



Selbsthilfegruppe für Alkohol- und Medikamentenabhängige und deren Angehörige

Jahresbericht 2012

Freundeskreis Mannheim "Die Lotsen" e.V.

M7, 22 - 68161 Mannheim

Postfach 120 432 - 68055 Mannheim

Tel.: 06 21 / 15 34 33

Fax: 0621 / 1 56 83 72

Email: FK-Lotsen@gmx.de

Internet: <http://www.die-lotsen.de/>



Mitglied in

Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe, Landesverband Baden e.V.

Diakonisches Werk Baden

ELAS Baden

Gesundheitstreffpunkt Mannheim

Regionale Arbeitsgemeinschaft der Selbsthilfegruppen in Mannheim

1. Gruppenarbeit

Basisarbeit sind unsere regelmäßigen 10 wöchentlichen Gesprächsgruppen. Ein ständiger Kern in diesen Gruppen, sowohl von Betroffenen als auch Angehörigen, Menschen die seit vielen Jahren Mitglieder sind, bestätigt uns in unserer Arbeit der Hilfe zu Selbsthilfe.

Während professionelle Behandlungen bzw. Therapien immer zeitlich limitiert sind, können wir in unseren Gruppen lebenslang an uns und unserer lebenslangen Suchterkrankung arbeiten. Dass so viele Menschen lange Jahre bei uns bleiben, zeigt die Wichtigkeit des sich auch lebenslang mit seiner Krankheit Auseinandersetzens.

Nicht nur die Menschen, die den Kern unserer Gruppen bilden, suchen Hilfe. Ständig kommen auch neue Gruppenbesucher, begleitend aus Therapien, nach Therapien und oftmals auch, um erstmals Hilfe in der Suchterkrankung zu suchen. Einige dieser Menschen bleiben, werden selber mit zum Kern unserer Gruppen, so dass unsere Gruppen einer ständigen Dynamik unterworfen sind und sich lebendig gestalten.

Die Geschwindigkeit der Gruppendynamik hinsichtlich der Gruppenzusammensetzungen ist dabei keine hohe, es gibt keinen fliegenden Wechsel von Woche zu Woche. Unsere Gruppen leben, bieten dem Einzelnen aber immer die Geborgenheit vertrauter Menschen um sich, denen er Vertrauen entgegenbringen kann, um seine Probleme und auch seine Freuden zu besprechen, davon zu berichten und zu teilen.

Die zufriedene Abstinenz vieler Freundinnen und Freunde zeigt uns die Richtigkeit unsere Arbeit, wird uns immer wieder motivieren weiter zu machen.

Organisation der Gruppenarbeit

Die Organisation unserer Gruppenarbeit wie auch darüber hinausreichende Veranstaltungen erfolgen im ca. Zweimonatsrhythmus auf Teamsitzungen, einer Besprechung unserer Gruppenleitern, deren Stellvertretern und den Vorstandsmitgliedern. Insgesamt ist dies ein Personenkreis von über 20 Freundinnen und Freunden. Diesen Teamsitzungen schließen sich kurze Vorstandssitzungen an, in denen Entscheidungen zu akutem Handlungsbedarf getroffen werden. Ausgesprochene Vorstandssitzungen finden monatlich versetzt zu den Teamsitzungen ebenfalls im ca. Zweimonatsrhythmus statt. Diese Arbeit erfolgt ehrenamtlich, unsere Freundinnen und Freunde stellen Ihre Zeit unentgeltlich in den Dienst am Nächsten. Neben diesen organisatorischen Besprechungen kommen die Veranstaltungen, über die Gruppen hinaus, selbst. Auch bei deren Durchführung sind immer Gruppenleiter und Vorstandsmitglieder beteiligt.

Das höchste Organ „Der Lotsen“, die Mitgliederversammlung, fand sich 2012 zu einer ordentlichen Versammlung zusammen.

2. Information, Aufklärung, Prävention

Um eine dauerhafte zufriedene Abstinenz aufzubauen und zu erhalten wurde Aufklärungsarbeit über die Wichtigkeit von Selbsthilfegruppen durch Vertreter unseres Vereins geleistet:

- 12 je 2 Informationsgruppen im Psychiatrischen Zentrum Nordbaden in Wiesloch
- 12 Informationsgruppen im Zentrum für seelische Gesundheit in Mannheim
- Besuch einer Projektgruppe von Schüler/innen in unseren Räumen

Im Sinne der Suchtprävention leisten wir darüber hinaus auf Anfrage Aufklärung in Schulen vor Ort bzw. für Schulklassen in unseren Räumen.

3. Aus- und Weiterbildung

Die Teilnahme an Seminaren, organisiert durch den Gesundheitstreffpunkt Mannheim, der Besuch von Freundinnen und Freunden von Fortbildungsseminaren des Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe, Landesverband Baden e.V. (LVB) und von selbst organisierten Gruppenklausuren lieferten 2012 die nötigen Voraussetzungen unsere Gruppenleiter in Aus- und Weiterbildung weiter zu bringen.

Teilgenommen haben Freundinnen und Freunde der Lotsen an folgenden Seminaren:

Seminare des LVB

- Mitarbeiterfachtag
- Frauenseminar
- Männerseminar
- Freundeskreisseminar
- Angehörigenseminar

Seminare des Gesundheitstreffpunkts Mannheim

- Gruppensitzungen moderieren
- Teamwork
- Angehörige „Nicht krank aber doch betroffen“

Weitere Seminare und Fortbildungen

- Gruppenleiterausbildung des Diakonischen Werk Baden
- Fortbildung des Blauen Kreuz Heidelberg

Mit der Teilnahme an der Fachberatung der Psychosozialen Beratungsstelle des Diakonischen Werks Mannheim, haben wir die Möglichkeit, im Falle auftretender Probleme, die wir nicht mehr selbst bewältigen können, Hilfe in Anspruch zu nehmen. Einen konkreten Anlass haben wir dazu 2012 nicht gehabt, jedoch ermöglichen die Runden auch schlicht über unseren Tellerrand zu schauen und mit vielleicht neuen Impulsen in unsere Gruppen zurückzukehren.

4. Öffentlichkeitsarbeit

Die Öffentlichkeitsarbeit des Freundeskreises Mannheim „Die Lotsen“ e.V. zeigt sich neben den direkten Aufgaben in Sucht und Prävention in unseren Besuchen und bei der Mitwirkung wie auch der Durchführung öffentlicher Veranstaltungen, wo sich somit Information, Aufklärung und Prävention mit unserer Öffentlichkeitsarbeit verzahnen.

Freundinnen und Freunde des Freundeskreises Mannheim „Die Lotsen“ e.V. waren dazu bei folgenden Ereignissen vertreten:

- Ausschuss für Bildung und Gesundheit, Schulbreirates und Jugendhilfeausschuss der Stadt Mannheim für die Selbsthilfe
- Kassenrevision RAG-SH
- Vertretung "Der Lotsen" auf den Sitzungen der RAG-SH.
- Diakonieausschuss
- ELAS Treffen
- Gesamt ELAS Treffen
- Arbeitstreffen der Vorsitzenden der e.V. Freundeskreis mit dem LVB.
- Bundesdelegiertenversammlung der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe, Bundesverband e.V. als Delegierter der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe, Landesverband Baden e.V.
- Jahreshauptversammlung LVB
- Steuerungsgruppe AK Drogen- und Suchtprophylaxe, Sitzung Gesamtarbeitskreis der Stadt Mannheim für die Suchtselbsthilfe in Mannheim
- Zusammenarbeit mit der Stadtmission Heidelberg
- Selbsthilfeempfang der Stadt Mannheim
- Gespräch mit Frau Staatssekretärin Erler in Stuttgart für die Selbsthilfe Mannheim
- Jahrestagung der Drogenbeauftragten der Bundesregierung in Berlin
- Teilnahme am Tag der seelischen Gesundheit im Zentralinstitut für seelische Gesundheit (ZI)
- BKK Selbsthilfetag in Düsseldorf
- Fachkonferenz Sucht der DHS in Leipzig
- Teilnahme am Infotag ZI Mannheim

Unabdingbar ist für „Die Lotsen“ neben der direkten Arbeit in der Suchthilfe auch die Arbeit im Umfeld der Sucht, den äußeren Umweltbedingungen eines Menschen, die Sucht fördern und auch auslösen. Aus diesem Grund bieten wir unseren Freundinnen und Freunden sowie deren Angehörigen die Möglichkeit gesellschaftlicher Zusammenkünfte in unterschiedlichem aber suchtmittelfreien Rahmen. Dabei besuchen wir umgekehrt auch solche Events anderer Gruppen. Freundinnen und Freunde „Der Lotsen“ haben 2012 an folgenden Veranstaltungen teilgenommen bzw. diese selbst organisiert und durchgeführt:

- Kreuzbundfasching
- Heringsessen am Aschermittwoch
- Grillfest im Naturfreundehaus Lampertheim
- Sonntagsfrühstück in unseren Räumen
- Die Billardgruppe, die Spielnachmittage in der „grauen“ Jahreszeit und unsere Kegelgruppen lassen „Die Lotsen“ erleben, wie man ohne Alkohol fröhlich ist und zeigen, dass es auch ohne Rausch geht.
- Jahresausflug 2012
- Die Weihnachtsfeiern fanden an den Gruppenabenden in den Lotsen - Räumen oder außerhalb statt. Auch die große gemeinsame Weihnachtsfeier fand in unseren am 2. Advent statt.
- Besinnungstag Blaues Kreuz
- Gruppenklausuren
- Silvesterfeier

5. Ausblick

Wir haben 2012 eine neu erwachende Agilität in unseren Reihen beobachtet, mehr Freundinnen und Freunde sind bereit zu helfen, ihre Mitarbeit über die Gruppen hinaus einzubringen. In einer Zeit schnellen Wandels und ständig wachsender Angebote für die Lebensgestaltung, nehmen wir dies als Zeichen für den Wert unsere Arbeit und blicken optimistisch in eine Zukunft, in der wir auch weiter Menschen Hilfe zur Selbsthilfe leisten können.

6. Wir danken

Wir, der Freundeskreis Mannheim „Die Lotsen“ e.V., danken allen Förderern aus Politik, Kirche, Wirtschaft und Privatpersonen für die Unterstützung unserer Arbeit.

Wir danken allen ehrenamtlichen Helfern, ohne formales festes Amt und mit festem Ehrenamt, die immer wieder helfen, unseren Freundeskreis zu erhalten und lebendig zu gestalten.

Allen Helfern gebührt dieser Dank, denn ohne diese Hilfe, wäre unsere Hilfe zur Selbsthilfe im Sinne christlicher Nächstenliebe und Dienst am Nächsten nicht möglich.

Heiko Küffen, im Januar 2012

1. Vorsitzender