

Inhalt:

- Wir stellen uns vor
- Angehörigenseminar - Mein Leben mit der Sucht
- Eigenseminar - Medikamentenabhängigkeit
- Steps - Eine Selbsthilfegruppe für Suchtkranke stellt sich vor
- Ob alles klappt? - Bericht vom Bundeskongress
- Der Verband als Chance für uns
- Der Verband als Chance für Dich
- Herbstseminar - Thema: Beziehung und Bewertung
- Termine des LV

Wir stellen uns vor

Um Euch den Landesverband , unsere Arbeit und die Menschen dahinter näher zu bringen, möchten wir Euch an dieser Stelle 2 Mitglieder der Landesverbandsarbeit vorstellen, die zwar erst seit dieser Wahlperiode im Vorstand sind, durch ihr ehrenamtliches Engagement den Verband aber schon seit vielen Jahren bereichern.

Christina Stolz

Pressesprecherin des Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe Landesverband Hessen e.V.

Christina ist seit der letzten Wahl in 2017 die Pressesprecherin des Landesverbandes, was nicht automatisch bedeutet, dass ihr die Aufgaben völlig fremd sind. Schon vor ihrer Zeit im geschäftsführenden Vorstand, hat sie als ehrenamtliche Mitarbeiterin die Redaktion unserer kleinen Zeitung tatkräftig unterstützt. Als Angehörige hat Christina neben Ihrer Ausbildung zum Suchthelfer auch noch eine Weiterbildung zum Genesungsbegleiter abgeschlossen. Christina ist engagiert und diskussionsfreudig und immer bereit ihre Position zu vertreten.



Werner Görlach

Beisitzer im Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe Landesverband Hessen e.V.

Werner ist neben seiner Tätigkeit als Beisitzer im Landesverband auch Mitglied im Vorstand des Freundeskreis Bad Nauheim. Der ausgebildete Suchtkrankenhelfer bringt sich auf seine angenehm sachliche Art, aktiv in in die verschiedensten Themen der Verbandsarbeit ein und fördert als leidenschaftlicher Motorradfahrer auch auf nationaler Ebene den freundschaftlichen Austausch unter den Freundeskreislern.



**Angehörigen Seminar des Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe
Landesverband Hessen
Thema: Mein Leben mit der Sucht**

Zu unserem Seminar trafen wir uns am Freitag den 15.06.18 gegen 17 Uhr im Hotel Jöckel. Ich, Inge Miskovic, nahm das erste Mal für den Freundeskreis Main Kinzig Hanau an einem Seminar des Landesverbands teil. Kurz zuvor war ich erst in Hanau eingetreten. Von Gedern aus hatte mich eine weitere Besucherin des Lehrganges mitgenommen. Kaum das ich ankam, fühlte ich mich voll integriert und dazugehörig. Wir waren starke Frauen unter uns mit „harter Kost.“

Nach dem wirklich guten, üppigen Abendessen trafen wir uns zu einer Einführungsrunde. Geleitet wurde das Seminar von Gina Kirchhof einer psychologischen Beraterin, die auch in der Suchtkrankenhilfe tätig ist. Für mich war sie von Anfang an, eine von uns. Nach unserer Einführungsrunde, bei der ich auch die Namen der anderen Seminarteilnehmer erfuhr, (Ich konnte sie mir jedoch nicht alle behalten) trafen sich Viele noch in weiteren abendlichen kleineren Zusammenkünften. Ich zog mich jedoch zurück, denn ich musste das bisher erlebte auf mich wirken lassen.

Am nächsten Morgen ging es, nach dem ich gut geschlafen hatte und eine Runde durch das Dorf zum See gelaufen bin, mit einem strammen Programm weiter. Gina Kirchhof hatte zwar ein Konzept, musste dieses jedoch aufgrund der Belange der Seminar Teilnehmer oft zurücknehmen. Ein Thema des Tages war, dass Kinder mit dem Vorbild der Eltern verbunden sind, ob sie sich nun dafür entscheiden in Sinne ihrer Eltern zu leben, oder ob sie gerade die gegensätzlichen Ziele verfolgen. Bezeichnend ist, dass uns unser Unterbewusstsein auf die leidende Fährte schickt. Die Lösung ist irrational. Das erwachsene Drama wird durch das Kindheitstrauma gesteuert. Das Unterbewusstsein erstrebt die Vergangenheit fortzusetzen, um das zu korrigieren, was dramatisch war. Deshalb finden sich so viele gestörte Mädchen mit trunksüchtigen Partnern wieder. Das Leiden findet somit eine Verlängerung. Erst durch die Durchbrechung des Bewusstseins ist eine Lebensqualität möglich.

Eine weitere Thematik des Tages waren negative Gefühle in Verbindung mit Schwingungen, von denen wir uns entkoppeln sollten. (Aber ob ich das schaffen konnte, war für mich fraglich) Abends war ich dann ziemlich groggy. Ich empfand diesen Tag als sehr anstrengend, es arbeitete in mir. Das gute Essen des Hotel Jöckel tat sein Übriges. Nachdem ich noch ein wenig Wellness im Keller des Hauses genossen hatte, schlief ich schnell ein, wie ein Baby.

Der letzte Tag war für mich schließlich der ergiebigste. Wir sollten zu zweit auf einem Blatt, das geteilt mit einem Strich und kleinem Durchlass war, ein Bild malen. Durch Mimik erlaubten wir dem gegenüber auf unsere Seite einzudringen. Da ich früher schon einmal positiv mit Ergotherapie in Kontakt gekommen bin, gehe ich davon aus, dass dieses ebenfalls zur Ergotherapie gehört. Für mich bezeichnend war, dass ich meinem Gegenüber zu viel Macht über mich gab, was eines der Hauptprobleme meines Lebens ist. Das wurde mir so wieder einmal deutlich gemacht. Klar, dies war nicht das einzige Thema, was wir im Laufe des Seminars behandelten, aber dieses prägte mich am stärksten.

Zum Abschluss des letzten Tages gab es ein positives Feedback und eine Lachrunde und schließlich und letztendlich ein gutes Mittagessen, woraufhin wir auseinander gingen, mit der Hoffnung uns bald wiederzusehen.

Mein generelles Feedback zu diesem Wochenende:

Sehr interessant und mehr als zu empfehlen.

Inge Miskovic & Elke Bauer

Freundeskreis Main Kinzig Hanau e.V.

Eigenseminar des Freundeskreis Bad Nauheim

Thema: Medikamentenabhängigkeit



Raus aus den Motorradstiefeln, rein in die Selbsthilfe! Letztes Wochenende war ich noch bei den Motorradfreunden aus Sulzemoos, in der Katholischen Landvolkshochschule - Der Petersberg. Bei zwei Tagen strömendem Regen in Bayern, war das Motorradtreffen wirklich nass – von außen und in meiner Motorradkleidung – aber die Stimmung und das gemeinschaftliche Grillen waren klasse!

Am letzten Samstag im Juli haben wir, vom FK Bad Nauheim, dank der Unterstützung eines Referenten aus der Salus Klinik, das Thema „Medikamentenabhängigkeit“ bearbeitet. Morgens ging es mit einem gemeinsamen Frühstück los und bei Butterbrezeln und Frischkäse hat mir der Kaffee in der Gesellschaft unserer Gruppenmitglieder, gut geschmeckt.

Die Gruppe hat sich gefreut, dass auch der Referent und zwei Patienten mit uns gefrühstückt haben. So war schon vor Beginn des Seminars eine vertraute Umgebung geschaffen.

Der Vormittag war durch viele Fragen von unserer Gruppe, Beiträgen der mitgekommenen Patienten aus der Salus Klinik und natürlich von Herr Leist sehr kurzweilig. Wir konnten unser Wissen über die Problematik durch Medikamentenmissbrauch ergänzen und vertiefen. Mittags gab es „palettenweise“ Pizza. Außerdem Fruchtsaft, gespendet von der Kelterei Rapps.

Wir (die Gruppe) haben dann unseren Dank an den Referenten und die Patienten durch ein „kleines“ Dankeschön ausgedrückt und haben mitgenommen, dass auch unser Besuch mit guten Gefühlen nach Hause gefahren ist.

Nachmittags haben wir uns einen Film des „Medienprojekt Wuppertal“ zum Thema angesehen und das dort geführte Interview mit unseren Eindrücken vom Vormittag verglichen. Last but not least (definitiv nicht) hat dann Kaffee und Kuchen den heißen Sommertag abgeschlossen.

Für mich war es ein schöner Tag mit Freunden, das Essen war Prima und die Zeit (Lebenszeit) war gut genutzt.

Viele Grüße Werner

....hier wäre jetzt ein Bild aus dem Seminar, aber der DSGVO geschuldet, nun ein Bild von meinem Motorrad.

Werner Görlach

Freundeskreis Bad Nauheim e.V.



Eine Selbsthilfegruppe für Suchtkranke stellt sich vor

„Steps Wege in die Freiheit“

Wir treffen uns **Freitag's** in der Zeit von **20:00 – 22:00** Uhr im **Stadthaus von Selters** und arbeiten an einer besseren Zukunft.

Der Überbegriff „*Freundeskreis*“ steht über unserer Selbsthilfegruppe „Steps Wege in die Freiheit“ in Selters. Dabei handelt es sich um eine Gesprächsrunde von 8 – 13 Personen, begleitet von 5 ehrenamtlichen Suchtkrankenhelfern.



Bei den Gesprächen der Gruppe geht es nicht immer vordergründig um das Suchtmittel. Vielmehr geht es darum, Wege aufzuzeigen, wie das Leben ohne Suchtmittel zufrieden gestaltet werden kann.

Zu den wöchentlichen Gruppenabenden im „offenen Treff“ im Stadthaus kann jeder kommen, der das Bedürfnis hat, über Probleme im Zusammenhang mit Suchterkrankungen zu sprechen.

In unserer Selbsthilfegruppe werden auch die Nöte der Angehörigen, Partner und Kinder ernst genommen. Auch sie können Hilfe in unserer Gruppe finden.

Großen Wert legen wir auch auf die Freizeitgestaltung – **Alkoholfreies Erleben** -, wobei die ganze Familie mit eingebunden werden kann.

Der Sinn der gemeinsamen Freizeitgestaltung besteht darin, Anschluss zu finden und das Vertrauen in sich und Andere wieder aufzubauen. Wichtige Themen in den Gruppengesprächen sind unter anderem: Krisenbewältigung, Therapie-Vorbereitung, Angst abbauen, Probleme im Alltag zu lösen, besser klarzukommen mit der Krankheit und mit dem Leben, sinnvolle Freizeitgestaltung und Steigerung der Lebensqualität.

Der Freundeskreis kooperiert eng mit dem Diakonischen Werk in Westerbürg, dem Gesundheitsamt in Montabaur, Wekiss und der Fachklinik in Vielbach.

Zudem sind wir Mitglied im Landesverband für Suchtkrankenhilfe in Hessen und Elsas Diakonie Hessen.

„Oft muss sich der Mensch erst verlieren, um sich neu wiederzufinden“

Dieser Satz beschreibt zutreffend den Grundgedanken der Hilfesuchenden. Dazu gehört auch der Mut, sich der Krankheit zu stellen, nichts zu beschönigen und manchmal der harten Realität ins Gesicht zu schauen.

Sabine Kemle

Freundeskreis Selters

www.freundeskreis-selters-ww.de



Ob alles klappt? Gedanken zum Bundeskongress von Ellen Weyer

Es sollte keine Auflage der früheren Bundeskongresse sein, etwas Anderes, nur ein Tag. Die Idee kam von den Delegierten der Landesverbände, ausgearbeitet in Kleingruppenarbeit mit der Aufgabe: Wie können wir uns besser vorstellen / präsentieren? Selbst aktiv werden und sich nicht nur berieseln lassen. Neue Freundschaften knüpfen, alte auffrischen.

Ich bin schon lange dabei, aber eine Veranstaltung in dieser Art hab' ich noch nicht mitgemacht. Wie soll sich der Landesverband (LV) Hessen präsentieren? Welche Frage zum Quiz beisteuern? Das Verhältnis zwischen dem Bundesverband (BV) und dem LV Hessen war schon immer etwas kompliziert. Deshalb sollte bei der Präsentation alles stimmen.

Im Oktober 2016 hatte sich eine Theatergruppe beim LV Hessen zusammengefunden. Nun war die Gelegenheit da, das von Petra Laudenbach-Wöckel geschriebene Stück vor großem Publikum zu präsentieren. Viel Zeit zum Üben war nicht gegeben, da die Mitspieler ziemlich weit auseinander



wohnten. Mit Elke Drews hatten wir einen Profi engagiert. Sie ist Sozial- und Theaterpädagogin und erhielt den Auftrag, mit uns zu üben.

Dann musste auch noch etwas für den LV-Stand draußen gefunden werden. Da hatte unser Holzwurm, Gerhard Weyer, die Idee, mit seinen Geschicklichkeitsspielen eine Mitmachaktion zu starten. Um den Stand: „Was macht den LV Hessen aus?“ kümmerten sich die Freunde vom Freundeskreis Bad Nauheim. Unsere kleine Zeitung wurde präsentiert, die Kräuter für die Quizfrage: „Welche Kräuter gehören in die original Frankfurter Grüne Soße?“ standen parat, und eine Karte mit allen Standorten der einzelnen Freundeskreisgruppen im LV Hessen konnte bestaunt werden.



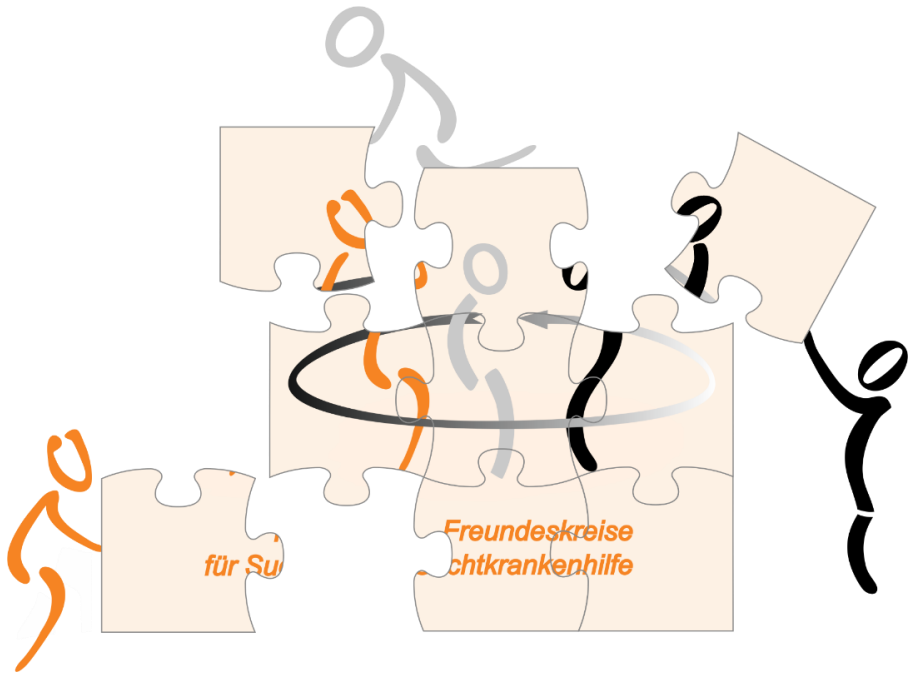
Der Tag war da, der Freundeskreis Westerwald reiste mit dem Bus an, im Schlepptau die Teilnehmer vom Freundeskreis Selters und später kamen die Vogelsberger Freunde noch dazu. Per Facebook gab es schon Verabredungen mit anderen Teilnehmern, die bisher noch kein „Gesicht“ hatten.

Die Aufregung stieg. Hoffentlich würde alles klappen beim Theaterspiel. O weh, der Suchtbaum stand im Keller von Gerhard Weyer. Vergessen! So lange beim BV angekündigt, für einen Platz gekämpft, wo er stehen sollte, jetzt vergessen. Super! Natürlich kamen wir etwas spät an. Der Saal war schon gut gefüllt. Wir verteilten uns auf die noch freien Plätze. Nicht schlimm, war ja „Tag der Freunde“ zum Thema „Glück, Freude, Zufriedenheit.“ Nach der Begrüßung vom Vorsitzenden Andreas Bosch referierte Gina Kirchhof, Psychologische Beraterin, zum Thema. Das war eine Mammutaufgabe, mit fast 700 Besuchern zu einem Konsens zu kommen. „Worin besteht das Glück im abstinenten Leben? Worin finde ich Freude? Wie schätze ich meine eigene Zufriedenheit ein?“ Die Themen konnten nur angerissen und Stichpunkte für die Gruppenarbeit gegeben werden. Bevor es Mittagessen gab, war noch Zeit, die Stände der anderen LV zu begutachten und an unserem Stand präsent zu sein. An einigen Ständen wurden handgemachte Sachen verkauft. Dumm gelaufen, dass wir nicht daran gedacht hatten. Es war auch nie vom BV angesprochen worden. Na ja, auch nicht weiter schlimm. Unser Stand sah super aus. Farblich auf unser Logo abgestimmt. Danke an die Freunde vom Freundeskreis Nauheim. Es war schon ein „Gänsehautgefühl“, bei so vielen Menschen die Gewissheit zu haben, egal wen ich anspreche mit meinen Problemen, er weiß wovon ich rede. Viele bekannte Gesichter aus ganz Deutschland. Lange nicht gesehen, und doch direkt wieder vertraut. Einfach

schön! Beim Mittagessen war Fremdschämen angesagt. Einige benahmen sich, als wenn eine Hungersnot ausgebrochen wäre. Aber Essen war sowieso Nebensache. Die Zeit konnte besser ausgefüllt werden. Mittlerweile hatten Gerhard Weyer und seine Helfer den Stand draußen auch bestückt, und schon gab es regen Betrieb. In der Halle ging das Programm weiter mit Liedern über Sucht, Vorstellung der Lotsenwerke in Thüringen und Liedern zum Mitsingen. Und dann, dann kam unser Theaterstück „Der Kreis“. Headsets gab's nicht. Die Richtmikrophone waren auch nicht ideal. Also Mikros in die Hand. Wir spielten Situationen aus dem Gruppenalltag: Rückfall, Co- Abhängigkeit, Gewalt, Kinder aus Suchtfamilien, Trennung und Tod. In dem Moment, wo es totenstill im Saal wurde, wusste ich, es wird einfach klasse. Wir hatten das Publikum in unserem Bann. Es waren Situationen, die jeder kannte und selbst durchgemacht hatte. Sie waren auf einmal wieder ganz nahe und mit der ganzen Bannbreite der Gefühle präsent. Auch unser Lied "Freunde holen dich auch aus der Hölle" klappte bestens. Danke an alle Mitwirkenden. Wir haben den LV würdig präsentiert. Da das Wetter mitspielte, konnten sich die Stände mit Steinmetzarbeiten, Miniaturkegeln und die Mitmachaktion mit den Holzspielen von uns nicht über fehlenden Zulauf oder mangelnde Gespräche beklagen. In der Halle wurden von den einzelnen LV noch Aktionen wie Tellermalen, Schutzengel basteln, Frühstücks-brettchen gestalten, ausprobieren der Rauschbrille, Ballsport, Thera-Band-Übungen und das World-Café zum Thema „Glück- Freude-Zufriedenheit“ angeboten. Ich hoffe, ich habe nix vergessen. Es war so viel und alles so toll gemacht. Alles in allem eine gute Entscheidung vom Bundesverband, anstelle eines Bundeskongresses einen solchen Begegnungstag zu organisieren. Klar könnte noch einiges besser organisiert werden, aber Übung macht den Meister. Die Erwartung, es fast 700 Leuten gleichermaßen recht zu machen, hatte wohl auch niemand. Es kommt auf jeden einzelnen an, mit welchen Erwartungen er/sie zu so einer Veranstaltung fährt. Manche kommen, um Freunde wieder zu sehen, manche, um zu essen, andere wiederum, um aktiv mitzugestalten. Ich denke, wir vom Landesverband Hessen haben uns gut präsentiert. Im Bus hab' ich auch nur müde, aber zufriedene Gesichter auf der Heimfahrt gesehen. Gerhard Weyer hat inzwischen die Produktion einiger Holzspiele für Mitglieder aus anderen LV in Angriff genommen.

Ellen Weyer
Landesverband Hessen





Der Verband als Chance für uns

Der Landesverband der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe in Hessen ist der Zusammenschluss von Freundeskreis-Vereinen auf dem Gebiet der Diakonie Hessen. Ziele der gemeinsamen Verbandsarbeit sind in erster Linie Mehrwerte für unsere Mitglieder zu generieren und die Sucht-Selbsthilfe im Zeichen der Freundeskreis-Philosophie weiter auszubauen durch:

- Hilfe, Information & Unterstützung für die angeschlossenen Gruppen bei allen, die Suchthilfe betreffenden Fragen
- Mittel Beschaffung & Verteilung
- Konsolidierung von Angeboten
- die Aufrechterhaltung und der Ausbau von Angeboten
- Förderung & Unterstützung von Aus- und Weiterbildung
- Initiierung des Erfahrungs- und Meinungsaustauschs unter den angeschlossenen Gruppen und deren Mitgliedern
- Förderung & Unterstützung von Freundschaften & Beziehungen auf überregionaler Ebene.

- Beauftragung von Arbeitskreisen zu bestimmten Themenschwerpunkten
- Abwicklung von Projekten zu aktuellen Themen der Sucht- und Selbsthilfe
- Koordination und Publikationen von Informationen & Terminen
- Zusammenarbeit mit anderen Selbsthilfe- und Abstinenzverbänden auf Landesebene
- Entsendung von Delegierten und Mitarbeit im Bundesverband
- Förderung und Erhalt der ehrenamtlichen Suchthilfe im Zeichen der Freundeskreisphilosophie und Werte

Um diese Ziele permanent an die Anforderungen und Begebenheiten der aktuellen Zeit anzupassen und umsetzen zu können, verfügt der Landesverband über 2 Organe, die Landesdelegiertenversammlung und den Landesvorstand.

Die Landesdelegiertenversammlung

- Ist oberstes Organ des Verbandes
- Jeder Freundeskreis entsendet je nach Mitgliederanzahl zwischen 2 und 5 Delegierte
- Sie wählt, überwacht, kontrolliert und entlastet den Vorstand
- Sie erteilt Aufträge und setzt Impulse
- Sprachrohr der einzelnen Gruppenmitglieder auf Landes und Bundesebene
- Sie entscheidet über Satzungsänderungen und Auflösung des Verbandes sowie über den Ausschluss von Mitgliedern
- Trifft sich 2x pro Jahr



Der Landesvorstand

- Besteht aus 13 ehrenamtliche Mitgliedern
- Er vertritt den Verband gerichtlich und außergerichtlich
- organisiert und koordiniert die unterschiedlichen Angebote auf Landesebene
- ist Ansprechpartner für alle Gruppen und deren Mitglieder
- Ist Bindeglied zum Bundesverband
- Trifft sich 3-5x pro Jahr

Der geschäftsführende Vorstand besteht aus...

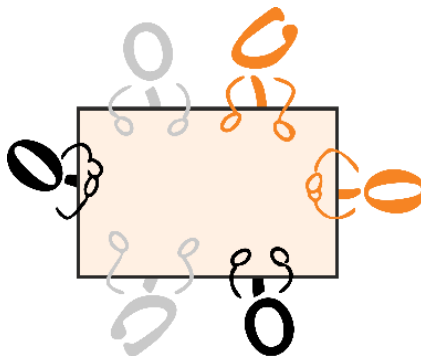
- 1. Vorsitzende/r
- 2. Vorsitzende/r
- Schriftführer/in
- Kassierer/in
- Pressesprecher/in

Der erweiterte Vorstand umfasst zusätzlich...

- 8 Beisitzer

Auf der Delegiertenversammlung im Frühjahr 2019 werden wir den Vorstand neu wählen. Hierzu laden wir alle interessierten Freunde und Freundinnen ein, die sich gerne ehrenamtlich, überregional engagieren wollen, den verbleibenden Vorstandssitzungen, nach vorheriger Anmeldung, als Besucher beizuwohnen.

Bei Interesse wendet Euch bitte an: **kontakt@freundeskreise-hessen.de**



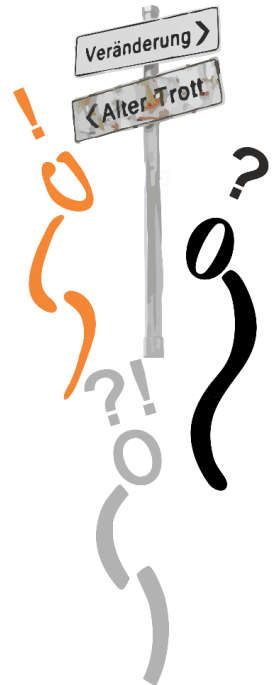
Der Verband als Chance für Dich

Verbandsarbeit soll für alle Beteiligten einen Mehrwert generieren. Es geht zunehmend darum, die Selbsthilfeangebote an die Begebenheiten und Anforderungen der heutigen Zeit anzupassen.

Aktiv gestalten, Angebote schaffen und ausbauen, die unseren Mitgliedern einen echten Mehrwert im Sucht-Selbsthilfebereich bieten. Und dabei erfahrene, interessante und engagierte Menschen kennenlernen, welche die Sucht-Selbsthilfe mit aufgebaut und entscheidend geprägt haben.

Vernetzung, Expansion, Digitalisierung, Kommunikation, Strategie, Compliance, Generationenwechsel & Wissensmanagement sind nur einige der Themen, die in den kommenden Jahren auf uns zukommen werden, bzw. bereits sehr präsent sind! Es gilt den Verband entsprechend auszurichten, um die Probleme hinter diesen Themen in Chancen zu verwandeln.

Die Grundvoraussetzungen für die Mitarbeit im Landesverband sind Teamfähigkeit, Engagement & Initiative – alles Andere kommt von selbst!



**»Wer will, findet Wege,
wer nicht will, findet Gründe.«**

Tim Bretthauer
Landesverband Hessen



Herbstseminar des Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe Landesverband Hessen

Thema: Beziehung und Bewertung mit Gerhard Weyer

Wie ich in meiner Gruppe von erfuh, dass es möglich ist sich zu Seminaren einzuschreiben, war ich doch sehr begeistert und meine Neugierde geweckt. Zum Thema "Beziehung und Bewertung" konnte ich mir noch keinen wirklichen Reim machen.

Nach einer kleinen unterhaltsamen Anreise in das schöne Niedermoos, checkten wir erstmal im Gasthof "Jöckel" ein und trafen uns dann alle zum lecker Essen im Speisesaal. So hatte ich als Frischling beim Freundeskreis die Möglichkeit auch Mitglieder aus anderen Gruppen besser kennenzulernen und zu beschnuppern. Unter anderem auch Gerhard Weyer, welcher nach 25 jähriger Tätigkeit im Vorstand unser Seminar ein letztes Mal abhalten wird.

Nach einer kurzen Verdauungspause verabredeten wir uns dann im Seminarraum (einer Kegelbahn) und machten eine mehr oder weniger längere Blitzlicht-Runde und stellten einander vor. Ganz so fremd, wie ich anfangs befürchtete, kam ich mir dann doch nicht vor, da unter den 16 Teilnehmern 6 davon aus meiner Alsfelder Gruppe entsprangen. :-) Also ein gutes Drittel.

Doch nun zurück zum Thema.

In Beziehungen sollte man sich stets anständig, respektvoll, gewaltfrei und Menschenwürdig miteinander umgehen, nur zu anderen, vielmehr eben auch zu sich selbst,... Wie gehe ich mit mir und meiner Gesundheit um? Achte ich auf mich und meine Bedürfnisse? Was kann ich mir Gutes tun, wenn es mal nicht so gut geht? Was gibt es für verschiedene Bedürfnisse? (Auch ein längeres Thema)

... und eben auch Bewertungen, welche wir in so vielen Dingen im alltäglichen Miteinander vornehmen ohne uns groß Gedanken zu machen. Im wahrsten Sinne des Wortes mit allen Sinnen. Wir sehen einen Menschen in dreckigen Klamotten, riechen dessen penetranten Körpergeruch und hören eine unpassende Stimme, bei welcher ein übler Mundgeruch zu entnehmen ist,... und schon fangen wir an zu bewerten und in Schubladen zu stecken. Im Grunde sind wir ständig am Bewerten, vorallem beim Kennenlernen. Auch ich musste diesbezüglich bereits deßöfteren meine vorgefertigte Meinung wieder revidieren, als ich mein Gegenüber besser kannte.

Alles in allem fand ich das Wochenende kurzweilig und schön, und ich konnte sehr viel für mich mit nach Hause nehmen. Auch im Umgang mit mir selbst.

Und dafür danke ich Gerhard, der seine Sache sehr gut machte,... doch vor allem auch allen Anderen, welche mich so unglaublich herzlich in der Runde aufgenommen haben. Von daher,...

immer wieder gerne.

(S.Oliver)



„Wer seine Bücher nach dem Einband auswählt, wird die besten Geschichten verpassen!“

Unbekannt

Herausgeber:
Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe
Landesverband Hessen e.V.
Frankfurter Straße 314
D-34134 Kassel
Internet: www.freundeskreise-hessen.de

Spendenkonto:
Kasseler Sparkasse
Bankleitzahl: 520 503 53 Konto-Nr.: 18102
IBAN: De85520503530000018102 -
BIC: HELADEF1KAS
E-Mail: kontakt@freundeskreise-hessen.de

Die nächsten Termine 2018

Delegiertentagung

21. Oktober 2018, ab 09:00Uhr
Alsfeld



Frauenseminar

Thema: „In welchem Schuh steckst Du?“
mit Gina Kirchhof

26. – 28. Oktober 2018
in Nieder-Moos, Hotel Jöckel
Eigenanteil: 65,00 €



Klausurtagung

Eisenacher Haus
Erweiterte Vorstandssitzung
09.11.-11.11.2018

