



Freundeskreise
für Suchtkrankenhilfe
Landesverband Hessen e.V.

unsere kleine ZEITUNG

Magazin des Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe Landesverband Hessen e.V.

Ausgabe Q1 2018



Inhalt:

- Wir stellen uns vor
- Raus aus der Anonymität - mit Mut ins bunte Leben
- Frühjahrs-Delegiertenversammlung
- Der Bundesverband
- Gesundheitsmesse in Bad Marienberg
- Tagesseminar zum Thema Resilienz

Teddy Puder

Wir stellen uns vor

Um Euch den Landesverband und die Menschen dahinter näher zu bringen, möchten wir Euch mit dieser Ausgabe unserer kleinen Zeitung gleich 3 überaus verdiente Mitglieder der Suchtkrankenhilfe in Hessen und Rheinlandpfalz, sowie der Verbandsarbeit auf lokaler, regionaler, Landes- und Bundesebene vorstellen.

Alle 3 haben mehrere Jahrzehnte ehrenamtlicher Suchtkrankenhilfe vorzuweisen, in denen durch ihr individuelles Zutun die ehrenamtliche Suchtkrankenhilfe im Zeichen der Freundeskreise zu dem werden konnte, was sie heute ist - ein weit verzweigtes Netzwerk von ehrenamtlich tätigen, engagierten und erfahrenen Suchtkrankenhelfern die in freundschaftlicher Verbundenheit in eine zufriedene Abstinenz begleiten.

Peter Weimer

2. Vorsitzender des Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe Landesverband Hessen e.V.

Unser Peter ist Mitbegründer diverser Freundeskreise, Gruppen und Verbände im Gebiet der Wetterau, Südhessen und darüber hinaus. Als 1. Vorsitzender des Freundeskreis Bad Nauheim ist er über sein Engagement im Landesverband hinaus auch seit nunmehr annähernd 30 Jahren aktiv.



Neben diversen Informationsabenden in verschiedenen Kliniken, Präsentation des Suchthilfeangebots auf Messen und Gesundheitstagen, gehören ein wöchentliches Gesprächsangebot im KPP Friedberg und die Mitarbeit in diversen Arbeitskreisen auf verbandsübergreifender Ebene zu seinem Betätigungsfeld.



Ellen Weyer

Schriftführerin des Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe Landesverband Hessen e.V.

Unsere Ellen ist seit Jahren sozusagen der Kit der den Verband zusammenhält. Ohne ihr unermüdliches Engagement, ihre zeitnahen und ausführlichen Protokolle, sowie ihre kontinuierliche Rückführung der Diskussion zum eigentlichen Thema, dem Auftrag der Delegierten, wäre der Verband über die letzten Jahrzehnte unter wechselnden Vorsitzenden sicherlich in deutlich unruhigeres Fahrwasser geraten. Ellen ist Angehörige und seit 1987 Mitglied im Freundeskreis Westerwald. Seit Beginn der 90er Jahre engagiert sich Ellen auch im Landesverband, wo sie seit der Jahrtausendwende das Amt der Schriftführerin inne hat.



Gerhard Weyer

Delegierter des Bundesverbandes

Unser Gerhard ist, wie seine Frau Ellen auch, ein echtes Freundeskreis-Urgestein. Über die letzten Jahrzehnte war Gerhard, neben langjähriger Tätigkeit als Vorsitzender unseres größten Vereins im Landesverband, dem Freundeskreis Westerwald, aktiv als Beisitzer im Landesverband und als Delegierter des Bundesverbandes der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe in Deutschland. Vor seinem Renteneintritt im letzten Jahr, war Gerhard als Arbeitstherapeut in den Kliniken Wied beschäftigt und konnte mit seiner Erfahrung und Kontakten in der professionellen, wie auch der ehrenamtlichen Suchthilfe den Verband bedeutend voranbringen. Mit Gerhard als Delegiertem im Bundesverband können wir uns immer sicher sein, dass unsere Interessen gewahrt bleiben und Gerhard unseren Standpunkt gebührend und stark vertreten wird – jeder der ihn kennt, weiß wovon ich rede;-)



Raus aus der Anonymität- mit Mut ins bunte Leben...

Aktiv als Selbsthilfegruppe für Suchtmittelabhängige und ihre Partner an einem Karnevalsumzug teilgenommen

Unter dem Motto hatte sich der Freundeskreis Westerwald 2017 bei der Ausschreibung des Fördervereines Respekt der Kliniken Wied beworben. Die Idee wurde von der Jury, Nina Roth, Referatsleitung Suchtprävention der LZG für Gesundheitsförderung in RLP, Hanne Wiesenmaier-Löhr(Wekiss) sowie Vertretern von AA und Alanon als so gut befunden, das uns die Drogenbeauftragte der Landesregierung, Sabine May zum 2. Platz gratulierte.

Jetzt hieß es die Idee in die Tat umzusetzen. Es wurde gewerkelt, ein Suchtbaum gebastelt, ein Gefährt organisiert, Wurfmaterial eingekauft.



Doch je näher das Datum rückte, desto öfter kamen auch die Gedanken:“
Machen wir uns lächerlich? Werden wir ausgelacht? Karneval und Alkohol gehören zusammen, was wollen wir dabei? Sind wir Spaß-Bremsen? Erhobener Zeigefinger? Wenn uns da einer erkennt?

Doch die Idealisten vom Freundeskreis Westerwald stellten sich Ihrer Aufgabe. Abstinente lebende Menschen sollten sich frei und offen zu Ihrer Abhängigkeit bekennen können, ohne Angst und Scham. Freiheit bedeutet, dass ich entscheiden kann mit dem aufzuhören was ich nicht mehr tun will! Ohne erhobenem Zeigefinger, aber mit der Botschaft: wenn Du Hilfe brauchst, wir sind da. Und wir gehen nicht zum Lachen in den Keller. Wir nehmen auch weiterhin aktiv am Leben teil.



Mit Allaf und Helau, einem durchweg positiven Gefühl und vielen Gesprächen wurde der Umzug am 11.02.2018 in Höhr-Grenzhausen beendet.

Mehr Infos gibt es auf der Homepage unter:

www.freundeskreis-westerwald.de



Delegiertenversammlung:

Fakten & Ergebnisse der Delegiertentagung vom 10.03.-11.03.2018 in Nieder- Moos



Wir möchten Euch hier nochmal zusammenfassend die Ergebnisse der Delegiertentagung näher bringen, da diese das Fundament unserer Arbeit darstellt und uns alle betrifft.

Nach Feststellung der Anwesenheit von 9 der insgesamt 15 im Landesverband vertretenen Freundeskreisen, begrüßte der erste Vorsitzende, Dieter Dickmann, die beschlussfähige Versammlung. Nach dem Gedenken aller Freunde, die nicht bei uns sein konnten, wurde das Protokoll der letzten Versammlung vom 08.10.2017 einstimmig genehmigt und wir führen mit dem Jahresrückblick 2017 fort. Der Kassenbericht wurde vorgestellt, sowie der Bericht der Prüfer gehört.

Nachdem das alte Jahr abgeschlossen und der Vorstand entlastet war, konnten wir uns mit der Planung beschäftigen, denn wir haben auch in diesem Jahr wieder viel vor.

- **Frühjahrsseminar vom 13.04.-15.04.2018 in Nieder-Moos**

Das Frühjahrsseminar wird sich mit dem Thema Erstellung eines Leitfadens zur Gruppenvorstellung beschäftigen. In diesem Zuge, wurde erstmals eine neue Anmelde-Systematik für Seminare und Veranstaltungen vorgestellt.

Die Anmeldungen zu den Seminaren sollen langsam auf auf eine einheitliche Online-Lösung umgestellt werden.

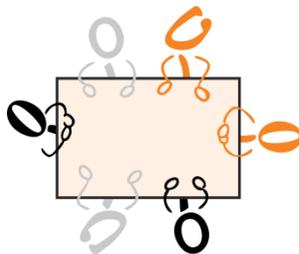
Das Anmeldeformular wird zum einen über die Webseite erreichbar sein, aber auch über entsprechende Verlinkungen in digitalen Dokumenten, sowie über entsprechende QR-Codes. Für eine Übergangszeit werden die Anmeldungen, wie gewohnt per Email oder Telefon an Dieter Dickmann möglich sein, allerdings werden wir nach erfolgreicher Einführung, den Anmeldungsprozess auf eine zentrale Online-Lösung umstellen. Wir wollen und werden hierbei niemanden abhängen – schließlich sind wir Freundeskreis!

- **Fest der Freunde am 12.05.2018 in Baunatal**

- Anmeldeschluß für die Teilnahme ist der 31.03.2018. Bis dahin sollen die Freundeskreise Ihre Teilnehmer namentlich bei E. Weyer melden.
- Die Tagespauschale von 40€/Person wird von den Freundeskreisen an den LV überwiesen.
- Die Westen werden an die Gruppen verschickt und auch von den Gruppen zusammen bezahlt.
- Gestaltung des Auftritts des LV Hessen:
 - Stellwände mit Informationen zum LV und der angeschlossenen Gruppen (*Innenbereich*)
 - Tische zu Präsentation der Zutaten der grünen Soße (*Innenbereich*)
 - Tisch mit Holzspielen, der Suchtbaum vom FK WW, eventuell Rauschbrillen, etc... (*Außenbereich*)
- Der Auftritt unserer Theatergruppe wird gegen 17.00 Uhr stattfinden.

- **Gruppenbegleitertreffen am 08.07.2018 in Fulda**

Das Gruppenbegleitertreffen ist eine hervorragende Gelegenheit, dass was den Verband ausmacht, quasi hautnah mitzuerleben. Hier kann man in freundschaftlicher, lockerer Atmosphäre mit gleichgesinnten Freunden und Mitstreitern Erfahrungen austauschen und Lösungsansätze diskutieren. Der Blick über den Tellerand, die Möglichkeit Kontakte zu knüpfen, Freundschaften zu schließen und zu vertiefen sind nur einige der nenneswerten Nebeneffekte, die Dich die Mühseligkeit des Aufraffens schnell vergessen lassen.



- **40 Jahre Landesverband am 25.05.2019 in Nieder-Moos**

In 2019 wird der Landesverband 40 Jahre. Dieses Jubiläum werden wir am 25.05.2019 in traumhafter Kulisse in der Vulkanscheune in Nieder-Moos feiern. Hierzu haben wir ein Organisationsteam gebildet, welches die Veranstaltung planen wird. Zusätzlich werden wir die Gruppen nach Ideen zur Gestaltung der Feierlichkeit befragen.

- **Vorstandswahl 2019**

Die Vorstandswahl 2019 wird einige Veränderungen im geschäftsführenden Vorstand des Landesverbandes mit sich bringen. So werden D. Dickmann als 1. Vorsitzende, P. Weimer als 2. Vorsitzender und E. Weyer als Schriftführerin nicht mehr zur Wahl antreten. Außerdem wird auch G. Weyer als Delegierter zum Bundesverband sein Amt niederlegen. Diese Lücken gilt es mit engagierten und tatenhungrigen Freunden zu füllen. Wer also Lust hat sich zu engagieren, den Landesverband mitzugestalten und im Kreise interessanter Menschen unser Angebot weiter auszubauen, ist gerne willkommen z.B. am 22.04.2018 ab 10:00Uhr unserer Vorstandssitzung in Alsfeld, Zeller Weg 2 beizuwohnen. Kommt einfach hin, informiert Euch, nehmt Eindrücke mit und fragt was Euch auf dem Herzen liegt!

Wenn der Wind der Veränderung weht,
bauen die einen Mauern und die
anderen Windmühlen.



- **Wünsche der Delegierten**

Nach unseren Wünschen befragt, kam nix!

Das warf die Frage auf „Wie werden wir als Delegierte unserer Aufgabe gerecht die Wünsche der Gruppenmitglieder zu erfragen?“

***Kurzer Exkurs:** Die Delegiertenversammlung ist das oberste Organ unseres Verbandes. Die Delegierten eines Vereines sind die Interessenvertreter ihrer Gruppenmitglieder im Landesverband. Sie können mit ihren*

Anregungen, ihrer Kritik und ihren Wünschen die Arbeit des Vereines entscheidend beeinflussen. Dieser Einfluß umfasst die personelle Besetzung des Vorstands, die Auswahl von Themenschwerpunkten, Entscheidungen über Art, Anzahl und Rahmen von Veranstaltungen sowie die Strategie des Verbandes im Allgemeinen.

- **Versicherungsschutz im Verein**

H. Schön hat sich die Arbeit gemacht und ein Schreiben aufgesetzt, welches es den Gruppen erleichtern soll sich im Versicherungsdschungel zurecht zu finden. Es ist ratsam, das jede Gruppe sich individuell um einen entsprechenden Versicherungsschutz kümmert. Der LV kann diesen Service nicht zu annehmbaren Konditionen bieten. Hilfestellung und Erfahrungsberichte bieten wir unseren Mitgliedern aber selbstverständlich gerne an.

- **Motorradtour**

Am 01.09. oder 15.09.2018 wird es eine private Motorradtour für Interessierte vom LV Hessen geben.
Nähere Informationen gibt es bei: werner.goerlach@gmx.de

- **Unsere kleine Zeitung**

Es werden immer wieder Artikel für unsere kleine Zeitung gesucht. Teilt Eure Gedanken & Eindrücke zu Themen und Veranstaltungen im Suchthilfe-Umfeld! Wir freuen uns auf Eure Beiträge.

- **Verschiedenes:**

Statistik des Bundesverbandes. D. Dickmann liest einige Zahlen aus der statistischen Erhebung des Bundesverbandes vor. Diese Erhebung ist das Ergebnis der letzten Gruppenbefragung und bildet die Basis für zahlreiche Statistiken im ehrenamtlichen wie im professionellen Suchthilfe Umfeld. Ein herzliches Dankeschön an die Gruppen für Ihre Teilnahme!

- **Nächste Delegiertentagung** 21.10.2018 in Alsfeld

Der Bundesverband (BV)

Die örtlichen Freundeskreise sind über ihre Landesverbände (LV) im Bundesverband (BV) organisiert. Der Bundesverband versteht sich als Selbsthilfeunterstützer und Dienstleister für die ihm angeschlossenen 16 Landesverbände und deren Freundeskreise.

Der Bundesverband hat seinen Sitz in Kassel. Er ist Mitglied im Diakonischen Werk in Kurhessen-Waldeck e.V., im Gesamtverband für Suchtkrankenhilfe im Diakonischen Werk der EKD e.V. (GVS) und in der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen e.V. (DHS).

Zweck des Bundesverbandes

Grundlage für die Arbeit des Bundesverbands ist das Leitbild der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe. Christliche Grundwerte, insbesondere die Liebe zum Nächsten, sind das Fundament der Arbeit. Nach diesem Verständnis und nach ihrer Entstehungsgeschichte fühlen sich Freundeskreise der Diakonie zugehörig.

Der Verein unterstützt von Sucht betroffene Menschen. Er fördert insbesondere auch die Gruppenbegleiter in den Freundeskreisen für Suchtkrankenhilfe und in den Landesverbänden. Diese sind nach dem Selbsthilfeprinzip als Abhängige oder Angehörige von der Suchtkrankheit betroffen. Sie arbeiten ehrenamtlich in der Sucht-Selbsthilfe der Freundeskreise.

Aufgaben des Bundesverbandes

- Information suchtbetroffener Menschen und deren Vermittlung zu geeigneten Stellen in der Suchthilfe und Sucht-Selbsthilfe.
- Information und Sensibilisierung der Öffentlichkeit für die Suchtkrankheit und die Nöte der von Sucht betroffenen Menschen.
- Förderung des Informations- und Erfahrungsaustauschs unter den Freundeskreisen und Landesverbänden.
- Organisation und Durchführung von Maßnahmen zur Aus- und Fortbildung für die Gruppenbegleiter und Mitglieder in den Freundeskreisen.

- Vertretung und Koordinierung der Interessen der Freundeskreise auf Bundesebene. Das schließt die Entgegennahme von zweckgebundenen Mitteln für die Landesverbände ein. Das Einverständnis muss vorliegen.
- Fachliche Unterstützung der Landesverbände nach deren Bedarfen und auf deren Wunsch hin.
- Partnerschaftliche Zusammenarbeit und Erfahrungsaustausch mit anderen Selbsthilfegruppen, Sucht-Selbsthilfe-Verbänden und Institutionen zu den die Gruppenarbeit tangierenden Themen.
- Einbringen fachlicher und spezifischer Gesichtspunkte der Freundeskreise in Gremien der Suchthilfe.
- Förderung der Bildung von Landesverbänden der Freundeskreise.

**Glück.
Freude.
Zufriedenheit.**



**Ein Fest für
Freunde.**

Samstag, 12. Mai 2018
Tagungszentrum
Stadthalle Baunatal

Save the date



Gesundheitsmesse 2018 in Bad- Marienberg!

„Null Alkohol heißt nicht gleich null Lebensfreude“ war das Motto bei der Teilnahme vom Freundeskreis Westerwald Verein für Suchtkrankenhilfe.



„ Kannst Du meinem Papa helfen? Er trinkt so viel!“, das war noch vor der offiziellen Eröffnung mein Kontakt mit einem etwa 10jährigen Mädchen. Doch bevor ich antworten konnte, hatte die Mutter das Kind schon fortgezerrt. Keine ungewöhnliche Szene in einer Suchtfamilie. Alles dafür tun, dass das Familienproblem geheim bleibt. Leider sind die Kinder das schwächste Glied in dem Familiensystem. Dieser flehende Blick hat mich den ganzen Tag begleitet. Sollte die Mutter diese Zeilen lesen, meine Bitte: informieren Sie sich unter: www.freundeskreis-westerwald.de über unsere Hilfsangebote.

Ansonsten war die Gesundheitsmesse für den Freundeskreis Westerwald wieder eine gute Plattform sich zu präsentieren. Viele konstruktive Gespräche und Diskussionen über Sucht wurden geführt. „ Sollte Alkohol verboten werden?“ Würde damit das Problem gelöst? Drogen sind verboten und trotzdem gibt es so viele Drogenabhängige. Wie sieht es mit dem Vorleben der Erwachsenen aus? Vorbild für unsere Jugendlichen? Muss die Alkoholwerbung bei Sportveranstaltungen sein?

Auch wenn einige Besucher etwas scheu an unserem Stand vorbei gingen, für uns war es eine gelungene Veranstaltung.

Achim Schmidt,

Freundeskreis Westerwald Gruppe Bad-Marienberg

Tagesseminar zum Thema Resilienz am 21.01.18 mit Dieter Dickmann in Hanau

Am 21.01.18 veranstaltete der Freundeskreis Main Kinzig Hanau e.V. ein Tagesseminar zum Thema Resilienz. Wir waren 17 Personen, davon 11 Teilnehmer unserer Selbsthilfegruppe und sechs Gäste.

Um 09 Uhr ging es mit einem gemeinsamen Frühstück und dem Kennen lernen, der uns teilweise fremden Besucher des Lehrganges los.

Was ist Resilienz? Diese Frage wurde zu Beginn in den Raum geworfen, den Resilienz war für viele, nicht für alle, ein bis dahin unbekannter Begriff. Wir hörten, das hinter Resilienz psychische Widerstandsfähigkeit, die Fähigkeit Krisen zu bewältigen, steckt. Dieter Dickmann meinte, dass auch er da noch Nacharbeiten müsse und dass das Thema ihm doch überhaupt nicht liegen würde.

Dieter hatte einen Fragebogen dabei, mit dem jeder ergründen konnte, wie es mit der eigenen Resilienz aussieht. Darüber haben wir dann eine Weile diskutiert. Es kamen viele Fragen hoch, auch von den Gäste des Lehrganges, die sich immer wohler bei uns fühlten. Kurz nach 12.00 Uhr gab es Mittag, mit Würstchen, Brötchen und leckeren Salaten. Danach ging es weiter. Dieter brachte menschliche Eigenschaften ins Spiel, die im Zusammenhang mit der Resilienz stehen, wie: Konfliktfähigkeit, Selbstvertrauen, Selbstwertgefühl, Selbstbewusstsein Misserfolg, Enttäuschung, Mut, Gelassenheit, Erfolgserlebnis. Auch die Kindheit, die Eltern und die Umgebung in der jemand aufwächst, spielen durchaus eine Rolle bei der Resilienz. Darüber diskutierten wir und erfuhren, das jeder Resilienz, egal was bisher im Leben geschehen ist, erlernen - erarbeiten kann.

Leider war dann auch die Zeit schon herum, obwohl Dieter noch zwei weitere Arbeitsblätter besaß mit den Säulen und Schlüsseln der Resilienz. Damit hätten wir erarbeiten können, wie man mehr Resilienz erlangen kann. Diese Blätter hat Dieter mir übergeben. (Ich werde sie bei einem Gruppenabend einsetzen!)

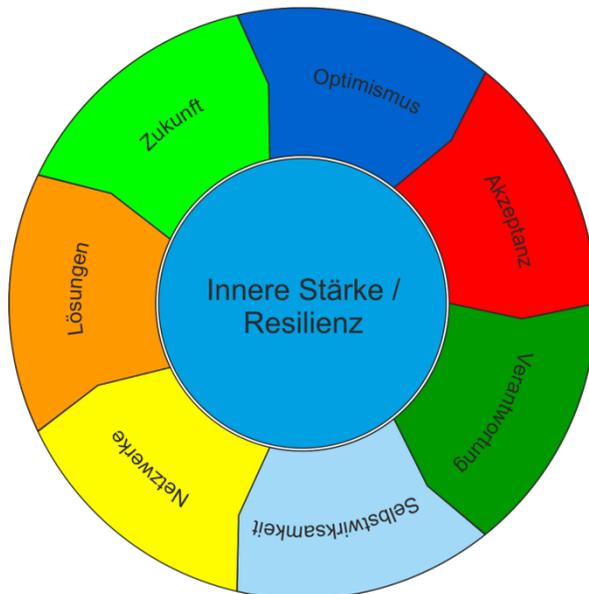
Zum Abschluss des Tages gab es noch eine Runde, in der doch für mich herauskam, das jeder etwas von diesem Tag für sich mitnehmen konnte.

Kaffee getrunken und Kuchen gegessen hatten die meisten schon, während wir noch diskutierten und so wurde das Seminar gegen 16.00 mit einem gemeinsamen Abräumen und Aufräumen abgeschlossen.

Fazit für mich war ein interessanter Tag, an dem auch ich für mich einiges, was das Thema Resilienz angeht, habe lernen können. Ich hatte das Gefühl, das unsere Besucher sich bei uns sehr wohl fühlten und auch das Dieter Dickmann sich im Laufe des Tages immer mehr mit dem Thema Resilienz identifizieren konnte.

„Danke Dieter für diesen wirklich interessanten und informativen Tag!“

Elke Bauer,
Freundeskreis Hanau



Liebe FK'ler und Motorradfahrer

....oder in umgekehrter Reihenfolge...

Liebe Motorradfahrer unter den FKlern,

Wir planen eine eintägige Tour mit den Mopeds.

Termin: Am Samstag, den 1.9.2018

Oder alternativ: 15.9.2018

Uhrzeit: Frühzeitig

Ort/ Tour: Legen wir noch fest.

Die geografische Mitte von Hessen wäre:

Mücke – Vogelsberg.

Die FK – Verteilungsmitte – Marburg und Umgebung.

Wir fahren auf eigenes Risiko!

Es ist ein privat organisiertes Treffen!

Bitte schreibt auch, welches Moped ihr fahrt und ob ihr eher gemütlich oder sportlich unterwegs seid.

Interesse? Dann bitte melden! E-Mail siehe unten

Viele Grüße

Werner Görlach

Freundeskreis Bad Nauheim

E-Mail: werner.goerlach@gmx.de



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

Frühjahrsseminar

Thema: „Erstellung eines Leitfadens für die Gruppenvorstellung“

13. – 15. April in Nieder-Moos, Hotel Jöckel

Eigenanteil: 65,00 €



LV - Männerseminar

10. Mai (Vatertag)

Im Westerwald



12.05.2018

Ein Fest für Freunde

Veranstaltung des Bundesverbandes
in Baunatal



08.07.2018

Gruppenbegleitertreffen

Freundeskreis Fulda

