

WIR

berichten aus der Arbeit

Ausgabe 2024

 **Blaues Kreuz**
Wege aus der Sucht

Diakonie 
Pfalz

Suchtkrankenhilfe



Editorial

Gewinner und Verlierer

In diesem Sommer gab es einige sportliche Großereignisse. Die Europameisterschaft der Fußballmänner fand in Deutschland statt. Und dann gab es in Paris das sportliche Super-Event:

Die Olympischen Spiele. Sportlerinnen und Sportler aus der ganzen Welt kamen zusammen, um ihre Kräfte zu messen. Höher, schneller, weiter.

Am Ende gab es Gewinner und Verlierer. Die einen stehen auf dem Treppchen und feiern ausgelassen. Jahrelang haben sie sich geschunden, haben jede freie Minute trainiert und auf vieles verzichtet. Jetzt, in der Stunde des Sieges, hat sich das alles gelohnt. Sie haben es geschafft. Plötzlich stehen sie im Rampenlicht, in der Zeitung und auf sämtlichen Nachrichtenseiten im Netz. Und die Verlierer? Auch sie haben genauso lange und intensiv trainiert, haben auf vieles verzichtet. Aber als Verlierer bekommen sie höchstens ein kurzes Interview und dann sie mit ihrer Enttäuschung alleine und müssen irgendwie damit zurecht kommen.

Dieses Gefühl von Sieg und Niederlage kennen wir alle. Jeder von uns wäre gerne einmal die Beste oder der Beste. Jeder von uns möchte gerne Anerkennung erhalten für das, was er oder sie

geleistet hat. Aber im Leben gibt es nicht nur Siege, sondern auch Niederlagen.

Wie gut, dass wir bei Gott als Sieger und als Verlierer geliebt sind. Gott feiert mit uns auf den Höhen des Lebens und Gott steht uns in den Niederlagen bei. Gott freut sich an der Fülle in unserem Leben und er geht auch mit durch die Zeiten der Dürre.

Mögen Sie Gottes liebende Gegenwart zu allen Zeiten spüren.

A. Schilling



Anette Schilling
Suchtthilfeferentin beim
Diakonischen Werk Pfalz

Inhalt

4	Schuster, bleib bei Deinen Leisten
9	Jahresfest
13	Meine Zeit ist jetzt
15	Besinnungstag
16	Olli, der Rocker für Jesus
20	"Ich war" heißt nicht "ich bin"
22	Vorweihnachtlicher Abend im BK Ludwigshafen
23	Neugestaltete Gruppenräume BK Ludwigshafen
25	Blaue Huddel im Einsatz
27	Unser Unterstützer
28	BK Kaiserslautern im Quartier
30	Wir nehmen Abschied
32	Grindelwald
35	Tage der seelischen Gesundheit
36	Kinderfreizeit
38	Seminar für Gruppenleitung
39	Unser Unterstützer
40	Wandertag
42	50 Jahre BK Frankenthal
42	Wem schadet Dein Drink?
44	DHS-Aktionswoche
45	Ausbildung zum psychischen Ersthelfer kreativ - präventiv
46	Singschd mid?
48	Neuer ärztlicher Leiter am Donnersberg
49	Gemeinsame Forderung der fünf Sucht-Selbsthilfeverbände
50	Kinder und Jugendliche besser schützen
51	Adressen
52	Wegweiser
56	Anmeldekarte
60	Impressum
64	

Schuster, bleib bei deinen Leisten

Vortrag Rolf Hüllinghorst "Suchtselbsthilfe im gesellschaftlichen Wandel"

Zum Schluss meiner Bestandsaufnahme vielleicht noch einmal ein Zitat aus dem Papier der DHS: „Die Suchtselbsthilfe kann und muss ihr Angebotspektrum bezugnehmend auf sich verändernde wissenschaftliche Erkenntnisse der Suchtforschung kritisch reflektieren. Es gilt, Erkenntnisse einzubeziehen und zeitnah weitere Angebote für suchterfahrene Menschen zu schaffen.“

Ich weiß nicht, wer sich in der Lage fühlt, diese Passage Menschen aus dem Selbsthilfegruppen zu erklären.

Nur ein Beispiel: das „kontrollierte Trinken“ gilt immer noch als wissenschaftlich fundiert. Es gibt aber kaum dokumentierte Ergebnisse. In einer Selbsthilfegruppe gibt es dafür niemanden, der das nicht für sich versucht hat und sich immer wieder sein Versagen eingestehen musste. Wer meint, diesen Ansatz des kontrollierten Trinkens in einer Selbsthilfegruppe vertreten zu müssen, sollte sich „warm anziehen“ und mit heftigem Widerspruch aus eigenen, leidvollen Erfahrungen rechnen.

Meines Erachtens sollte es genau umgekehrt sein: Wissenschaftler sollten auf Betroffene aus den Selbsthilfegruppen zugehen, hinhören und mit ernsthaftem Interesse nachfragen, bevor sie Hypothesen aufstellen, die theoretisch logisch klingen, aber praktisch nicht umsetzbar sind.

Suchtselbsthilfegruppen heute

Ja, es hat einen gesellschaftlichen Wandel gegeben und die Arbeit wandelt sich weiter. Wir müssen konstatieren, dass - diese Tendenz gilt natürlich nicht für alle - es gibt überall gallische Dörfer -

- die Verbände mitgliedsmäßig schrumpfen
- die Mitgliederstruktur problematisch wird
- die Bereitschaft, zu regelmäßiger Mitarbeit sinkt,

- und es gibt Gruppen, die sich überfordert fühlen
- und Gruppen, die überaltert sind und meinen, sie seien für jüngere Menschen nicht attraktiv.

Selbsthilfeverbände reagieren dann gerne mit Projekten (von Krankenkassen finanziert), gerne auch verbandsübergreifend. Das macht auch Spaß, etwas Neues auszuprobieren, mit engagierten Männern und Frauen neue Wege zu diskutieren, neue Ansätze zu versuchen. Das Problem ist die Nachhaltigkeit, denn für die Einführung und die Umsetzung braucht es Menschen. Die sind dann aber mit den Funktionen, die sie in ihrer Gruppe ausfüllen, schon am Limit oder begeben sich, weil das so schön war, in das nächste Projekt. Damit möchte ich nichts gegen Projekte grundsätzlich sagen, aber darauf hinweisen, dass bei weitem nicht jedes Projekt schon ein - verbandlicher - Fortschritt ist. Für die Implementierung und Verstetigung von neuen Ansätzen/Ideen braucht es Menschen, die sich genau hier engagieren wollen.

Gesellschaftliche Entwicklungen und strukturelle Veränderungen

Eine herausfordernde Zeit war die „Corona Pandemie“. Ich bin sehr stolz auf unsere damalige Geschäftsführerin der Guttempler, die kurzfristig für jede unserer Selbsthilfegruppen einen „Raum“

zur Verfügung stellte, indem eine Telefonkonferenz abgehalten werden konnte. Das waren nicht die tiefen Gespräche wie in der Gruppe, aber es war das Gefühl, jedes einzelnen, sich mittwochs getroffen zu haben und zu wissen, wie es den anderen geht. Und das Wissen: „Ich bin nicht allein!“ Das Land ermöglichte in dieser Zeit in Gruppen Investitionen in digitales Equipment, und nachdem es wieder möglich war, sich zu treffen, waren alle Mitglieder aus unseren Gruppen wieder dabei. Sie kamen zurück mit neuen Möglichkeiten und neuem Verständnis, auch für digitale Entwicklungen, ausgestattet. Das war dann auch der Zeitpunkt, zu dem unsere Gruppen förmlich von Besucher*innen überrannt wurden. Öffentlichkeitsarbeit in Zeiten der Digitalisierung: WhatsApp, Podcast, Instagram, Facebook.

Vor kurzem veröffentlichte ein Landesverband auf Facebook ein aussagefähiges Foto: 18 Vertreter*innen aus Gruppen vor Ort hatten sich darüber unterhalten, wie wir mit Social Media jüngerer Mensch erreichen könne.

Mir fiel dazu spontan ein: Mit einem solchen Foto, auf dem fast alle leicht übergewichtig und dem Rentenalter nicht fern und überwiegend männlich waren, ganz bestimmt nicht.

Es ist ein schweres Thema, dem man sich aber leicht nähern kann. Wir fragen doch immer: Wie bist du auf uns gestoßen, warum kommst du zu uns? Bei uns in der Gruppe kommt kaum jemand, ohne unseren Internetauftritt, gelesen zu haben. Dann kommt der Anruf: „Kann ich einfach kommen?“ Oder: „Ich habe jede Menge Podcast

gehört und immer wurde darauf hingewiesen, in eine Selbsthilfegruppe zu gehen. Da bin ich!“ Und auch er hat es sich dann die Gruppe im Internet herausgesucht. Besonders gefreut haben wir uns über die Empfehlung einer Beratungsstelle. Hier sind wir bekannt als Gruppe, in der auch jüngere Frauen sind.

Es ist ein schweres Thema, dem man sich aber leicht nähern kann. Wir fragen doch immer, wie bist du auf uns gestoßen, warum kommst du zu uns? Bei uns in der Gruppe kommt kaum jemand, ohne unseren Internetauftritt, gelesen zu haben. Dann kommt der Anruf: „Kann ich einfach kommen?“ Oder: „Ich habe jede Menge Podcast gehört und immer wurde darauf hingewiesen, in eine Selbsthilfegruppe zu gehen. Da bin ich!“ (und auch er hatte sich dann die Gruppe im Internet herausgesucht) Besonders gefreut haben wir uns über die Empfehlung einer Beratungsstelle. Hier sind wir bekannt als Gruppe, in der auch -jüngere - Frauen sind.

Und der vorhin schon erwähnte „run“, kam nach entsprechenden Zeitungsberichten über eine Lesung mit Nathalie Stüben, die dazu auch viele Absolventinnen ihres Programms mitbrachte. Was bedeutet das in der Zusammenfassung? Man muss im Netz vertreten sein. Auch die sozialen Netzwerke sollten ab und an ein Foto von Aktivitäten der Grube zeigen. Keine Angst vor Öffentlichkeitsarbeit, die aber in der Regel auch wieder Aktivitäten voraussetzt über die berichtet werden kann.

Es ist klar, dass das nicht jede einzelne Gruppe leisten kann und will. Hier sehe ich aber, Möglichkeiten der Selbst-

hilfeverbände, die einen verbesserten Rahmen für die Sichtbarmachung der Gruppen schaffen. Es gibt nichts Schlimmeres in der Öffentlichkeitsarbeit, als veraltete Informationen!

Hier kann eine zentrale Dienstleistung der Bundes- oder Landesgeschäftsstelle hilfreich sein. Aber aufpassen: Wenn etwas im Internet angeboten wird, muss es vor Ort auch stattfinden. Wir zeigen unsere Gruppenarbeit, wie sie ist.

Es sollten ein Dreiklang geben

1. Treffen in der Gruppe mit all ihren Möglichkeiten,
2. das Angebot auf Kontakt im Internet und
3. die gut zu findende Notrufnummer

Die Gruppe erleben

„Storytelling“ ist ein aufgeblasener Begriff für eine rhetorischen Trick: „Bestimmen Sie selbst über die Bilder im Kopf ihre Zuhörer“. So schreibt es Markus Werner in der Wirtschaftswoche. Er moderiert die Lokalzeit Ostwestfalen des WDR und ist hier natürlich bekannt wie ein bunter Hund.

Aber er schreibt mir aus der Seele, denn wir brauchen keine Geschichten zu erfinden, sondern wir können mit unserer Erfahrung in Selbsthilfegruppen aus dem Vollen schöpfen. Geschichten ohne Ende mit gutem Ende. Wir müssen sie aber auch erzählen. Denn für die meisten Menschen sind Selbsthilfegruppen und was in ihnen passiert

nicht bekannt. Der normale Bürger hat die gleichen Hemmungen wie der oder die Betroffene. Also müssen wir es erzählen. Natürlich anonym, und immer wieder geht es um „das Wunder in der Gruppe“.

Eine der schönsten Geschichten ist immer wieder die von Simon (24 Jahre alt). Er war Jahre lang nicht ansprechbar. In der Corona Zeit hat er die telefonische Beratung der AA genutzt und seitdem Tage und Nächte lang telefoniert. Als es wieder möglich war, eine Gruppe zu besuchen, hat er auch das exzessiv getan. Eines Abends, ein Mittwoch, wollte er eine Kirche im Viertel besuchen, die war geschlossen. Er ging eine Straße weiter, sah den Schaukasten und die Tatsache, dass an dem Abend eine unserer Gruppen tagte. Er kam in den Gruppenraum, sagte wenig, das tut er immer noch und kam wieder und kommt jetzt seit knapp zwei Jahren. Auf Nachfrage sagte er dann irgendwann: „Ich fühle mich bei euch wohl, ihr habt mich gut aufgenommen“.

Um was geht es denn sonst?

Es geht um das Gefühl, verstanden zu werden und dazugehören zu wollen. Es geht darum besser aus dem Gruppengespräch heraus zu gehen als zu Beginn des Treffens. Es geht darum, dass ein - auch langjähriges Mitglied - den richtigen Ton getroffen hat. Das hat mit der Atmosphäre in der Gruppe zu tun, aber auch mit den sozialen und persönlichen Fertigkeiten, die sich die Gruppenmitglieder angeeignet haben. Es geht um Offenheit, um Freundlichkeit, um Ehrlichkeit. Um all die Dinge, die für die langjährigen Besucher selbstverständlich sind beziehungsweise sein sollten für den neuen, aber eben nicht (mehr).

Es geht um das Gefühl angekommen und vorurteilsfrei angenommen zu werden.

In Seminaren gibt es immer wieder die Themen: neues Suchtmittel, Doppel Diagnosen, soziale Medien u.s.w.

Es werden Kenntnisse vermittelt, die man vielleicht einmal gebrauchen könnte. Das ist nicht falsch, niemand lernt aus. Aber ich kann auch „einfaches“ Gruppenmitglied sein und interessiert, anteilnehmend, fragen: „Wie war das bei dir?“ „Was bedeutet das?“ Tausend Fragen gehen mir durch den Kopf. Und wenn ich nachfrage und hinhöre, dann lerne ich von meinem Gegenüber - Schneller und praktischer als in jedem Seminar und in einer bestimmten Situation. Die neue Besucher*in fühlt sich nach kurzer Zeit angenommen und „am richtigen Platz“ angekommen. Der Gesprächsfaden in einer Selbsthilfegruppe wird immer weiter gewoben.

Gruppen in Gespräch

Natürlich gibt es jede Menge Broschüren zum Thema Selbsthilfe, Hilfestellung für Gruppenleiter oder Moderatoren; Vorstellung zum Ablauf eines Gruppenabends Gruppenphasen, Wiederholungen, Abwertung u.s.w. Eine der besten Broschüren wurde gerade wieder aufgelegt. NAKOS, die nationale Kontakt-Informationsstelle eine Einrichtung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft der Selbsthilfegruppen, griff ursprünglich auf Materialien von

Ingrid Arenz-Greiving zurück. Sie arbeitete zunächst beim Kreuzbund, dann bei der DHS und auch in ihrer Praxis ist das Thema Suchthilfe/ Selbsthilfe nach wie vor ein Schwerpunkt. Wenn Fragen auftauchen zu Selbsthilfegruppenarbeit, schaut mal nach in: „Gruppen im Gespräch - Gespräche in Gruppen. Ein Leitfaden für Selbsthilfegruppen. Kostenlos unter selbsthilfe@nakos.de.

Das Licht in uns

Das zweite Buch von Michelle Obama hat diesen Titel: Das Licht in uns, the light we carry und den Untertitel: Halt finden in unsicheren Zeiten. Am Ende des Buches fühle ich mich bestätigt. Alles das, was da geschrieben wurde, betrifft nicht nur den einzelnen Menschen in seiner Lebensphase und mit seinen Freuden und seinen Problemen. Wenn sie dann schreibt: „Das Gespräch mit meinen Freund*innen ist nie zu Ende. Wir sind alle gegenseitig an unserem Tisch zu Gast und teilen die Vorzüge der Vertrautheit und Ehrlichkeit“.

Und an einer anderen Stelle: „Sieh zu, dass ihr im Leben nicht allein seid. Insbesondere für diejenigen, die anders sind, ist es überlebenswichtig, sich Räume zu schaffen, in denen sie sich sicher und zu Hause fühlen. Nur guten Freund*innen gegenüber können wir offen aussprechen, was wir sonst zurückhalten: Unsere ungezügelt Wut, unsere Angst vor Ungerechtigkeiten und Kränkungen, denn es ist unmöglich, alles zu beschweigen.“

Ich finde, die ehemalige First Lady hat eine gute Zusammenfassung geschrieben. Allen Teilnehmer*innen in Suchtselbsthilfegruppen lege ich ans Herz: Seid freundlich und zugewandt zu neuen Menschen in der Gruppe und auch untereinander. Versucht, euch in die Schuhe des Gegenübers zu begeben, dann könnt ihr besser verstehen und hilfreich sein - auch in diesen gesellschaftlich herausfordernden Zeiten. Versprochen.

(Dieser Vortrag war geplant für die Landestagung der rheinlandpfälzischen Suchtselbsthilfe am 27.11.2023, die mangels Anmeldungen abgesagt werden musste)



Jahresfest

Das Jahresfest 2024 fand dieses Jahr in Dannstadt-Schauernheim statt.

Nach der Anreise und Stehcafé, ging es in die sehr schöne Evangelische Kirche des Ortes. Pfarrer Georg Weber gestaltete den Fest-Gottesdienst.

Die Musikalische Begleitung kam von Kantor Volker Scheid. Die Fürbitten wurden wie üblich von Mitgliedern des Blauen Kreuzes Pfalz vorgetragen.

Unser Vorsitzender im LV Karl Fischer brachte in einer kurzen Ansprache seine Freude zum Ausdruck, dass es wiederum gelungen war ein abgespecktes Jahresfest zu feiern, dankte Herrn Pfarrer Weber und der Kirchengemeinde Dannstadt für die gezeigte Verbundenheit und die herzliche Kooperation.

Ganz besonders begrüßte er zwei Frauen die in Laufe des Jahres Mitglied im Blauen Kreuz in ihren Ortsgruppen wurden und nun Bestätigung durch den LV erhielten.

Ein Segensgruß für soll Beide und auch alle Anderen begleiten:

Sei nicht neidisch auf die Rosen in
Nachbars Garten.
Freu dich an ihnen, wenn du einen
Blick über den Zaun wirfst.
Sie blühen auch für dich. Ich wünsche
dir gute Freunde und Nachbarn,
denn sie machen das Leben reich.
Blumenbrauchen das Licht der Sonne
um üppig zu blühen,
Menschen brauchen Menschen um
wirklich zu leben

Nach einer kleinen Pause ging es um 15:00 Uhr weiter mit der Festveranstaltung, eingeleitet durch ein gemeinsames Lied, das von Gitarrenspiel begleitet wurde.

Hier ein Auszug aus dem Grußwort von Anette Schilling/Referentin Suchtkrankenhilfe Diakonisches Werk Pfalz: Zu Beginn möchte ich einen Gedanken aus einem Vortrag von Herrn Hüllinghorst teilen, der gut zur Blaukreuz-Arbeit passt: "Schuster bleib bei deinen Leisten".

Die Suchtselbsthilfe hat es heute schwer, da ältere Mitglieder gerne ihren Platz räumen wollten, jedoch jüngere nicht nachkommen. Trotz vieler Ideen, was die Suchthilfe anders machen könnte und sollte, auch das Ausprobieren neuer Formen des Zusammenkommens in der Corona-Zeit, sollte nicht vergessen werden, was das Kernstück der Suchtselbsthilfe immer noch ist: Geschichten erzählen mit gutem Ende. Eure Geschichten, euer Weg aus der Sucht! Eben, Schuster bleib bei Deinen Leisten!

In den Blaukreuzgruppen geht es um Verständnis, Zugehörigkeit und persönliche Entwicklung. Es geht um Offenheit, Freundlichkeit und Ehrlichkeit. Es geht darum, sich angekommen und vorurteilsfrei angenommen zu fühlen.

Herr Hüllinghorst schreibt: Seid freundlich und zugewandt zu neuen Menschen in der Gruppe. Versucht, euch in die Schuhe des Gegenübers zu begeben, dann könnt ihr besser verstehen und hilfreich sein!

Das ist mein Wunsch an Sie: Versucht immer wieder, den Blick des anderen

auf sein Leben einzunehmen. Wir vom Diakonischen Werk Pfalz wünschen Ihnen dazu immer wieder Gottes Segen!



Hier ein Blick in den Saal vor der Ehrung der Mitglieder.

Ehrung langjähriger Vorstände Martin Engelbert und Karl Fischer.

Nachdem die Jubilare mit zufriedenen Gesichtern ihre Präsente in Empfang genommen hatten und wieder an ihren Plätzen gelangt waren, präsentierte Anette Schilling den Festvortrag zum Thema Selbstfürsorge – Wie wir Verantwortung für uns übernehmen“.



Ehrung der Vorstände

Hier einige Auszüge:

Die Arbeitswelt hat sich in den letzten Jahren stark gewandelt, was zu erhöhten psychischen Anforderungen an Arbeitnehmer geführt hat. Stressoren wie Zeitdruck, hohe Arbeitslast und ständige Unterbrechungen sind nur einige Beispiele. Diese Entwicklungen führen zu zunehmender psychischer Belastung und Erkrankungen.

Die KKH verzeichnete 2022 einen Anstieg von 16% bei Krankschreibungen und Fehltagen aufgrund seelischer Erkrankungen. Daher benötigen wir dringend präventive Ansätze, angesichts der beschriebenen Entwicklungen.

Aber was versteht man nun unter Selbstfürsorge?

Es ist wichtig zu verstehen, dass Selbstfürsorge nicht egoistisch ist. Wenn wir unsere eigenen Bedürfnisse vernachlässigen, können wir letztendlich auch nicht mehr für andere da sein. Ein

gutes Beispiel dafür sind die Sicherheitshinweise in Flugzeugen, die uns auffordern, zuerst unsere eigene Sauerstoffmaske aufzusetzen, bevor wir anderen helfen.

Wer die eigenen Bedürfnisse immer wieder übersieht, wird irgendwann seelisch oder körperlich Schaden nehmen. Spätestens dann kann man auch nicht mehr für andere da sein.

Bernhard von Clairevaux hat es treffend formuliert: "Gönne dir dich selbst!"

Ehrenamtliche, die auch in Suchtselbsthilfegruppen agieren, sind oft mit Extremsituationen konfrontiert. Sie könnten bei Unachtsamkeit Gefahr laufen die Selbstfürsorge aus den Augen verlieren.

Um eine grundlegende Selbstfürsorge zu erreichen, kann jeder Mensch lernen, gut für sich selbst zu sorgen.

Hier sind einige Tipps:

- Achte auf das, was Du isst und trinkst: Gesunde, abwechslungsreiche, wohlschmeckende Mahlzeiten und ausreichend Flüssigkeit sind wichtig.
- Schlafe ausreichend: Ein erwachsener Mensch sollte jede Nacht zwischen sieben und neun Stunden schlafen.
- Bewege dich möglichst viel. Mindestens eine halbe Stunde am Tag sollte man sich bewegen, um die Stimmung zu heben und das Selbstbewusstsein zu stärken.
- Gute Beziehungen sind für das persönliche Wohlbefinden sehr wichtig. Man sollte sich Zeit für soziale Kontakte nehmen und mindestens eine gemeinsame Mahlzeit am Tag mit der Familie oder dem Partner haben.
- Diese einfachen Schritte können bereits viel bewirken und helfen, auf dem Weg zu mehr Selbstliebe und Selbstfürsorge voranzukommen.

Zum Abschluss möchte ich noch einmal Bernard von Clairvaux zitieren:

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

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!
Quellen: Kurs „Besser leben“ Universität Landau, 2013 DRK Was Macht was – Modul Selbstfürsorge, 20216 Malte Klar, Die 10 Säulen der Selbstfürsorge, 2020 Deutsche Ärzteblatt 2023

Einen gelungenen Tag bei Kaffee und Kuchen zu beenden hat auch etwas mit Selbstfürsorge zu tun. Wie auf den Bildern zu sehen ist, wurde das Fest gut angenommen. Wir freuen uns auf ein nächstes Mal in einer anderen Stadt, an einem anderen Ort, ein solch freudiges Ereignis wieder zu erleben.

Es grüßt euch Dieter Heiler

(redaktionell überarbeitet durch Anette Schilling)

Selbstfürsorge heißt,

sich selbst liebevoll und wertschätzend zu begegnen,
das eigene Befinden und die eigenen Bedürfnisse ernst zu nehmen
und aktiv zum eigenen Wohlergehen beizutragen.

Dahl & Dlugosch





Menschen brauchen Menschen

65. Besinnungstag

Unter dem Jahresmotto „Menschen brauchen Menschen“ fand am 5.11.2023 der 65. Besinnungstag im Diakonissenmutterhaus Speyer statt. Der Gottesdienst mit Dekan i.R. Armin Jung und dem Chor Sound Harmonists aus Heidelberg unter der Leitung von Corinna Schreieck eröffnete am späten Vormittag die Veranstaltung. Der Höhepunkt bildete, wie in jedem Jahr, die Abstinenzzerungen, die im Anschluss stattfanden. Sehr berührend war in diesem Jahr, anstelle einer Dankesrede ein Musikbeitrag, mit dem auf diese besondere Art und Weise der Weg in die Suchtmittelfreiheit „erzählt wurde“. Nach der Mittagspause begann die Festveranstaltung mit dem Gastredner Oliver Bodrogi, der seine Lebensgeschichte erzählte wie er vom drogen-

konsumierenden Schläger zum „Rocker für Jesus“ wurde. (Siehe Artikel Seite 16 l). Danach fand ein Podiumsgespräch mit Fachkräften aus den Beratungsstellen mit dem Schwerpunkt Prävention, einer Schülerin aus Bad Dürkheim und Oliver Bodrogi zum Thema „Jugendliche und Rausch – wie war es damals, wie ist es heute?“ statt. Dabei wurde über die Nachhaltigkeit von Präventionsveranstaltungen in Schulen diskutiert und auf welchen Wegen heutzutage Jugendliche und junge Erwachsene präventiv erreicht werden können. Bei Kaffee und Kuchen und der Gelegenheit miteinander ins Gespräch zu kommen endete der diesjährige Besinnungstag.

Anette Schilling

Olli, der Rocker für Jesus

Gastredner beim 65. Besinnungstag

Oliver Bodrogi aus dem badischen Rheinstetten erzählt seine persönliche Lebensgeschichte

Das Schaf im Wolfspelz, Olli, der Einzelgänger, viel zu klein, in der Schule oft gehänselt und verprügelt.

Später in der Clique kam sehr viel Alkohol dazu und so kam es, da er körperlich auch noch viel zu schwach war, dass er auf einem Baugerüst mit einem Sack Zement das Übergewicht bekam und mit samt Zement-sack umgefallen ist. Das war für die Anderen der absolute Knüller, was in schallendem Gelächter ausartete.

So ständig ausgelacht, erniedrigt und frustriert, wachte er eines Morgens in der Schule mit blutigen Fäusten auf.

Er hatte fünf Typen umgehauen, was er aber nicht mehr wusste. Als er so durch den Schulhof ging, liefen alle auseinander.

Damit ist alles nur noch mehr ins Negative umgeschlagen.

Noch mehr Alkohol, noch mehr Drogen, Existenzängste, in der Klicke alles umgehauen, was ihm über den Weg lief.

Dann eines Tages kam die Wende - durch die Begegnung mit einer Frau Namens Henni.

Seine Mutter wollte ihm keine Aufnäher auf



die obligatorische Kutte nähen, da erfuhr er von der Nachbarin seines besten Freundes, diese könnte ihm den Patch aufnähen, ein Patch von Guns and Roses.

Henni (Henriette) eine überzeugte Christin, fing beim Nähen an von Gott zu reden. Die Frau nähte sehr langsam, nur um von Gott zu erzählen.

Irgendwann erzählte sie von der Bergpredigt.

Olli fing an sich mit Henni auseinanderzusetzen, sie über die Bibel zu fragen und ihr alles zu widerlegen.

Hat aber nicht funktioniert, in Folge noch mehr Drogen, noch mehr Alkohol.

Irgendwann beim zwölften Patch, fragte er Henni:

Warum machst du das?

Weil Du es gesagt hast!

Ich meine nicht, den Patch aufnähen, ich meine von Gott zu erzählen!

Sie sagte: Sie Dich doch mal an, Dunkler Teint, glasige Augen, voll mit Alkohol.

Die Leute respektieren Dich nicht, sie haben Angst vor Dir!

Es gibt Jesus, er liebt Dich, er möchte Dich, genau Dich!

Du bist auserwählt, er will Dich!

Das hat gesessen - das machte etwas mit ihm!

Er wurde Christ, die Kumpels fragten ihn eines Tages, Olli, was ist mit Dir los?

Er hatte es nicht verraten.

Sie sagten: Olli, Du trinkst nicht mehr?

Er merkte, dass er schon viele Tage nichts getrunken hatte, er zitterte.

Nun erzählt er von Jesus und dass er nun ein anderes Leben führen möchte, ohne Alkohol, Drogen und Gewalt.

Das war die Geschichte von Olli, dem Rocker für Jesus.

Heute ist Oliver Bodrogi in seiner Freizeit als Gast-Prediger unterwegs, tauft, traut und begleitet Menschen in schwierigen Lebenssituation. Dabei liegen ihm Menschen aus der Rocker-Szene besonders am Herzen.

Das Schaf im Wolfspelz (schaf-im-wolfspelz.de)

Dieter Heiler

(redaktionell überarbeitet von Anette Schilling und Karl Fischer)





„Ich war“ heißt nicht „ich bin“

Kurzbericht über die Kreative Wochenendbegegnung im Kloster Neustadt 23. - 24.09.2023

Das diesjährige Kreativ-Wochenende, geplant und durchgeführt von Dagmar, Ute und Andreas, stand unter dem Motto „Ich war“ heißt nicht „ich bin“. Begrüßt wurden wir durch eine liebevoll gestaltete leuchtende Mitte aus bunten Tüchern, Kerzen, kurzen Texten zum Thema, getrockneten Hortensienblüten und Lampionblumen. Wir bearbeiteten an diesem Wochenende in drei Einheiten die Themen:

VERGANGENHEIT – GEGENWART – ZUKUNFT

VERGANGENHEIT

Meine Vergangenheit mit allen Höhen und Tiefen hat mich zu der Person gemacht, die ich heute bin. Ziel soll sein sich mit der Vergangenheit zu versöhnen.

Nur durch eigene Motivation hat jeder seinen persönlichen Weg aus der Sucht gefunden.

Auch für Angehörige ist die Beschäftigung mit dem Thema gewinnbringend.

Folgende Fragen haben uns in unseren Gesprächen geleitet: Inwieweit beeinflusst mich die Vergangenheit heute noch? Inwieweit behindert sie mich? Welchen Weg bin ich gegangen und was war der Wendepunkt? Welchen Weg will ich gehen? Welche Ziele habe ich?

GEGENWART

Die Gegenwart ist der einzige Tag, an dem wir etwas tun können, nämlich LEBEN!

Die Vergangenheit ist Geschichte und die Zukunft noch ein Traum.

Dabei kamen auch Gedanken ans Vergeben auf, Lasten aus der Vergangenheit. Wer anderen vergeben kann, befreit sich selbst von dieser Last. Jeder Tag hat auch etwas Gutes. Zum Schluss waren wir uns einig, jeder konnte über sich aussagen, dass er/sie mit seiner/ihrer aktuellen Situation zufrieden ist. Der wöchentliche Besuch der Selbsthilfegruppe hält die Erinnerung wach und lässt uns achtsam bleiben. Zur Besinnung durften wir zwischendurch schöne Urlaubsbilder von der Natur mit musikalischer Untermalung betrachten.

ZUKUNFT

Uns wurde die Geschichte „Ein unvergesslicher Tag“ erzählt. Diese Geschichte handelt von drei Kindern beim Pilze sammeln und ihren unterschiedlichen Sichtweisen, als sie sich im Wald verirren. Das erste sorgt sich um die Zukunft, das zweite bereut die Entscheidung den bekannten Weg verlassen zu haben, nur das dritte Kind freut

sich über die mit Pilzen prall gefüllten Körbe und den UNVERGESSLICHEN TAG. Auf der Kutsche, die die drei Kinder ins Vertraute zurückfährt, sitzen drei Männer: Vergangenheit, Zukunft und Herr Gegenwart, der die Kinder entdeckt hat und alles um sich herum wahr nimmt, dessen wirkliches Leben in der Gegenwart stattfindet und darüber mit den Kindern spricht. So sollen auch wir nicht grübelnd zurückschauen und keine Angst vor der Zukunft haben. In der Gegenwart leben und sie wunderschön gestalten, so dass wir uns in Zukunft gerne an sie erinnern werden. (ähnlich von Ida Scott Taylor)

Und obwohl das Grundgerüst der Kreativ-Wochenenden fast immer gleich aufgebaut ist, gelingt es den Verantwortlichen wieder durch zeit- und ideenintensive Vorbereitung, die zwei Tage Auszeit zu einer einmaligen wertvollen Begegnung zu gestalten.

Vielen Dank für die Erfahrung!
Corina Sterz

(redaktionell überarbeitet
von Anette Schilling)

„Das Heute ist alles, was wir haben. Wenn wir dies nicht nutzen und genießen, und dankbar dafür sind, vergeuden wir viel wertvolle Zeit. Die Gegenwart ist die Frucht der Vergangenheit und der Samen der Zukunft.“



Der Vorweihnachtliche Abend im BK Ludwigshafen

Nachdem die Weihnachtszeit durch unser Adventsessen am 08.12.2023 so langsam und besinnlich eingeläutet wurde, fand am 19.12.2023 unser vorweihnachtlicher Abend statt. Monika Fricke hat die Gestaltung auf schöne Art und Weise übernommen.

Der Ernst-Hammel-Saal war festlich erleuchtet, weihnachtlich geschmückt und zog uns sofort in seinen Bann.

Diesen Eindruck erlebend, begrüßte unser Vorsitzender, Dieter Heiler zu einem besinnlichen Abend.

In dessen Verlauf sprach Monika über unser BK Ludwigshafen. In diesem Zusammenhang hat sie auch über ihre Abstinenz, als Angehörige, gesprochen. Dank ging an das Blaue Kreuz LU für die tatkräftige und wirksame Unterstützung. Begleitet und untermalt von festlicher Musik aus dem Hause Vivaldi – 4 Jahreszeiten – und einem Lyrikvideo ließen wir es auf uns einwirken.

Wo Musik ist, da ist auch Literatur, so

wurde dann unsere Weihnachtsgeschichte verlesen.

Kein geringerer als J.S. Bach war es, der die darauffolgende Musik komponiert hatte.

Auf diesen Ohrenschaus folgten Vorträge und besinnliche Gebete, deren Wirkung auf uns durch gemeinsamen Gesang umso intensiver war.

Der Lyrik war dennoch erst dann Tribut gezollt, als Gedichte vorgelesen wurden und der darauffolgende Gesang mit der Ukulele locker und unbekümmert veredelt war.

Dem Liedgut wohnten unter anderem weihnachtliche Klassiker bei. „Stille Nacht“ und „Süßer die Glocken nie klingen“ standen erste Garde.

Gestärkt und in Weihnachtsstimmung versetzt, gingen wir alle zufrieden und erfreut nach Hause.

Text: Arnold Heller-Andor



Neugestaltung der Gruppenräume des BK-Ludwigshafen

Wir haben es geschafft, zumindest was die Räume betrifft und den Hof.

Das Ganze mit Leben zu erfüllen, läuft parallel auf einer anderen Schiene!

Auch wird es noch eine Weile dauern, da wie in anderen Gewerken auch das Personal nicht in der gewünschten Art zur Verfügung steht.

Und doch können wir behaupten, es wird das, was momentan bereits steht auch angenommen, zumindest was die gemischten Gruppen betrifft.

Seit dem letzten Bericht vom WIR Ausgabe 2023, sind wir nun am Ende der Renovierungsarbeiten angelangt.

Der Hof ist um ein paar Sitzgelegenheiten erweitert, die nun permanent den Gruppenteilnehmern (nicht nur bei schönen Wetter, da mit einem Pavillon überdacht) zur Verfügung stehen.

Dies wird gern genutzt, um vor der Gruppe sich bei einem Getränk noch einmal zu sammeln, oder einfach ein Schwätzchen zu halten.

Der große Gruppenraum - auch Pfarrer-Hammel-Saal genannt - ist fertig, Boden geschliffen und frisch versiegelt, Wände mit heller Farbe versehen, neue Vorhänge angebracht, Beleuchtung durch LED auf aktuellen Stand gebracht und ein Wandbild „Wege aus der Sucht“ ziert nun die sonst so kahle Gegenseite zum Fenster.

Viele Stunden gingen ins Land mit schleifen, streichen und was dazu gehört. Für die Erneuerung der Lampen, (auf dem Bild unten sind noch die „Alten“) musste sich ein Konzept ausgedacht werden, gemäß deren Ansteuerung über Funkgeber - was leider nicht jeden Nutzer erfreut, (zu modern).

Nur muss gesagt werden, sind diese Lösungen prädestiniert zur Renovierung von Altbestand, da hiermit die Verlegung neuer Kabel erspart wird und somit ihrem Zweck sehr dienlich sind.

Ich will es mir nicht nehmen lassen, das ein oder andere Bild noch einzustellen, um nur im Ansatz den Arbeitsumfang darzustellen.

Auf den Bildern ist Michael beim Versiegeln des Bodens zu sehen, nach dem er erst einmal säuberlich verschliffen wurde, Harald machte sich an den „Randbereichen“ zu schaffen.

Für das Aussuchen und Anfertigen des Wandbildes war Arnold und Dieter verantwortlich.

Der Druck selbst wurde Fremdvergeben, denn alles konnten wir nun auch nicht leisten.

Ich bin der Meinung das Ergebnis kann sich sehen lassen!

Und das sage ich nicht ohne Stolz und bedanke mich hiermit bei Allen die hier mit viel Fleiß sich eingebracht haben.

Ohne Eigenleistung ist so etwas nicht zu realisieren und auch hier erkennt man, was Hilfe zur Selbsthilfe zu leisten vermag

Es grüßt euch Dieter Heiler



Blaue "Huddel" im Einsatz

Verkehrssicherheitstag des ACE mit Beteiligung des Blauen Kreuzes Ludwigshafen am 25. Mai 2024 auf dem Vorplatz der Rheingalerie

Bereits im November 2023 wurden wir, Blaues Kreuz Ludwigshafen, von Volker Schork/Regionalbeauftragter des ACE (Auto Club Europa) Region Mitte Rheinland-Pfalz und Saarland angefragt, ob wir bereit seien beim ACE-Mobilitätstag in Ludwigshafen am 25. Mai mitzuwirken.

Nun ja, dachten wir, das ist eine gute Möglichkeit auf das Blaue Kreuz Ludwigshafen aufmerksam zu machen. Beim Mailverkehr und mehreren Telefonaten über den Ablauf, fragte Herr Schork auch nach einem blauen dreirädrigen Gefährt.

Da müsse ich in Landau anfragen, war meine Antwort und tatsächlich willigte Rainer Hehl/BK – Gruppe Landau

ein, so dass die Blaue Huddel für den Einsatz am 25.5. in Ludwigshafen reserviert wurde. Allerdings war schnell klar, dass eine logistische Planung nötig war, um die Blaue Huddel von Landau nach Ludwigshafen zu bekommen.

Ein eigens dafür vorgesehener Anhänger samt Fahrer des Zuges, (Namens Hubert, der sein Handwerk sehr gut beherrschte), wurde in dieses Unterfangen mit eingebunden.

Weitere Absprachen waren nötig.

Endlich war es dann so weit, am Freitag, den 24. Mai gegen späten Nachmittag begab ich mich zum Treffpunkt in der Lagerhausstraße, kurze Begrüßung,

einsteigen und als Lotse die Fahrzeuge zum Rheingaleriecenter führen.

Dort angekommen, abladen, kurze Einweisung für die Huddel und ab in das Parkhaus des Centers wo die Huddel übernachten durfte. Aus logistischer Sicht eine tolle Leistung von und mit dem Team Blaue Huddel.

Am Morgen des 25. Mai 2024 dann der Aufbau des Blau-Kreuz-Standes. Rainer Hehl und sein Team, die darin sehr routiniert sind, hatten in kürzester Zeit alles ansprechend aufgebaut. Erfahrung heißt das Zauberwort.

Es war ein sehr sonniger Tag und es war viel geboten auf dem Platz. Es herrschte gute Stimmung am Stand und es war sehr schön, dass sich einige Blaukreuzler sehen ließen.



Beim Programm durften sich die einzelnen Stände vorstellen und dem Publikum ihre Tätigkeiten nahebringen. Dabei kamen auch die Simulationsbrillen zum Einsatz.

Auch wenn ich mir noch viel mehr Besucher gewünscht hätte, war es gut und wichtig, dass wir mit dabei waren und gezeigt haben, dass es in Ludwigshafen das Blaue Kreuz gibt, eine Selbsthilfegruppe, die Betroffene und Angehörige unterstützen möchte, auf dem Weg in ein suchtmittelfreies Leben. Es grüßt euch Dieter Heiler

Bild und Text Dieter Heiler

(redaktionell überarbeitet durch Anette Schilling)



Ihr zuverlässiger Partner seit

PC Spezialist
Kaiserslautern
Merkurstr. 14a
67663 Kaiserslautern
fon: 0631-414994-0



mehr als 15 Jahren!

Wir helfen zum Festpreis bis es funktioniert.

Lassen Sie sich beim Kauf eines Computers bei uns beraten. Sie bekommen Einzelkomponenten für Ihren PC bei uns, gerne bauen wir Ihnen auch Ihren Wunsch-PC. Wir reparieren Ihren Computer, Ihr Notebook und ggf. auch Ihr Tablet oder Smartphone.

Ein neues Gerät richten wir Ihnen gerne nach Ihren Bedürfnissen ein. Wir installieren Betriebssysteme und diverse Softwareprogramme, entfernen Viren, führen Fehlerdiagnosen durch, erstellen Kostenvoranschläge und vieles mehr.

Unser Spezial-Angebot ist das **"EINS-FÜR-ALLES-PAKET"** Neugierig geworden? Rufen Sie uns an, kommen Sie vorbei, sprechen Sie uns an. Wir freuen uns auf Sie.

Inhaber: Franz Ningelgen

Geschäftsführerin: Bärbel Deobald

email: kaiserslautern@pcspezialist-kaiserslautern.de



Im Quartier

Blaues Kreuz Kaiserslautern mit Infoständen unterwegs

Vorstellung Selbsthilfe Pfalzkllinikum für Psychologie und Neurologie Kaiserslautern

Auch weiterhin werden die Selbsthilfegruppen vom Blauen Kreuz Kaiserslautern e. V. in der Suchtstation im Pfalzkllinikum alle 3 Wochen vorgestellt.

Es finden sich immer wieder Betroffene und Angehörige, die sich einbringen und auch ihren Weg aus der Abhängigkeit und der Co-Abhängigkeit erzählen, und so den Patienten Lust auf Selbsthilfe während/nach ihrer Zeit der Entgiftung machen.

Unsere Infostände 2023 - 2024.



Ein Probeaufbau von unserem neuen Infostand/Zelt in den Gruppenräumen -ob alles komplett geliefert wurde-musste sein.

Wir machten uns dann auf zum 1. Stadtteilstift zwischen der Friedenskirche KL und St. Theresia im Uni-Wohngebiet. Wir konnten uns sehen lassen mit entsprechender Man-Power und neuem Zelt!

Auch im Schulhof der Goetheschule haben wir uns präsentiert und stellten unsere Arbeit vor.

Das Westfest bot uns wieder eine „Bühne“ -tatsächlich-. Auch dort konnten wir uns wieder mit interessierten Menschen austauschen. Es war das 1. Fest seit 2019 im Quartier.



Das Blaue Kreuz Ludwigshafen e.V.
trauert um sein langjähriges Mitglied

Gisela Horn

Wir bedauern ihr Ableben sehr,
denn sie hatte beim Blauen Kreuz viele Freunde gefunden.
Wir werden ihr ein ehrendes Andenken bewahren
und fühlen uns in Trauer mit den Angehörigen verbunden.

Der Beerdigungstermin ist am 14.02.2024 um 13 Uhr,
Hauptfriedhof Ludwigshafen.

Blaues Kreuz Ludwigshafen
Der Vorstand

*Wenn sich zwei müde Augen schließen,
zwei Hände ruhen, die so gern geschäft,
dann weinet nicht, ihr Lieben,
denn Gott, der Herr, hat's wohl bedacht.*

Wir nehmen Abschied von

Lintrud Schmidt

geb. Conrad

* 9. 1. 1939 † 16. 4. 2024

Du bleibst in unserer Erinnerung:

Dein Ehemann Willi
Deine Schwester Edith
Bärbel, Frank, Katharina
Kerstin, Michelle, Philipp, Moritz
Annika, Frauke
und alle Weggefährten

Althornbach, den 20. April 2024

Die Beerdigung findet am Montag, dem 22. April 2024,
um 14.00 Uhr auf dem Friedhof Althornbach statt.

Der Weg auf Erden ist wie ein Fluss im Tal, der heimfließt zum Meer.



Nach langer und schwerer Krankheit ist unser lieber Ehemann,
Vater und Opa von uns gegangen.

Karl-Heinz Grub

* 9. 12. 1940 † 14. 12. 2023

In stiller Trauer und Dankbarkeit:

Christel Grub geb. Müller
Thomas, Sabine und Maximilian Grub
Christine und Julian Roth
und alle Angehörigen

Kusel, im Dezember 2023

Die Trauerfeier mit Urnenbeisetzung findet am Montag, den 08. Januar 2024, um 13.30 Uhr auf
dem Friedhof in Kusel statt.

Die Evangelische Heimstiftung Pfalz trauert
um ihren ehemaligen Ärztlichen Direktor
und Einrichtungsleiter, Herrn

DR. MED. MARIUS HOUCANGNIA 1957 – 2024

der plötzlich und unerwartet verstorben ist.

Herr Dr. Houchangnia war von 2018 und noch über das
Renteneintrittsalter hinaus bis zum Januar 2024 als Ärztlicher
Leiter in unseren Einrichtungen Fachklinik Landau, Fachklinik
Pfälzerwald und zuletzt im Rehabilitationszentrum am
Donnersberg für die Evangelische Heimstiftung Pfalz tätig.

Durch seine hohe fachliche Kompetenz und seine
menschliche und freundliche Art hat er sich sofort und
nachhaltig großen Respekt und Anerkennung gleichermaßen
bei Mitarbeitenden und Rehabilitanden wie auch im
Kollegenkreis erworben.

Mit seiner Offenheit für innovative Konzepte,
seinem tiefen Fachwissen und seinem hohen
persönlichen Engagement hat Herr Dr. Houchangnia
die von ihm geleiteten Kliniken stets und kontinuierlich
weiterentwickelt.

Wir verlieren mit Herrn Dr. Houchangnia einen
außergewöhnlichen Menschen, den wir dauerhaft
in dankbarer Erinnerung behalten werden.

Unser aufrichtiges Mitgefühl gilt seiner Frau und seinen
beiden Kindern sowie engen Freunden.

Evangelische Heimstiftung Pfalz
Vorstand und Mitarbeitende

Speyer, im August 2024





Grindelwald

22. – 29. Juni 2024

Vorfreude, Vorfreude ...

Und dann kam alles anders. Die 34. Wanderfreizeit Grindelwald stand unter einem sonderbaren Stern. Leider mussten kurz bevor es losging Martin und Elke und auch Ulrich krankheitsbedingt absagen. Schade, schade, schade. Und so konnte es nicht anders sein, als dass der Himmel weinte vom Start in der Pfalz bis wir an der Unteren Lauchbühl ankamen. Und mit Schreck mussten wir feststellen, dass trotz Juni am Anreisetag gefühlte Minusgrade herrschten. Und die Berge waren auch weg.

ABER: Wir wären nicht wir, wenn uns das etwas ausgemacht hätte. Schon beim Frühstück am nächsten Morgen

war unsere kleine Runde mit neuen netten Menschen eine tolle Truppe. Wir lernten uns schnell kennen und es entstand recht schnell eine harmonische Stimmung.

Da war John-Boy, der uns oft zum Lachen brachte und sich selbst auch. Neu dazu kamen auch Wolfgang und Gaby und es war, als wären sie schon immer dabei gewesen. Und so schön, dass Ingrid mal wieder dabei war. Dieses Jahr durften wir mit Susann ihrem Geburtstag feiern, wie schön war das denn..... Und Arnold hat sich doch tatsächlich eine private Krankenschwester und eine Solo-Sängerin gebucht, Cleverle. Der in sich ruhende Fränzi ist marschiert wie ein Uhrwerk und hat dabei die Mädels im Märchen-

wald vergessen. Kann ja mal passieren. Eben diese Mädels, Anja und Bärbel, Verfasserinnen dieses Berichtes, haben natürlich auch ihren Teil dazu beigetragen, dass die gemeinsame Woche voller Spaß und Freude war. Jeden Morgen gab es ein Lied von Bärbel zum Einstimmen in den Tag. Und weil es so schön war, manchmal abends auch. Gemeinsam singen wir den „Hühnerhof“. Anjas Kartenspiel mit den Hornochsen hat uns Bauchmuskeln kennenlernen lassen, von denen wir nicht wussten, dass wir sie haben. Es gibt nichts Schöneres als so befreit lachen zu können. Und das allerbeste ist: IHR KÖNNT NIX DAFÜR !!

So, jetzt fehlen noch unsere beiden Teamleader. Sie haben spontan, immer dem Wetter entsprechend, Touren vorgeschlagen und mit uns gemeinsam umgesetzt. Wir sind durch wilde Blumenwiesen gelaufen, haben viel Schnee auf den Bergen gesehen und die besondere Schweizer Bergluft genossen. Die Schweiz im Juni ist toll. Die beiden haben sich um ALLES gekümmert, damit

unsere Woche schön und unvergessen bleibt. Und das alles ohne Aufregung und Hektik. Wir wären gerne noch länger geblieben. DANKE Reiner und Ute, das war wirklich toll.

Das ehrenamtliche Team der Lauchbühl war der Knaller. Mit allem wurden wir verwöhnt, wirklich mit allem. Tolles Essen, Wadenmassage, gute Laune, für alles ein offenes Ohr, jeder Wunsch wurde erfüllt. Wir haben so gut zusammengepasst, dass wir uns überraschender Weise gegenseitig zum Abschied ein Lied gesungen haben.

Wir finden, dass die Gemeinschaft in diesem Jahr eine ganz Besondere war und somit den Abschied noch schwerer machte als sonst. Und dennoch hieß es dann Ade, uf Wiederluege, bis nächstes Jahr.

PS: Wir hätten gerne Gaby und Wolfgang bis zum Schluss dabeigehabt.

PPS: Ach ja, Eiger, Mönch und Jungfrau waren noch da, wie immer halt.

Anja und Bärbel





TAGE DER SEELISCHEN GESUNDHEIT

LANDKREIS BAD DÜRKHEIM/NEUSTADT AN DER WEINSTRASSE

Mit dabei der Freundeskreis Blaues Kreuz Neustadt und die Beratungsstelle NIDRO

AKTIONSTAG

Zufrieden älter werden

Was die Psyche stark macht

Unter diesem Motto hat aus Neustadt a.d.Wstr., der Freundeskreis vom Blauen Kreuz gemeinsam mit der Beratungsstelle NIDRO, an diesem AKTIONSTAG in Bad Dürkheim mitgemacht.

Angeboten wurden verschiedene selbstgemachte alkoholfreie Cocktails (kostenlose) wie zum Beispiel:

- Frühlingskraft "SpringPower"
- Genießer „Enjoyer“
- Sonnenaufgang "Sunrise"
- Sommerfrische "Summer fresh"

Auch gab es reichlich Informationsmaterial und Gespräche mit Besuchern, zu Suchterkrankungen und deren Vorbeugung.

Sowohl das Angebot der alkoholfreien Cocktails als auch das Informationsmaterial fanden großes Interesse bei den Besuchern. So kam es, dass gegen Ende der Veranstaltung, alle Cocktails aufgebraucht waren. Es ging sogar das Informationsmaterial zur Neige.

Fazit:

Es war für uns den Freundeskreis Blaues Kreuz Neustadt gemeinsam mit der Beratungsstelle NIDRO, ein erfolgreicher AKTIONSTAG.

Ulrich Willert



Action- und Chill-Out Tage

Bericht über die Kinderfreizeit

Vom 29. Juli 2024 bis zum 2. August 2024 erlebten wir eine aufregende Woche voller Abenteuer und unvergesslicher Erlebnisse bei der Kinderfreizeit „Action- und Chill-Out Tage 2024“. Sowohl die Kinder als auch die Betreuer*innen waren bereit, sich auf eine spannende Reise zu begeben, die sie an magische Orte und in aufregende Situationen führte.

Der erste Tag begann mit einem Hauch von Abenteuer, als wir an der Burg Lindelbrunnen ankamen. Die Kinder waren begeistert von den hohen Mauern und den geheimnisvollen Ecken der

Burg. Nach dem Einrichten der Schlafräume erkundeten wir die Umgebung und entdeckten versteckte Pfade und alte Legenden. Am Abend versammelten wir uns um das Feuer, wo wir unsere eigenen Grillkünste unter Beweis stellten. Die Würstchen brutzelten über den Flammen, während die Kinder sich in der Natur austoben konnten. Der Himmel war klar, und die Sterne funkelten über uns – ein perfekter Start in unser Abenteuer!

Am Dienstag brachen wir auf zu einem spritzigen Tag im Schwimmbad! Die Kinder stürzten sich in die Wellen und

erlebten aufregende Rutschpartien, die sie zum Kreischen und Lachen brachten. Nach einem Tag voller Wasserspaß versammelten wir uns am Lagerfeuer, um Stockbrot zu machen. Die Kinder waren wie kleine Entdecker*innen, die ihre eigenen Stockbrote über den Flammen rösteten. Der Tag wurde mit einer aufregenden und abenteuerlichen Nachtwanderung abgeschlossen.

Der Mittwoch war ein weiterer aufregender Tag im Schwimmbad, wo die Kinder erneut in die kühlen Fluten eintauchten. Nach einem Tag voller Action und Spiel versammelten wir uns wieder zum Grillen. Die Kinder waren voller Energie und Freude. Der Abend endete mit einem fröhlichen Spielen unter dem Sternenhimmel, der uns wie ein magischer Teppich überdeckte.

Der Donnerstag begann mit einer Wanderung zur Burg Fleckenstein. Leider mussten wir die Wanderung aufgrund eines plötzlichen Unwetters abbrechen.

Doch das hielt uns nicht davon ab, den Tag zu genießen! Wir kehrten zurück und töpferen eigene Gegenstände mit lufttrocknendem Ton und ließen uns mit einer leckeren Pizza verwöhnen. Die Kinder waren begeistert von der Pizza und hatten viel Spaß beim gemeinsamen Essen.

Am letzten Tag unserer Freizeit kehrten wir noch einmal zur Burg Lindelbrunnen zurück. Hier hatten die Kinder die Möglichkeit, ihre Erlebnisse der Woche Revue passieren zu lassen. Zum Abschluss erhielt jedes Kind einen Edelstein als Erinnerung an diese unvergessliche Woche. Die Freude und die strahlenden Gesichter der Kinder waren der beste Lohn für die Organisator*innen.



Seminar für Gruppenleitung Ein Rückblick

Am 21. und 22. Oktober war der Start des Seminars: Innere Stärke und Widerstandskraft mit Ruth Laubscher und Christiane Runge.

Wer bei den beiden schon einmal ein Seminar besucht hat, weiß, dass er auf ein spannendes Wochenende hoffen kann. Die Themen sind ausgiebig vorbereitet und sehr ausführlich.

Ich möchte hier einen kleinen Überblick verschaffen über ein sehr lohnendes Thema, welches den ein oder anderen Lust verspüren lässt, sich auf ein solches Wochenende einzulassen.

Die Seminare sind immer eine Bereicherung, nicht nur für einen selbst, sondern auch für die Gruppenleitung zuhause.

Nach der Vorstellungsrunde wurden die ersten Folien aufgelegt. Es hieß: Unser Leben kann manchmal recht stürmisch sein.

Wir stehen immer wieder vor neuen Herausforderungen.

Egal, wie schwer manche Erfahrungen auch wiegen: Wir können daran wachsen.

Und wir bekamen die Frage gestellt: Wie bewahren wir trotz widriger Umstände unseren Lebensmut?

Um dieses zu meistern benötigen wir: Innere Stärke und Widerstandskraft

Es bereitet viel Freude, sich bei den Seminaren wieder zu sehen, da, man glaubt es kaum, dieses fantastische WIR-Gefühl sich mehr und mehr festigt.

Es grüßt euch Dieter Heiler

*Text ist aus Platzgründen gekürzt
(Die Redaktion)*



Besuchen Sie die verrückteste Nudelfabrik der Welt mit Restaurant "Nudelholz" und Nudelladen

- **Designnudeln** in allen Formen, Farben und Geschmacksrichtungen
- **Nudelladen** mit über 150 verschiedenen Nudelsorten und Geschenkideen rund um die Pasta
- **Restaurant "Nudelholz"** mit Gartencafé
- **Betriebsbesichtigungen** für Gruppen nach Voranmeldung



gummi
Pfalz Nudel

Hauptstraße 43/45 · 67483 Großfischlingen
Tel. 0 63 23 - 57 19 · info@pfalznudel.de · www.pfalznudel.de



Wandertag des Landesverbandes

Zum diesjährigen Wandertag des Landesverbandes Blaues Kreuz Pfalz hatte die Ortsgruppe Kusel am 07. Juli in die kleine Gemeinde Eckersweiler eingeladen. Beim Treffpunkt um 10.00 Uhr konnte Werner Klein die stattliche Zahl von ca. fünfzig Wanderinnen und Wanderer begrüßen. Ebenfalls begrüßt wurde die Gruppe von dem ehemaligen Bürgermeister der etwa 200 Einwohner zählenden Gemeinde Eckersweiler Peter Bohl, der sich dann mit uns auf eine historische Ortsbegehung auf den Weg machte. Den Anfang machte die Besichtigung der 1962 für 60.000 DM renovierten Kirche, die als solche allerdings nicht mehr genutzt wird und niemand so genau weiß, was mit ihr werden soll. Weiter ging es dann durch den alten Ortskern mit landwirtschaftlichen Anwesen, teils ungenutzt, aber teils auch renoviert. Wunderschöne

Neubauten gab es allerdings auch am Ortsausgang. Das Fazit: Wer Ruhe liebt, ist hier richtig. Nach diesem kulturellen Teil trennten wir uns in zwei Gruppen für verschiedene Wanderstrecken. Die kleinere Tour von etwa 2,5 Kilometern wurde von Werner geleitet, für die etwas längere und anstrengendere Strecke war Theo Decker verantwortlich. Das Ziel war es, einfach mal zu zeigen, wie hoch das Kuseler Land eigentlich liegt. So ging es auch gleich etwas steil bergauf, durch wunderschön blühende Wiesen und etwas Wald auf 585 Höhenmeter. Die Strecke war Teil des sogenannten Preußensteigs. Oben angekommen wurden wir belohnt mit einem wunderschönen Ausblick auf die Burg Lichtenberg und den darunter liegenden Steinbruch. Interessant war auch, das sich dort oben eine Außenfeuerungsanlage der Bundeswehr

befindet, von wo aus auf den doch in etlicher Entfernung befindenden Truppenübungsplatz Baumholder geschossen wird. Zum gemeinsamen Mittagessen fanden wir uns etwas hungrig in der Dorfschänke ein, ein Gebäude, das Ortsgeschichtlich gewiss viel zu erzählen hätte. So war es unter anderem von 1940 bis 1965 das Schulhaus. Nach einem reichlichen Angebot an Mittagessen, Kaffee und Kuchen haben sich am späteren Nachmittag alle zufrieden verabschiedet. Bleibt mir nur noch,

mich bei den Verantwortlichen für den gelungenen Tag und die tolle Organisation zu bedanken. Die Gruppe Kusel ist übrigens seit August in ihrem neuen Domizil im Mehrgenerationenhaus zu finden.

Freuen wir uns schon jetzt auf den Wandertag im nächsten Jahr, der vom Blauen Kreuz Ludwigshafen organisiert wird und wahrscheinlich durch Speyer führt.

Rainer Hehl





Wem schadet dein Drink?

Aktionswoche Alkohol

Seit 2007 organisiert die Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen eine bundesweite Aktionswoche Alkohol (AWA) in der Regel alle zwei Jahre.

Ziel der bundesweiten „Aktionswoche Alkohol“ ist es, eine breite Öffentlichkeit über die Risiken des Alkoholkonsums zu informieren und möglichst viele Menschen zum Nachdenken über ihren eigenen Umgang mit Alkohol anzuregen.

Dieses Jahr fand die 9. „Aktionswoche Alkohol“ (8. – 16. Juni 2024) unter dem Motto: „Wem schadet dein Drink?“ statt. Damit sollte der Blick auf die Auswirkungen des Alkoholkonsums auf Dritte gerichtet werden. Alkohol schädigt nicht nur die, die ihn konsumieren. Der Alkoholkonsum und Abhängigkeitserkrankungen wirken sich auch auf das gesamte soziale Umfeld (Angehörige und ungeborene Kinder, Freunde, Arbeitskollegen, Unbeteiligte im Straßenverkehr usw.) aus. Schirm-

herr der Präventionskampagne ist der Beauftragte der Bundesregierung für Sucht- und Drogenfragen, Burkhard Blienert.

Bei rund 900 Veranstaltungen zu diesem Thema quer durch das gesamte Bundesgebiet haben sich die Fachstelle Sucht Landau (Suchthilfe) und das Blaue Kreuz (Selbsthilfe) am Samstag, den 8. Juni mit einem Aktionsstand in der Fußgängerzone in Landau beteiligt. Zufällig fand am selben Tag auch das jährliche Kinderfest statt, was sich im Nachhinein als ein Glückfall herausstellte. Die Innenstadt von Landau war übervoll mit Menschen jeden Alters, vor allem Familien, Eltern mit Kindern, Großeltern, genau unsere gewünschte Zielgruppe!

Die Stadt Landau hatte uns einen optimalen Standort zugeteilt, das Interesse an unserem Stand, unseren Info-Broschüren und -Gesprächen mit den Mitarbeitern war sehr groß.



Als Blickfang hatten wir unseren Stand u. a. mit vielen lila Diakonie-Luftballons geschmückt. Zur Visualisierung des Pro-Kopf-Verbrauchs an alkoholischen Getränken in Deutschland haben wir 24 Fünf-Liter-Wasser-Kanister aufgestellt. (Anmerkung: Lt. einer Statistik aus dem Jahrbuch Sucht, DHS war der Pro-Kopf-Verbrauch im Jahr 2022 120,1 Liter pro Kopf und Bürger über 15 Jahre in Deutschland gewesen. Diese Tatsache erzeugte bei den Besuchern unterschiedliche Reaktionen. Die einen waren über diese hohe Zahl erstaunt, während andere wiederum gestanden, dass sie locker über diese 120 Liter hinauskämen. Sie witzelten: „Wir leben doch in der Pfalz und hier gelten andere Maßstäbe“... Hahaha...

Neben den lockeren Gesprächen gab es aber auch einige ernsthafte. Einige besorgte Angehörige wie Ehepartner, erwachsene Kinder, Eltern von Jugendlichen, Arbeitskollegen oder Freunde erkundigten sich, wie sie den Betroffenen am besten helfen könnten. Wir gaben Auskünfte, führten Gespräche, verteilten Informationsbroschüren, die wir extra für diesen Aktionstag von der

DHS kostenlos zur Verfügung gestellt bekamen und gaben Kontaktdaten weiter.

Direkt Vorort bekamen wir von vielen Besuchern positives Feedback. Manche bedankten sich persönlich, dass wir es uns zur Aufgabe gemacht haben, das Thema „Auswirkungen des Alkoholkonsums auf Dritte“ in den Fokus zu nehmen und die Bevölkerung aufzuklären.

Resümee: Es war eine gelungene Veranstaltung.





DHS-Aktionswoche

Das Team der Fachstelle Sucht im Haus der Diakonie Pirmasens war am 13. Juni 2024 aktiv beteiligt bei der Durchführung der Fachtagung im Rahmen der DHS-Aktionswoche Alkohol im Theo-Schaller-Saal, Diakoniezentrum Pirmasens.

Unter dem Motto „Wem schadet dein Drink?“ wurde einem Fachpublikum und interessierten Bürgern über Vortrag, Schauspiel und Podiumsgespräch die verschiedenen Aspekte des Alkoholkonsums in unserer Gesellschaft (Gewalt, Straßenverkehr, Arbeitsplatz, Angehörige) nahegebracht.

MHFA ERSTHELFER

Kurse für psychische Gesundheit

Ausbildung zum Psychischen Ersthelfer



Johanna Bissinger

Erste-Hilfe-Kurse für körperliche Gesundheit sind selbstverständlich: jede*r weiß, was nach einem Unfall oder bei Verdacht auf einen Herzinfarkt zu tun ist. Doch was können und sollen wir tun, wenn wir merken, dass ein Familienmitglied

häufig niedergeschlagen und traurig wirkt, wenn ein guter Freund nicht mehr zum Fußballtraining kommt oder eine Kollegin wiederholt unkonzentriert und fahrig wirkt? Wie geht die stabile Seitenlage für die Psyche?

Den Teilnehmer*innen wird zunächst Grundlagen-Wissen über die häufigsten psychischen Störungen vermittelt. Darauf aufbauend lernen die Teilnehmenden, wie sie frühzeitig Störungen erkennen, Zugang zu Betroffenen finden und diese gezielt unterstützen können. Mit diesem Wissen fühlen sich die Ersthelfer*innen sicherer und kompetenter im Umgang mit und der Unterstützung von Betroffenen in ihrem persönlichen Umfeld.

Die zweitägigen Präsenzkurse finden am 17. und 18. September 2024 jeweils von 9 - 16 Uhr in Limburgerhof oder am 19. und 20. November 2024 jeweils von 9 - 16 Uhr in Speyer statt. Für 2025 sind weitere Kurse in Planung.

Bei Interesse melden Sie sich gerne per E-Mail: johanna.bissinger@diakoniepfalz.de. Weitere Informationen finden Sie auf der Website www.mhfa-ersthelfer.de.

MHFA Ersthelfer-Instruktorin Johanna Bissinger, Dipl.-Sozialpädagogin (FH), Systemische Therapeutin (DGSF), Heilpraktikerin für Psychotherapie (HeilprG), Betriebswirtin (IWW), Häuser der Diakonie Ludwigshafen und Bad Dürkheim, Fachstelle Glücksspielsucht und Medienabhängigkeit





kreativ – präventiv

Vernissage zur Ausstellung

Im Herbst 2023 hatte der Fachdienst Suchtprävention vom Haus der Diakonie Landau den Kunstwettbewerb zum Thema Sucht und Abhängigkeit ausgeschrieben. Eingeladen waren die 8. und 9. Klassen aller Schulen in Landau und im Kreis Südliche Weinstraße. Die besten Kunstwerke wurden im festlichen Rahmen, am 01.02.2024 in der Stadtbibliothek Landau, prämiert. Alle Aussteller*innen erhielten ein Präsent. Die 10 besten Bilder wurden auf Postkarten gedruckt und die Erstplatzierte Künstlerin erhielt 100 € für die Klassenkasse. Alle 21 Gemälde können einen Monat in der Stadtbibliothek Landau besichtigt werden.





Diakonie 
Pfalz

Singschd mid?

Chor für alle Menschen, die ...

- ... singen können oder auch nicht.
- ... Freude am Singen haben.
- ... einfach mal zu Hause raus müssen.
- ... Kontakte zu anderen Menschen knüpfen möchten.
- ... Sprache lernen und kreativ sein möchten.
- ... Glück auf- und Stress abbauen möchten.
- ... Selbstbewusstsein und -vertrauen aufbauen möchten.



Wann?

Der Chor findet jeden Dienstag von 10-11 Uhr statt.

Wo?

Gemeindehaus der Apostelkirche, Rohrlachstraße 68, 67063 Ludwigshafen
Die Teilnahme ist kostenlos und ohne Anmeldung.

Haben Sie Fragen?

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an
0621 520440
Haus der Diakonie
Chorleitung: Sofia Stark
www.sofiastark.de

Rehabilitationszentrum am Donnersberg

Neuer ärztlicher Leiter

Liebe Leserinnen und Leser,

gerne möchte ich mich Ihnen vorstellen. Seit 1. Januar bin neuer ärztlicher Leiter des Rehabilitationszentrums am Donnersberg und freue mich auf die Zusammenarbeit in der Evangelischen Suchtkrankenhilfe Pfalz.

Ich komme ursprünglich aus Split, Kroatien, habe aber in vielen Ländern gelebt, darunter Kroatien, Kuwait, die Niederlande, die Vereinigten Arabischen Emirate, Deutschland und Ungarn. Seit 2013 lebe ich, zum zweiten Mal, in Deutschland. In den letzten 11 Jahren habe ich hauptsächlich in Nordrhein-Westfalen gearbeitet (Oberhausen, Essen, Ratingen, Bottrop), aber auch Erfahrungen in Niedersachsen und Hessen gesammelt. Neben der Psychiatrie war ich ein Jahr in der Neurologie sowie einige Monate in der Psychosomatik tätig. Ich bin römisch-katholisch und besuche jeden Sonntag den Gottesdienst.



Jakša Knez

Ihr

Jakša Knez



Gemeinsame Forderung der 5 Sucht-Selbsthilfeverbände zur Verminderung alkoholbedingter Gesundheitsschäden

Die in der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen (DHS) zusammengeschlossenen, bundesweit tätigen Verbände der Sucht-Selbsthilfe (Blaues Kreuz in Deutschland e. V., Blaues Kreuz in der Evangelischen Kirche Bundesverband e. V., Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe – Bundesverband e. V., Guttempler in Deutschland e. V. und Kreuzbund e. V.) begleiten mit einer Vielzahl an niedrigschwelligen Hilfeangeboten Menschen auf ihrem Weg in ein suchtfreies Leben. Vor, während und nach professioneller therapeutischer und medizinischer Hilfe sowie unabhängig davon, können die Betroffenen von diesen Möglichkeiten profitieren. Die bundesweit tätigen Sucht-Selbsthilfeverbände bieten in über 6.000 Selbsthilfegruppen Hilfe an und halten zahlreiche digitale Möglichkeiten für Hilfesuchende bereit, sich auszutauschen oder beraten zu lassen.¹ Auch wenn diese Fülle unterschiedlichster Angebote für Hilfesuchende suchtmittelübergreifend ist, so ist das legale Suchtmittel Alkohol nach wie vor von größter Bedeutung. Gerade die Verfügbarkeit, Erschwinglichkeit und Allgegenwärtigkeit alkoholischer Produkte macht es Menschen schwer, alkoholfrei zu leben. Es ist das am häufigsten konsumierte psychoaktive Suchtmittel in Deutschland und das einzige, dessen Konsum gesellschaftlich weitgehend akzeptiert ist und bei vielen Gelegenheiten oft sogar erwartet wird. Alkohol kann nicht nur abhängig machen, sondern ist insgesamt gesundheitsschädlich. Über 200 Erkrankungen sind auf Alkoholkonsum² zurückzuführen, sodass dadurch der Gesundheitsstatus der Gesellschaft insgesamt negativ beeinflusst wird.

Die Sucht-Selbsthilfeverbände beschränken sich daher nicht auf die Unterstützung und Hilfe für die Einzelperson, sondern nehmen auch Einfluss auf gesellschaftliche und gesundheitspolitische Rahmenbedingungen, um Menschen vor gesundheitlichen Schäden zu schützen und ihnen ein suchtmittelfreies Leben zu ermöglichen.

Unsere Forderungen

Die Sucht-Selbsthilfeverbände sind sich einig, dass der Schutz der Gesundheit Vorrang vor den wirtschaftlichen Interessen der Alkoholindustrie haben muss und dass verhaltenspräventive Maßnahmen durch wirksame verhältnispräventive Maßnahmen ergänzt werden müssen. Mit den verhältnispräventiven Maßnahmen wollen wir im Wesentlichen die Veränderungen des Umfeldes, von Sichtweisen und der Strukturen erreichen. Es handelt sich also um einen Ansatz, der in Form legislativer Regelungen eine breite Wirkung in der Gesellschaft insgesamt erzielen soll.

¹ Naundorff, J.; Kornwald, C.; Bosch, A.; Hansen, B.; Janßen, H.-J. (2018): Statistik 2017 der fünf Sucht-Selbsthilfe- und Abstinenzverbände. Verfügbar unter <https://www.dhs.de/suchthilfe/sucht-selbsthilfe>

² Weltgesundheitsorganisation (2022): Fact Sheet Alcohol. Verfügbar unter <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/alcohol>

Medienmitteilung

13. Juni 2024

Kinder und Jugendliche besser vor den Produkten und Praktiken der Alkoholindustrie schützen!

Deutlich bessere Regelungen zum gesellschaftlichen Umgang mit Alkohol in Deutschland fordern die in der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen (DHS) zusammengeschlossenen bundesweit tätigen Verbände der Sucht-Selbsthilfe.¹

»Wir helfen täglich Menschen, die in den ›Alkoholbrunnen‹ gefallen sind. Schützende Zäune fehlen, die durch die Umsetzung unserer gemeinsamen alkoholpolitischen Forderungen errichtet werden können«, erklärt Reinhard Jahn vom Blauen Kreuz in Deutschland. Zu ihren Forderungen zählen:

- Höhere Preise und geringere Verfügbarkeit
- Strengere Regulierung von Alkoholwerbung und -sponsoring
- Gesundheitswarnungen auf allen Produkten, die Alkohol enthalten

Die Aktionswoche Alkohol thematisiert in diesem Jahr vom 8. bis 16. Juni die Auswirkungen des Alkoholkonsums auf unbeteiligte Dritte. Von allen Suchtmitteln sind die durch Alkoholkonsum verursachten Schäden sowohl für die einzelnen Menschen wie für die Gesellschaft am größten.

Die Suchtselbsthilfe-Verbände stehen mit ihren Forderungen nicht allein.

»79 Prozent der Bevölkerung in Deutschland befürworten laut einer Forsa-Umfrage Gesundheitswarnungen in der Alkoholwerbung«, sagt Thomas Keim vom Blauen Kreuz in der Evangelischen Kirche.

»Wir verschärfen die Regelungen für Marketing und Sponsoring bei Alkohol, Nikotin und Cannabis«, kündigte die Ampel-Regierung 2021 in ihrem Koalitionsvertrag an. Gesetzesinitiativen dazu blieben – mit Ausnahme der Teilfreigabe von Cannabis – bisher jedoch aus.

»Kinder und Jugendliche, die täglich mit Alkoholwerbung bombardiert werden, beginnen früher mit dem Alkoholkonsum und trinken dann auch mehr Alkohol«, sagt Ralf Vietze von den Freundeskreisen für Suchtkrankenhilfe. »Dies ist wissenschaftlich erforscht und bestätigt.«

Alkohol ist wie Tabak und Asbest ein Krebserreger nach internationaler Klassifizierung der Gruppe 1. Dieser Zusammenhang gehört nach Ansicht der Suchtselbsthilfeverbände zum Verbraucherschutz genauso auf die Produkte wie bei Tabak.

¹ Blaues Kreuz in Deutschland e. V., Blaues Kreuz in der Evangelischen Kirche Bundesverband e. V., Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe – Bundesverband e. V., Guttempler in Deutschland e. V. und Kreuzbund e. V.

Adressen

Fachstellen Sucht (FsS)

67098 Bad Dürkheim

Kirchgasse 14
Telefon: 06322 94180
Telefax: 06322 941828
fachstellesucht.duew@diakonie-pfalz.de

- Jugend- und Drogenberatung
- Fachstelle Prävention

67655 Kaiserslautern

Pirmasenser Straße 82
Telefon: 0631 72209
Telefax: 0631 97531
fachstellesucht.kl@diakonie-pfalz.de

- Fachstelle Glücksspielsucht

66869 Kusel

Marktstraße 31
Telefon: 06381 42290-0
fachstellesucht.kus@diakonie-pfalz.de

76829 Landau

Reiterstraße 19
Telefon: 06341 995267-0
Telefax: 06341 995267-18
Fachstellesucht.ld@diakonie-pfalz.de

- Fachdienst Prävention
- Fachdienst Frauen und Sucht
- Fachdienst Niedrigschwellige Sozialarbeit
- Ambulante Rehabilitation

67063 Ludwigshafen

Turmstraße 20
67059 Ludwigshafen/Rhein
Telefon: 0621 520440
Telefax: 0621 5204469
fachstellesucht.lu@diakonie-pfalz.de

- Fachstelle Prävention
- Fachstelle Schuldnerberatung in der Suchtkrankenhilfe
- Fachstelle Glücksspielsucht
- Wohnprojekt „Auszeit“

66954 Pirmasens

Waisenhausstraße 5
Telefon: 06331 2236-40
Telefax: 06331 2236-30
fachstellesucht.ps@diakonie-pfalz.de

66482 Zweibrücken

Wallstraße 46
Telefon: 06332 9979350
Telefax: 06332 9979399
fachstellesucht.zw@diakonie-pfalz.de

- Siehe auch Wohngemeinschaften
- Fachstelle Glücksspielsucht

Rat und Hilfe

Freundeskreise

Annweiler

Evang. Gemeindehaus
Kirchgasse 6
Tel.: 06346 8283

Bad Bergzabern

Evang. Gemeindehaus
Luitpoldstraße 22
Tel.: 06343 1647

Bad Dürkheim

Haus der Diakonie
Kirchgasse 14
Tel.: über FsS

Dahn

Prot. Pfarrhaus
Hauensteiner Straße 2
Tel.: 06391 741
oder über FsS Pirmasens

Frankenthal

Fachstelle Sucht
Bahnhofstraße 38
Tel.: 06233 90010
über FsS Frankenthal
bk-ft@blaues-kreuz-pfalz.de

Heßheim

Ev. Gemeindehaus
Schulstraße 5a
Tel.: 06233 7787462
und über FsS Frankenthal

Kaiserslautern e.V.

Pirmasenser Straße 82
Tel.: 0151 28730033 nach 16.00 Uhr
KL@blaues-kreuz-pfalz.de

Kusel

Mehrgenerationenhaus
Fritz- Wunderlich-Strasse 51a
66869 Kusel
Tel.: 06381 6006834 oder über FsS Kusel

Grünstadt

Alte Lateinschule
Neugasse 17
67269 Grünstadt
Tel.: 0170 2126419
oder über FsS Bad Dürkheim

Haßloch

Langgasse 109
Tel.: 06324 981296 oder 06327 9747670
oder über FsS Bad Dürkheim

Lauterecken

Bahnhofstr. 22
Tel.: 06382 1881 oder
06382 8493
oder über FsS Kusel

Ludwigshafen e.V.

Turmstraße 20
67059 Ludwigshafen/Rhein
Tel.: 0621 59284708 / 515951
oder über FsS Ludwigshafen

Landau

Reiterstraße 19
Tel.: 0160 3204838
oder über FsS Landau

Maximiliansau

Kath. Pfarrzentrum
Elisabethenstraße 45
76744 Wörth/Maximiliansau
Tel.: 07271 126695 oder 07271 42680
oder über FsS Landau

Mutterstadt e.V.

Haus der Vereine
Schulstraße 8
Tel.: 0176 75323469
oder über FsS Ludwigshafen

Neustadt/Wstr.

Nidro Beratungsstelle
Therapieverbund Ludwigsmühle
Tel.: 0179 4426638 oder
über Nidro Beratungsstelle
Tel.: 06349 9625071

Pirmasens

Fachstelle Sucht
Waisenhausstraße 5
Tel.: 0176 61544269
oder über FsS Pirmasens

Rhodt

Pfarrscheuer, Herrengasse
Tel.: 06323 81597
oder über Fachstelle Landau

Zweibrücken

Wallstraße 46
Tel.: 06333 5444
oder über FsS Zweibrücken

Selbsthilfegruppen

für Drogenabhängige/- gefährdete
über FsS Bad Dürkheim
Tel.: 06322 9418-0

Für junge Menschen
„Stoffwechsel“
Über FsS Landau
Reiterstraße 19
Tel. 0160 3204838

Alkoholfreie Begegnungsstätten

CAFE Kontakt
Goerdelerplatz 7
67063 Ludwigshafen
Tel.: 0621 515951

Wohn- gemeinschaften

Für Straftlassene:
Diakonisches Werk Pfalz
Wallstraße 46
66482 Zweibrücken
06332 9979302
mobil 0176 11664887
Verwaltung 06332 9979350

Ambulante Rehabilitation Sucht - Trägerverbände

Trägerverbund Südpfalz
Reiterstraße 19
76829 Landau
Tel.: 06341 995267-0

Stationäre Einrichtungen der Evangelischen Heimstiftung Pfalz

**Rehabilitationszentrum
Am Donnersberg**
Dannelfelser Straße 42
67292 Kirchheimbolanden
Tel.: 06352 7536-0

Stationäre Einrichtungen des CJD

Niedermühle
Am Disibodenberg
55571 Odernheim
Tel.: 06755 9420-0



Wegweiser 2025

Das Leben ist zu kurz für später



EVANGELISCHE SUCHTKRANKENHILFE

17.01. - 19.01.2025	III. Grundausbildung Suchtkrankenhelfer Butenschoen-Haus Landau Leitung: Anette Schilling
01.02.2025	1. Seminar für Gruppenleiter Fallbesprechung BK Hdd Kaiserslautern Leitung: Pfr. Georg Weber
22.02.2025	III. Grundausbildung Suchtkrankenhelfer Tagesseminar online Leitung: Anette Schilling
08.03.2025	Jahresplanungsgespräch DW/BK Tagungsraum DW Geschäftsstelle
22.03.2025	III. Grundausbildung Suchtkrankenhelfer Tagesseminar online Leitung: Anette Schilling
29.03.2025	Vertreterversammlung Blaues Kreuz Pfalz, Haßloch
04.04. - 06.04.2025	IV. Grundausbildung Suchtkrankenhelfer Butenschoen-Haus Landau Leitung: Anette Schilling
18.04.2025	Abendmahlfeiern zum Karfreitag in den Freundeskreisen
29.06.2025	Jahresfest BK Ludwigshafen
17.05. - 18.05.2025	Kreative Wochenendbegegnung Butenschoen-Haus Landau Leitung: Ute Wingerter/Andreas Seeger/Dagmar Fuchs
16.08. - 23.08.2025	Wanderfreizeit Grindelwald Leitung: BK, Martin Engelbert/Rainer Hehl
13.07.2025	Wandertag Schifferstadter Wald BK Ludwigshafen

07.07.- 11.07.2025

Kinderfreizeit
Leitung: Isabel Schenfeld/Christoph Einig

Termin folgt

Kurzfreizeit
Leitung: Susanne Götz/Anja Grey/Sybille Slater

20.09. - 21.09.2025

Meditative Wochenendbegegnung
Priesterseminar St. German Speyer
Leitung: Pfarrer Alexander Beck/Gerd Hilgendorff

20.09.2025

Informationsveranstaltung
zum neuen Ausbildungsgang
Freiwillige Mitarbeit in der Suchthilfe - ZOOM
Leitung: Anette Schilling + Team

18.10. - 19.10.2025

2. Seminar für Gruppenleiter*innen
Weiterbildung
Priesterseminar St. German Speyer
Leitung: Ruth Laubscher/Christiane Runge

16.11.2025

Besinnungstag

19.11.2025

Abendmahlfeiern
zum Buß- und Betttag in den Freundeskreisen

21.-23.11.2025

1. Seminar Freiwillige Mitarbeit in der Suchthilfe
Butenschoen-Haus Landau
Leitung: Anette Schilling

29.11.2025

3. Seminar für Gruppenleiter
Fallbesprechung
BK Gemeindehaus Heßheim
Leitung: Pfr. Georg Weber

13.12.2025

Tagesseminar Freiwillige Mitarbeit in der Suchthilfe
Haus der Diakonie Kaiserslautern
Leitung: Anette Schilling

Überregionale Veranstaltungen

06.09.2025

Ehemaligen -Treffen Fachklinik Eußerthal

07.06.2025

Jahresfest, Rehabilitationszentrum Donnersberg

14./15.06.2025

Ehemaligen Treffen Median Klinik Münchwies

06.09.2025

Ehemaligen -Treffen Fachklinik Eußerthal

08.11.2025

Selbsthilfegruppentag, Fachklinik Münchwies

„Maitreff“ Tag der Begegnung im Pfalzkrankenhaus steht noch nicht fest.

Eigenbeteiligung:

WB: BK-Mitglieder 35 Euro - Nichtmitglieder 40 Euro -
Kinder bis 14 Jahre frei - Einzelzimmer zuschlagspflichtig.
SfA: BK-Mitglieder 10 Euro - Nichtmitglieder 20 Euro.

Die Anmeldungen für die Wochenendbegegnungen sind verbindlich und sollen bis spätestens 3 Wochen vor Beginn schriftlich mit der vorgegebenen Anmeldekarte oder per E-Mail mit der ausgefüllten Anmeldekarte im Anhang erfolgen. Gleichzeitig muss die Überweisung des Teilnahmebeitrags auf das Konto des BK-Landesverbandes erfolgen:

Blaues Kreuz Landesverband Pfalz e.V.
VR Bank Südl Weinstr-Wasgau
IBAN: DE54 5489 1300 0070 8092 06
BIC: GENODE61BZA

Wer nicht fristgerecht bezahlt, kann nicht teilnehmen.

Die Teilnahmebestätigung erfolgt per E-Mail. Bei nicht erreichter Teilnehmerzahl wird die Veranstaltung abgesagt.

Programmänderungen sind möglich.

Der Konsum von Suchtmitteln ist bei allen Veranstaltungen nicht erlaubt.

Absender:

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

Mitglied Blaues Kreuz

ja

nein

ANTWORTKARTE

Diakonisches Werk Pfalz
Renate Stürmer
Karmeliterstraße 20
67346 Speyer

Absender:

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

Mitglied Blaues Kreuz

ja

nein

ANTWORTKARTE

Diakonisches Werk Pfalz
Renate Stürmer
Karmeliterstraße 20
67346 Speyer

ANMELDEKARTE

Die verbindliche Anmeldung muss bis 3 Wochen vor der Veranstaltung erfolgt sein
Die Teilnahmebeiträge müssen ebenfalls drei Wochen vorher ans Blaue Kreuz
überwiesen werden.

Hiermit melde ich mich zu der Veranstaltung

_____ am: _____ **verbindlich** an.

Name: _____ Vorname: _____

Name der BK-Gruppe/Beratungsstelle

Telefon: _____ Unterschrift: _____

Aufgrund der neuen Datenschutzverordnung sind wir verpflichtet Ihr Einverständnis zur Speicherung Ihrer persönlichen Daten einzuholen. Durch Ihre Unterschrift auf dieser Anmeldekarte sind Sie damit einverstanden, dass wir Ihre Daten (Name, Adresse, Geburtsdatum) während der Dauer der Veranstaltung speichern.



Einzelzimmer (Zuschlag-Pflicht)
mit Übernachtung



Doppelzimmer
ohne Übernachtung

ANMELDEKARTE

Die verbindliche Anmeldung muss bis 3 Wochen vor der Veranstaltung erfolgt sein
Die Teilnahmebeiträge müssen ebenfalls drei Wochen vorher ans Blaue Kreuz
überwiesen werden.

Hiermit melde ich mich zu der Veranstaltung

_____ am: _____ **verbindlich** an.

Name: _____ Vorname: _____

Name der BK-Gruppe/Beratungsstelle

Telefon: _____ Unterschrift: _____

Aufgrund der neuen Datenschutzverordnung sind wir verpflichtet Ihr Einverständnis zur Speicherung Ihrer persönlichen Daten einzuholen. Durch Ihre Unterschrift auf dieser Anmeldekarte sind Sie damit einverstanden, dass wir Ihre Daten (Name, Adresse, Geburtsdatum) während der Dauer der Veranstaltung speichern.



Einzelzimmer (Zuschlag-Pflicht)
mit Übernachtung



Doppelzimmer
ohne Übernachtung

Impressum

Herausgeber:

Diakonisches Werk Pfalz
Referat Suchtkrankenhilfe

Blaues Kreuz Deutschland,
Landesverband Pfalz

Redaktion: Anette Schilling
Redaktionsanschrift:
Postfach 15 60, 67325 Speyer
Tel.: 06232 664-254 oder 664-257
Fax.: 06232 664-130
anette.schilling@diakonie-pfalz.de
www.diakonie-pfalz.de
www.blaues-kreuz-pfalz.de

Textverarbeitung, Layout und Druck:
Werner Bücklein
Erscheinungsweise: ein Mal im Jahr

Kontakt

Internet: www.blaues-kreuz-pfalz.de
E-Mail: info@blaues-kreuz-pfalz.de

Anmerkung der Redaktion

Die Redaktion behält sich – meist aus Platzgründen – Kürzungen der Artikel vor. Diese Artikel können in ihrer vollen Länge beim Herausgeber angefordert werden. Wer Interesse, Lust und Zeit hat, in der „WIR“-Redaktion mit zu arbeiten, melde sich bitte beim Referat.

Die Redaktion freut sich über Ihre eingereichten Artikel, die auf elektronischem Wege (Dateiformat „Word“) zugeschickt werden sollen (anette.schilling@diakonie-pfalz.de)
Eingereichte Datenträger oder sonstige Unterlagen werden in der Regel nicht zurück geschickt.

Redaktionsschluss für Ausgabe 2025:
30. September 2025

Diakonisches Werk Pfalz
Referat Suchtkrankenhilfe
Postfach 15 60, 67325 Speyer

Alle Personen, die in dieser Ausgabe namentlich erwähnt oder abgebildet sind haben der Veröffentlichung zugestimmt.