



Ausgabe Dezember 2018

Liebe Freundeskreislerinnen und Freundeskreisler,

das Jahr 2018 neigt sich dem Ende entgegen, doch für die Freundeskreise ist es noch lange nicht vorbei. Es gibt bei uns einige Neuigkeiten, die wir euch hier präsentieren. Der Bundesverband und der Vorstand der Freundeskreise begrüßen euch deshalb zur letzten Ausgabe der Freundeskreis-Rohrpost 2018.

Themen dieser Ausgabe:

- **Neues Freundeskreis-Buch**
- **Erstes Seminar der Ausbildung für die Gruppenbegleitung**
- **Neue Ausgabe des Freundeskreis-Journals**
- **Chatroom sucht Verstärkung**
- **Motorrandtreffen**

Neues Freundeskreis-Buch



Das Freundeskreis-Buchprojekt konnte mit der Herausgabe eines 170-seitigen Buches abgeschlossen werden. Die Gestaltung und der Druck wurden unterstützt durch die kassenindividuelle Förderung der Techniker Krankenkasse. Im ersten Kapitel stellen sich die Landesverbände mit ihrer Arbeit, aber auch mit attraktiven Sehenswürdigkeiten und Reisezielen vor. Gesundes und lustvolles Essen steht im zweiten Kapitel im Blickpunkt. Das Kapitel 3 zeigt, wie aktiv und

kreativ die Menschen in den Freundeskreisen sind. Selbst gemalte Bilder und Zeichnungen sind zu sehen, lustige und ernsthafte Geschichten zu lesen.

Unser Buch möchte neugierig machen auf die Menschen, deren Leben stark beeinträchtigt war durch die Sucht-erkrankungen und die nun versuchen, mit Hilfe der Sucht-Selbsthilfe andere und neue Schwerpunkte zu setzen. Dazu gehört auch ein neuer Kontakt zu den Kindern. Deshalb kommen auch sie mit Beiträgen zum Zuge.

Das Buch kann dank der Förderung (gegen Erstattung der Portokosten) kostenlos abgegeben werden.

Zu bestellen ist das Buch unter www.freundeskreise-sucht.de/info-materialien/info-materialien/, per Mail an [mail\(at\)freundeskreise-sucht.de](mailto:mail(at)freundeskreise-sucht.de) oder telefonisch unter 0561 780413.

Das erste Seminar der Ausbildung für die Gruppenbegleitung



Vom 26. bis 28.10.2018 fand im St. Bonifatiuskloster in Hünfeld das erste von fünf Seminaren der Ausbildung für die Gruppenbegleitung statt. Insgesamt 24 Teilnehmer aus dem gesamten Bundesgebiet waren der Einladung des Bundesverbandes gefolgt und hatten sich für die bundesweite Ausbildung für die Gruppenbegleitung angemeldet.

Die Teilnehmenden des ersten Seminars vom 26. bis 28.10.2018 in Hünfeld. Foto: Béatrice Schober

Das Thema des ersten Seminars lautete „Der Gruppenbegleiter im Freundeskreis“. Vermittelt wurden die Grundlagen der Tätigkeiten und Fähigkeiten eines Gruppenbegleiters sowie das Leitbild der Freundeskreise, das während der Ausbildungsreihe stets im Mittelpunkt stehen wird.

Erich Ernstberger, stellvertretender Bundesvorsitzender, und Uwe Rothämel, LV Bayern, die bereits bei der Ausbildung zur Gruppenbegleitung in ihrem Landesverband Erfahrung gesammelt hatten, waren die Referenten dieses ersten Seminars. Grundlage dieses und auch der kommenden Seminare ist neben unserem Leitbild auch das „Manual“. Am Ende eines arbeitsreichen Wochenendes, an dem nicht nur in großer Runde gelernt und diskutiert wurde, sondern es auch Kleingruppenarbeit und viele Gespräche untereinander gab, wurde ein sehr positives Fazit der Teilnehmer gezogen.

An diesem ersten Seminar der Ausbildung nahm neben dem Vorsitzenden Andreas Bosch auch die stellvertretende Vorsitzende Elisabeth Stege teil. Beide werden die gesamte Ausbildungsreihe begleiten. So soll u.a. auch gezeigt werden, wie wichtig dem Bundesverband die Ausbildung der Gruppenbegleiter ist. Béatrice Schober als weitere stellvertretende Vorsitzende nahm ebenfalls an diesem ersten Seminar der Ausbildungsreihe teil. Damit lernte der Bundesverband nicht nur die neuen angehenden Gruppenbegleiter kennen, auch der Bundesverband wurde den Teilnehmern „in persona“ bekannt.

Am Ende der Ausbildung, wenn es am letzten Wochenende zur feierlichen Verabschiedung kommt, werden sich alle Teilnehmer und Referenten zu einer gemeinsamen Veranstaltung wieder in Hünfeld treffen.

Neue Ausgabe des Freundeskreis-Journals



Die zweite Ausgabe des Freundeskreis-Journals ist erschienen und widmet sich dem Thema **Rückfall**. Sie nimmt sich somit einem schwierigen, sensiblen und für viele Betroffene und Angehörige sicher auch Angst machenden Thema an, mit dem Ziel, durch Informationsvermittlung Verständnis dafür zu fördern und Ängste abzubauen. Nicht nur bei Betroffenen, sondern auch bei Angehörigen sollte das Thema Rückfall angesprochen werden, denn Rückfall kann auch Rückfall in alte Verhaltensweisen bedeuten. Dazu gibt es persönliche Berichte von Betroffenen, Ausführungen von Fachleuten, sowie Neuigkeiten aus dem Bundesverband, den Landesverbänden und den Gruppen.

Elisabeth Stege in „Auf ein Wort“:

„Der Rückfall – das Schlimmste, was einem Abhängigen passieren kann? ‚Rück‘ bedeutet zurück. ‚Fall‘ ohne Boden unter den Füßen, unkontrolliert. Aber stimmt das? Gibt es ein Zurück in die Zeit ohne Gruppe? In die Zeit, in der es keinen gab, mit dem ich reden konnte, der mir zuhörte? Ein Rückfall in der Gruppe sollte eben nicht im Bodenlosen enden, sondern die Beziehungen bilden ein Netz, das Fallende auffangen kann.

Rückfall – dabei fällt mir das Bild eines auf dem Rücken liegenden Käfers ein. Dieser kann oftmals nur mit Hilfe von außen wieder auf die Beine kommen und entfliehen. Geht es einem Rückfälligen in der Suchtselbsthilfe nicht genauso? Wir reichen ihm in den Freundeskreisen unsere Hände und helfen ihm, wieder ‚auf die Beine‘ zu kommen. Wir unterstützen Betroffene dabei, dass ein freier und selbstbestimmter Weg wieder möglich ist. Und wir begrüßen jeden, der auf seinem Weg in der Gruppe Halt findet.“

Unser Chatroom sucht Verstärkung!



Der Freundeskreis-Chat ist täglich von 19 bis 21 Uhr mit mindestens zwei Freundeskreis-Mitgliedern besetzt. Er ermöglicht Kommunikation rund um das Thema Sucht ohne Ängste und Hemmschwellen und richtet sich an Betroffene, Angehörige und Interessierte gleichermaßen. Bei Interesse könnt ihr gerne reinschauen unter sucht-chat.de

Derzeit sind wir auf der Suche nach weiteren Operatoren, die bereit sind, einmal pro Woche (oder gerne auch mehrfach) die Betreuung des Chats zu übernehmen.

Wer Erfahrung im Umgang mit Computern und Online-Medien hat, zuverlässig ist und unsere Arbeit unterstützen möchte, kann sich melden bei Herrn Erich Ernstberger unter e.ernstberger@freundeskreise-sucht.de oder bei Frau Béatrice Schober unter b.schober@freundeskreise-sucht.de.

Motorradtreffen



Vom **05. bis 07. Juli 2019** veranstaltet der Bundesverband der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe sein zweites **Motorradtreffen** in Hofgeismar. Weitere Infos dazu findet ihr unter:

<http://www.freundeskreise-sucht.de/index.php?id=350>

Anmeldeschluss ist der 14. Mai 2019.

Zu guter Letzt...



Der Bundesverband der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe und der geschäftsführende Vorstand wünschen allen Freundeskreis-Mitgliedern und Kooperationspartnern frohe Weihnachten und ein gutes, gesundes, suchtmittelfreies Jahr 2019!