Versammlung beim BKE-Holzwickede

## Suchtkranke finden beim Blauen Kreuz Hilfe

Landesdelegiertenversammlung tagte im Gemeindehaus Opherdicke

Von Soja Haselbach

**OPHERDICKE** • In Deutschland gibt es Menschen, die suchtkrank sind oder nach einer Therapie versuchen, glücklich suchtfrei zu leben. Eine wichtige Anlaufstelle für diese Gruppe ist das Blaue Kreuz in der evangelischen Kirche. Am Samstag fand im evangelischen Gemeindehaus in Opherdicke die Landesdelegiertenversammlung des Blauen Kreuzes statt.

Das Treffen diente vor allem dazu, den insgesamt 106 Gruppen des Blauen Kreuzes in NRW „Rechenschaft“ abzulegen. So stand neben einer kurzen Ansprache und Vorstandswahlen ebenfalls der Jahresbericht von 2011 auf dem Programm.

Der Verein finanziert sich zum größten Teil aus der

Unterstützung von Krankenkassen und Stiftungen, aber auch Mitgliedsbeiträge und Spenden fließen in den Haushalt mit ein.

Jedes Jahr ändert sich der Austragungsort der Landesdelegiertenversammlung. Dieses Mal erklärte sich der Ortsverein in Holzwickede bereit, sich um die Veranstaltung zu kümmern. Das fiel vor allem in die Hände von Bärbel Brauckmann, der letzten Vorsitzenden in Holzwickede. Zum Ortsverein selbst haben auch Politiker Kontakt. Besonders Bürgermeister Jenz Rother ist seit den ersten Jahren des Vereins mit Herz dabei und fehlte natürlich auch bei der Versammlung nicht.

### Hilfe gibt es bei allen Suchterkrankungen

Das Blaue Kreuz hilft besonders da, wo die Hilfe von

### Kontakt

Das Blaue Kreuz in der Frage liehen Kirche in wie folgt zu erreichen:  
Büro: Finkenstraße, Tel. 0731/914283, Erika Grau, Tel. 0731/91953430, Monika Brauckmann, Tel. 0731/6952 und Walter Beier, Tel. 0731/6781075

Suchtberatungen gestellt sind nicht ausreichend ist, spezielle Selbsthilfegruppen wie zum Beispiel Frauen- oder Männergesprächskreise können helfen, zusätzlich suchtfrei zu leben. Um diese Hilfe leisten zu können, bietet das Blaue Kreuz auch die Ausbildung zu Suchtberaterinnen sowie Gruppenleiter-schulungen an.

„Wir sind schon stolz auf unser Programm, schließlich arbeiten alle Mitglieder nur ehrenamtlich bei uns“, erzählt Pressesprecher Arno

Verhaarren. Doch der Verein hilft nicht nur Suchtkranken, sondern setzt sich auch für Suchtprävention ein. Spezielle Vorträge in Schulen oder vor Konfirmandengruppen sollen die Gefahr einer Abhängigkeit ersichtlich machen. Jugendliche und junge Erwachsene, die sich mit einer Sucht an das Blaue Kreuz wenden, sind relativ selten. „Die Ehrlich; erfolgt oft erst später“, bedeutet Verhaarren.

### Senioren sind gefährdet

Auch eine andere Altersgruppe ist schwierig zu erreichen. Senioren rutschen nach der Pensionierung immer häufiger in eine Abhängigkeit. Die Betroffenen auf ihr Problem aufmerksam zu machen, sei aber schwierig.

„Leugnen ist eine ganz typische Reaktion“, sagt der Pressesprecher. Fast allen verspricht das Blaue Kreuz zum Beispiel nach Seniorenanfragen oder in Altersheimen Hilfe zu leisten.

### Die meisten sind abhängig von Alkohol

Die größte Gruppe der Mitglieder sei abhängig von Alkohol, aber auch Spielsüchtige suchen Hilfe im Verein. Drogenabhängige werden auch häufig an eine spezielle Drogenberatungsstelle. Generell ist das Blaue Kreuz offen für alle.

Egal, in welche Abhängigkeit jemand geratscht ist, in den Selbsthilfegruppen findet er Unterstützung, bei seinem Entzug und weiteren Leben.

Auch die Religion spiele, trotz Einbettung in die evangelische Kirche, keine Rolle. Jeder, der Unterstützung beim Blauen Kreuz sucht, findet sie dort. Betroffene oder Angehörige können Kontakt zum Ortsverein aufnehmen.



Walter Beier (Ehrenvorsitzender des BKE-Landesverbandes NRW und Pressesprecher des BKE Holzwickede), Günter Grimm (Bundesvorsitzender des BKE), Monika Brauckmann (Schatzmeisterin des BKE Holzwickede), Friedrich-Wilhelm Bernhardt (FDP Fraktion Holzwickede), Bärbel Brauckmann (Vorsitzende des BKE Holzwickede), Dieter Kirckfeld (Beisitzer im BKE-Landesverband NRW), Jenz Rother (Bürgermeister Holzwickede), Michael Makiolla (Landrat im Kreis Unna), Ralph Seiler (Geschäftsbereichsleitung Soziales und Integration der Diakonie Rheinland-Westfalen-Lippe in Münster, Fachbereich Sucht), und Pfarrer Christian Bald (Evangelische Kirchengemeinde Opherdicke) bei der Landesdelegiertenversammlung. Foto: Haselbach

### Bildunterschrift

Walter Beier (Ehrenvorsitzender des BKE-Landesverbandes NRW und Pressesprecher des BKE Holzwickede), Günter Grimm (Bundesvorsitzender des BKE), Monika Brauckmann (Schatzmeisterin BKE Holzwickede), Friedrich-Wilhelm Bernhardt (FDP Fraktion Holzwickede), Bärbel Brauckmann (Vorsitzende des BKE Holzwickede), Dieter Kirckfeld (Beisitzer im BKE-Landesverband NRW), Jenz Rother (Bürgermeister Holzwickede), Michael Makiolla (Landrat im Kreis Unna), Ralph Seiler (Geschäftsbereichsleitung Soziales und Integration der Diakonie Rheinland-Westfalen-Lippe in Münster, Fachbereich Sucht), und Pfarrer Christian Bald (Evangelische Kirchengemeinde Opherdicke) bei der Landesdelegiertenversammlung.

Foto: Haselbach

Auch die Lokalpresse hat über die Landesdelegiertenversammlung berichtet:

Hellweger Anzeiger vom 01.10.2012

## Suchtkranke finden beim Blauen Kreuz Hilfe

In Deutschland gibt es Menschen, die suchtkrank sind oder nach einer Therapie versuchen, glücklich suchtfrei zu leben. Eine wichtige Anlaufstelle für diese Gruppe ist das Blaue Kreuz in der evangelischen Kirche. Am Samstag fand im evangelischen Gemeindehaus in Opherdicke die Landesdelegiertenversammlung des Blauen Kreuzes statt.

Das Treffen diente vor allem dazu, den insgesamt 106 Gruppen des Blauen Kreuzes in NRW „Rechenschaft“ abzulegen. So stand neben einer kurzen Andacht und Vorstandswahlen ebenfalls der Jahresbericht von 2011 auf dem Programm.

Der Verein finanziert sich zum größten Teil aus der Unterstützung von Krankenkassen und Stiftungen, aber auch Mitgliedsbeiträge und Spenden fließen in den Haushalt mit ein.

Jedes Jahr ändert sich der Austragungsort der Landesdelegiertenversammlung. Dieses Mal erklärte sich der Ortsverein in Holzwickede bereit, sich um die Veranstaltung zu kümmern. Das fiel vor allem in die Hände von Bärbel Brauckmann, der Ersten Vorsitzenden in Holzwickede. Zum Ortsverein selbst haben auch Politiker Kontakt. Besonders Bürgermeister Jenz Rother ist seit den ersten Jahren des Vereins mit Herz dabei und fehlte natürlich auch bei der Versammlung nicht.

<http://www.hellwegeranzeiger.de/lokales/holzwickede/art14337,1781765>

## Suchtkrankenhelferlehrgang - Abschluss 2011/2012

### 18 neue Suchtkrankenhelfer/innen im BKE NRW

Zum achten und letzten Abschnitt der Suchtkrankenhelferausbildung trafen sich zum Wochenende des 24.08.2012 die Auszubildenden im Könzgenhaus in Haltern.

Bevor aber die ersehnten Zertifikate übergeben wurden, hieß es noch mal den letzten Teil der Ausbildung in Angriff zu nehmen. Am Freitagabend wurde deshalb unter der bewährten Führung von Marianne Sasse, Heinz van Wasen und Dieter Panek noch einmal die "Motivation des Helfens" durchleuchtet. Am Samstag ging es im Besonderen über die Aufklärung der "gewaltfreien Motivation", die mit Hilfe einer Präsentation vergegenwärtigt wurde. Anhand des "Vier-Ohren-Modells" wurde schlüssig klar, wie wichtig die richtige Interpretation der entsendeten Botschaft und vor allen und die anschließende Bewertung durch das eigene Ich ist.

Im Anschluss standen Gespräche noch offener Themen zur Debatte, denn zu Anfang der Ausbildung hatten die angehenden Suchtkrankenhelfer bei den Ausbildern Kärtchen hinterlegt, auf denen sie die Erwartungen an das Seminar vermerkt hatten. Was bringt mir das Seminar, wie viel Fachwissen erwerbe ich, wie professionell kann ich in Zukunft mit Hilfesuchenden umgehen, werde ich besser in meiner Rhetorik und letztendlich, kann ich ablegen, was ich bei mir als störend, hinderlich finde ?

Am Samstagabend war es dann nach zwei Jahren soweit. Die Zertifikatsübergabe stand auf dem Programm. Unser Landesvorsitzende, Karl-Herrmann Vagt hatte es sich nicht nehmen lassen - eigens für diesen, für die Auszubildenden herbeigesehnten Augenblick - aus seinem Heimatort Bielefeld anzureisen, um persönlich die Übergabe durchzuführen. Der Stolz in den glücklichen Gesichtern der neuen Suchtkrankenhelfer/innen war nicht zu übersehen. Ein gemeinsamer Grillabend rundete den Samstag ab.

Am Sonntag wurde der Halt als Fehlbestand bei Suchtkranken beleuchtet. Wie kann ich "Halt" geben, wo finde ich selbst "Halt". Über zwei Jahre hinweg hatten sich die Mitglieder sowohl im Ganzen, als auch in ihren Gruppen recht intensiv kennengelernt. Mit einer Rückmeldung der einzelnen Teilnehmer an ihre Gruppenmitglieder in denen sie persönliche Worte an den jeweiligen fanden wurde der Abschluss der Suchtkrankenhelferausbildung 2011/2012 eingeleitet. Nach einem kurzem Photoshooting verabschiedeten sich die Teilnehmer/innen mitunter nicht ohne Tränen - untereinander und traten den Heimweg an.

**Also:** Marianne, Heinz und Dieter: Auf diesem Wege unser - aus ganzem Herz kommende Dank - für euren kompetenten, oftmals mühevollen aber immer freundlichen und letztendlich erfolgreichen Umgang mit uns.

Ein Wermutstropfen fiel dennoch. Unser Dieter Panek wird aus beruflichen Gründen nicht mehr als Ausbilder im Suchtkrankenhelferlehrgang zur Verfügung stehen können. Für Dieter wird im kommenden Jahr unsere liebe und ebenfalls kompetente Birgit Sterzer, allen bekannt als "Biggy", unsere Marianne und den Heinz unterstützen. Biggy dürfte vielen u. a. auch als Ausbilderin des Gruppenleiter-Lehrgangs bekannt sein. Biggy herzlichen Dank.

**Günter Kühn**



Die neuen Suchtkrankenhelfer mit unserem Landesvorsitzenden Karl-Herrmann Vagt, Marianne Sasse und Dieter Panek  
Foto: SKH-Ausbilder Heinz van Wasen

## Suchtprävention „Methoden- und Materialienseminar“

### Wie sag ich es der Jugend?

Das Methoden- und Materialienseminar ergänzt die Ausbildungsreihe des BKE zu Multiplikatoren / Suchtpräventionskräften. Es fand als Kooperationsveranstaltung vom Blauen Kreuz in der Evangelischen Kirche (BKE) und dem Blauen Kreuz Deutschland (BKD) vom 09. bis 11. November 2012 im Haus Haard in Oer-Erkenschwick statt. Diese Zusammenarbeit ist ein Beispiel dafür, dass die großen Suchtselbsthilfe-Verbände nicht gegeneinander konkurrieren, sondern gemeinsam darum bemüht sind, den Suchtproblemen der Gegenwart und in Zukunft zu begegnen und effektive Präventionsarbeit zu leisten.

18 Teilnehmende und 3 Referenten/innen (Marianne Sasse, Dipl. Sozialpädagogin und die Suchtpräventionsfachkräfte Biggi Sterzer und Michael Schuh) kamen an diesem Wochenende unter Leitung von Marianne Sasse zusammen, um weitere Methoden und Materialien für eine erfolgreiche Präventionsarbeit bei Jugendlichen zu erlernen und einzuüben.

Nach dem Abendessen am 09.11. gab es eine **Vorstellungs- und Kennenlernphase**. Hier war für mich das Interessante, dass man den Vornamen des jeweiligen Teilnehmers mit einem dazugehörigen Adjektiv (Eigenschaftswort) verbinden sollte. So hieß es dann z.B. gesundheitsbewusste Gaby, toleranter Thorsten usw. (könnte man mal am Anfang einer Gruppenstunde zum gegenseitigen Kennenlernen machen). War wirklich amüsant!

Dann bekamen wir als Teilnehmer Karten in die Hand gedrückt. Wir sollten aufschreiben, was jeder Einzelne von dem Seminar erwartet und was man schon im Präventionsbereich vollzogen hatte oder auch nicht machen konnte. Die Ergebnisse wurden dann auf ein Flip-Chart geheftet und jeder trug sein Ergebnis im Beisein der Gruppe und den Referenten/innen vor. So endete der 1. Tag.

Am 2. Tag wurden nach einer "Besinnungs- und Anwärmphase" drei Gruppen gebildet. Die 1. Gruppe beschäftigte sich mit dem Tankmodell, die 2. mit Filmen, Karten und Papier. Die 3. Gruppe bekam einen kleinen Rhetorik-Unterricht. Die Gruppen wurden untereinander getauscht, so dass jeder die verschiedenen Gruppen durchlief.

Ich war zuerst in der kleinen „**Rhetorikschule**“. „Schulleiter“ war Michael Schuh. Es ging um Mimik, Gestik und wie man was sagt. Jeder Gruppenteilnehmer hatte einen Fragebogen erhalten mit seinem Namen, Alter, Hobbys, Beruf, Lieblingsessen, Lieblingsmusik, was man in der Freizeit macht, drei Eigenschaften, die man an sich selber mag und wann man glücklich ist. Dies wurde von jedem Einzelnen vor der Gruppe und den Referenten vorgetragen. Der Referent machte dann die "Manöverkritik" für jede einzelne Person.

Danach wechselten wir als Gruppe zum **Tankmodell**, referiert von Biggi Sterzer. Zuerst malte jeder von uns eine Person auf ein Blatt Papier. Wir konnten z.B. auf den Bauch schreiben, welche negativen Gefühle uns befallen können: z.B. Stress, Kampf, Angst, Unruhe, sich nicht geliebt fühlen, ausgegrenzt zu sein - und was wir brauchen, um zufrieden zu sein, um den Tank voll zu haben: z.B. Ruhe, Entspannung, Freude, Liebe. Als Letztes sollten wir niederschreiben, wo und wie wir den „Tank“ befüllen können: Familie, Partner, Freunde, Sport, Musik usw.

Die Niederschriften wurden dann besprochen. Danach folgte das Tankmodell in verschiedenen Grafiken. Wesentliche Aussage ist dabei, dass man den Tank nicht mit Suchtmitteln oder Suchtverhalten füllen oder damit verstopfen soll.

Für mich war es hier sehr interessant, vor Augen geführt zu bekommen, was das Leben eigentlich ausmacht: wie wird mein "Gefühlstank" voll, wann ist mein "Gefühlstank" leer und/oder nutze ich die anderen aus und/oder werde ich ausgenutzt? Dieses Tankmodell in verschiedenen Grafiken machte mich sehr nachdenklich - und so könnte man auch Jugendliche nachdenklich stimmen.

Dann wechselte die Gruppe erneut. Referentin war jetzt Marianne Sasse. Es wurde der **Diavortrag „Jacqueline“** mit musikalischer Unterlegung vorgestellt. Jacqueline ist eine 19-jährige junge Frau, die einen Geburtstag feiert. Sie und ihre Freunde/innen fahren von der Geburtstagsfeier nach Hause. Ein alkoholisierter Autofahrer rammt das Auto von Jacqueline. Außer Jacqueline verbrennen/sterben alle. Jacqueline ist bis zu 60% verbrannt, Teilweise fehlen ihr Gliedmaßen und ihr Gesicht. 50 Operationen wurden an ihr vorgenommen.

Körperlich hat sie überlebt, aber nur körperlich... Dem alkoholisierten gegnerischen Autofahrer ist fast nichts passiert. Aber er weint, wird nie mehr froh sein...

Wir sprachen natürlich über den Diavortrag, der starke Emotionen hervorruft. Er ist daher für meine Begriffe nur für Schüler ab 15 Jahre geeignet.

Danach wurden Tafeln über die Phasen der **Entstehung von Sucht** auf den Boden gelegt:

- positive Einstellung zum Alkohol
- Genuss
- Konsum
- Rausch
- verstärkter Konsum
- Missbrauch
- Gewöhnung
- Abhängigkeit
- Suchterkrankung

Zu jedem Einzelnen der Punkte können wir zu Schülern/jungen Erwachsenen etwas sagen bzw. vermitteln, ggf. auch in einem Schaubild aufzeichnen.

Am Abend des 2. Seminartages bekamen wir in einer jeweils kleinen Gruppe (4 - 5 Teilnehmer) die Aufgabe, eine Vorstellung z.B. bei einer Schulklasse zu simulieren. Dies war der praktische Teil des Seminars, in dem wir unsere theoretischen Grundlagen in die Realität umsetzen sollten.

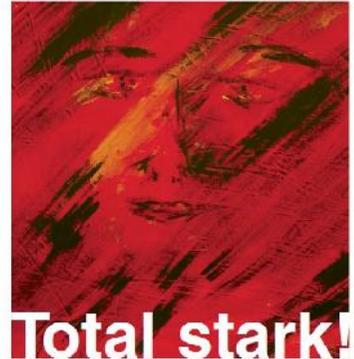
Am 3. Tag folgte eine **Abschlussrunde** mit einer "Manöver-Kritik" der Referenten/innen. Für mich kann ich sagen, dass mir dieses Seminar sehr viel gegeben hat. Jetzt heißt es, das Erlernte mit einer Fülle von Info-Material umzusetzen und anzuwenden.

**Thorsten Altenburg**  
Blaues Kreuz Solingen (BKD)

## Total stark

„Wir freuen uns, dass die Kreativ-Wanderausstellung „Total Stark“ großen Erfolg verzeichnen kann und für viele Menschen bereits Inspiration war, sich ebenfalls künstlerisch auszudrücken“, so weist Gabi Milewski von unserer Landes-Geschäftsstelle in Bochum auf ein Schreiben der Organisatoren hin:

### Wanderausstellung



Liebe Freundinnen und Freunde in der Suchtselbsthilfe, die von vielen Besuchern in Wuppertal, Dortmund, Bielefeld, Mülheim, Köln, Hörstel und Lippstadt gesehene Wanderausstellung

### "Total stark! Kreative Suchtselbsthilfe in NRW"

wandert Anfang des Jahres in das Kreishaus **Wesel**, Reeser Landstraße 31, und ist dort vom 15. Januar bis zum 12. Februar 2013 zu sehen.

Öffnungszeiten sind montags bis donnerstags 8.30 Uhr – 16 Uhr und freitags 8.30 Uhr – 13 Uhr.

Sehr schön ist, dass vor Ort weitere lokale Beiträge zur Wanderausstellung zu sehen sind. Mehrere Künstler aus der Suchtselbsthilfe im Kreis Wesel stellen ihre Werke aus.

**Ute Freyer** und **Lore Theis**  
Organisation / Projektbegleitung

Weitere Termine der Wanderausstellung:

**Bottrop** - Kulturzentrum August Everding  
14. Februar - 09. März 2013

**Gelsenkirchen** - Wissenschaftspark  
14. Mai - 08. Juni 2013

**Duisburg**, 01. Juli - 13. Juli 2013

## Glaubensseminar und -Gesprächskreise

**Glaubens- und Lebensfragen**  
**Gesprächskreise am 31.03. und 01.09.2012**  
**Seminar vom 26. bis 28.10.2012**

### DIE ZEHN GEBOTE

Vor mehr als 3000 Jahren stieg jemand auf einen Berg und suchte das Schweigen, weil er Gott suchte. Sie nannten ihn Moses. Er hatte das Volk aus der Sklaverei geführt unter Wunden und Wunden.

In der heutigen Zeit:

Wir leben in einer lärmenden Welt und das Getöse schlägt mitten in die Seele. Wir brauchen den Lärm nicht zu beschreiben. Wir kennen ihn und sein Echo hallt uns tausendfach in den Ohren.

- Es ist das Weinen der hungernden Kinder,
- es ist der harte Knall jagender Jets,
- es ist der Beat vorbeifahrender Autos,
- es sind die 3000 Watt der Boxen,
- es sind die Schreie der Gefolterten,
- es ist das Grölen der Betrunknen,
- es sind die Detonationen der Raketen,
- es sind die lauten Konflikte genervter Ehepaare und Freunde,
- es ist die laute stumme Angst missbrauchter Kinder,
- es ist die schrille Gewalt des weltweiten Terrors.

Wie stehe ich als Christ und Mensch in der heutigen Zeit zu den 10 Geboten?

Wir haben an den drei Terminen intensiv über alle Gebote gesprochen, diese mit praktischen Beispielen unterlegt und mit Erfahrungen aus dem Leben ergänzt.

Alle Teilnehmer der Glaubensgesprächskreise in Beckhausen und am Seminar in Haltern sind sich darüber klar geworden, dass die 10 Gebote auch Heute noch eine große Bedeutung haben. Es hat uns sehr viel Spaß gemacht, zusammen zu sprechen, zu diskutieren und die Freizeit mit Spielen zu genießen. Für die Teilnehmer: „denkt nur an die Lackschuhe!“ Ich habe noch nie so viel gelacht.

Auch künstlerisch haben wir uns betätigt und ein tolles Bild gemalt. Alle Teilnehmer waren bei der Gestaltung sehr aktiv und kreativ (siehe Foto).



Die 10 Gebote sind die tragenden Säulen der Religion und der Moral. Ohne den Glauben, die Ehrfurcht und die Verehrung gegenüber Gott gibt es keine Religion. Ohne den Schutz der Familie (auch das Blaue Kreuz ist eine Familie) und des Lebens, der Liebe und der Ehe, des Eigentums und der Wahrheit, der Treue und des sozialen Friedens gibt es auf die Dauer kein Leben für den Einzelnen und für die Gemeinschaft.





## Glaubensseminar

Sehr wichtig ist bei einem Seminar, Freiräume zu schaffen für Gedanken, die die Teilnehmer beschäftigen. Es kam das Thema auf: „Der Tod - ist es das Ende oder ein Anfang?“ Die Teilnehmer nannten den Wunsch, dieses Thema ausführlicher in einem Seminar zu besprechen.

Die Glaubens- und Lebensfragen im Jahr 2013 in Beckhausen und am Seminarwochenende stehen unter dem Titel: „Martin Luther. Was können wir von Luther lernen, damit wir das Leben in der heutigen Zeit erfüllter erleben können?“.

Uns ist es wichtig, auch zu erwähnen, dass bei den Gesprächsterminen immer der Teilnehmer im Mittelpunkt steht. Sollte ein persönliches Problem aufkommen, wird dieses besprochen, denn der Mensch steht für uns immer im Mittelpunkt.

Fragt nach den Terminen und meldet euch an.  
Wir freuen uns auf euch.

**Jochen Heinrich**

### Die Zehn Gebote

1. Ich bin Herr, dein Gott. Du sollst keine anderen Götter haben neben mir.
2. Du sollst den Namen des Herrn, deines Gottes, nicht mißbrauchen.
3. Du sollst den Feiertag heiligen.
4. Du sollst deinen Vater und deine Mutter ehren.
5. Du sollst nicht töten.
6. Du sollst nicht ehebrechen.
7. Du sollst nicht stehlen.
8. Du sollst nicht falsch Zeugnis reden wider deinen Nächsten.
9. Du sollst nicht begehren deines Nächsten Haus.
10. Du sollst nicht begehren deines Nächsten Weib, Knecht, Magd, Vieh noch alles, was dein Nächster hat.

### (nach Martin Luthers Kleinem Katechismus)

Bei der Zählung der Gebote gibt es im Judentum und in den christlichen Kirchen unterschiedliche Traditionen. Die hier wiedergegebene Fassung folgt der lutherischen und römisch-katholischen Tradition.

Eine andere Zählung ergibt sich dort, wo das Bilderverbot - "Du sollst dir kein Bildnis machen" - als zweites Gebot aufgeführt wird, so in der anglikanischen, reformierten und orthodoxen Tradition. Dort werden dann "neuntes" und "zehntes" Gebot als ein Gebot verstanden.

(aus der WEB Site der Evangelischen Kirche in Deutschland)

<http://www.ekd.de>

## Frauengesprächskreis Ostwestfalen

### Frauengesprächskreis Ostwestfalen am 01. September 2012

Zum 01.09.2012 hatten die Frauen des Frauengesprächskreises zu einem ganz besonderen Thema eingeladen:

#### **Bewusster leben mit allen Sinnen - asiatische Garküche erkunden!**

Mit Frank Happel, Kochkünstler!

Unser Tag begann um 10 Uhr mit einem leckeren Frühstück, welches die Brackweder Frauen hergerichtet hatten. Zu „uns“ Brackweder Frauen gesellten sich 10 Frauen aus der Bergkamener Frauengruppe und unser Landesvorsitzender Karl-Hermann Vagt, der sich anfangs ein Bild von unserem Tagesablauf machen wollte.

Frank Happel stellte sich und sein Konzept vor, vor allem, wie er zu der asiatischen Garküche „gefunden“ hatte. Für mich, aber sicher nicht nur für mich, sehr faszinierend, denn Frank hat Ostasien schon mehrfach bereist! Er ließ uns an seiner Begeisterung teilhaben, auch an seiner 2 Tage später stattfindenden Reise nach Indonesien. 5 Wochen wird er mit Frau und Sohn das Land bereisen und sicher wieder ganz viele beeindruckende Erinnerungen mitbringen.

Nach dem Frühstück brachte Frank uns in einer Power Point Präsentation und mit Hilfe eines „Handouts“ die asiatische Garküche näher.

Das war der theoretische Teil, der praktische Teil, der uns mit leckeren Sachen verwöhnte, folgte anschließend, nachdem ein Fotoshooting mit Mensch und Nahrung stattgefunden hatte. Dank des schönen Wetters konnte die Veranstaltung im Innenhof des Gustav-Münter-Hauses, also unter freiem Himmel, starten.



Frank „schmiss“ die Wok's an und los ging es, Öl in den Wok, Gemüse, Knoblauch, Fleisch, Scampi und Co., der Kreativität waren keine Grenzen gesetzt. Die leckeren Köstlichkeiten wurden nur zu gern von uns allen verzehrt.

Die Eine oder Andere von uns begann dann auch, den Wok zu benutzen und weitere Leckereien zu bruzzeln. Frank Happel hatte alle nötigen Zutaten gekauft, es fehlte an nichts.





Die Zeit verging wie im Fluge, schon war es Nachmittag und unsere Veranstaltung zu Ende.

Mit vielen schönen Anregungen im Gepäck reisten die Bergkamener Damen und auch wir wieder nach Hause.

Vielen Dank an unseren Kochkünstler Frank und auch an die Frauen aus Bergkamen, die den Weg auf sich genommen hatten, um mit uns den Frank zu erleben!

**Monika Held**

## Bericht vom Frauengesprächskreis Lengerich

### Kurzurlaub für die Seele – Entspannt leben lernen.

Nach einem gemeinsamen Frühstück und einer kurzen Vorstellung haben wir uns auf das Thema eingelassen. Stress ist das größte Problem in

unserer Gesellschaft. Außerdem beeinträchtigt Stress die Lebensqualität allgemein und führt sehr oft zu Leistungsabfall im Beruf, Privatleben und zu Spannungen.

Stress ist für suchtkranke Frauen immer auch das Risiko eines Rückfalls. Unsere Referentin Claudia Kornwald machte mit uns einige Übungen, wie wir stressfreier leben können. Die Gruppe (Foto unten) bedankt sich bei der Referentin Claudia.



## Arbeitskreis Frauen und Sucht



Der Arbeitskreis „Frauen und Sucht“ traf sich am 11.08.2012 in Neukirchen-Vluyn zu seinem **Fachtag**. Das Thema betraf die Rhetorik der Frau: „Nie verstehst du mich“.

Nach einer kurzen Begrüßung durch unsere Referentin Claudia Faulborn und einer Vorstellungsrunde sind wir gleich ins Thema eingestiegen. Die Fragen, die wir gestellt haben, haben wir nacheinander bearbeitet. Folgende Fragen wurden am häufigsten genannt:

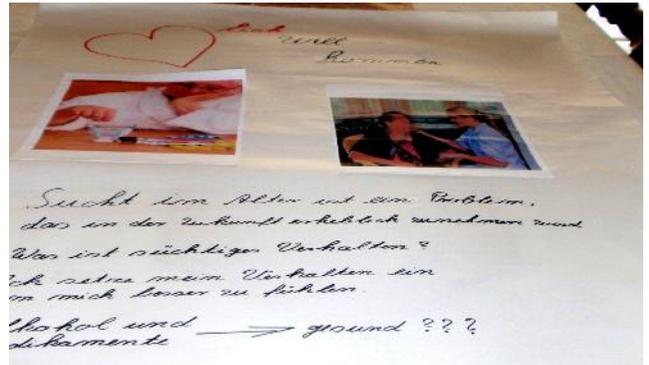
- Wie stelle ich es an, in einem Kreis gehört zu werden?
- Selbstsicherheit in der Rhetorik
- Klare Ansage
- Schneller auf den Punkt kommen
- Das Gefühl, den Faden zu verlieren

Wenn wir eine Rede oder ein Referat in der Öffentlichkeit halten, haben sich bei der Fachtagung des Arbeitskreises folgende Punkte als wichtig herauskristallisiert:

- sicheres Auftreten
- auf sein Äußeres achten
- eine klare Aussprache bei Wortspielen (z.B. Schneiders Schere schneidet schnell)
- Pausen einhalten
- Blickkontakt halten.

Unser Dank gilt der Referentin, die uns für anstehende Auftritte in der Öffentlichkeit mehr Sicherheit und Empfehlungen gegeben hat, wie wir bei öffentlichen Auftritten erfolgreich „unsere Frau“ stehen.

**Henny Schallenberg**

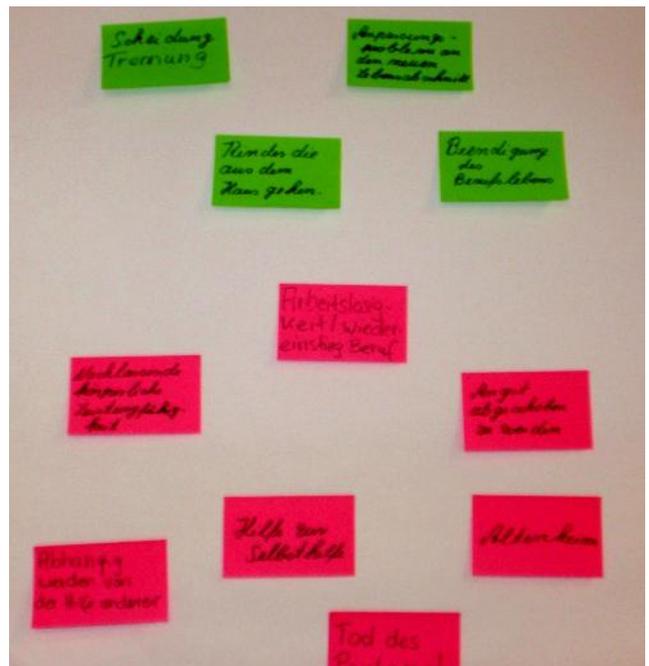


Die Frauengruppe des Arbeitskreises FAS–NRW (Fach-Ausschuss Suchtselbsthilfe) traf sich in Düsseldorf-Garath zum Thema: „**Sucht im Alter**“. Ein Alltagsbild ist eine umfassende Vorstellung davon, wie ältere Frauen sind oder sein sollten. Dazu haben wir folgende Problem-Szenarien erstellt:

- wie ist das, wenn wir in den Ruhestand gehen?
- ... nach einer Scheidung?
- ... oder wenn die Kinder aus dem Haus sind?

Das Schlimmste ist für eine Frau, nicht mehr gebraucht zu werden. Das führt sehr schnell zu den Suchtmitteln. Darum suche ich mir für meine Freizeit einen Ausgleich (z.B. Sport, Wandern oder sich mit anderen Frauen treffen).

**Henny Schallenberg**



# 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](http://www.wir-foerdern-familie.de)



*Qualität ist das beste Rezept.*

## Männergesprächskreis (MGK)

### Männer zwischen Herzinfarkt und Langeweile

Volles Haus in Lippstadt - Am Samstag, 13. Okt. 2012 trafen sich 26 Männer aus den Verbänden Bergkamen, Tecklenburg, Lippstadt, Dorsten, Gelsenkirchen, Brackwede und Lengerich zum 2ten Männergesprächskreis im Jahr 2012 im Niemöllerhaus in Lippstadt. Da der Verantwortliche des Landesverbandes für den MGK auf einer Fachtagung in Sachen Arbeitskreis "Männer" in Wuppertal weilte, übernahm der 2. Vorsitzende des BKE Ortsvereines Lippstadt, Bernd König, diese Aufgabe. Herzlichen Dank an dieser Stelle.

Die Moderation der Tagung hatte wieder der lebenswerte und bereits Männergesprächskreis erfahrene Dipl.-Sozialtherapeut, Heinz van Wasen, übernommen. Erfreut konnte Bernd König auch unseren Landesvorsitzenden Karl-Hermann Vagt begrüßen. Dieser zeigte sich in seinen Grußworten überrascht über die große Anzahl der Teilnehmer. Da bereits das vorhergehende Seminar mit überraschend vielen Mitwirkenden besetzt war, kündigte Karl-Hermann in Absprache mit Heinz van Wasen an, dass zukünftig bei einer ähnlich großen Teilnehmerzahl Gruppenarbeit angedacht sei, um erwünschte Wortmeldungen des Einzelnen auch möglich zu machen. Niemand solle zu kurz kommen.



v.l.: Bernd König vom BKE Lippstadt, Moderator Heinz van Wasen und Landesvorsitzender Karl-Hermann Vagt

Um 09.00 Uhr wurde erst einmal mit einem kräftigen Frühstück gestartet. Unser bewährtes Küchenteam, Birgit und Sophia, sorgte dafür, dass alle "Männer" auch hinsichtlich der körperlichen Konstitution mehr als zufrieden sein konnten und erst einmal bis zum gemeinsamen Mittagessen mit genügend Energie versorgt waren.

Alsdann übernahm Heinz van Wasen in gewohnter Weise die Moderation. Genug brisanten Stoff bot das Tagesseminar allemal.

War beim vorhergehenden Männergesprächskreis noch die Problematik rund um die Sexualität das beherrschende Thema, so kristallisierte sich an diesem Tag schnell der Bereich „Rund um den Arbeitsplatz“ als Schwerpunkt heraus. Die Sorgen und Nöte, die der "Mann" mit sich herumträgt, weil er in der Regel heute noch immer als Haupternährer der Familie gilt, kamen knallhart auf den Tisch und machten deutlich, unter welchen Druck sich der eine oder andere gesetzt fühlt. Gerade heute - in Zeiten - wo der Arbeitgeber und letztendlich der wirtschaftliche Konkurrenzdruck immer mehr die Beschäftigtenzahlen herunterdrückt, sind immer mehr Arbeitnehmer gezwungen, Höchstleistungen am Arbeitsplatz zu bringen, um ihren Platz zu halten. Mit immer weniger Personal immer mehr Leistung erbringen.

Schon lange ist es nicht mehr selbstverständlich, dass Arbeitnehmer - wie es aus medizinischer Sicht erforderlich ist und auch gefordert wird, ihre Krankheit auskurieren, sondern sich vielmehr verfrüht zur Arbeitsstelle schleppen, um sich ja nicht auf der vielleicht beim Arbeitgeber möglichen, intern geführten "Abschussliste", wiederzufinden. Und wenn schon ein Ausfall unumgänglich ist, dann aber bitte in aller Kürze und notfalls auch halb gesundet schnellstmöglich wieder in die Firma zurück.

Nicht selten müssen in gewieften Nachverträgen Einkommenseinbußen oder längere Arbeitszeiten hingenommen werden. Es müssen - zu beobachten bei Firmen ohne entsprechende Arbeitnehmervertretung, sprich Personal- oder Betriebsrat - Arbeitsleistungen ohne Entlohnung geduldet werden.

("Hallo Leute - Überstunden, die anfallen, kann ich nicht zahlen - sonst muss ich irgendwann die Bude zumachen !" - Spruch bekannt ?)

## Arbeitskreis Männer und Sucht

### Gründung des Arbeitskreises Männer und Sucht im FAS-NRW am 12.05.2012 in Moers

Zum Startworkshop trafen sich in der Geschäftsstelle der FAS in Moers am rund 30 Männer aus den verschiedenen Landesverbänden der Suchtselbsthilfeorganisationen in Moers.

Zum Verständnis: Der Fach-Ausschuss Suchtselbsthilfe NRW, kurz FAS, ist der Zusammenschluss der rechtlich selbstständigen Suchtselbsthilfegruppen und Initiativen. Er koordiniert und vertritt die Interessen der Suchtkranken und ihrer Angehörigen aus den Verbänden. Auch das "Blaue Kreuz in der Ev. Kirche" ist dem Fachausschuss angeschlossen. Der FAS fördert die Weiterentwicklung der Suchtselbsthilfe in NRW und ist der Fachausschuss der Suchtselbsthilfe des Arbeitsausschusses Drogen und Sucht der Spitzenverbände der Freien Wohlfahrtspflege in NRW.

Neben dem BKE sind auch der BKD, die Guttempler, die ARWED, die ALOS, der Kreuzbund, verschiedene Freundeskreise sowie Frauenbünde Verbände aus der Drogenarbeit dem FAS angeschlossen.

Auf der Landesdelegiertenversammlung des FAS im Jahr 2011 war beschlossen worden, einen Arbeitskreis Männer und Sucht zu gründen. Und um diesen Beschluss in die Tat umzusetzen, war zur Gründungsversammlung in Moers eingeladen worden. Unter der Leitung von Frank Happel, Sprecherkreis des FAS NRW, moderierte zunächst der Leitende Psychologe der Fachklinik Kamillushaus in Essen, Dr. Arnulf Vosshagen.

In dem männerbezogenen Referat wies er auf die bereits in der Kind- und Jugendphase gesetzten Vorbilder des Mannes hin. Vorbilder, die letztendlich auch Schlüsse auf die Charakterbildung in der entscheidenden Phase der Entwicklung vom Kind zum Jugendlichen und schließlich zum Mann zuließen.

Erinnern wir uns einmal, dass wir uns allesamt in unserer Kind- und Jugendzeit unsere Vorbilder schafften. Zumindest in unserer Aufwachphase holten wir uns unsere "Helden", gespickt mit Welt- und Menschheits-Rettergedanken, aus Medien wie Fernsehen, Kino oder Comic-Heften.

Froh konnte der sein, der in seinem Bekanntenkreis einen Onkel oder eine Tante hatte, die ihm ein Vorbild waren, und wirklich glücklich konnte sich derjenige schätzen, der in seinen Eltern, oder auch nur im Vater oder der Mutter, sein Vorbild gefunden hatte. Wie auch immer, dass durch diese Vorbilder ein maßgeblicher Anteil für die spätere Entwicklung geschaffen wurde, dürfte nachvollziehbar sein.

Diese Vorbilder hatten schließlich nicht unmaßgeblichen Anteil an der Entwicklung der späteren Verhaltensweisen und an der Einstellung des Mannes im Umgang mit seiner Umgebung. Auffällig im männlichen Teilnehmerkreis, dass sich kaum jemand des Treffens weibliche Vorbilder an primärer, allenfalls an sekundärer Stelle, geschaffen hatte.

Kinder/Jugendliche des "starken Geschlechtes", die "richtige Männer" werden wollen, übernehmen in typischer Weise i.d.R. auch die Eigenschaften ihrer Vorbilder und wollen so werden, wie sie diese erleben.

Mal ehrlich: Wollen wir nicht immer noch so sein und können wir uns nicht so verdammt schwer davon lösen? Und wenn es auch nur in einem vernünftigen Maße wäre. Eigenschaften aufweisen zu wollen, wie physische und psychische nie enden wollende Kraft demonstrieren zu können, mutiger als andere zu sein bis hin zum leichtsinnig werden.

Sich präsentieren zu können, als sei man(n) unbesiegbar. Locker, humorvoll und vor allen Dingen aber auch zuweilen cool wirken.

Ja wo sind denn die wichtigen - für uns typischen - weiblichen Charaktereigenschaften in uns versteckt. Eigenschaften wie Gefühle zeigen, die Fähigkeit liebevoll und zärtlich mit uns nahe stehenden Menschen umgehen zu können, Geborgenheit fühlen und geben können - geblieben ?

Nun ganz gewiss, viele dieser Eigenschaften sind oder waren bei vielen von uns ein wenig bis zum großen Teil auf der Strecke geblieben. Und vielen von uns fällt es schwer, Gefühle dieser Art auszudrücken und sie in uns "leben bzw. erleben" zu lassen.

# Landesverband

Und wer will schon den Hartz IV-Stempel auf seiner Brust fühlen. Und was, wenn es tatsächlich eintrifft. Wenn Du ohne Eigenverschulden plötzlich den Gang zur Arbeitsvermittlung antreten musst. Wenn Du nach Hause gehst und es Deiner Familie mitteilen musst. Wenn Du erklären musst, dass Du an dieser Entwicklung keine Schuld trägst.

Wenn möglicherweise ganz andere Personen dafür maßgeblich die Verantwortung tragen und die dann noch mit den ganz dicken Abfindungen mehr als zufrieden in Saus und Braus weiterleben werden können.

Wenn du Deiner Familie erklären musst, dass der Gürtel enger geschnallt werden muss, Du um die 45 bis 60 Jahre alt bist und vielleicht begreifen sollst, dass Du in den Augen der Wirtschaft bereits zum alten Eisen gehörst und nicht mehr gewollt bist. Ja wie wirst Du Dich fühlen ?

Wie sieht es denn dann mit Deinem Selbstwertgefühl aus ? Wo bleibt Dein Selbstbewusstsein ? Wo bleibt dann der starke Mann ?

Was machst Du mit deiner Zeit, wenn Du zu Hause durch die "Bude" rennst und Deine andere Hälfte langsam durchdreht, weil sie Deine ständige Nähe im Haus nicht gewohnt ist. Wie (un)zufrieden wirst Du auf Dauer sein? Wenn Langeweile in Dir aufkommt und Nahrung für eine Richtung bieten wird, die Du nun ganz und gar nicht gebrauchen kannst.

Wie viel seelischen Stress, der unweigerlich zu ertragen ist, wirst Du hinnehmen können, bis es vielleicht "knallt"?

Sicher - nicht alle betrifft zur Zeit diese unbarmherzige Konfrontation mit den immer schwieriger werdenden Zeiten. Aber eben so sicher ist, dass es nahezu Jeden von uns irgendwann treffen kann. Was ist dann zu tun ? Das sollte sich jeder vor Augen führen und sich für den Fall der Fälle wappnen. Der Gau - der Rückfall - darf in keinem Fall eine Ersatzlösung für die schwer zu tragende Last der Arbeitslosigkeit und die Probleme am Arbeitsplatz sein.

Aber eines ist auch sicher - die Männer, die sich zum Männergesprächskreis in Lippstadt trafen, haben damit einen zusätzlichen kleinen Schritt für ihren persönlichen Bereich getan. Sie haben sich gegenseitig die Problematik vor Augen geführt, haben fruchtbare Diskussionen geführt, haben ein Gefühl der Verbundenheit geschaffen und damit einen zusätzlichen Baustein für ein Leben mit zufriedener Abstinenz gesetzt. Denn wie heißt es so treffend - Nur gemeinsam sind wir stark.

Deshalb: Auf zum nächsten Männergesprächskreis im Jahr 2013.

**Günter Kühn**



Intensive Arbeit im Männergesprächskreis



Die Teilnehmer des ersten Treffen "AK Männer" im FAS

Angesichts der sich anschließende interessanten Diskussion verstrich die Zeit im Nu.

Fazit dieses Treffens war, dass es durch ein Treffen der verschiedenen Suchtselbsthilfverbände und Vereine zu einem regen Austausch gekommen war. Die Teilnehmer hatten sich ein wenig kennengelernt und erkannt, dass eine Zusammenarbeit untereinander durchaus Sinn macht. So beschlossen, sich am 03.10.2012 in Wuppertal erneut zu treffen, um dann in die Detailarbeit überzugehen.

**Günter Kühn**

## 2. Treffen des Arbeitskreises "Männer und Sucht" im FAS (Fachausschuss Sucht)

Am Sa., 13.10.12, trafen sich erneut Mitglieder der verschiedenen Suchtselbsthilfverbände, diesmal in der Geschäftsstelle des FAS in Wuppertal.

Nach der offiziellen Begrüßung durch Frank Happel erfolgte ein Rückblick auf das 1. Treffen am 12.5.2012 in Moers. Es gab ein durchaus positives Feedback von allen Teilnehmern.

Da sich einige Teilnehmer zum ersten Mal in der Geschäftsstelle des FAS aufhielten, stellte Jürgen Zielke-Reinhardt als „Gastgeber“ das Haus des BKD (Blaues Kreuz Deutschland) kurz vor, in dem die Geschäftsstelle des FAS ihre Räume hat.

Dann ging es in die Detailarbeit über. Die Tagesordnung wurde gemeinsam zusammengestellt und in der folgenden Reihenfolge besprochen:

### 1. Ziele des AK Männer und Sucht

Förderung von Männerarbeit in den angeschlossenen Verbänden durch

- Motivation zur Männerarbeit
- Unterstützung von Gruppengründungen
- Austausch von Erfahrungen u. Informationen
- Bildung eines Netzwerkes
- Bündelung und Vertretung der Interessen von Männern in der Suchtselbsthilfe
- Angebote von regelmäßigen Veranstaltungen (Seminare)
- Kooperation mit anderen Männerorganisationen in der Suchthilfe.



Stehend: Frank Happel vom FAS

## 2. Teilnehmerkreis

Im AK Männer und Sucht arbeiten Vertreter der Mitgliedsverbände des FAS NRW regelmäßig zusammen. Der AK behält sich vor, die Teilnehmerzahl zu begrenzen, falls eine zu hohe Teilnehmerzahl die fachliche Arbeit beeinträchtigt.

Auf der Delegierten-Versammlung am 17.11.12 wurde der AK vorgestellt mit dem Hinweis, dass alle Verbände die Möglichkeit haben, Teilnehmer in den AK zu entsenden. Sollte aber die Teilnehmerzahl durch Mehrfachentsendungen zu groß werden, treten zuerst entsprechende Teilnehmer aus den Verbänden zurück, die mehrfach zum AK entsandt haben.

Verbände, die noch nicht in den AK Männer des FAS entsandt haben, werden nochmals angeschrieben und auf den jetzt bestehenden AK aufmerksam gemacht.

## 3. Rhythmus + Form / Termine

Es wird vereinbart, dass sich der AK regelmäßig 3-mal jährlich trifft und zusätzlich ein Seminar plant. Die nächsten Termine wurden direkt abgesprochen: 26.01.13 + 20.04.13 in Wuppertal.

Erforderlich werdende Planungen (Seminare etc.) können durch Absprachen auch außerhalb der vor-geplanten Treffen im verkleinerten Kreis durchgeführt werden.

## 4. Finanzierungs-/Kostenplan

Die regelmäßigen Treffen des AK können über die „normalen“ FAS-Mittel abgerechnet werden. Mittel für größere Veranstaltungen (Fortbildungen) können über die Karl-Heinz und Hannelore Böskens-Diebels-Stiftung beantragt werden.

## 5. Wahl der Verantwortlichen

Laut der „Leitlinien für Arbeitskreise und Projektgruppen“ des FAS-NRW sind für einen AK zwei Verantwortlich zu wählen:

Nach durchgeführter einstimmiger Wahl und Annahme der Wahl sind dies:

- a) Verantwortlicher des AK: Günter Kühn vom BKE NRW
- b) Stellvertreter/Mitglied aus dem Sprecherkreis: Frank Happel

Nach einem arbeitsintensiven Tag wurde vereinbart, in der nächsten Sitzung konkreter auf die durchzuführenden Aufgaben, insbesondere auch in Hinblick auf die Themenwahl einzugehen.

**Günter Kühn**



Arbeit kann auch Spaß machen - rechts G. Kühn vom BKE Landesverband NRW



# Landesverband

Strategien, die die Beziehungsebene zwischen dem Hilfesuchenden und dem Helfenden auf eine positive Ebene leitet - sprich die Selbsteinsicht zur Aufgabe seines gedanklichen Blockens mit gleichzeitigem oder folgendem Aufbau eines Vertrauensverhältnisses möglich macht.

Zu diesem Zweck wurden Fall- und Rollenspiele eingesetzt in denen die Teilnehmer auch die Aufmerksamkeit auf die eigene Sozialisation berücksichtigen sollten, um auch eigene, hinderliche Verhaltens- und Kommunikationsschwächen zu erkennen (sich beleidigt, persönlich angegriffen fühlen oder z.B. die Erkenntnis auf Entgegnungen des

Hilfesuchenden, erst einmal sprachlos zu sein). Aufgezeigt wurde, dass eigene Stärken nicht immer gewinnbringend wirken müssen und eigene Schwächen durchaus auch positiv beim Gegenüber eingesetzt werden können.

Erkennbarer Tenor des Seminars für den Männerbeauftragten: Es gilt, den Zugang zu den eigenen Gefühlen Bedürfnissen und Sehnsüchten wiederherzustellen - aber ganz sicher, das findet in gleicher Weise - betrachten wir genderbezogen die Entwicklung der heutigen Zeit - ebenso Anwendung beim anderen Geschlecht.

**Günter Kühn**

## Bunter als Blau

### Workshop "Wir sind bunter als blau" des BKE Bundesverbandes

Vom 26.10. - 28.10.12 trafen sich Mitglieder des BKE aus den verschiedenen Landesverbänden im Stephansstift in Hannover zu einem weiteren Workshop unter dem Motto: "Wir sind bunter als blau". Angesprochen für den Workshop sollten alle diejenigen werden, die an aktiver Öffentlichkeitsarbeit und Kreativität in Verbindung mit der Verbandsentwicklung interessiert sind.

Vom Bundesverband hatte sich unser ehemaliger Landesverbandsvorsitzende Günter Grimm eingefunden. Vom Landesverband NRW nahmen Iris Koll, Antje Totzek und Peter René Röcken vom JULITI Kompetenzteam sowie Günter Kühn als Männerbeauftragter und Mitglied des Teams „Öffentlichkeitsarbeit“ des BKE NRW teil.

Das initiierte und seit 2011 erfolgreich laufende und 2012 endende Bundesprojekt "Update" befasste sich mit der Zielvorgabe, Strategien zu entwickeln, um der heutigen Entwicklung und den entstandenen Veränderungen, mit all den Neuerungen in den persönlichen Lebensbereichen, gerecht werden zu können. Nicht von ungefähr deshalb das Motto "Un-Abhängigkeit heute" im Hinblick auf das Zusammenleben der verschiedenen Suchtformen von heute.

Ein wichtiger Schritt, um auf den sich entwickelten Zeitgeist eingehen zu können, ist dabei die Anpassung der Medien-Nutzung und Medien-

gestaltung im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit. Sie gilt es zielgerichtet und gegenwartsnah zu nutzen, um die Aufmerksamkeit auf die Angebote des BKE auf den Hilfesuchenden in ansprechender, zeitgemäßer Form zu richten.



Verständlich daher die Ausrichtung des Workshop auf Bundesebene. Die Leitung hatte Carola Ahrens-Lück vom Bundesverband übernommen. Ihr zur Seite standen die Mediengestalter Sandra Widemann-Bösebeck und Arthur Skotnik. Vorab gesagt ein TOP-Team.

Auf dem Programm für das Wochenende stand primär die Frage:

Wie können Medien ansprechend, individuell, zielgerichtet und vor allen Dingen bezahlbar erstellt werden ?

Die Mitglieder unterstützen das BKE durch ihr Mitwirken und ihre Kreativität bei der Gestaltung der Flyer, Postkarten, Faltkreuz sowie Jahreskalender in verschiedenen Formaten und sorgen somit dafür, dass die anschließende Serienproduktion dieser Artikel für das BKE auch bezahlbar bleibt.



v.l.: Arthur Skotnik, Sandra Widemann-Bösebeck und Carola Ahrens-Lück

Nach der Kleingruppenarbeit wurden die Vorschläge in der „Großgruppe“ vorgestellt.

Und dies sei vorweg gesagt: Es kamen wunderbare Ergebnisse zusammen, die selbst in der großen Runde für Erstaunen sorgten. Selbst Carola Lück war doch hinsichtlich der großen Kreativität rühmig überrascht. Für Schmunzeln sorgte aber dann doch ein Vorschlag: Für einen Sticker hatte eine Kleingruppe analog dem Motto "Wodka Gorbatschow - Nein danke !" den Slogan "Wodka Korsakow - Nein danke" ins Rennen gebracht. Der Spruch wurde von den externen Mediengestaltern als einsetzbar bewertet, entfaltete aber erst seine volle Wirkung bei ihnen, als etwa 15 Minuten später auffiel, das diese das Korsakow-Syndrom gar nicht kannten. Frisch aufgeklärt darüber, erkannten sie das volle Maß der "Würze" des Slogans.

Durch die Mediengestalter wurden den Teilnehmern über das Wochenende viele hilfreiche Tipps für die Arbeit am Computer im Zusammenhang mit der Gestaltung von Flyern vermittelt. Diese reichten von der Papiergüte über Farbbedeutungen, Extraformate, Serifenbedeutung bis hin zur Fotoarbeit. Der Hauptbestandteil des Wochenendes bestand aber in der Arbeit der ausgelosten verschiedenen Kleingruppen.

Jede dieser Gruppen hatte sich die Aufgabe gestellt, eine Basis für einen jeweiligen individuellen Flyer zu schaffen - einschließlich der Konzeption, z.B. spezielle Flyer für Senioren oder Angehörige - oder auch einen neuen Juliti-Flyer in buntem Look, der in Checkkarten-Format und modernen Farben speziell bei der Jugend Anklang findet.

Zu Beginn am jeweiligen Morgen leitete Arthur Skotnik den Workshop mit Bewegungsübungen zur Körperkoordinierung ein und beendete den Arbeitstag mit einem Angebot zur Entspannung durch Farbmeditation.

Fazit der Verfasser und im Namen der Anderen: Der Workshop - ein voller, erfolgreicher und toller Erfolg. Es passte einfach alles; über die Teilnehmer, die Unterkunft, nicht unwichtig - das Essen, und nicht zuletzt vor allen Moderatorin und die Mediengestalter.

**Iris Koll und Günter Kühn**



Kleingruppenarbeit - v. l.: Günter Kühn und Iris Koll - rechts Antje Totzek vom BKE Stadtverband Bergkamen

# fetra®

## 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

## Ahmser Treff

**Einhundert mal Ahmser Treff  
Ostwestfalens Blau-Kreuzler trafen sich am  
22.09.2012 im Gemeindehaus Bad Salzuflen-  
Ahmsen zu einer Erinnerungsfeier**

Der Zusammenhalt zwischen den einzelnen Gruppen des Blauen Kreuzes in der Evangelischen Kirche wurde bei diesem besonderen Zusammentreffen wieder einmal deutlich. Nicht nur über 50 Personen aus 8 BKE-Vereinen in Ost-Westfalen-Lippe (OWL) waren der Einladung gefolgt, sondern auch Frau Pfarrerin Schlitzberger von der Kirchengemeinde, unser Ehrenvorsitzender Walter Beier und natürlich der Landesvorsitzende Karl-Hermann Vagt. Auch einige der ehemaligen Referenten, unter ihnen Ferdinand Zimmer aus Bünde, der unser positives Denken vor einiger Zeit in seinem Vortrag stark angeregt hatte.

Bei der Begrüßung durch unsern „Steuermann“ Dieter Bolte wurde auch nicht vergessen, die Unterstützung der Kirchengemeinde Ahmsen und der Gruppe Bad Salzuflen-Ahmsen unter Gerhard Reibke hervorzuheben.

Anschließend übergab Dieter Bolte für eine Andacht das Wort an Frau Pfarrerin Schlitzberger, die in anschaulicher Weise über das 1. Gebot sprach: „Ich bin der Herr dein Gott, Du sollst keine anderen Götter haben neben mir.“

Mit dem Lied „Lobe den Herrn“ wurde dann übergeleitet zum Festvortrag an Walter Beier, der sich den „Tellerrand“ vornahm. „Über den Tellerrand schauen ist hier in Ostwestfalen in vorbildlicher Weise gelungen und wird hoffentlich noch lange so bleiben, wenn auch die jüngere Mitglieder unserer Gruppen über den „Tellerrand“ schauen und sich beteiligen“, führte er aus.

Mit Blumengrüßen wurden anschließend die ehemaligen Steuerleute Inge Giese aus Ahmsen und Benno Assner aus Hagedorn von Walter Beier, Karl-Hermann Vagt und Dieter Bolte geehrt. Besonders Inge Giese, die schon Anfang der achtziger Jahre so lange gebohrt hatte, bis die Blau-Kreuz-Gruppen in Ostwestfalen enger zusammrückten, galt die Dankbarkeit der drei Vorstandsmitglieder des BKE-Landesverbandes.

Unsere Inge hob noch einmal hervor, dass auch Christel Skowronnek aus Hagedorn kräftig mitgeholfen habe, Zusammenhalt vorzuleben, wobei wieder einmal bewiesen ist, dass unsere Frauen starke Kämpferinnen sind.

Auch Benno bedankte sich herzlich mit ein paar Worten für seine langfristige „Steuerzeit“ beim Ahmser Treff, bevor alle Besucher sich bei dem vorbereiteten kleinen Imbiss gütlich taten, um dann noch eine etwas längere Zeit miteinander zu klönen.



v.l. Rolf Quisbrok, Dieter Bolte, Gerd Reipke, Karl-Hermann Vagt, Pfarrerin Jutta Schlitzberger, Inge Giese, Benno Assner, Walter Beier

# Landesverband



Wir waren  
beim  
100. Ahmser Treff  
dabei





Lasst Blumen sprechen



## Bergkamener Tag

### Mehr als nur ein Stuhlreis Blaues Kreuz stellt Selbsthilfegruppen vor

Aus den Boxen wummert „Billie Jean“. Die Männer und Frauen führen zwar nicht den Moonwalk auf - doch auch sie tanzen. Ausgelassen, mitten im Raum. In der Tür geirrt, könnte man meinen. Aber halt: „Suchthilfe ist mehr als nur Stuhlkreis“, betont Diplom-Sozialpädagogin Marianne Sasse.

Tatsächlich geht es darum, den Alltag zu gestalten, das Loch, das sich durch die Abstinenz auf tut, sinnvoll zu stopfen. „Denn wer plötzlich nicht mehr raucht, trinkt, ja konsumiert, hat auf einmal ganz viel Zeit“, weiß Sasse, wo die Herausforderungen liegen.

Auf dem Bergkamener Tag des Blauen Kreuzes in der Ev. Kirche stand jetzt unter dem Titel „Bewusster Leben mit allen Sinnen“, die Gesundheitsförderung in Selbsthilfegruppen im Vordergrund. Mit 55 Teilnehmern war die Zahl der Interessierten diesmal recht überschaubar. Marianne Sasse überraschte das nicht.

Die Selbsthilfe sei im Umbruch. „Um auch Jüngeren eine Plattform zu bieten, sind die Workshops erlebnisorientierter und unverbindlicher“, erläutert die Sozialpädagogin. Nicht unbedingt zur Freude derer, die schon länger dabei sind. Dennoch tauchen die neuen Formate weiter im Programm auf. „Uns geht es schließlich nicht um irgendeine Quote“, unterstreicht Pressesprecher Klaus Wille.

Um die Jüngeren kümmert sich der Rünther besonders, damit sie sich aufgehoben fühlen. Erst vor wenigen Tagen wandte sich ein 21-Jähriger gemeinsam mit seinen Eltern an ihn. Der Weg aus der Alkoholsucht ist nicht leicht. Doch in den Selbsthilfegruppen erfahren die Betroffenen Verständnis. Anfangs ist das Glas aus ihrer Perspektive halb leer. Mit der Zeit sieht die Welt anders aus, nicht mehr so schwarz und grau. „Es ist nicht der große Lottogewinn, der glücklich macht“, unterstreicht Klaus Wille und lenkt den Blick auf die kleinen Dinge.

Möglichkeiten, zu sich selbst zu finden, Zeit und Raum für eigene Gedanken und Gefühle zu schaffen, gibt es viele. Zum Beispiel über Kreativität, Entspannung und Bewegung.

Auf dem jüngsten Bergkamener Tag zog es die Teilnehmer auch hinaus zu einem Spaziergang in die Natur. Andere lauschten Märchen - und erzählten eigene Geschichten. In aller Ruhe. „Denn Sucht“, so Marianne Sasse, „ist immer mit Hektik und Stress verbunden“.

Rw (Foto: Wenge)  
Aus Westfälischer Anzeiger, 20.09.2012

## Mehr als nur ein Stuhlkreis

### Blaues Kreuz stellt Selbsthilfegruppen vor

BERGKAMEN • Aus den Boxen wummert „Billie Jean“. Die Männer und Frauen führen zwar nicht den Moonwalk auf - doch auch sie tanzen. Ausgelassen, mitten im Raum. In der Tür geirrt, könnte man meinen. Aber halt: „Suchthilfe ist mehr als nur Stuhlkreis“, betont Diplom-Sozialpädagogin Marianne Sasse. Tatsächlich geht es darum, den Alltag zu gestalten, das Loch, das sich durch die Abstinenz auf tut, sinnvoll zu stopfen. „Denn wer plötzlich nicht mehr raucht, trinkt, ja konsumiert, hat auf einmal ganz viel Zeit“, weiß Sasse, wo die Herausforderungen liegen.

Auf dem Bergkamener Tag des Blauen Kreuzes in der evangelischen Kirche stand jetzt unter dem Titel „Bewusster leben mit allen Sinnen“ die Gesundheitsförderung in Selbsthilfegruppen im Vordergrund. Mit 55 Teilnehmern war die Zahl der Interessierten diesmal recht überschaubar. Marianne Sasse überraschte das nicht. Die Selbsthilfe sei im Umbruch. „Um auch Jüngeren eine Plattform zu bieten, sind die Workshops erlebnisorientierter und unverbindlicher“, erläutert die Sozialpädagogin. Nicht unbedingt zur Freude derer, die schon länger dabei sind. Dennoch tau-

chen die neuen Formate weiter im Programm auf. „Uns geht es schließlich nicht um irgendeine Quote“, unterstreicht Pressesprecher Klaus Wille.

Um die Jüngeren kümmert sich der Rünther besonders, damit sie sich aufgehoben fühlen. Erst vor wenigen Tagen wandte sich ein 21-Jähriger gemeinsam mit seinen Eltern an ihn. Der Weg aus der Alkoholsucht ist nicht leicht. Doch in den Selbsthilfegruppen erfahren die Betroffenen Verständnis. Anfangs ist das Glas aus ihrer Perspektive halb leer. Mit der Zeit sieht die Welt anders aus, nicht mehr so schwarz und grau. „Es ist nicht der große Lottogewinn, der glücklich macht“, unterstreicht Klaus Wille und lenkt den Blick auf die kleinen Dinge.

Möglichkeiten, zu sich selbst zu finden, Zeit und Raum für eigene Gedanken und Gefühle zu schaffen, gibt es viele. Zum Beispiel über Kreativität, Entspannung und Bewegung. Auf dem jüngsten Bergkamener Tag zog es die Teilnehmer auch hinaus zu einem Spaziergang in die Natur. Andere lauschten Märchen - und erzählten eigene Geschichten. In aller Ruhe. „Denn Sucht“, so Marianne Sasse, „ist immer mit Hektik und Stress verbunden“.



Kreativität, Bewegung und Entspannung helfen, zu sich selbst zu finden und werden vom Blauen Kreuz angeboten. - Foto: Wenge

## Freundeskreis Bergkamen

### Oberaden vom Müll befreit“

Heiner Mathwig, Ratscherr für die SPD im Rat der Stadt Bergkamen und Mitglied im Freundeskreis Bergkamen im Blauen Kreuz in der Evangelischen Kirche e.V., hatte zur Aktion „sauberes Oberaden“ eingeladen und der Freundeskreis Bergkamen im BKE konnte seine Qualitäten zur Müllbeseitigung unter Beweis stellen. Aad Heemskerk, Rüdiger Friedrich, Freddy Adrian, Heiner Mathwig und Walter Grewe hatten Lust auf sammeln und gaben Müll und Unrat in Bergkamen-Oberaden keine Chance.

Dosen, Flaschen, Plastik, Altpapier und Tetrapack, alles was herumlag und verschandelte war dem Garas zu machen.

Gnadenlos wurde Müll eingesammelt, verpackt in blaue Säcke, die Luft abgeschnürt und ohne Gewissensbisse der Verbrennung zugeführt. Der Höhepunkt war ein alter Trecker mit Anhänger, der huckepack genommen und als Altmetall verscherbelt wurde (kleiner Scherz). Bei so einer harten Maloche waren natürlich Erschöpfung und Mattigkeit nicht zu vermeiden. So musste danach eine leckere Erbsensuppe mit Würstchen zur Stärkung verabreicht werden, und der „Müllakku“ konnte wieder aufgeladen werden.

Der Besitzer des weggeworfenen Tractors konnte natürlich auch ausfindig gemacht werden, und konnte seinen kleinen Liebling aus der Altmetallverwertung retten. Andere Arten von Öffentlichkeitsarbeit können eben auch Spaß machen.



### Gemeindefest „Kirche der Generationen“

Unter dem Motto: „Kirche der Generationen“ fand am 09.09.2012 das diesjährige Gemeindefest der Martin-Luther-Kirchengemeinde Bergkamen in Bergkamen-Heil statt.

Da der Freundeskreis Bergkamen im BKE ein Teil dieser Gemeinde ist, bot sich hier wieder eine tolle Gelegenheit an sich als Suchtselbsthilfeverein mit seinen vielen Aufgaben darzustellen und gleichzeitig Öffentlichkeitsarbeit für das Blaue Kreuz allgemein zu machen.

Wie immer fehlte es dem Verein an solchen Tagen nicht an Helfern und Teilnehmern und man hatte die Aufgabe übernommen, mit einer alkoholfreien Saftbar seinen Beitrag zum Gemeindefest zu leisten. Bei strahlendem Sonnenschein wurden kinderfreundliche und schmackhafte Saftkombinationen ohne „Umdrehungen“ angeboten, und gleichzeitig auf die Gefahren von Alkohol in unserer Gesellschaft aufmerksam gemacht.

Das Motto der Saftbar des Freundeskreises Bergkamen hätte ähnlich dem Motto des Gemeindefestes auch lauten können: „Drei Generationen des Freundeskreises bei der Öffentlichkeitsarbeit“:

## Vereine



Mutter Inge Weitkunat als Verkaufsgenie, Sohn Sven war für Optik und Geschmack der Softgetränke zuständig, und weil schließlich auch noch Enkel Luca für die Details wie Eis und Strohalm sorgte, waren Erfolg und Umsatz nur eine Frage der Zeit.

Natürlich dürfen die vielen anderen Helfer und Teilnehmer dieses schönen Tages nicht vergessen werden, waren noch viele andere Aufgaben zu erledigen und zu leisten. Nach Ende der Veranstaltung wurde abgebaut, verladen und aufgeräumt. So wurde es für viele doch ein recht langer Tag. Unter den Strich aber waren alle einer Meinung: „Schöner Tag, schönes Wetter, viel Spaß, was will man mehr“.

### Ehrennadel der Stadt Bergkamen für Walter Sommer

Für seine langjährige, ehrenamtliche Arbeit in der Suchtkrankenhilfe überreichte der Bürgermeister der Stadt Bergkamen Roland Schäfer im Rahmen einer Feierstunde am 16.11.2012 Herrn Walter Sommer die Ehrennadel der Stadt Bergkamen.

Walter, seit 1994 Mitglied im Blauen Kreuz in der Evangelischen Kirche e.V., hat in der Suchtkrankenselbsthilfe in den vielen Jahren seiner Mitgliedschaft im Blauen Kreuz ein vielfaches soziales Engagement bewiesen.



Als ausgebildeter Suchtkrankenhelfer und Gruppenleiter war Walter seit vielen Jahren als Ansprechpartner und in der Gruppenleitung tätig.

Nach der Gründung des Freundeskreises Bergkamen im Jahre 2002 kam ab 2006 noch die Aufgabe des 2.stellv. Vorsitzenden dazu.

Zu seiner Feierstunde wurde er von seinem Gruppenmitglied Hartmut Kühn begleitet, zu zweit geht manches ja bekanntlich leichter.



Eine Auflistung der vielfältigen Aufgaben eines engagierten Menschen in der Suchtkrankenselbsthilfe fällt immer schwer, gehört doch die Arbeit mit und am Menschen zu den schwersten. Walter Sommer stellt sich dieser Aufgabe.

Der Freundeskreis Bergkamen freut sich natürlich ebenfalls über diese Ehrung. Zeigt sie doch, dass ehrenamtliche Tätigkeit auch belohnt wird.



## Frauen lassen es „gruseln“

Kürbiszeit, Gruselzeit, dachte sich die Frauengruppe des Freundeskreises Bergkamen im BKE und traf sich bei der Gruppenleiterin Karin Pohl zum Kürbisschnitzen. Das Motiv lautete wie jedes Jahr: „Je gruseliger um so schöner“. Um ein solches Ergebnis zu bekommen, dafür musste natürlich auch was getan werden und eine Menge Abfall musste entsorgt werden.

Mit scharfen, großen Messern musste dem Kürbis auch erstmal das Fürchten beigebracht werden, mancher Kürbis musste für seine Schönheit große Schmerzen erleiden. Große Verwundungen und Schnitte bei den „weiblichen Schnitzern“ brauchten allerdings nicht versorgt werden, ein Notarzt musste auch nicht eingreifen.



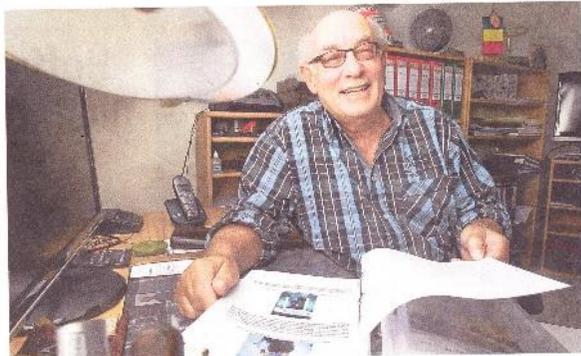
Aber unter'm Strich zählt eben nur das Ergebnis und diese Ergebnisse konnten sich sehen lassen. Eine Halloween - Kürbiskopfparade, geeignet kleinen Kindern und ängstlichen Frauen das „Fürchten zu lehren“.

Alle Artikel Freundeskreis Bergkamen:  
**Walter Grewe**

## Rumänien-Hilfe

**Der Hellweger Anzeiger** hat es sich nicht nehmen lassen, in der Ausgabe vom 19. Juli 2012 ausführlich über Walter Beiers 11. Rumänien-Hilfsreise zu berichten.

Auf den Seiten 59-60 ist ein Bericht von Walter Beier zu seiner Hilfsfahrt nach Rumänien zu finden.



Walter Beier ist auch mit 72 Jahren noch nicht müde geworden, sich für das Wohl der Menschen in Rumänien einzusetzen. Von seinem Südkollegen hat er seine Fahrten nach Siebenbürgen von 1979 aber auch viele Jahre später, im Spätsommer zusammengefasst. Foto: Mike

## Rollatoren und Kleidung für Menschen in Rumänien

Walter Beier kehrt von seiner elften Hilfsaktion in Siebenbürgen zurück

Von Laura Grages

**OBERRADEN** • Was mit der Unterstützung von Suchtkranken in Rumänien beginnt, hat sich in immer mehr zu einer Hilfsaktion für viele rumänische Familien und Privatpersonen entwickelt. Walter Beier kehrt am vergangenen Sonntag von seinem elften Besuch aus Siebenbürgen zurück. Am nächsten Mai er darf bei dem Leben vor Ort zu verbessern.

Alles begann im Jahr 2000. Beier nahm an einer Suchtkranken in Rumänien teil. Der heute 70-Jährige hatte sich lange für das Blaue Kreuz in der Evangelischen Kirche (EKK) engagiert und sollte sich die Situationen der Suchtkranken in diesem Land ansehen.

Inzwischen hat das Blaue Kreuz in Rumänien eine kleine Schenkerei, eine Werkstatt für suchtkranke Männer. Es war, als ob die Zeit im 19. Jahrhundert stehen geblieben wäre. Das hat mich einfach nicht mehr losgelassen“, sagte Beier. Daher fasste er den Entschluss, im nächsten Jahr erneut nach Siebenbürgen zu fahren. Letztendlich war



Die Rollatoren von Hermann-Göhring-Zentrum übergibt Walter Beier an ein rumänisches Seniorenheim. Foto: privat

In dem ebenfalls Gespräch mit den Erkrankten. Mangel kommt der 70-Jährige im Kreis Nurebren, nachmittags in die Insel der Hoffnung, eine Werkstatt für suchtkranke Frauen in Schellenberg. Die Veränderung ist dabei kein Problem. Sie leben doch viele deutschsprachige Menschen in Siebenbürgen. Interessanter gibt er Tipps, was bei der Gründung von Selbsthilfegruppen zu beachten ist. So sind im Erlebnis von Siebenbürgen weitere Gesprächskreise entstanden. In Vorbereitung auf seine Reisen sammelt Beier auch

den Kleidung und Spenden. Das Geld überlegt er nicht zu bar, sondern investiert es zum Beispiel in Kleintierhaltung, Gemüse und Saubermittel, aber alles, was die Menschen vor Ort wirklich benötigen. Inzwischen ist Beiers Hilfsaktion so bekannt, dass Institutionen auf ihn zukommen. Das Hermann-Göhring-Zentrum spendet zudem Rollatoren. Eine Firma aus Herborn transportiert die Güter kostenlos.

Die Gegenstände sind aber längst nicht mehr nur für die Erkrankten bestimmt. Die Seniorenheim in Hermannstadt, die Kinderheim und ein Kloster profitieren von den Gütern. Beier hat zahlreiche Kontakte zu sozialen Einrichtungen. Auch im Winter hilft er weiter, wenn der befreundete Rumäne zum Beispiel eine Behandlung beim Arzt nicht bezahlen kann.

Für seinen nächsten Besuch hat sich Beier konkrete Ziele vorgenommen. Das Blaue Kreuz plant in ein neues Gebäude um für die Internationales werden auch Güter benötigt. Außerdem möchte die 70-Jährige die neu entstandenen Selbsthilfegruppen in Siebenbürgen besuchen.

## Brackwede

### **BKE – Symbol im neuen Glanz Blickfang und Wegweiser -**

Im neuem Glanz erstrahlt der Eingang zu unseren Räumlichkeiten am Kirchweg 10 in Brackwede.

Im Juni 1990 stellte der Ev. Gemeindedienst uns die Räume zur Verfügung, Die nun erforderlichen Aus- und Umbauarbeiten wurden von Mitgliedern des BKE geplant und durchgeführt. Auch die Einrichtungs- und Gebrauchsgegenstände wurden selbst gefertigt oder beschafft und bieten uns heute ein behagliches zu Hause. Der Eingangsbereich ist nutzbar für Kleingruppen und Einzelgespräche – oder auch nur zur Entspannung.

Der Gruppenraum, mit Telefon und Internetanschluss, bietet Platz für etwa 20 Personen und ist mit der Küche verbunden.

Die sanitären Einrichtungen, eine Bastelecke, das Freigehege für Raucher sowie die zwingend erforderliche Grillmöglichkeit sorgen für den entscheidenden „Wohlfühlcharakter“.



Heute finden hier: Jeden Mittwoch der offene Gesprächskreis von 19.45 – 21.15 Uhr, der Frauengesprächskreis, Vorstandssitzungen, sonstige Besprechungen, Bastel- und Klönabende sowie Feierlichkeiten aller Art statt.

Neugierig geworden? Einfach mal reinschauen.

**Reiner Gallinat**



**Sonnabend-Gottesdienst am 28.01.2012  
„Gottes Kraft ist in den Schwachen mächtig“**

Wie die „Neue Westfälische Bielefeld“ berichtete, wurde die Tradition der „Sonnabendkirche“ in der Brackweder Bartholomäus-Kirchengemeinde fortgesetzt. Mitglieder des Blaukreuz-Vereins Brackwede gestalteten unter der Leitung von Pfarrer i.R. Wolfgang Bergmann den Gottesdienst.

Inhalt der Predigt war „Das Gleichnis vom Sämann“, der aufs Feld ging und dabei einen Teil des Samens auf dem Weg verlor, wo er von Vögeln gefressen wurde. Ein anderer Teil fiel auf Fels und verdorrte.

Andere Körner fielen unter Dornen, gingen auf, wurden aber erstickt. Einiges fiel jedoch auf guten Boden, ging auf und brachte hundertfach Frucht.

Mitglieder der Gruppe berichteten hierzu aus ihrem Leben - aus ihrer Kindheit, vom Umfeld, dem Weg in die Abhängigkeit und dem verzweifelten Kampf, davon wieder loszukommen.

Alle haben Isolation, Einsamkeit, Bitterkeit und Selbstmitleid kennen gelernt.



**Blau Kreuz richtet Gottesdienst aus**  
Sonnabendkirche zum Thema Alkoholabhängigkeit

Brackwede. Die Tradition der „Sonnabendkirche“ der Brackweder Bartholomäus-Kirchengemeinde wird jetzt fortgesetzt. Am Sonnabend, 28. Januar, beginnt der Gottesdienst in 18 Uhr in der Bartholomäuskirche an der Hauptstraße. Mit dem Leitwort der Jahreslosung des Jahres spricht: „Meine Kraft ist in den Schwachen mächtig.“ Gestaltet Mitglieder des Blaukreuz-Vereins Brackwede unter der Leitung von Pfarrer i.R. Wolfgang Bergmann den Gottesdienst. Sie geben darin ihre Erfahrung mit der christlich geprägten Arbeit des Blaukreuzvereins weiter.

Alkohol wird in unserer Gesellschaft zu fast allen Gelegenheiten angeboten und getrunken, er gehört einfach dazu. Manch einer entwickelt sich so zum Gewohnheitstrinker und muss schließlich abhängig trinken. Leidvoll berichten davon in erster Linie Familienangehörige, Ehepartner, Kinder. Da ja nichts nachandern drängen soll, spielen sich Not und Hilflosigkeit vieler Familien im Verborgenen ab. Das Blaukreuz Brackwede wagt mit wieder mit diesem Gottesdienst, der Schritt in die Öffentlichkeit und teig eigenem Weg, der schon vielen Abhängigen und auch betroffenen Angehörigen geholfen hat.

Im Anschluss an den Gottesdienst stehen Mitglieder des Blaukreuzes zu Nachfragen und Gesprächen, auch zu vertraulichen Einzelgesprächen, zur Verfügung.

Mit der zufriedenen Abstinenz kehrt allmählich die Hoffnung zurück. Heut können wir ganz bewusst jeden Tag genießen.

Wir bitten Gott darum, nie mehr ohne Hoffnung leben zu müssen.



Unser Bild zeigt Mitglieder der Gruppe, die den Gottesdienst gestalteten. Unser besonderer Dank gilt Herrn Pfarrer i.R. Wolfgang Bergmann (2. v.li.) sowie Herrn Hans Küpper (5. v.li.).

# Vereine

## Unser Bus - unser Schiff - unsere Gruppe

Der diesjährige Tagesausflug, wieder von Ursula Moshage hervorragend organisiert, fand am 07.06.2012 - ein Feiertag - statt.

**Unser Bus** brachte uns zunächst in die alte Hansestadt Soest mit ihren von Weitem sichtbaren Kirchtürmen. Hier erwarteten uns zwei Damen, die uns durch die historische Altstadt mit den hübschen Fachwerkhäusern und romantischen Gasen führten. Von unseren Stadtführerinnen erfuhren wir vieles über die Geschichte von Soest, vom Bau der Stadtmauer, über die Salzgewinnung, politische Veränderungen und über Persönlichkeiten, die das Bild der Stadt geprägt hatten.



Mit einem gemütlichen Kaffeetrinken ließen wir den Tag ausklingen.



**Unser Theo** Schmidt wusste zu ergänzen, dass am 24.02.1902 die Gründung des „Deutschen Bundes Evangelisch-Kirchlicher Blaukreuzverbände“ in Soest in Westfalen stattfand.

Das obligatorische Foto **unserer Gruppe** - 31 Personen nahmen an dem Ausflug teil - entstand vor Antritt der Fahrt.

Nach dem Mittagessen wartete **unser Schiff**, der Katamaran „MS Möhnesee“ auf uns und zeigte uns in einer etwa einstündigen Fahrt die Schönheiten des „Westfälischen Meeres“.



## 170 Jahre BKE Weihnachtsfeier der besonderen Art

Im Mittelpunkt unserer diesjährigen Weihnachtsfeier standen Ehrungen für insgesamt 170 Jahre Mitgliedschaft im Blauen Kreuz Brackwede.

Unser Vorsitzender Horst Niermann begrüßte die Jubilare, Mitglieder und Freunde. Herr Pfarrer a.D. Bergmann, auch bereits seit 20 Jahren Mitglied, erzählte einleitend eine etwas andere Weihnachtsgeschichte aus dem Jahr 1946.

Deutschland war in Besatzungszonen aufgeteilt. Ein junger Mann, der seine Eltern besucht hatte, wollte aus dem sowjetischen Sektor zurück in den Westen. An der innerdeutschen Grenze wird er von Soldaten der damaligen Sowjetunion festgehalten. Die Angst, gefangen genommen und inhaftiert zu werden, war groß. Beim Durchsuchen des spärlichen Handgepäcks stieß einer der Soldaten auf die Bibel des Theologiestudenten. Nach kurzen Wortwechsel gab sich der Uniformierte ebenfalls als Christ zu erkennen und wies dem Flüchtenden, unter Hinweis auf einen gemeinsamen Herrn, den Weg in die Freiheit.

Freiheit durch Abstinenz für Betroffene und Angehörige. In Anwesenheit unseres Landesvorsitzenden Karl-Hermann Vagt nebst Gattin hielt der

Ehrevorsitzende des Landesverbandes, Walter Beier, die Laudatio für die Jubilare. Glückwünsche und Anstecknadel für fünfjährige Mitgliedschaft erhielten Marianne Küpper, Hartmut Engel und Bernd Hecht, für 15 Jahre wurde Renate Erdmann geehrt.

Einen besonderen Dank richtete er an Herrn Pfarrer Wolfgang Bergmann, der – wie bereits erwähnt – seit nunmehr 20 Jahren Mitglied des Vereins ist und dem Beirat des Vorstands des BKE Brackwede angehört. Er unterstützt das Blaue Kreuz wo er nur kann und ist eine ganz wichtige Person in Verbindung zur Evangelischen Kirche. Eine solche Konstellation sei auch für andere Vereine wünschenswert.

Herzliche Glückwünsche an Siegfried und Edeltraut Fenn für ebenfalls 20 Jahre Mitgliedschaft. Siegfried, seinerzeit regelmäßiger Gast auf dem Bergkämmer Tag, wurde nach der Ausbildung zum freiwilligen Suchtkrankenhelfer 1984 in den Beirat, ein Jahr später zum 2. Vorsitzenden und 1996 zum 1. Vorsitzenden des Vereins gewählt.

10 Jahre hat er den Verein nach innen und außen hervorragend geführt, bis ihn gesundheitlich Gründe zwangen, sein Amt abzugeben. Edeltraut stand ihrem Mann in dieser Zeit immer hilfreich zur Seite und packte bei allen Angelegenheiten des Vereins tatkräftig mit an. An dieser Stelle beiden nochmals herzlichen Dank.



**Ehrung der langjährigen Mitglieder: (v.l.) Walter Beier, Karl-Hermann Vagt, Hartmut Engel, Marianne Küpper, Bernd Hecht, Renate Erdmann, Pfarrer i.R. Wolfgang Bergmann, Edeltraut und Siegfried Fenn, Gerda und Theo Schmidt, Horst Niermann, Hanna Halw, Reiner Gallinat**

## Vereine

### **Gerda und Theo Schmidt - 40 Jahre BKE Brackwede**

Eine enorm lange Zeit. Stellen wir uns einmal vor, wie oft in diesen 40 Jahren 5 Minuten Hilfe geleistet werden konnten, so Walter Beier. Der Eintritt von Theo in das Blaue Kreuz am 01.06.1972 war Anlass für Gerda, ebenfalls dorthin zu gehen.

Noch im Jahre 1972 wurde Theo in den hiesigen Beirat gewählt. 1974 übernahm er das Amt des 2. Vorsitzenden. Etwa zu diesem Zeitpunkt absolvierte er die Ausbildung zum freiwilligen Suchtkrankenhelfer und war auch schon in die Suchtkrankenhilfe eingestiegen. 1976 sorgte er dafür, dass der Verein direkt dem Erwachsenenbildungswerk der Evangelischen Kirche angehörte. Gleichzeitig wurde er in der Arbeitsgemeinschaft Sucht aktiv. Bei beiden Institutionen ist er auch heute noch aktiv vertreten.

Aber auch Gerda war seit ihrer Zugehörigkeit 1972 für den Verein aktiv, wenn es um Hilfe bei Rüsttagen, Feiern oder sonstigen Veranstaltungen ging. Einige Jahre war sie als Kassiererin tätig, viele Jahre für Blumenpräsente und Präsentkörbe für alle Angelegenheiten verantwortlich.

Hinter 40 Jahren Blaukreuzarbeit stehen aber nicht nur persönlicher Einsatz, sondern in erheblichem Maße die Verarbeitung von vielen belastenden Auseinandersetzungen, von Rückschlägen, Rückfällen und von Anfechtungen, die außergewöhnlich vom Umfang, von der Häufigkeit und von der Intensität her sein können.

Herzlichen Dank für die in 40 Jahren geleistete Arbeit und an Walter Beier für seine Worte, die sicherlich manchen nachdenklich gemacht, aber auch neu motiviert haben..



1978 wurde Theo Schmidt zum 1. Vorsitzenden gewählt. In diesem Amt blieb er 18 Jahre bis zum 08.11.1996. Auf der Jahresmitgliederversammlung wurde er dann zum Ehrevorsitzenden ernannt. In seiner Amtszeit war er auch maßgeblich daran beteiligt, dass uns seinerzeit die Gemeinde die Räumlichkeiten am Kirchweg 10 zur Verfügung stellte.

Gute Arbeit haben auch alle Mitglieder/Freunde geleistet, die mit Kaffee und Kuchen, Dekoration und vorweihnachtlicher Musik zum Gelingen dieses Festtages beigetragen haben.

Alle Berichte BKE Brackwede  
**Reiner Gallinat**

## Dorsten

### Ausflug 2012

Unser Vereinsausflug am 04.08.2012 führte 16 Reisende per Bus und Bahn nach Hagen zum Freilichtmuseum.

An verschiedenen Stationen gab es Leckerbissen für Nostalgiker zu sehen: u.a. einen Stuhlflechter, eine Zigarren-Dreherin und immer wieder von Wasserkraft angetriebene Schmiedehämmer - kleine, große und ganz große. Schließlich ist u.a. das Schmiedemuseum hier zu Hause.

Kinder können auf dem „Wasserspielplatz“ spielerisch erfahren, wie man Wasser lenken, was Wasser bewegen und wie man mit Windkraft Wasser fördern kann.

Bei herrlichem Wetter wurde das weitläufige Gelände „erlaufen“. Das Hauptdorf liegt weiter oben auf einem Hügel. Fußkranken ist ein Besuch des Freilichtmuseums allerdings nur bedingt zu empfehlen.

Druckerei, Papierherstellung, Öl-  
presse, Seilknüpferei - das Handwerk und Technik vom 18. bis 20. Jahrhundert werden hier lebendig. In einem der Fachwerkhäuser ist ein alter Krämerladen und eine Bäckerei untergebracht. Das Rosinenbrot hatte es einigen BKE-Mitgliedern angetan.

Auf das „selbstgebraute“ Museumsbier haben wir allerdings verzichtet.

Nach dem Rundgang war die Reisegruppe froh, sich bei Kaffee und Kuchen oder einem deftigen Mittagessen zu erfrischen und zu regenerieren.

Erst auf dem Heimweg zog ein kühlendes Gewitter auf. Es hat alles gepasst an diesem Tag.



# Vereine

## Jubiläen



Am 28. Oktober 2012 wurde **Karl Erich Lutterbeck** für 25 Jahre Dienst als Pfarrer in der Evangelischen Kirchengemeinde Dorsten geehrt.

Auch wir, das Blaue Kreuz Dorsten, gratulieren und danken für die Unterstützung und gute Zusammenarbeit.



Ebenfalls im Oktober 2012 nahm **Ralf Kunzmann** die Glückwünsche für 10 Jahre Zugehörigkeit zum Blauen Kreuz Dorsten entgegen. Ralf ist vielen Blaukreuzlern in NRW von seiner Zeit als Ausbilder von Präventionskräften bekannt.

Wir gratulieren und wünschen weiterhin alles Gute.

## Kreative Weihnachtsfeier

Die Weihnachtsfeier des BKE Dorsten am 20.12.2013 gab der Kreativgruppe Anlass, dem eigenen Ortsverein die Ergebnisse ihres Kunsthandwerks mit einem Verkaufsstand zu präsentieren.

Arbeiten der Kreativgruppe werden auch auf der Wanderausstellung der Suchtselbsthilfeverbände „Total Stark“ in Bottrop (14.02. - 09.03.2013) und Gelsenkirchen (14.05. - 08.06.2013) zu sehen sein.

Weitere Infos unter:  
[www.fas-nrw.de](http://www.fas-nrw.de)



Drei Kreativdamen des BKE Dorsten

## Dorsten-Holsterhausen

### Gemeinsames Wochenende

**Mit dem Zweck der Familienzusammenführung fuhr das BKE Dorsten-Holsterhausen mit 39 Teilnehmern in ein gemeinsames Wochenende ins Wiehengebirge nach Preußisch Oldendorf.**

Erst einmal ein Lob und ein großes Dankeschön an Andreas und Berthold, die durch Ihren Einsatz und Ihre Organisation diese Wochenendfahrt nach Preußisch Oldendorf (Bad Holzhausen) in die Pension Stork realisiert haben.

Wir schreiben den 24.–26. August 2012.

Schön war es, dass die Resonanz der Teilnehmer aus beiden Gruppen so groß war und wir letztendlich mit 39 Teilnehmern in Bad Holzhausen eintrafen. Sogar eine Handvoll hartgesottener Motorradfahrer war dabei, die zwar wegen kleinerer Problemchen eine langsamere und längere Anreise hatten, aber mit ein „bisschen“ Verspätung aber gut gelaunt am Zielort ankamen.

Die Pension mit Ihren Zimmern und der Verköstigung war für dieses Wochenende vollends ausreichend und gut. Herr Stork und seine Mitarbeiter waren sehr bemüht, uns es gut gehen zu lassen.

Das erste Highlight des Samstages erlebte eine Gruppe von ca. 15 Leuten, die bei 25 Grad im Schatten einen Wahnsinns-Berg erklimmen mussten, um an ihr Mittagessen, eine der besten Erbsensuppen (mit Bockwurst) des Landes, zu kommen.

Nach dem Mittagessen ging es für viele zum historischen Mittelaltermarkt nach Bad Essen, der recht sehenswert und interessant war.

Am Samstagabend gab es Leckeres vom Grill und von einem schön angerichteten Buffet. Dazu gab es eine leichte musikalische Darbietung einer Zwei-Mann Combo, die uns mit Ihrem „wundervollen Gesang“ bis in die Nacht begleitete.

Zwischen den Essenszeiten waren kleinere Unternehmungen, wie Spaziergänge oder der Besuch von Eisdielen oder Cafés möglich, einige blieben aber auch vor Ort, setzten sich zusammen und unterhielten sich. Man ließ die Seele baumeln und hatte überhaupt keinen Stress. Das Zugehörigkeitsgefühl in der Gemeinschaft und der freundschaftliche Umgang der Beteiligten untereinander waren richtig toll (kein Gezicke, kein Theater, kein Streit). Wir haben viel gelacht und hatten Spaß. (Alles ohne Alkohol)

Den Sonntag gingen wir ruhig an, denn nach dem Mittag mussten alle wieder Richtung Heimat.

Einige fahren aber noch zu einer Salzgrotte, in der man eine 45-minütige Anwendung genießen konnte, die einen hat 20 Jahre jünger fühlen lassen (aber leider nicht sichtbar).

Tja, jetzt ging es ausgeruht und locker nach Hause. Ich fand es war ein tolles Wochenende, nochmals vielen Dank und weiter so.

### Thorsten Junglas



## Essen

### Präsentation der Essener BKE-Vereine in der Gruga

Unter dem Motto "Mode, Heim, Handwerk" "NRW vom Guten das Beste" und "gesund leben", fand eine Ausstellung in der Gruga in Essen statt.

BKE-Vereine aus Essen nahmen die Ausstellung zum Anlass, die Arbeit des Blauen Kreuzes in der Evangelischen Kirche den Besuchern näher zu bringen.

Neben anderen Vereinen auf einer Gesundheitsmeile waren somit auch die BKE-Vertreter aus Essen gerne bereit, mit anderen über das Thema

### "Sucht hat viele Gesichter"

zu diskutieren, sie auf die Gefahren aufmerksam zu machen, und sie vor schlimmen Folgen der Sucht zu warnen.

Unsere Bilder zeigen einmal Hans-Peter Ludewig (links) und Sebastian vom BKE-Verein Essen-Alfredstraße bei einem Gespräch mit einer Besucherin, zum anderen mit ihrem Gast unter einem für unsere Arbeit wichtigen und zutreffenden Slogan der Gesundheitsmeile.

Auch die Suchtformen haben viele Gesichter. So war neben den „Alkoholgruppen“ auch die BKE-Gruppe gegen Spielsucht (Essen-Frillendorf) aktiv dabei.

**Dieter Kirchfeld**  
Redaktion Blaue Blätter



**Foto unten rechts:** Peter Renzel (3. von links), Gesundheitsdezernent der Stadt Essen, bedankte sich bei den Selbsthilfegruppen für die tolle Arbeit und hat auf Facebook folgenden Kommentar abgegeben: "Es gibt über 600 Selbsthilfegruppen in Essen. Die Essener Selbsthilfe ist auf der Messe und wird wieder über 15.000

Gespräche mit Messebesuchern führen!

Ich habe gestern zur Eröffnung der Messe Mode, Heim und Handwerk die Informations- und Beratungs-

stände der Essener Selbsthilfegruppen besucht. Ein tolles, interessantes, aber auch nachdenklich stimmendes Angebot.

Die Essener Selbsthilfe unter dem Dach der Wiese ist unverzichtbar. Übrigens sind alle Suchthilfe-Selbsthilfegruppen als "Essener Suchthilfe-Netzwerk" mit einem gemeinsamen Informationsstand unter der gemeinsamen Überschrift "Sucht hat viele Gesichter" vertreten."



## Gelsenkirchen

### Neuaufgabe von „100% (er)leben“ in 2013 Abschluss der Kampagne zur Suchtvorbeugung gefeiert. Starkes Netzwerk soll erhalten werden

Eigentlich ist Abschied meist ein trauriger Moment. Das Ende der Kampagne „100% (er)leben“ zur Suchtvorbeugung dagegen wurde am Donnerstag in den Räumen der Drogenberatung an der Liboriusstraße in Schalke groß gefeiert.

Und deshalb wird es in 2013 eine Neuaufgabe der Kampagne geben. Diesmal aber in anderer Form. „Es wird keine lange Projektphase geben, sondern eine gebündelte Aktionswoche“, so Ackermann.

Aber schon jetzt haben die meisten Kooperationspartner zugesichert, auch im kommenden Jahr wieder ihre Stärken einbringen zu wollen.

## Neuaufgabe von „100% (er)leben“ in 2013

Abschluss der Kampagne zur Suchtvorbeugung gefeiert. Starkes Netzwerk soll erhalten werden

Von Felix zur Nieden

Eigentlich ist Abschied meist ein trauriger Moment. Das Ende der Kampagne „100% (er)leben“ zur Suchtvorbeugung dagegen wurde am Donnerstag in den Räumen der Drogenberatung an der Liboriusstraße in Schalke groß gefeiert.

Und das nicht, weil man froh ist, dass es vorbei ist, sondern weil jetzt schon klar ist, dass es im nächsten Jahr eine Neuaufgabe gibt. „Das Projekt war sehr erfolgreich. Mehr als 70 Veranstaltungen hat es seit der Eröffnung am 1. Juni auf dem Neumarkt gegeben. Mehr als 50 Kooperationspartner haben sich zusammengesetzt und ein starkes Netzwerk aufgebaut“, sagt Munevera Ackermann, Leiterin der Fachstelle für Suchtvorbeugung, stolz.

Beratungsstellen, Selbsthilfegruppen und viele andere haben sich zu-

sammengeschlossen und es in nur einem halben Jahr geschafft, mehr als 4000 Menschen in Gelsenkirchen zu erreichen und über die Gefahrenpotenziale von Drogen aufgeklärt. „Wir dürfen dieses Netzwerk, dass wir im letzten halben Jahr aufgebaut haben, jetzt nicht einfach wieder sterben lassen. Wir müssen es nutzen“, sagt Ackermann.

Und deshalb wird es in 2013 auf eine Neuaufgabe der Kampagne geben. Diesmal aber in anderer Form. „Es wird keine lange Projektphase geben, sondern eine gebündelte Aktionswoche“, so Ackermann. Aber schon jetzt haben die meisten Kooperationspartner zugesichert, auch im kommenden Jahr wieder ihre Stärken einbringen zu wollen.

„Besonders beeindruckt haben mich die Selbsthilfegruppen, die im Rahmen der Kampagne ihre Türen für alle geöffnet haben und das alles



Polizeipräsident Rüdiger von Schoenfeldt (hinten) und Sozialdezernentin Karin Welge (3.v.r.) überreichen Preise und Urkunden an die Gewinner. FOTO: MARTIN MÖLLER

in ehrenamtlicher Arbeit“, erinnert sich Munevera Ackermann.

Zum Abschluss der Kampagne erhielten die Sieger des Foto-Wettbewerbs „Ich will...“ ihre Preise. Es siegten die Klasse 5/2 der Gesamt-

schule Ückendorf und die Klasse 9b der Lessing-Realschule. Sozialdezernentin Karin Welge und Polizeipräsident Rüdiger von Schoenfeldt ehrten die Sieger im Rahmen der Kampagnen-Abschlussfeier.

Und das nicht, weil man froh ist, dass es vorbei ist, sondern weil jetzt schon klar ist, dass es im nächsten Jahr eine Neuaufgabe gibt. „Das Projekt war sehr erfolgreich. Mehr als 70 Veranstaltungen hat es seit der Eröffnung am 1. Juni auf dem Neumarkt gegeben. Mehr als 30 Kooperationspartner haben sich zusammengesetzt und ein Netzwerk aufgebaut“, sagt Munevera Ackermann, Leiterin der Fachstelle für Suchtvorbeugung, stolz.

Beratungsstellen, Selbsthilfegruppen und viele haben sich zusammengeslossen und es in nur einem halben Jahr geschafft, mehr als 4000 Menschen in Gelsenkirchen zu erreichen und über die Gefahrenpotenziale von Drogen aufgeklärt.

„Wir dürfen dieses Netzwerk, dass wir im letzten halben Jahr aufgebaut haben, jetzt nicht wieder sterben lassen. Wir müssen es nutzen“, sagt Ackermann.

„Besonders beeindruckt haben mich die Selbsthilfegruppen, die im Rahmen der Kampagne ihre Türen für alle geöffnet haben und das alles in ehrenamtlicher Arbeit“, erinnert sich Munevera Ackermann.

Zum Abschluss der Kampagne erhielten die Sieger des Foto-Wettbewerbs „Ich will ...“ ihre Preise. Es siegten die Klasse 5/2 der Gesamtschule Ückendorf und die Klasse 9b der Lessing-Realschule. Sozialdezernentin Karin Welge und Polizeipräsident Rüdiger von Schoenfeldt ehrten die Sieger im Rahmen der Kampagnen-Abschlussfeier.

### Von Felix zur Nieden Aus WAZ Gelsenkirchen, 21.12.2012

Mitgearbeitet haben die BKE Ortsvereine Gelsenkirchen, Gelsenkirchen-Beckhausen und Gelsenkirchen-Haverkamp.

## Gelsenkirchen-Beckhausen

### Vereinsseminar: Freizeitgestaltung am 17. und 18.08.2012

Thema: **Gestalte deine Freizeit neu.**

Was kann ich tun, um meinen Weg in eine zufriedene Trockenheit zu erleichtern und einen Rückfall zu vermeiden? Das war die Primärfrage unseres diesjährigen Vereinsseminars.

Wichtig ist es, sich angenehme Freizeiterlebnisse ohne Alkohol zu verschaffen.

Finde heraus, welche Dinge Dir Freude bereiten, greife z.B. frühere Hobbys wieder auf.

Die Liste der individuellen Möglichkeiten ist lang und reicht von Fahrrad fahren über Wohnung verschönern bis zu einem Tanzkurs.

Wähle Freizeitbeschäftigungen, die eigenes Aktivsein erfordern, anstatt vor dem Fernseher zu sitzen oder auf eine andere Art nur abzuhängen. Wenn du aktiv bist, stellt sich selten ein Verlangen nach Alkohol ein.

Wir haben an drei Gruppenabenden das Thema ausführlich diskutiert und besprochen.

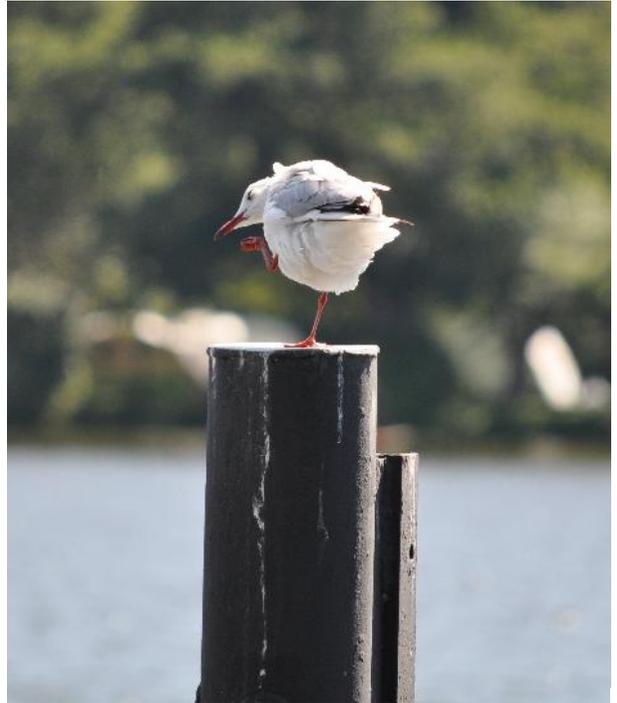
Ein Arbeitsteam hat folgende Aktivitäten vorgeschlagen.

Kino, Folkwangmuseum, Zeche Zollverein, Kemnader See, Baldeney See, Kaisergarten Tierpark und Museum, Minigolf, Heimatmuseum Buer, Salzgrotte Gelsenkirchen, Wandern auf der Halde, Tanzen oder Bowling.

Mit Hilfe eines Fragebogens, auf dem alle Vorschläge aufgeführt waren, haben wir folgende Aktivitäten ausgewählt:

Kino, Folkwangmuseum Live Art / Group Show, Baldeney See - auch das „Schlemmen“ als Freizeitbeschäftigung haben wir nicht vergessen mit Frühstück, Mittagessen, Kaffee und alkoholfreien Cocktails.

Ein besonderes Erlebnis war für alle ein Gruppenabend über das Thema mit Frau Ehrenberg vom Sozial-Psychologischen Dienst Gelsenkirchen.



Die Natur neu entdecken und wahr nehmen - mit anderen Augen sehen - auch das sind Bestandteile neuer Freizeitgestaltung

**Fazit:** Es ist von hoher Bedeutung, eine sinnvolle Freizeitgestaltung für sich zu finden, um zufrieden ohne Alkohol zu leben und einem Rückfall vorzubeugen.

Die Aktivitäten sollten - wenn möglich - auch immer zusammen mit Freunden begangen werden. Nur dann kann man auch über sich oder Probleme sprechen. Bei einer Tasse Kaffee, beim Essen oder einer Wanderung ist der Druck nicht so groß.

Diese Erkenntnis nehmen wir auch für unsere Gruppenarbeit mit, um die Atmosphäre angenehmer zu gestalten. Damit keine Ängste auftreten können wie „ich sage etwas Falsches“, „ich traue mich nicht“ oder „die sind ja schon so lange trocken“, usw.

Es waren tolle Tage, die haben uns allen viel Spaß gemacht - und es wurden gute Gespräche geführt.

**Jochen Heinrich**

## Herten - Disteln

### 25 Jahre Blaues Kreuz Disteln e.V.

Autor: Walter Kreilkamp

Am Sonntag, den 08.07.2012, fand die große Jubiläumsfeier zum 25 jährigen Bestehen der Blaukreuz-Gruppe Herten-Disteln statt.

Wir feierten 25 Jahre mit einem festlich gestalteten Gottesdienst in der Friedenskirche in Disteln. Das Thema des Gottesdienstes lautete:

#### „Von Suchen und Sucht“

Die Predigt dazu hielten gemeinsam Pfarrer Burkhard Müller, Frau Angela Buschmann-Rorowski von der Fachstelle „Sucht“ des Diakonischen Werkes Herten und der 1. Bürgermeister der Stadt Herten, Dr. Uli Paetzel.

Die Teilnehmer des Gottesdienstes waren von der Predigtgestaltung durch 3 Personen, aber auch vom Inhalt der Predigt begeistert.

Im Anschluss genossen wir mit über 100 Gästen bei leckeren Grillspezialitäten und Salaten, Kaffee und Kuchen und selbstgemixten Cocktails den Tag.

Guten Zulauf fanden auch der Verkauf selbsthergestellter Karten und die von unserem 1. Vorsitzenden, Werner Röder hergestellten Metallkunstwerke und Holzfiguren zur Verzierung von Gärten und Blumentöpfen.

An einem Informationsstand konnten sich die Besucher über unsere Arbeit und die verschiedenen Süchte informieren.

Im Rahmen der Feier konnten wir Förderer, die ehemaligen Vorsitzenden, Wegbegleiter und Freunde der Gruppe begrüßen. Einige Gäste möchte ich hier nennen: Dieter Kirckfeld, Gerd Ganz, Heiner Vollmer, Heinz Mastalerz und Ernst Kasperczyk.

Der Austausch der vielen Erinnerungen rundete unsere Feier ab.



## Holzwickede

### Vereinsseminar vom 31.08. - 02.09.2012

Wie in jedem Jahr fand wieder ein Vereinsseminar statt, dieses Mal in Haus Haard in Oer-Erkenschwick. Das Thema: „**Es geht mir gut - ich bin zufrieden - warum war das früher anders?**“

Die Vorsitzende Bärbel Brauckmann leitete zusammen mit dem Referenten des Wochenendes, dem Ehrenvorsitzenden des BKE NRW, Walter Beier, das Seminar. 15 Personen des Vereins, überwiegend Vorstandsmitglieder und Gruppenleiter nahmen teil. Bei Suchtkranken und deren Angehörigen ist die Gefühlswelt absolut in Unordnung, insbesondere in der Phase, wo der Partner noch trinkt. Deshalb gab es vom Referenten am Freitagabend zunächst einen Vortrag zu den Basisgefühlen Schmerz, Angst, Wut und Liebe.



Am Samstag wurde zum Thema mit folgenden Fragen an jeden Einzelnen gearbeitet:

- a) Was sind die Wurzeln meiner Kraft?
- b) Wie sehen meine Jahre aus?
- c) In welchem Jahr oder welchen Jahren war ich zufrieden? Wann war ich glücklich - unglücklich? Wann war ich krank - gesund? Gab es gute - schlechte Zeiten für mich und meine Familie?
- d) Wer war meine Stütze - stand mir zur Seite?
- e) Welche Gefühle waren wann relevant?

Es war ein sehr emotional geprägter Samstagvormittag. Die Teilnehmer erarbeiteten jeder für sich einen „Lebenslauf“. Dieser wurde anschließend von ihnen vorgestellt. Es zeigte sich, dass die meisten Teilnehmer noch sehr nahe an den Ereignissen früherer Jahre, insbesondere im Hinblick auf die Suchterkrankung, standen. Es stellte sich aber auch heraus, dass einige Mitglieder auf der Gefühlsebene schlecht zurechtkamen. Entweder machten sie dicht oder von vornherein nicht mit.

Folgerichtig schlossen sich die Fragen an, warum in den Gruppen so wenig Gefühl gezeigt und so wenig über Gefühle gesprochen wird.

Das Ergebnis des Wochenendes war, in Zukunft den Aspekt Gefühle viel mehr in die Gruppenarbeit vor Ort einfließen zu lassen. Alle Teilnehmer stimmten zu, dass sich im Grunde das Leben auf der Gefühlsebene abspielt.

Am Samstagnachmittag wurde die Seminararbeit durch eine Schiffsfahrt auf dem Halterner Stausee unterbrochen.



Wie immer wurden am Sonntagmorgen dann die von den Teilnehmern mitgebrachten Fragen behandelt: Rückfall, Gesprächs- und Streitkultur, Mitgliederschwund, Betreuung/Gruppenabend und „Hinterherlaufen“.

In der Abschlussrunde wurde übereinstimmend festgehalten, dass dieses Seminar auf jeden Einzelnen eine sehr starke Wirkung hatte und das Beste von allen war. Sie dankten dem Referenten Walter Beier für die Durchführung der Seminare in den letzten 10 Jahren

**Britta Grau**



## Die Sucht überwinden: Das Blaue Kreuz hilft

19 Jahre Blaues Kreuz in der Ev. Kirche Holzwickede. Das wurde jetzt beim Jahresfest im Evangelischen Gemeindehaus Opherdicke gefeiert.

Die Vorsitzende Bärbel Brauckmann begrüßte rund 30 Mitglieder, Pfarrer Bald und den Ehrenvorsitzenden des Landesverbandes NRW, Walter Beier.

Nach einer Andacht durch Pfarrer Bald, der sich für die vielen Jahre des Einsatzes der Menschen im Blauen Kreuz im Dienst am Nächsten bedankte, ging Walter Beier ein wenig auf die Geschichte des Blauen Kreuzes ein. Er wies darauf hin, dass es sich bei dieser Organisation, der Holzwickede angehört, um das kirchliche Blaue Kreuz handelt. Dieser Gesichtspunkt sollte bei der Arbeit stärker berücksichtigt werden, nicht nur auf Orts-, sondern auch auf Landesebene.

Bis zum Jahr 1902 gab es ein Blaues Kreuz. Dieses wollte seinerzeit mit der Kirche nichts mehr zu tun haben. Das konnten etliche evangelische Pfarrer nicht mitmachen. So kam es zur Gründung der evangelisch-kirchlichen Blaukreuz-Verbände, heute das Blaue Kreuz in der Evangelischen Kirche.

Bezeichnenderweise waren es auch Pfarrer, die zunächst in der Schweiz und später in Deutschland Ende des 19. Jahrhunderts das Blaue Kreuz gründeten. Bis hierher hatten sich also mehrheitlich die Pfarrer in den Gemeinden um Suchtkranke gekümmert.

Nach Gründung des Diakonischen Werkes vor über 120 Jahren wurde die spezielle Arbeit mit den Suchtkranken vom Diakonischen Werk und den Abstinenzverbänden, heute Selbsthilfegruppen, durchgeführt.

Im Ergebnis bedeutet dies, dass heute die Selbsthilfeorganisationen, das Diakonische Werk, die Caritas usw. die Arbeit durchführen, die - wie ausgeführt - seinerzeit Pfarrer und Priester in den Gemeinden verrichteten. Diese geschichtliche Betrachtung zeigt, wie sehr das hier ansässige Blaue Kreuz mit der Evangelischen Kirche verbunden ist.

Auf der anderen Seite wird es natürlich dadurch auch deutlich, dass das Blaue Kreuz in der Ev. Kirche ihre Begegnungsstätten in den Räumen der Evangelischen Kirche hat.

Bärbel Brauckmann und Walter Beier bitten hiermit die Menschen, die durch Suchtmittelmissbrauch oder dergleichen in Not sind, vom Angebot des Blauen Kreuzes in Einzelgesprächen, Gesprächsgruppen und Betreuung im vertraulichen Rahmen Gebrauch zu machen und die Schwellenangst zu überwinden.



Die freiwilligen Suchtkrankeberaterin Bärbel Brauckmann, Monika Brauckmann und Walter Beier (v.l.) stehen bei der Feier in Holzwickede mit Pastor und Frau Bald. Foto: Himmels

## Die Sucht überwinden: Das Blaue Kreuz hilft

Jahresfest zu 19 Jahren BKE-Arbeit in Holzwickede gefeiert

**HOLZWICKEDE** • 19 Jahre Blaues Kreuz in der Evangelischen Kirche Holzwickede. Das wurde jetzt beim Jahresfest im Evangelischen Gemeindehaus Opherdicke gefeiert.

Die Vorsitzende Bärbel Brauckmann begrüßte rund 30 Mitglieder, Pfarrer Bald und den Ehrenvorsitzenden des Landesverbandes NRW, Walter Beier.

Nach einer Andacht durch Pfarrer Bald, der sich für die vielen Jahre des Einsatzes der Menschen im Blauen Kreuz im Dienst am Nächsten bedankte, ging Walter Beier ein wenig auf die Geschichte des Blauen Kreuzes ein.

Er wies darauf hin, dass es sich bei dieser Organisation, der Holzwickede angehört, um das kirchliche Blaue Kreuz handelt. Dieser Gesichtspunkt sollte bei der Arbeit stärker berücksichtigt werden, nicht nur auf Orts-, sondern auch auf Landesebene.

Das kann es zur Gründung der evangelisch-kirchlichen Blaukreuz-Verbände, heute das Blaue Kreuz in der Evangelischen Kirche.

Bezeichnenderweise waren es auch Pfarrer, die zunächst in der Schweiz und später in Deutschland Ende des 19. Jahrhunderts das Blaue Kreuz gründeten. Bis hierher hatten sich also mehrheitlich die Pfarrer in den Gemeinden um Suchtkranke gekümmert.

Nach Gründung des Diakonischen Werkes vor über 120 Jahren wurde die spezielle Arbeit mit den Suchtkranken vom Diakonischen Werk und den Abstinenzverbänden, heute Selbsthilfegruppen, durchgeführt.

Im Ergebnis bedeutet dies, dass heute die Selbsthilfeorganisationen, das Diakonische Werk, die Caritas usw. die Arbeit durchführen, die - wie ausgeführt - seinerzeit Pfarrer und Priester in den Gemeinden verrichteten. Diese geschichtliche Betrachtung zeigt, wie sehr das hier ansässige Blaue Kreuz mit der Evangelischen Kirche verbunden ist.

Auf der anderen Seite wird es natürlich dadurch auch deutlich, dass das Blaue Kreuz in der Ev. Kirche ihre Begegnungsstätten in den Räumen der Evangelischen Kirche hat.

Bis zum Jahr 1902 gab es ein Blaues Kreuz. Dieses wollte seinerzeit mit der Kirche nichts mehr zu tun haben. Das konnten etliche evangelische Pfarrer nicht mitmachen. So kam es zur Gründung der evangelisch-kirchlichen Blaukreuz-Verbände, heute das Blaue Kreuz in der Evangelischen Kirche.

Bezeichnenderweise waren es auch Pfarrer, die zunächst in der Schweiz und später in Deutschland Ende des 19. Jahrhunderts das Blaue Kreuz gründeten. Bis hierher hatten sich also mehrheitlich die Pfarrer in den Gemeinden um Suchtkranke gekümmert.

Nach Gründung des Diakonischen Werkes vor über 120 Jahren wurde die spezielle Arbeit mit den Suchtkranken vom Diakonischen Werk und den Abstinenzverbänden, heute Selbsthilfegruppen, durchgeführt.

Im Ergebnis bedeutet dies, dass heute die Selbsthilfeorganisationen, das Diakonische Werk, die Caritas usw. die Arbeit durchführen, die - wie ausgeführt - seinerzeit Pfarrer und Priester in den Gemeinden verrichteten. Diese geschichtliche Betrachtung zeigt, wie sehr das hier ansässige Blaue Kreuz mit der Evangelischen Kirche verbunden ist.

„Hilfe ist immer möglich, solange der Mensch noch lebt. Das bedeutet aber auch anders herum, dass ein Mensch jederzeit in die Abhängigkeit, natürlich unbewusst, rutschen kann.“

Walter Beier, Ehrenvorsitzender des Landesverbandes NRW

Die Selbsthilfegruppe Blaues Kreuz Opherdicke besteht seit November 1993. Die Mitglieder des Blaues Kreuzes sind in der Regel freiwillig tätig. Sie leisten einen wertvollen Beitrag zur Unterstützung der Suchtkranken.

**Ansprechpartner beim BKE**  
Bärbel Brauckmann, Tel. 03081174488  
Monika Brauckmann, Tel. 0308115912  
Walter Beier, Tel. 03081174488

„Hilfe ist immer möglich, solange der Mensch noch lebt. Das bedeutet aber auch anders herum, dass ein Mensch jederzeit in die Abhängigkeit, natürlich unbewusst, rutschen kann“, so Walter Beier.

Nach einem gemütlichen Beisammensein mit Abendessen und Verlosung schloss die Vorsitzende den Abend mit einem gemeinsamen Gebet.

**Aus Hellweger Anzeiger, 22.11.2012**

## Lengerich

### Henriette Schallenberg - „Lebensweg“ als Gemälde in der Wanderausstellung „Total Stark“

Ausführlich berichtete die lokale Presse über Hennys (so kennen sie die meisten Blaukreuzler des BKE in NRW) Bild, in dem sie ihren „Lebensweg“ künstlerisch darstellt.

Dunkle und helle Farben symbolisieren Verzweiflung und Hilflosigkeit. Hellere Farben dokumentieren, dass es Henny besser ging.

Als die kreative Wanderausstellung der Suchtselbsthilfe, „Total Stark“, in Hörstel Station machte, hatte Henny Gelegenheit, ihre Arbeit einer fachlich interessierten Öffentlichkeit zu zeigen. Sie bekam auf dem Podium die Möglichkeit, dem Publikum zu erläutern, welche Farben für welches Lebensgefühl stehen.

Mit dunklen Farben begann ihr Einstieg beim Blauen Kreuz, wo sie und ihr Mann Heinz Hilfe fanden. Ihre Gruppe in Lengerich haben ihr neue Hoffnung und Kraft, neuen Lebensmut gegeben.

Henny engagiert sich heute selbst in ihrem Verein, in der Region und im BKE Landesverbandes. Neben Gesprächen mit Hilfesuchenden und Suchtprävention bei Schülern und Jugendlichen liegt ihr vor allem die Frauenarbeit am Herzen.

Für die Gründung von Frauengruppen und allen frauenspezifischen Fragen im BKE Landesverband ist Henny die kompetente Ansprechpartnerin. So ist nicht verwunderlich, dass Henny zur Verantwortlichen des Arbeitskreises „Frauen und Sucht“ im FAS-NRW (Fachausschuss Suchtselbsthilfe) gewählt wurde (s. auch Seite xxx)



Ewald Decker und Henriette (Henny) Schallenberg vom BKE Ortsverein Lengerich informieren die Öffentlichkeit u.a. auf Ständen und bieten gern auch alkoholfreie Cocktails an. Beide haben sich auch für Aufgaben im Vorstand des BKE Landesverbandes NRW zur Verfügung gestellt.



### Schallenberg stellt in Hörstel aus



**LENGERICH.** Um Alkoholabhängige kümmert sich das Blaue Kreuz. Henriette Schallenberg ist Frauenbeauftragte der evangelischen Kirche und des Landesverbandes. Die Lengericherin setzt sich seit vielen Jahren für die Selbsthilfeorganisation ein. In der Suchtklinik Hörstel stellt Schallenberg ein Bild aus.

### Bild symbolisiert den Lebensweg

Premiere für Henriette Schallenberg



Seit vielen Jahren engagiert sich Henriette Schallenberg für das Blaue Kreuz. Die Arbeit hat sie auch animiert, ihren „Lebensweg“ als Bild festzuhalten.

Seit vielen Jahren engagiert sich Henriette Schallenberg für das Blaue Kreuz – auf vieler Ebenen. Prävention, Information, Gespräche, Ansprechpartner sein – vielfältig hat sie Anerkennung gefunden. „Es ist wichtig, dass das Thema Sucht immer aktuell bleibt“, weiß sie aus Erfahrung. Wir haben Hilfe erfahren. Die daraus entstehende Kraft investierte sie

...in der Arbeit des Blauen Kreuzes. Dort sind noch bis zum 29. Oktober Bilder und Skulpturen aus der kreativen Südschleswig-Holsteinischen Westfalen zu sehen. „Meine Freundin Lore Theis hat gesagt, ich soll mein Bild mitbringen“. Gesagt, getan: Henriette Schallenberg musste Reize und Antworten sehen, welche Farben welches Lebensgefühl beschreiben.

Das Bild wird künftig wohl in der 5. und 6. Beratungsstelle im Martin-Luther-Haus hängen. Bilder zum Thema Lebensweg aus ihrer Sicht hat Henriette Schallenberg schon einige gemalt. „Die

ersten waren ganz dunkel“ erinnert sie sich an die Anfänge ihrer Arbeit im Blauen Kreuz. Damals gab es viele dicke Steine, die sich durch die Sucht ihres Mannes und die Ausdauerlosigkeit damit in ihren Lebensweg stellten. Ich habe damals Hilfe erfahren. Wir haben Hilfe erfahren. Die daraus entstehende Kraft investierte sie

gerne in die Arbeit des Blauen Kreuzes – auf vieler Ebenen. Prävention, Information, Gespräche, Ansprechpartner sein – vielfältig hat sie Anerkennung gefunden. „Es ist wichtig, dass das Thema Sucht immer aktuell bleibt“, weiß sie aus Erfahrung. Wir haben Hilfe erfahren. Die daraus entstehende Kraft investierte sie

## Lienen

**Ein Anker in der Not  
Blaukreuz-Gruppe besteht 40 Jahre /  
Auch Gründer Dr. Wilhelm Wilkens ist dabei**

**Aus „Westfälische Nachrichten“ 18.10.2012**

In gemütlicher Atmosphäre feierten im evangelischen Gemeindehaus die Mitglieder des Blauen Kreuzes Lienen mit einem gemeinsamen Mittagessen das 40-jährige Bestehen der Gruppe.

An diesem Festakt nahmen Nachbarvereine aus Georgsmarienhütte, Hagedorn und Lengerich teil. Zum Fest kamen ebenfalls die Freundeskreise aus Glandorf und Ibbenbüren sowie die Selbsthilfegruppe Westerkappeln.

Der Bundesvorsitzende Günter Grimm und der Landesvorsitzende Karl Hermann Vagt erschienen als Gratulanten. Auch der stellvertretende Bürgermeister Gerd Schomburg ließ es sich nicht nehmen, Grüße von Rat und Verwaltung zu übermitteln. Nach der Rede des Vorsitzenden Andreas Lange folgte eine kleine Andacht mit Pfarrer i.R. Hartwig Schulte.

Herzlich begrüßt wurde Dr. Wilhelm Wilkens durch die Vereinsmitglieder. Das Ehrenmitglied war es, das die Lienener Gruppe vor 40 Jahren ins Leben gerufen hat.

Das angenehme Ambiente unterstützen die zwei großen blau-weißen Vereinsfahnen, die den Gemeindesaal schmückten. Außerdem bot dieses Jahresfest die Möglichkeit, sich über den Verein zu informieren.

Ziel des Blauen Kreuzes ist es, Hilfe zu leisten bei der dauerhaften Bewältigung von Alkohol- und anderen Suchtkrankheiten.

Um diese Probleme zu meistern, trifft sich die Selbsthilfegruppe, die derzeit elf Mitglieder zählt, jeden zweiten Dienstag um 19.30 Uhr im evangelischen Gemeindehaus in Lienen.

Der krönende Abschluss für die zahlreichen „Blaukreuzler“ nach dem gemeinsamen Mittagessen war die kleine Show-Einlage der plattdeutschen Theatergruppe „Die Fidelen“. Die Akteure führten auf humorvolle Weise Alltagsszenen auf, die für viele Lacher beim Publikum sorgten. Am Ende wurde die Theatergruppe mit tosendem Beifall für ihre Darbietungen belohnt.

**LIENEN**

## Ein Anker in der Not

Blaukreuz-Gruppe besteht 40 Jahre / Auch Gründer Dr. Wilhelm Wilkens ist dabei



Seit 40 Jahren gibt es in Lienen das Blaue Kreuz. In der Selbsthilfegruppe finden Mitglieder Rat und Unterstützung. Foto: Fredricke Blomker

**-fb/ LIENEN.** In gemütlicher Atmosphäre feierten im evangelischen Gemeindehaus die Mitglieder des Blauen Kreuzes Lienen mit einem gemeinsamen Mittagessen das 40-jährige Bestehen der Gruppe. An diesem Festakt nahmen Nachbarvereine aus Georgsmarienhütte, Hagedorn und Lengerich teil. Zum Fest kamen ebenfalls die Freundeskreise aus Glandorf und Ibbenbüren sowie die Selbsthilfegruppe aus Westerkappeln.

Der Bundesvorsitzende

Günter Grimm und der Landesvorsitzende Karl Hermann Vagt erschienen als Gratulanten. Auch der stellvertretende Bürgermeister Gerd Schomburg ließ es sich nicht nehmen, Grüße von Rat und Verwaltung zu überbringen. Nach der Rede des Vorsitzenden Andreas Lange folgte eine kleine Andacht mit Pfarrer i. R. Hartwig Schulte.

Herzlich begrüßt wurde Dr. Wilhelm Wilkens durch die Vereinsmitglieder. Das Ehrenmitglied war es, das die Lienener Gruppe vor 40

Jahren ins Leben gerufen hat.

Das angenehme Ambiente unterstützen die zwei großen blau-weißen Vereinsfahnen, die den Gemeindesaal schmückten. Außerdem bot dieses Jahresfest die Möglichkeit, sich über den Verein zu informieren.

Ziel des Blauen Kreuzes ist es, Hilfe zu leisten bei der dauerhaften Bewältigung von Alkohol- und anderen Suchtkrankheiten. Um diese Probleme zu meistern, trifft sich die Selbsthilfegruppe, die derzeit elf Mitglieder

zählt, jeden zweiten Dienstag um 19.30 Uhr im evangelischen Gemeindehaus in Lienen.

Der krönende Abschluss für die zahlreichen „Blaukreuzler“ nach dem gemeinsamen Mittagessen war die kleine Show-Einlage der plattdeutschen Theatergruppe „Die Fidelen“. Die Akteure führten auf humorvolle Weise Alltagsszenen auf, die für viele Lacher beim Publikum sorgten. Am Ende wurde die Theatergruppe mit tosendem Beifall für ihre Darbietung belohnt.

## Lippstadt

### **Motto: Verbesserung der Vereinsarbeit**

Von Fr. 05.10. - So., 07.10.12 startete der Vorstand des BKE Lippstadt gemeinsam zu einem Vorstandsseminar nach Oberaula im Hessischen. Zu diesem Zweck hatte der Organisator drei Häuser in einem ruhig gelegenen Ferienpark geordert. Das Leitthema des Seminars bestand darin, Konzepte hinsichtlich der Vereinsarbeit zu überprüfen und ggf. neue zu erarbeiten, die eine erfolgreiche Arbeit innerhalb der Gruppen sicherstellen bzw. bewirken. Zwar kann die Lippstädter Gruppe, was die Mitgliederzahlen zur Zeit angeht, durchaus zufrieden sein, aber wie heißt es doch so schön: Wer rastet, der rostet. Im Zentrum der zu beleuchtenden Themen stand:

### **Wie können Hilfesuchende unserer Suchtproblematik - gerade die der mittleren und jüngeren Jahrgänge - in angemessener Weise auf die Selbsthilfegruppe des BKE angesprochen und zu einer dauerhaften Mitarbeit in dieser angeregt werden?**

Wie kann ich ihnen -gerade im wichtigen Erstgespräch- unser Motto „Hilfe zur Selbsthilfe“ so über- bzw. vermitteln, dass diese es auch verstehen und im Nachhinein verinnerlichen.



### **Entspannung und Spaß auf der Kegelbahn**

Einmal mehr wurde zudem deutlich, wie wichtig die Entsendung von Mitgliedern zu den Gruppenleiter- und Suchtkrankenhelferausbildungen im BKE ist. Im Zusammenhang steht natürlich damit die Anzahl der zur Verfügung stehenden zertifizierten Mitglieder, die die Ausrichtung eines qualifizierten, ansprechenden und interessanten Gruppenabends gewährleisten.

Und damit der Verfasser nicht falsch verstanden wird:

Selbstverständlich gestalten oftmals auch andere Mitglieder einen hervorragenden, themenorientierten Abend. Für Abwechslung sorgt aber ebenfalls immer wieder auch die Nutzung der zur Verfügung stehenden technischen Mittel. Der gesunde Mix macht es schließlich aus, einen Gruppenabend lebendig zu machen.

Unbestritten ist ebenfalls die Aufrechterhaltung der kontinuierlich durchgeführten Info-Abende in unseren beiden LWL-Kliniken Warstein und Eickelborn.

Der Vorschlag unseres Vorsitzenden, Peter Sauer, einen expliziten Ansprechpartner - gerade für die etwas jüngere Generation - anzubieten, fand die volle Zustimmung des Gesamtvorstandes. Diese Idee wurde direkt umgesetzt und mit unserem 34-jährigen Jens Mähler wurde ein idealer Ansprechpartner gefunden. Er wird sich demnächst u.a. auf unserer Website entsprechend präsentieren.



### **Wandern: Querfeldein über Stock und Stein**

Nun, neben all der anstehenden Themenflut sollte das Wochenende aber nicht ganz unmaßgeblich auch für ein wenig Spaß sorgen und dem weitergehenden Kennenlernen untereinander dienen. Denn gute Ergebnisse kommen in der Regel nur dort zustande, wo das Menschliche bzw. die zwischenmenschlichen Beziehungen auch stimmen.

Die gemeinsame Vorbereitung des Frühstücks, die gemeinsame Einnahme der weiteren Mahlzeiten, eine ausgiebige Wanderung sowie ein Kegelabend rundeten ein zwar arbeitsreiches aber auch schönes und harmonisch verlaufendes Vorstandsseminar ab.

**Günter Kühn**

## Marl I

### Unser „Neustart“ 03. Juli 2012

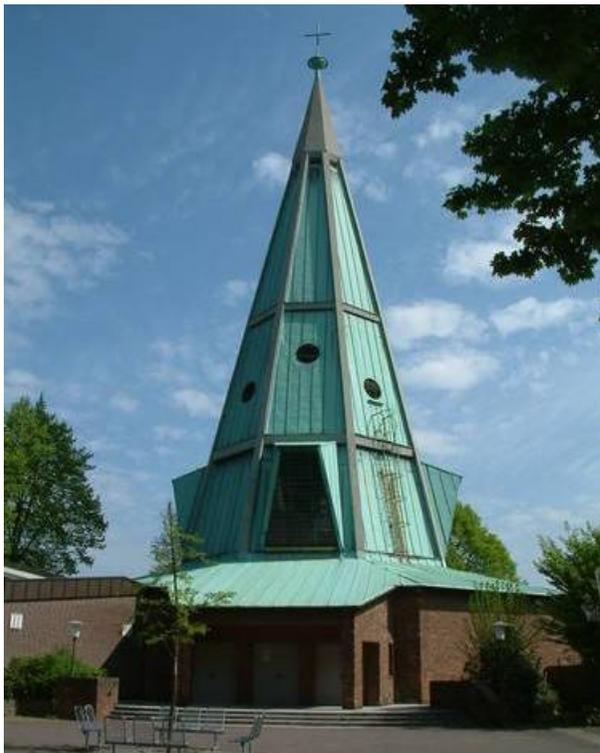
In den neuen Räumlichkeiten an der Auferstehungskirche wurden wir von der Gemeinde herzlichst aufgenommen und willkommen geheißen. So wurde schnell ein hoher Wohlfühlfaktor erreicht.

Was uns sehr freute, war die Tatsache, dass selbst unser Pfarrer Jörg Krunke gemeinsam mit uns umzog - denn auch er ist Mitglied des BKE Marl I.

Einen freudigen Anlass durften wir auch schon dort feiern: Ein Pärchen aus unseren Reihen gab sich das Ja-Wort und wir überraschten die Beiden mit einer gelungenen „Hochzeitsfeier“

„Schauen wir mal, was uns das Jahr 2013 Schönes und Spannendes bringt“.

Wir bedanken uns bei der Gemeinde an der Auferstehungskirche für die sehr herzliche Aufnahme. Vielen Dank.



### Erste Weihnachtsfeier in den neuen Räumlichkeiten

Ein volles Haus bescherte uns die diesjährige Weihnachtsfeier, da nicht nur Betroffene, sondern auch Angehörige eingeladen waren. Bevor wir mit der eigentlichen Feier beginnen konnten, begrüßte uns unser Mitglied Pfarrer Jörg Krunke zu einer Andacht.

Anschließend wurden in festlicher Atmosphäre unsere Mitglieder Hartmuth Eichler, Günter Kopania und Peter Klein für ihre 25-jährige Mitgliedschaft im BKE Marl I geehrt.

Alles in allem eine sehr gelungene und harmonische Weihnachtsfeier. Danke an meine Gruppe und an den Vorstand für die wirklich tolle Teamarbeit.

### Karola Wohlfarth



## Oer-Erkenschwick

### Mal ein anderer Gruppenabend

Ein Teil der Gruppe (der andere Teil war noch im Urlaub oder „fußkrank“) begab sich an einem schönen Augustabend auf eine naturkundliche Wanderung in die nahegelegene Haard.

Ausgangspunkt war das „Haus Haard“ (vielen bekannt als Tagungsort). Ziel der Wanderung war der „Brinksknapp“ in einem ausgewiesenen Naturschutzgebiet.

Unter Führung von Oberforstrat Michael Börth wurde es eine Biologiestunde vom Feinsten. Angefangen von Pflanzen am Wegesrand (essbare oder ungenießbare) bis zur forstwirtschaftlichen Nutzung von Hölzern - uns wurde alles erklärt.

Seit dem Abend wissen wir, wie viele Spechtarten es in der Haard gibt, wie lange der Bussard brütet usw., und wir haben uns immer eingebildet, uns in der heimischen Natur auszukennen, mussten aber an dem Abend erkennen, dass wir bei den bisherigen Waldspaziergängen vieles gar nicht erkannt haben, was so alles um uns herum passiert, wo der Mensch nachgeholfen hat oder die Natur sich selbst hilft!!!

Der Abend endete in der Gaststätte „St. Johannes“ mit einem deftigen Abendessen.

Es wird bestimmt eine Fortsetzung der „Biologiestunde“ geben!!!

**Manfred Stark**



Von links: Oberforstrat Michael Börth, Manfred, Rita, Stefan, kniend Inge und Walter, liegend Gruppenhund Oskar.

### Veränderungen im Vorstand

Im Vorstand des Ortsvereins Oer-Erkenschwick gab es Veränderungen. Am 08.11.2012 gab der bisherige Vorsitzende Manfred Stark sein Amt ab. Manfred war vierzehn Jahre lang in der Selbsthilfe des BKE Oer-Erkenschwick aktiv. Nach dem Start als „freie“ Selbsthilfegruppe hat sich die Gruppe 2007 dem Blauen Kreuz in der Ev. Kirche angeschlossen, was sich bis zum heutigen Zeitpunkt als vorteilhaft erwies.

Auf diesem Wege bedankt sich die gesamte Gruppe bei Manfred Stark für sein großes und langjähriges Engagement.



Danke, Manfred für langjährige Vorstandsarbeit (Manfred Stark mit seiner Frau Inge)

Neuer Vorsitzender des BKE Oer-Erkenschwick ist Wolfgang Kunze. Auch Vitus Küsters als stellv. Vorsitzender sowie Schriftführerin und Kassenprüfer/innen wurden neu gewählt.

### Unsere Weihnachtsfeier am 20.12.2012

Anlässlich der Weihnachtsfeier traf sich die Gruppe mit Angehörigen zum Austausch von Wichtelgeschenken und einem herzhaften Abendessen.



## Recklinghausen Altstadt

### Eben nicht „fein raus“

**Wie Mila Gante Armut und Vereinsamung trotz**  
**Von Heidi Meier**

Mila Gante ist eine couragierte Frau. In ihren 73 Lenzen hat sie schon so manche Höhen und Tiefen durchlebt und muss nach vielen arbeitsreichen und aufopferungsvollen Jahren nun von Grundsicherung leben. Darüber will sie jetzt mit uns reden. Sie will öffentlich machen, wie das im Alter ist, wenn man nicht nur überleben will und so wenig Geld zur Verfügung hat. Und auch, dass man nicht „fein raus ist“, wenn man Grundsicherung bekommt.

8,77 Euro, so hat Mila Gante errechnet, stehen ihr pro Tag zur Verfügung. „Das soll reichen für Lebensmittel, Putzmittel und Kleidung. Und zurücklegen soll ich davon auch noch etwas, falls mal die Waschmaschine Kaputt geht.“ Es reicht aber nicht. „Kleidung schenkt mir meine Tochter“, gesteht sie und fügt hinzu: „Schön ist das nicht.“

Dabei war ihr Leben arbeitsreich – nur längst nicht immer versicherungspflichtig. Als ausgebildete Krankenschwester war sie zunächst berufstätig, brachte zwei Kinder zur Welt, die sie über weite Strecken allein erziehen musste, während sie gleichzeitig fast dreißig Jahre lang ihre Eltern pflegte. Zwischendurch gab es nicht versicherungspflichtige Teilzeitjobs, später noch eine Zeit mit Nachtdiensten im Altenheim.

„Wie sollte ich da wohl was für die Rente tun?“ fragt sie, deren 861,80 Euro Rente zum allergrößten Teil aus der Witwenrente besteht. „Ich hab ja nicht gefaulenzt.“

Als ihr zweiter Mann starb, musste sie für die Beerdigung einen Kredit aufnehmen, den sie noch heute abbezahlt. 2008 zog sie in ihre jetzige barrierefreie Wohnung, die sie sich da noch leisten konnte. Als eine kräftige Mieterhöhung kam, war's vorbei damit. Mila Gante musste Grundsicherung beantragen.

Aber Mila gante ist auch reich. Reich an Kreativität, Neugier, Tatendrang und Ideen. Und diesen Reichtum, der sich nicht in Euro und Cent bemisst, nutzt sie mit dem Schlag-

anfall im vergangebei 80 Prozent Gehbehinderung und mit zitternden Händen geblieben ist.

### Behördliche Hürden und zu wenig Geld

Noch immer engagiert sie sich im



Vorstand einer Blaukreuz-Gruppe, sie arbeitet mit im Seniorenbeirat der Stadt Recklinghausen und schreibt für deren Zeitung REsolut, sie wirkt mit im Seniorenkreis der benachbarten Gustav-Adolf-Kirche, sie malt, musiziert, sie entspannt bei Chi-Gong, und in die Computerwelt hat sie sich rein gearbeitet. Und dann sind da noch die Basteleien und kunsthandwerklichen Arbeiten. Ihre Wohnung ist voll davon..

## Vereine

Das alles von 8,77 Euro? – „Das darf natürlich alles nichts kosten,“ erklärt sie. Man müsse halt die Möglichkeiten nutzen, die sich einem bieten. Den Computer haben ihr die Kinder geschenkt, die Musikinstrumente besitzt sie schon länger, Bastelmaterial besteht aus Resten, die ihr Freunde und Bekannte zur Verfügung stellen, und der Chi-Gong-Kurs ist beim Blauen Kreuz kostenlos.

„Ich will mir mein Alter doch so schön wie möglich machen und nicht den ganzen Tag Seifenopern im Fernsehen gucken“, sagt Mila Gante, deren einziger „Luxus“ das Abonnement der Recklinghäuser Zeitung ist. „Ich kann nicht ohne. Ich muss doch wissen, was in der Welt los ist.“

Was sie schmerzlich vermisst, das sind Theater-, Kino- oder Konzertbesuche. „Das ist einfach nicht drin – genauso wenig wie Kaffee und Kuchen beim Seniorenstammtisch“, bedauert sie aus tiefster Seele und ist an diesem Punkt bei ihrem Thema: „Grundsicherung macht viele einsam. Zum Leben gehört doch mehr als essen und trinken.“

Sie wollte sich ja nicht beschweren und sei froh, dass sie überhaupt etwas bekomme, versichert sie. Und setzt dann an zum großen Aber.

Ihre Wohnung hat sechs Quadratmeter mehr, als ihr mit Grundsicherung zustünden – 51 statt 45. Die Kosten für das Bisschen mehr an Wohnfläche werden nicht übernommen. Ursprünglich hat man die schwer kranke Frau mit Pflegestufe 1 gar aufgefordert umzuziehen.

Jedes Jahr aufs Neue wird ihr Anspruch auf Grundsicherung überprüft. „Die wisse doch, dass ich krank bin und sich an meinem Einkommen nichts mehr ändert.“ Überhaupt sei die Antragstellung für viele Senioren zu schwierig: persönliches Erscheinen bei der Behörde, vier bis sechs Seiten Formulare, zig Unterlagen, die beizubringen sind, und ein Merkblatt, dass Senioren kaum lesen könnten.

Und was Mila Gante schon gar nicht verstehen kann: „Warum erhöhen die die Grundsicherung nicht genauso wie Hartz IV? Stattdessen ziehen sie jede Rentenerhöhung von der Grundsicherung wieder ab. Für uns sind die Teuerungsraten doch genauso hoch.“

Aber, wie gesagt, Mila Gante ist eine couragierte Frau. Sie will sich von alledem nicht unterkriegen lassen und anderen Mut machen, auf andere Menschen zuzugehen, und der Einsamkeit zu entgehen. Und vor allem, sich nicht zu schämen.

**Aus Recklinghäuser Zeitung, Montag, 26.11.2012**



### **Mila Gante in ihrem Element - bei der kreativen Arbeit**

Wer kennt sie nicht? Die Mila - ein Stück BKE Kult - BKE Urgestein.

Mutig, ihre persönliche Lebens- und Leidensgeschichte in einem Interview von sich zu geben. Madame Courage eben.

### **Nie aufgebend - immer voller Hoffnung und Lebensfreude.**

Vieles hat sie geleistet - für den Verein und den Landesverband. Vieles hat das Blaue Kreuz ihr auch an Rüstzeug gegeben. Ein Geben und Nehmen.

Beim Helferkreis am 19. Feb. 2013 in Recklinghausen wird Mila referieren. Nach Altersarmut in dem Artikel hat sie sich die „Sucht im Alter“ vorgenommen, ja sogar an das Thema „Koma-Saufen im Alter“ traut sie sich heran. Wir trauen ihr das zu!

2012 hat sie 30 Jahre BKE-Zugehörigkeit gefeiert. Geehrt wurde Mila bei den Feierlichkeiten zum 40. Jubiläum des BKE Marl 1 im letzten Jahr. Wir gratulieren.

Das Redaktionsteam der Blauen Blätter

## Recklinghausen e.V.

### Alkoholverbot in Amerika

Passend zu unserem Motto "Nie wieder Alkohol" besuchten wir im September 2012 ein Schauspiel der Freilichtbühne in Coesfeld.

Der Titel lautete "Der große Gatsby", wobei uns der Titel anfangs nicht viel sagte.

Auf dem Bild 2 sind wir dann zu sehen in freudiger Erwartung auf den Beginn des Schauspiels. Das Stück selber spielte in der Zeit, als es in Amerika ein absolutes Alkoholverbot gab und zeigte uns, wie man damit umging.

Ein besonderes Lob galt den Laienschauspielern, die ihre Rollen hervorragend spielten.



Bild 1: Bei herrlichem Wetter wollten viele sommerlich gekleidete Menschen das Spektakel sehen



Bild 2

### Vereinsseminar in Bad Holzhausen

Wie in den Jahren zuvor veranstalteten wir auch im Jahr 2012 vom 12. bis 14. Oktober ein Vereinsseminar in der Pension Stork in Bad Holzhausen. Neu war dabei, dass dieses Mal 2 Mitglieder der Melanchtongruppe aus Dortmund teilnahmen.

Das Thema war auch dieses Mal **"Abstinenz - ein neuer Lebensweg"** was hat mir die Lebensumstellung gebracht?

Nachdem wir am Freitag eintrafen und die Zimmerverteilung erledigt war, ging es dann nach dem Abendessen zum Seminarthema über. Bei intensiven Gesprächen wurde über Probleme, Störungen und Erfahrungen gesprochen - und es stellte sich heraus, dass es bei jedem unterschiedlich war, zur zufriedenen Abstinenz zu gelangen.

Aber es wurde nicht nur diskutiert, sondern es wurde auch etwas für das persönliche Wohlergehen getan. So unternahmen wir einen kleinen Spaziergang durch das Große Torfmoor bei Gehlenbeck.

Bild 3 zeigt einen Teil der Gruppe vor dem Weg durch das große Torfmoor und Bild 4 auf dem Weg durch's Torfmoor. Hier lernten wir auch, dass es wichtig ist, sich auf die Umgebung zu konzentrieren, sie wahrzunehmen.



Bild 3



Bild 4

Dieter Kirchfeld

## Stemweder Berg

### Blau-Kreuz-Infostand bei der Lebenshilfe

Lübbecke. Super Oktoberwetter und viele nette Besucher, so stellte sich der Tag der offenen Tür der Lübbecke Werkstätten für das Blaue Kreuz Stemweder Berg dar.

Bei der Besichtigungstour blieben viele Gäste an unserem Stand stehen. Die Demonstration von Schnelligkeit und Geschick auf der einen Seite und die Suchtbrille auf der anderen, lockten viele interessierte Damen, Herren und Jugendliche an.

Unser Informationsmaterial und die Simulation von 1,3 Promille durch das Tragen der Spezialbrille, regten zu intensiven Gesprächen an. Wir Ehrenamtlichen vom Blauen Kreuz waren, wie viele andere auch, mit diesem Tag sehr zufrieden und sind beim nächsten Mal wieder mit dabei.

**Gisela Pasquale**



Unter der Anleitung von Hartmut Willmann testen hier Kinder ihre Reaktion beim Zuckerwürfelzertrümmern

### Blaues Kreuz besichtigt Kirchturm

Rahden. Mitglieder des BKE-Vereins Stemweder Berg besichtigten vor den Renovierungsarbeiten den Turm der Rahdener St. Johannis Kirche. Die Kirche wurde im Jahre 1353 gegründet. Es wird aber vermutet, dass es noch eine Vorgängerkirche gab. Pastor Stefan Thünemann nahm sich der Gruppe an und erkundete mit ihnen den Turm.

Mit sehr viel Liebe zum Detail erklärte Stefan Thünemann zunächst die Uhrstube sowie die Glockenstube. Anschließend zeigte er den Turm an sich, der nach der Restaurierung genauso in sich gedreht und schief erhalten bleiben soll, wie er bislang ist. Dabei wurde deutlich, dass das Originalgebälk handwerklich besser verarbeitet wurde und stabiler ist als die Jahrhunderte langen Nachbesserungen.

Zum Abschluss konnten wir oberhalb des Kirchenschiffes noch die Kinderstube der „Mausohren“ besuchen. Die reinen Bauarbeiten werden mehr als ein Jahr andauern. Unser Exkurs endete bei Kaffee und Kuchen im Kreativcafe in Rahden.



BKE-ler bei der Kirchturmbesichtigung mit Pfarrer Stefan Thünemann (2.v.l.)

## Blaues Kreuz Rumänien (BKR)

Wie in jedem Jahr war ich auch jetzt wieder ab Ende Juni 2012 für zwei Wochen beim Blauen Kreuz in Rumänien. Es gibt Neues zu berichten:

1. Hervorragend ist, dass das „Haus Nazareth“ (für suchtkranke Männer) in Sura Mica ein neues Haus für 30 Männer bekommt (Links der Leiter von Haus Nazareth Dr. Holger Lux).



Bislang waren die Männer in einem sehr alten Pfarrhaus untergebracht, das mit der Zeit immer baufälliger geworden ist. Für das BKR war es nicht einfach, an Gelder zu kommen. Über den Internationalen Bund des Blauen Kreuzes bekam das BKR Hilfe vom norwegischen Blauen Kreuz. Mit diesem Geld konnte der Bau im letzten Jahr begonnen werden. Das Geld reicht, um das Haus fertig zu stellen. Dies wird Ende des Jahres soweit sein.

Für die gesamte Einrichtung muss das BKR selbst aufkommen. Es war mir möglich, hier einen insgesamt namhaften fünfstelligen Betrag zusammen zu bekommen und dem BKR zur Verfügung zu stellen.

2. Das Haus „Insel der Hoffnung“ für suchtkranke Frauen in Selimbar bekommt eine Außenisolierung. Das Haus wurde bekanntlich vor sechs Jahren von den Frauen neu bezogen, nachdem es von ihnen fertiggestellt und eingerichtet worden war. Zuvor hatte das BKR das Haus als Rohbau von einem Holländer geschenkt bekommen.

Einige Geräte, z. B. der Gasherd, waren nicht mehr brauchbar, so dass ich der Insel neue Geräte kaufen konnte. Das Haus ist zum Teil auf dem Foto mit einigen suchtkranken Frauen abgebildet.



3. Ganz erfreulich für mich war, dass das Hermann-Görlitz-Zentrum der AWO in Bergkamen überzählige Rollatoren und Rollstühle zur Verfügung stellte. Da ich in der glücklichen Lage bin, alle Sachen, die für Rumänien bestimmt sind, durch die Firma Raguse in Herbern mittels großer Lkw mitschicken zu können, war der Transport der Geräte der AWO nach Rumänien kein Problem. Diese wurden an drei evangelische Gemeinden in Siebenbürgen verteilt.



4. Mein Freund Heinrich, bei dem ich in Rumänien immer wohne, hat in diesem Jahr von mir mittels der Firma Raguse ca. 50 Umzugskartons mit Bekleidung, Geräten usw. erhalten. Alles das, was in Sura Mica nicht an Bedürftige verteilt wurde, brachten wir mit einem Bulli des Arbeitgebers von Heinrich zu einem kleinen Kloster nach Chirpaar, in dem fünf Nonnen wohnen. Diese Nonnen kümmern sich um die Kinder, insbesondere die Behinderten und Waisen Kinder in dem Dorf.



## Blaues Kreuz Rumänien (BKR)

5. Meine Hauptaufgabe bei meinem Aufenthalt in Rumänien bestand jedoch - wie in jedem Jahr - in der morgendlichen Gruppenarbeit mit den Männern und am Nachmittag mit den Frauen. Diese Zuwendung zu den Menschen ist das Beste, was wir ihnen zukommen lassen können (das Foto zeigt die Gruppenarbeit bei den Männern). Sprachlich bestehen keine Schwierigkeiten, weil Dr. Lux in Haus Nazareth und Eva in Insel der Hoffnung deutsch sprechen.



6. Mein Freund Heinrich ist Laienprediger, deshalb begleite ich ihn am den Sonntagen zu den Gottesdiensten. Am zweiten Sonntag musste er Gottesdienst in der Kirche des Dechanten halten. Wir gestalteten den Gottesdienst gemeinsam, wobei ich die Predigt hielt.



7. Zum Besuch hatte ich etliche neue Grillgeräte vorausgeschickt. Diese wurden verteilt an Haus Nazareth, Insel der Hoffnung, Casa Buna (Obdachlosen-heim), Altenheim, die von mir vor zwei Jahren gegründete Selbsthilfegruppe in Fogarasch und Agape (Heim für behinderte Kinder).

8. Eine wichtige Begegnung hatte ich mit dem neuen Bischof der Evangelischen Kirche in Siebenbürgen und dem Generalkonsul der Bundesrepublik Deutschland, der mich zum Sommerfest eingeladen hatte. Diese Begegnungen sind deshalb wichtig, weil ich mich dabei für die Belange des BKR einsetzen kann.



Dies waren die wichtigsten Punkte meiner Reise. Daneben gab es noch viele Begegnungen und Hilfestellungen, z. B. bei der früheren Buchhalterin des BKR, deren Haus völlig überschwemmt worden war.



Es ist immer wieder eine Freude, mit den Menschen in Rumänien zusammen zu kommen. Sie sind bei den Begegnungen nicht so kompliziert, wie das hier oft der Fall ist. In den beiden Häusern für Suchtkranke kommen die Menschen in der Regel schnell auf die ureigensten Probleme zu sprechen. Der Abschied ist immer schwer und gefühlbetont, weil mich die Männer, aber auch die Frauen, nicht weglassen wollen. Es ist auch eine große Freude, auf dem Jahresfest bei den Männern, an dem ich auch jedes Jahr teilnehme, immer mehr Ehemalige begrüßen zu können, um festzustellen, dass diese immer noch abstinent leben.

Fazit: Die Arbeit lohnt sich. In Deutschland gibt es so viele Hilfsangebote (Ärzte, Beratungsstellen, Kliniken, Selbsthilfegruppen), dass man fast schon von einem „Schlaraffenland für Suchtkranke“ sprechen könnte. Die Menschen brauchen nur zu wollen und zuzugreifen. Dagegen gibt es in Rumänien erst sechs Einrichtungen, so dass unbedingt Hilfe geboten ist.

**Walter Beier**

## Homepage Landesstelle Sucht

Die Landesstelle Sucht NRW ist eine fachliche Koordinierungs- und Bündelungsstelle für die Bereiche Suchtprävention, Suchthilfe sowie Suchtselbsthilfe in Nordrhein-Westfalen.

Im engen Austausch mit den für Sucht zuständigen Institutionen bzw. Gremien auf Landes- und kommunaler Ebene wirkt sie mit an der bedarfsge- rechten und zukunftsweisenden Weiterentwicklung der Präventions- und Hilfeangebote in NRW.

Die Homepage der Landesstelle Sucht NRW : <http://www.landesstellesucht-nrw.de/>

Ein Hinweis (Link) auf den Fachausschuss Suchtselbsthilfe NRW ist auf der WEB Site der Landesstelle Sucht gegeben: [www.fas-nrw.de](http://www.fas-nrw.de)

## Probleme in Vereinen

Am 27.07.2012 befasste sich die Deutsche Presseagentur mit "Problemen in Vereinen". Hier einige interessante Statements von Teilnehmern im Forum der Emsdettener Zeitung:

### Forum: Woher kommen die Probleme der Vereine?

Eine Studie belegt: Freizeitvereine haben massive Probleme, die Vorstandsposten zu besetzen. Doch woran liegt das Ihrer Meinung nach? Diskutieren Sie mit! Dpa

### Experte schrieb am 28.07.2012 08:33 Probleme sind hausgemacht

Na ja, die Probleme sind doch hausgemacht, da einige Vorstände Epigone ((Trittbrettfahrer)) fürchten. Wer nicht s zu verbergen hat, sorgt rechtzeitig dafür, dass es vernünftig ohne ihn weiter gehen kann. Oft ist es doch so, dass man keine Nachfolger will, damit nichts ans Licht kommt, was nicht das Licht der Welt erblicken soll! Bei den meisten Vorständen darf die Kasse nie ordentlich geprüft werden! Warum wohl?

### motte schrieb am 28.07.2012 18:42 an @Experte

Wenn Ihre Ausführungen eine "Expertenmeinung" ist bin ich schon erschrocken. Den meisten Vorständen auch noch kriminelle Machenschaften zu unterstellen, "darf die Kasse nicht ordentlich geprüft werden" umso mehr.

Genau das sind Meinungen, die das Ehrenamt verleiden. Warum Freizeit investieren und dann

noch dafür angeklagt werden. Die Gründe liegen doch ganz woanders. Der Verein ist nicht mehr der soziale Verbund wie früher, eine Art Heimat. Menschen haben weniger Zeit für ein Ehrenamt. Oft heißt es "mach mal" statt jede Vereinsposition eine Art Stellenbeschreibung über Arbeitsgebiet und Verantwortungsbereich zu erstellen. Das Ehrenamt findet nicht mehr den Respekt und Anerkennung. Mitglieder identifizieren sich nicht mehr mit "ihrem Verein" sondern erwarten nur noch eine Gegenleistung für ihre Beiträge. Es gibt noch genug Menschen, die zum Ehrenamt bereit sind. Die Vereine schaffen es nur nicht, das Ehrenamt attraktiv zu gestalten.

### juergengojny schrieb am 29.07.2012 18:53

#### Großer Druck auf die Vereine von allen Seiten

Vereinsvorstände müssen sich heute mit behördlichen Vorschriften seitens politischer Klasse und durchgeknallten Eurokraten herumschlagen, die es so vor einigen Jahren noch gar nicht gab. Das vergällt vielen Vereinsmitgliedern die Lust an einem Vorstandsposten. Hinzu kommt die negative Entwicklung der Arbeitswelt. Diejenigen, welche für einen Vorstandsposten theoretisch in Frage kommen, sind entweder durch die wachsenden Anforderungen in ihrem Beruf - ständige Erreichbarkeit - für ein Ehrenamt blockiert oder sie müssen ihren Lebensunterhalt durch die Fragmentierung der Arbeitswelt mit zwei oder drei Jobs bestreiten, sind vollauf mit der Organisierung ihres verzweifelten Alltags beschäftigt und haben für Verein und Vorstand schlicht keine Zeit mehr übrig.

### Baerchi58 schrieb am 30.07.2012 10:05

#### Es ist auch ein Generationsproblem

Verantwortung und Führung zu übernehmen fällt vielen jungen Menschen immer schwerer. Sei es auch nur der kleinste Tauben oder Schützen oder Fußballverein. Das Interesse für solche Dinge lässt auch immer mehr nach. Wenn sich Menschen meiner Generation sich noch mit Herzblut für bestimmte Dinge oder auch für Vereine eingesetzt haben, sitzen viele junge Menschen lieber vor dem PC und daddeln. Wenn selbst in der Politik niemand mehr gezielt Verantwortung übernehmen kann und auch will, wie soll es dann in einem kleinen Verein gehen. Die Mentalität in der heutigen Zeit ist: gucken gucken gucken und glotzen was andere so machen. Macher gibt es hier nicht mehr viele. Arme Menschheit.

## Nach Nebenwirkungen fragen Arzt auf Suchtgefahr bei Psychopharmaka ansprechen

Aus Ruhr Nachrichten 10.09.2012

Schlafstörungen, innere Unruhe, Ängste: Solche Probleme werden oft mit Psychopharmaka behandelt. Der Schritt in die Sucht ist bei diesen Medikamenten manchmal nur ein kleiner.

„Patienten sollten ihren Arzt immer fragen, welche Nebenwirkungen ein Medikament macht, egal, welches es ist“, sagt Rüdiger Holzbach, Experte für Medikamentenabhängigkeit der Deutschen Hauptstelle für Suchtgefahren (DHS). „Bei Medikamenten, deren psychische Wirkung schnell eintritt, besteht immer das Risiko einer Abhängigkeit.“ Im Beipackzettel sei diese Nebenwirkung stets erwähnt. Patienten sollten ihn daher aufmerksam lesen.

Zu Psychopharmaka zählen etwa Schlafmittel, Tranquilizer und Antidepressiva. Frauen bekommen solche Mittel weitaus öfter verordnet als Männer, heißt es im Arzneimittelreport der Krankenkasse Barmer GEK.

### Private Rezepte

Der Autor der Studie, Gesundheitsforscher Gerd Glaeske, hält den häufigen Einsatz dieser Mittel für medizinisch riskant und warnt vor einem „Heer von Abhängigen“.

Kritisch wertet er auch, dass immer mehr Arzneimittel mit Abhängigkeitspotential auf Privatrezept verordnet werden, die gesetzlich Versicherten sie also selbst zahlen müssen. Passiert ihnen das, sollten Patienten hellhörig werden, rät Holzbach.

Denn Privatrezepte sind der Kontrolle der Krankenkassen und Ärztekammern entzogen und können dadurch eine Suchtentwicklung kaschieren.

Der Chefarzt der Abteilung Suchtmedizin der LWL-Kliniken Warstein und Lipstadt empfiehlt daher, den Arzt zu fragen:

„Warum kann ich das Medikament nicht als Kassenleistung bekommen?“ Wer immer wieder Medikamente privat verordnen, habe offenbar Angst, dass die Krankenkasse nicht sinnvolle Verschreibungen entdeckt.

Um einer Sucht vorzubeugen, empfiehlt Holzbach Arzt und Patient außerdem, sich bei Symptomen wie Schlafstörungen und Ängsten immer zu fragen: „Reichen Medikamente als Lösung allein aus?“ Das sei zwar manchmal der Fall. „Aber bei ganz vielen seelischen Nöten geht es auch darum, die Lebenssituation zu verändern, um wieder besser zurechtzukommen.“

Es sei immer gut zu überlegen, was sonst noch helfen könnte, zum Beispiel eine Psychotherapie. Allerdings sei die gesellschaftliche Hemmschwelle dafür immer noch recht hoch. „Es werden lieber Tabletten eingenommen, als sich mit der eigenen Lebenssituation auseinanderzusetzen“, kritisiert der Mediziner. Grundsätzlich gewöhne sich der Körper schnell an Psychopharmaka etwa der Gattung Benzodiazepin und Non-Benzodiazepin. Beide wirken an derselben Stelle im Gehirn und könnten abhängig machen.

### Effekt nutzt sich ab

Der erhoffte Effekt – mehr Ruhe, weniger Angst – nutze sich rasch ab. Nach einigen Wochen seien die alten Symptome wieder da, erklärt Holzbach. Setzt der Patient das Medikament dann ab, steuert der Körper gegen, und die Symptome fallen noch heftiger aus. Nimmt der Patient das Medikament daraufhin wieder, führt das zu einer Langzeiteinnahme.

dpa

## SERVICE GESUNDHEIT

# Nach Nebenwirkungen fragen

Arzt auf Suchtgefahr bei Psychopharmaka ansprechen

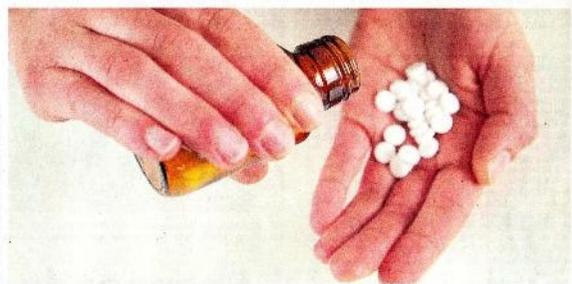
Schlafstörungen, innere Unruhe, Ängste: Solche Probleme werden oft mit Psychopharmaka behandelt. Der Schritt in die Sucht ist bei diesen Medikamenten manchmal nur ein kleiner.

„Patienten sollten ihren Arzt immer fragen, welche Nebenwirkungen ein Medikament macht, egal, welches es ist“, sagt Rüdiger Holzbach, Experte für Medikamentenabhängigkeit der Deutschen Hauptstelle für Suchtgefahren (DHS). „Bei Medikamenten, deren psychische Wirkung schnell eintritt, besteht immer das Risiko einer Abhängigkeit.“ Im Beipackzettel sei diese Nebenwirkung stets erwähnt. Patienten sollten ihn daher aufmerksam lesen.

Zu Psychopharmaka zählen etwa Schlafmittel, Tranquilizer und Antidepressiva. Frauen bekommen solche Mittel weitaus öfter verordnet als Männer, heißt es im Arzneimittelreport der Krankenkasse Barmer GEK.

### Private Rezepte

Der Autor der Studie, Gesundheitsforscher Gerd Glaeske, hält den häufigen Einsatz dieser Mittel für medizinisch riskant und warnt vor einem „Heer von Abhängigen“. Kritisch wertet er auch, dass immer mehr der Arzneimittel auf Privatrezept verordnet werden, die gesetzlich



Die Langzeiteinnahme von Psychopharmaka führt oft nicht zu Sucht, weil die Betroffenen die Dosis nicht steigern und nur schlechtere Verdröngungen zeigen, die nicht unbedingt als Nebenwirkung des Medikaments erkannt werden.

Versicherten sie also selbst zahlen müssen. Passiert ihnen das, sollten Patienten hellhörig werden, rät auch Holzbach. Denn Privatrezepte sind der Kontrolle der Krankenkassen und Ärztekammern entzogen und können dadurch eine Suchtentwicklung kaschieren. Der Chefarzt der Abteilung Suchtmedizin der LWL-Kliniken Warstein und Lipstadt empfiehlt daher, den Arzt zu fragen: „Warum kann ich das Medikament nicht als Kassenleistung bekommen?“ Wer immer wieder Medikamente

privat verordnen, habe offenbar Angst, dass die Krankenkasse nicht sinnvolle Verschreibungen entdeckt. Um einer Sucht vorzubeugen, empfiehlt Holzbach Arzt und Patient außerdem, sich bei Symptomen wie Schlafstörungen und Ängsten immer zu fragen: „Reichen Medikamente als Lösung allein aus?“ Das sei zwar manchmal der Fall. „Aber bei ganz vielen seelischen Nöten geht es auch darum, die Lebenssituation zu verändern, um wieder besser zurechtzukommen.“

Es sei immer gut zu überlegen, was sonst noch helfen könnte, zum Beispiel eine Psychotherapie. Allerdings sei die gesellschaftliche Hemmschwelle dafür immer noch recht hoch. „Es werden lieber Tabletten eingenommen, als sich mit der eigenen Lebenssituation auseinanderzusetzen“, kritisiert der Mediziner. Grundsätzlich gewöhne sich der Körper schnell an Psychopharmaka etwa der Gattung Benzodiazepin und Non-Benzodiazepin. Beide wirken an derselben Stelle im Gehirn

und könnten abhängig machen. Der erhoffte Effekt – mehr Ruhe, weniger Angst – nutze sich rasch ab. Nach einigen Wochen seien die alten Symptome wieder da, erklärt Holzbach. Setzt der Patient das Medikament dann ab, steuert der Körper gegen, und die Symptome fallen noch heftiger aus. Nimmt der Patient das Medikament daraufhin wieder, führt das zu einer Langzeiteinnahme. dpa

## Alkoholfreies Bier mit Restalkohol

### Aus Sucht-Info 7/2012 vom 11. Mail 2012 des Evangelischen Fachverbandes Sucht Rheinland-Westfalen-Lippe

Warstein/Hamm (epd). Auch wenn auf dem Etikett „alkoholfrei“ steht: Viele alkoholfreie Biere enthalten Alkohol. Verbraucherverbände fordern, das auf das Etikett zu schreiben. Die Brauer finden das unnötig. Denn jeder wisse, dass da noch kleine Mengen Alkohol drin sind.

Sie sehen aus wie Bier und schmecken auch so. Der Unterschied: Auf ihren Etiketten steht „alkoholfrei“ – groß und auffällig. Dies ist der Grund, warum sie gekauft werden. „Wer ein alkoholfreies Bier kauft, will keinen Alkohol trinken“, sagt Martin Rückert von der Verbraucherorganisation Foodwatch. „Leider führen ihn die Etiketten bei diesem Wunsch aber in die Irre“.

Tatsächlich enthalten fast alle alkoholfreien Biere in Deutschland kleine Mengen Alkohol. Bis zu 0,5 % Alkohol wird vom Gesetzgeber toleriert, informiert das Bundesverbraucherministerium und verweist auf entsprechende Gerichtsurteile. Ein Alkoholgehalt von unter 0,5 % sei weder gesundheitsschädlich noch irreführend. „0,5 % ist nicht Nichts“, sagt dagegen Martin Rückert von Foodwatch. „Die Firmen sollten den Alkoholgehalt transparent machen, damit Verbraucher wirklich frei entscheiden können“.

Auf ihren Internetseiten machen das die meisten Hersteller: „0,4 % Vol.“ enthält z. B. Erdinger alkoholfrei, und auch Krombacher gibt im Internet für sein Alkoholfreies mit „0,3 % Vol.“ an. „Auf den Etiketten steht davon aber nichts“, sagt Rückert. Eine von Warsteiner in Auftrag gegebene Studie aus 2007 zeige, dass 80 % der Verbraucher sich dadurch getäuscht fühlten. Am meisten stört Foodwatch die Radeberger Gruppe, Marktführer der Alkoholfreien.

Deren „Clausthaler“ enthält 0,45 % Alkohol und schreibt sich „alkoholfrei“ aufs Etikett in Deutschland. In Großbritannien hat Clausthaler für das gleiche Bier ein anderes Etikett: „Premium low alcohol lager“, also alkoholfreies Bier. „Wenn das Gesetz es fordert, ist es also möglich, sein Produkt mit der Wahrheit zu bewerben“, sagt Rückert. Foodwatch fordert daher Verbraucher auf, Radeberger Protest-Mails zu schreiben.

Ärgerlich und überflüssig findet das der Deutsche Brauer-Bund, Dachverband der Brauer. „Die Verbraucher wissen, dass geringe Mengen Alkohol in alkoholfreiem Bier sind. Das ist allgemein bekannt“, sagt Verbandssprecher Marc-Oliver Huhnholz. Die Alkoholmengen seien so gering, dass man innerhalb von kurzer Zeit 15 Biere austrinken müsse, um die Wirkung eines Vollbieres zu erreichen. „Das macht ja keiner“. Auch Fruchtsäfte und frisches Brot könnten ähnlich viel Alkohol enthalten. „Da sagt keiner was“, so der Sprecher. Alkohol sei Geschmacks-träger für das Bier und werde bei der Produktion im Bier gelassen oder sogar nachträglich zugefügt.

In einer Internet-Kampagne namens „Schwanger? Promillegrenze 0,0 %“ - getragen von Bundesfamilienministerin Kristina Schröder (CDU) und dem Brauer-Bund – wird die Grenze strenger gezogen. Ein Widerspruch? „Alkoholfreies Bier in der Schwangerschaft sehen wir zwiespältig“, sagt Huhnholz. Es sei wahrscheinlich ungefährlich, alkoholfreies Bier in der Schwangerschaft zu trinken, dafür verbürgen wolle man sich aber nicht. Ein Warnhinweis auf dem Etikett sei in jedem Fall unnötig.

Genau den würde sich Gabriele Bartsch von der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen mit Sitz in Hamm aber wünschen. „Alkohol wird in unserer Gesellschaft generell verharmlost“, sagt Bartsch. Das sehe man auch daran, dass geringe Mengen Alkohol gar nicht gekennzeichnet werden müssten. Vor allem werde auf keinem Produkt vor den gesundheitlichen Folgen von Alkohol gewarnt. „Für jeden Putzmittelhersteller ist es selbstverständlich, auf potenzielle Gesundheitsgefahren hinzuweisen, beim nachweislich gefährlichen Stoff Alkohol ist es das nicht“.

Trockenen Alkoholikern würde in Therapien und in der Selbsthilfe aber generell von Alkoholfreiem Bier abgeraten – unabhängig von der Höhe des Alkoholgehalts. „Weil es schmeckt und aussieht wie Bier, kann es das Suchtgedächtnis aktivieren und einen Rückfall produzieren“, sagt Bartsch.

Vor Fruchtsaft und Brot warne niemand. „Vergorener Saft oder frische Hefe kann zwar auch Alkoholspuren enthalten, sie sind aber unregelmäßiger verteilt und haben zudem keine psychische Wirkung“.

# Aufgeschnappt

Brauer-Bund und Familienministerium zu Alkohol in der Schwangerschaft:

<http://www.praevension-aus-liebe-zum-kind.de/>  
<http://www.praevension-aus-liebe-zum-kind.de/impressum.html>

Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e. V.:  
<http://www.dhs.de/>

Studienergebnisse von TNS Infratest in Auftrag von Warsteiner zu Verbrauchererwartung an alkoholfreies Bier:

<http://www.presseportal.de/pm/34749/960153/aktuelle-umfrage-von-tns-infratest-und-warsteiner-premium-alkoholfrei-zeigt-verbraucher-wollen>

Das Thema wurde auch von der Dorstener Zeitung aufgegriffen:

## Etikettenschwindel - Alkoholfreies Bier

Aus RN / Dorstener Zeitung vom 18.07.2012

### Alkoholfreies Bier ist nicht frei von Alkohol

Foodwatch kritisiert Etikettenschwindel

Die Verbraucherorganisation Foodwatch kritisiert einen „Etikettenschwindel“ der Brauereien bei angeblich alkoholfreiem Bier. Anders als der entsprechende Hinweis vermuten lasse, seien nahezu alle „alkoholfreien“ Biere in Deutschland nicht frei von Alkohol, sondern lediglich alkoholreduziert, erklärte Oliver Huizinga von Foodwatch am Mittwoch in Berlin. „Wo alkoholfrei drauf steht, darf auch kein Alkohol drin sein“, forderte er.

Laut Foodwatch ist die Bezeichnung „alkoholfreies Bier“ nicht gesetzlich geregelt. Geduldet werde die Bezeichnung für Biere mit einem Alkoholgehalt von unter 0,5 Volumenprozent. Erst von 1,2 Volumenprozent an müssten die Hersteller in Deutschland den genauen Alkoholgehalt angeben.

In Großbritannien dagegen dürfen nur Biere mit weniger als 0,05 Volumenprozent Alkohol als „alcohol-free“ bezeichnet werden.

Sollten die Brauereien ihre irreführende Kennzeichnung nicht abstellen, sei Bundesverbraucherministerin Ilse Aigner (CSU) am Zuge, erklärte Foodwatch. „Die deutschen Brauereien warten offensichtlich auf ein Machtwort der Ministerin“, sagte Huizinga.

Foodwatch warf vor allem Marktführer Clausthaler (Radeberger-Gruppe) Irreführung bei seinem Bier „Clausthaler Classic“ (Alkoholgehalt 0,45 Volumenprozent) vor. Die Marke werbe mit dem Gewinn des „World Beer Award“, auf dessen Internetseiten das Clausthaler-Produkt mit der englischen Bezeichnung „low alcohol“ (wenig Alkohol) abgebildet sei.

Auf dem deutschen Markt werde das Bier hingegen als „alkoholfrei“ angeboten. „Anderswo verkauft Radeberger sein Clausthaler ohne Weiteres mit ehrlichen Etiketten - es gibt keine Rechtfertigung dafür, den Kunden auf dem Heimatmarkt unter irreführenden Angaben Alkohol einzuschmcken“, betonte Huizinga

## Epd

### Unsere

### Meinung:

Wir empfehlen trockenem Alkoholikern, auf den Genuss von „alkohol-freiem“ Bier zu verzichten. Nicht nur, dass ein gewisser Prozentsatz Alkohol dazu führen kann, den Alkohol zu ver-harmlosen (es ist ja nichts passiert, dann kann ich auch ein „richtiges“ Bier trinken) - auch alte Gewohnheiten wie der Geschmack des Bieres, das Bierglas, die Schaumkrone, das Bier beim Fußball etc. führen dazu, das permanent vorhandene Suchtgedächtnis zu aktivieren und einen Rückfall zu provozieren.

Redaktionsteam Blaue Blätter

## Alkoholfreies Bier ist nicht frei von Alkohol

Foodwatch kritisiert Etikettenschwindel

Die Verbraucherorganisation Foodwatch kritisiert einen „Etikettenschwindel“ der Brauereien bei angeblich alkoholfreiem Bier. Anders als der entsprechende Hinweis vermuten lasse, seien nahezu alle „alkoholfreien“ Biere in Deutschland nicht frei von Alkohol, sondern lediglich alkoholreduziert, erklärte Oliver Huizinga von Foodwatch am Mittwoch in Berlin. „Wo alkoholfrei drauf steht, darf auch kein Alkohol drin sein“, forderte er. Laut Foodwatch ist die Bezeichnung „alkoholfreies Bier“ nicht gesetzlich geregelt. Geduldet werde die Bezeichnung für Biere mit einem Alkoholgehalt von unter 0,5 Volumenprozent. Erst von 1,2 Volumenprozent an müssten die Hersteller in Deutschland den genauen Alkoholgehalt angeben. In Großbritannien dagegen dürfen nur Biere mit weniger als 0,05 Volumenprozent Alkohol als „alcohol-free“ (alkoholfrei) bezeichnet werden.

Sollten die Brauereien ihre irreführende Kennzeichnung nicht abstellen, sei Bundesverbraucherministerin Ilse Aigner (CSU) am Zuge, erklärte Foodwatch. „Die deutschen Brauereien warten offensichtlich auf ein Machtwort der Ministerin“, sagte Huizinga. Foodwatch warf vor allem Marktführer Clausthaler (Radeberger-Gruppe) Irreführung bei seinem Bier „Clausthaler Classic“ (Alkoholgehalt 0,45 Volumenprozent) vor. Die Marke werbe mit dem Gewinn des „World Beer Award“, auf dessen Internetseiten das Clausthaler-Produkt mit der englischen Bezeichnung „low alcohol“ („wenig Alkohol“) abgebildet sei.

Auf dem deutschen Markt werde das Bier hingegen als „alkoholfrei“ angeboten. „Anderswo verkauft Radeberger sein Clausthaler ohne Weiteres mit ehrlichen Etiketten - es gibt keine Rechtfertigung dafür, den Kunden auf dem Heimatmarkt unter irreführenden Angaben Alkohol einzuschmcken“, betonte Huizinga



Der Anteil an alkoholfreiem Bier nimmt in Deutschland stetig zu. Foto: dpa

## Freundschaft

Ich habe mich von meinem Freund getrennt.  
Er war mein Freund, war immer da.  
Im nächsten Jahr hätten wir  
**Goldene Freundschaft** gefeiert.  
Ich habe ihn gefeuert.

Ich begegnete ihm auf einer Geburtstagsfeier,  
selbst bedrückt und voll Angst - Cubakrise.  
Er schenkte uns eine ausgelassene  
Vergessensfeier.  
Ich habe ihn gemocht.

In seiner Nähe war ich locker und beschwingt.  
Er wurde mein Begleiter durch die Pubertätlichkeiten.  
Er drängte sich nicht auf, war aber da.  
Ich gewöhnte mich an ihn.  
Wir wurden Freunde.

Zunächst trafen wir uns nur gelegentlich.  
Er war da, wenn ich müde, überarbeitet und genervt war,  
ein richtiger Seelentröster,  
wenn ich mutlos und traurig war,  
er war meine Stütze, mein Gerüst.  
Er war ein Teil von mir.

Ich versuchte, ihn zu verlassen, ohne ihn zu Leben.  
Immer wieder habe ich die Türen geöffnet,  
selbst zum Schlafzimmer.  
Er war da, wenn ich aufwachte, wenn ich arbeitete,  
in meiner Freizeit, wenn ich einschlief.  
Ich war ein Teil von ihm.

Ohne ihn war ich ein Nichts,  
mit ihm nur wenig mehr und bald tot.  
Verständnisvoll fordernde Geister halfen mir,  
mich vom Freund abzunabeln.  
Ich war ein Baby.

Ich lernte, meine Gefühle auszudrücken,  
mich einzubringen, mich selbst wahrzunehmen.  
Den Freund sah ich noch aus dem Fenster,  
er klopfte manchmal.  
Ich ließ ihn nicht herein.

Wenn ich den Freund beschreiben sollte,  
gibt es nur eine zutreffende Antwort:  
Er war mehr als flüssig –  
**überflüssig.**  
Ich habe ihn gefeuert.

ALCO



# Besinnliches

Bundesweiter Gedenktag für  
verstorbene DrogengebraucherInnen

Foto: Wolfgang Sterneck ( aus flickr - yahoo )

Text: Erika Tänzer



## Ein Bericht zu diesem Gedenktag

Rosen wurden verteilt  
mit den Namen von Drogentoten.  
Informationsstände - Aufklärungsarbeit.  
Die Diakonie - Wohnungslose, ohne Unterkunft, kein Geld.  
Angebot, willst Du etwas ändern?  
Der Weg in die Selbsthilfegruppe,  
was auch einmal mein Weg war.  
Du weißt nicht weiter.  
Angehörige können nicht helfen,  
weil da die Gefühle, Mitleid und Verzweiflung  
keine gute Stütze für den Betroffenen sind.

Zurückdenkend  
Ich war selber in der Sucht gefangen,  
Habe mich gefunden! Neu angefangen.  
Ohnmacht-Angst, so darf es nicht weitergeh'n.  
Ich brauche Hilfe - keiner versteht mich.  
Ich dreh' mich im Kreis -  
der Dreh um das Leben.  
Wie kann ich zufrieden weiterleben?  
Diese Frage haben wir uns alle gestellt.  
Nicht immer zählt Reichtum und Geld.  
Wer die Sucht besiegt hat,  
das ist das große Glück.  
Sei wachsam, bleibe Dir selber treu  
und gehe nicht zurück.  
Lernen, NEIN zu sagen,  
das konnte ich nicht in vielen Jahren,  
ein gesunder Egoist sein  
und erkennen meine Gefahren

Die Sicht der Angehörigen  
„ Gefangen “  
von Erika Tänzer



## Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe der Blauen Blätter: 15. Juni 2013

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](http://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](http://www.blaues-kreuz-nrw.de)

eMail: [bke@blaues-kreuz-nrw.de](mailto:bke@blaues-kreuz-nrw.de)

#### Verantwortlich:

Karl-Hermann Vagt, Landesvorsitzender

#### Redaktion

Dieter Kirchfeld

Günter Kühn

Hannelore Leßmann

Arno Verhoeven

#### Anschrift der Redaktion

Arno Verhoeven

Am Gecksbach 102, 46286 Dorsten

eMail: [blaue.blaetter@blaues-kreuz-nrw.de](mailto: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](mailto: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 Bösen-Diebels-Stiftung und den Inserenten Dr. Oetker und Fechtel Transportgeräte



## Bunter als Blau



Das BKE ist offen für „andere“ Süchte und Suchtformen und sucht auch nach neuen Wegen, Jugendliche in ihrer Sprache zu erreichen

Seiten 26-27