

Jahresbericht 2008

EUSG e.V.

Verein zur Unterstützung Suchtkranker





Das gemeine Menschenschicksal,  
an welchem wir alle zu tragen haben,  
muss denjenigen am schwersten aufliegen,  
deren Geisteskräfte sich früher und breiter entwickeln.

*Johann Wolfgang von Goethe*

## *Inhaltsverzeichnis*

<b>Was war?</b>	<b>6</b>
<b>Was wird kommen?</b>	<b>13</b>
<b>Im Gespräch</b>	<b>18</b>
<b>Jahresabschluss</b>	<b>23</b>
<b>Der Verein in Zahlen</b>	<b>24</b>
<b>Ausblick</b>	<b>30</b>

## Einleitung

Die Neuausrichtung der EUSG nimmt Gestalt an. Wir hatten entschieden, weniger Freizeitprojekte anzubieten, um den Selbsthilfegruppen die Möglichkeit zu geben, selbst Initiative zu ergreifen. Mit Erfolg: die Selbsthilfegruppen planen mittlerweile ihre Gruppenfreizeitveranstaltungen vollkommen eigenständig und die EUSG unterstützt nur noch die Finanzierung.

Einen großen Dank richten wir hier an Hans Wölfe der als Gruppenverantwortlicher einen erheblichen Beitrag zu dieser Entwicklung beigetragen hat. Da er sich aus der Position des Gruppenverantwortlichen, die er nun schon seit mehreren Jahren ausfüllte, zurückzieht, bedanken wir uns hier auch nochmals ausdrücklich für sein langjähriges Engagement und freuen uns auf die weitere Zusammenarbeit in anderen Bereichen.

So werden wir die Selbsthilfegruppen auch künftig mit einem Minimum an Einmischung begleiten. Im vergangenen Jahr haben sich fünf Teilnehmer/innen der Selbsthilfegruppen entschieden, eine Ausbildung zum/zur Suchthelfer/in zu machen. Diese Ausbildung wird von der AGJ angeboten und spricht Ehemalige, Betroffene und Interessierte an, die sich für das Thema Sucht interessieren und/oder engagieren möchten. Die EUSG e.V. unterstützt die Selbsthilfegruppenteilnehmer/innen dabei vorwiegend finanziell und erhofft sich, diese im Gegenzug in die aktive Vereinsarbeit und für die in Zukunft geplanten Aktivitäten einbinden zu können.

Andreas Gehringer

## Vorstandsarbeit

Die Vorstandarbeit hat sich im Jahr 2008, auf Grund eines Beschlusses der Mitgliederversammlung, die Aktivitäten des Vereins mehr in die Verantwortung der Mitglieder und Teilnehmer/innen der Selbsthilfegruppen zu legen, verändert. Strategische, taktische und operative Ebene und Aktivitäten sind heute stärker getrennt. Der Verein stellt eine Struktur und Unterstützung

bereit. Die Teilnehmer/innen der Selbsthilfe organisieren sich und ihre Aktivitäten selbständig und in eigener Verantwortung.

Mit der Reduzierung der Vorstandsmitglieder von vier auf zwei haben sich auch Aufgabenverteilung und deren Umsetzung verändert. Die Vorstandarbeit beschränkt sich mehr auf formale Vereinsaufgaben, auf Projektentwicklung und Beschaffung von Fördergeldern für Projekte und Personen sowie Netzwerkarbeit. Der Hauptteil der Arbeit wird dabei von Andreas Gehringer geleistet.

Er beantragt die Fördermittel, führt die Kasse, stellt den Kontakt zu den Selbsthilfegruppen und –aktivitäten her ebenso wie zu Fachstellen und Kooperationspartnern. Seit dem letzten Jahr vertritt er die Selbsthilfe in der Lenkungsgruppe des Kommunalen Suchthilfenetzwerks (KSHN) des Landkreis Breisgau-Hochschwarzwald und als Mitglied im KSHN der Stadt Freiburg.

2008 fanden fünf Vorstandssitzungen statt, davon drei in Verbindung mit einer Mitgliederversammlung im Therapiezentrum Brückle, RehaHaus Gundelfingen und in der Rehaklinik Lindenhof. Darüber hinaus bestand im Vorstand ein ständiger Kontakt überwiegend per E-Mail. Dies sicherte eine gute Erreichbarkeit und schnelle Erledigung anstehender Aufgaben.

Ein neues Projekt der EUSG ist das „Lotsenprojekt“. Die Idee und Konzeption hat Andreas Gehringer vom Bundestreffen der Selbsthilfe im April 2008 in Berlin mitgebracht. In Brandenburg besteht seit einigen Jahren ein Netzwerk von Lotsen aus der Selbsthilfe ehemals Alkoholabhängiger, die besonders in nachstationären Krisen Menschen bei der Sicherung ihrer Abstinenz unterstützen. Wir haben diese Konzeption auf unsere Verhältnisse und Möglichkeiten bezogen und in regem Austausch mit Mitgliedern, möglichen Lotsen und Kooperationspartnern, formuliert. Zurzeit beginnt die Umsetzung.

Im vergangenen Jahr hat die EUSG beschlossen, für ein Mitglied und vier Selbsthilfegruppenteilnehmer/innen, die Kosten der Ausbildung zum ehrenamtlichen Suchthelfer/in anteilig beziehungsweise im vollem Umfang zu

übernehmen. Diese Förderung ist mit der Selbstverpflichtung zu Engagement in den Selbsthilfegruppen und –aktivitäten verbunden. Dies ist für mich eine Bestätigung der Idee und Praxis der Selbsthilfe.

Über die vielfältigen Aktivitäten des Vereins berichten die Beiträge dieses Jahresberichts. Sie zeigen mir, dass die EUSG ein, wenn auch kleiner, dynamischer und kreativer Verein ist, in dem Satzungszweck und gelebte Vereinsaktivität gut zueinander passen.

Michael Rommelspacher

## Was war?

Hier folgt nun ein kleiner Überblick über die Aktivitäten des vergangenen Jahres, in die der Verein, sei es durch personelle Unterstützung, Sachleistungen, finanzielle Leistungen oder sonstigem Engagement, involviert und beteiligt war.

- ⇒ Kultur Café
- ⇒ Wanderungen zu Orten der Kraft  
(Aus Zeitgründen gibt es leider keinen Bericht)
- ⇒ Präventionsveranstaltung  
(Aus Zeitgründen gibt es leider keinen Bericht)
- ⇒ Selbsthilfegruppen
- ⇒ KSHN - Kommunales Suchthilfe Netzwerk

## Selbsthilfegruppe Alpha Panthers

Dieses Jahr wurden die ganzen Aktivitäten der Selbsthilfegruppe selbstständig gestaltet. Zu Beginn des Jahres 2008 war die Gruppe noch relativ klein, aber in der zweiten Jahreshälfte wuchs sie zur doppelten Größe an. Die Einzelheiten sind in der Statistik nachzulesen. Die Gruppe zeigt nach meinem Eindruck, mehr Engagement und Kreativität. Kleine Aktionen wie Kanu fahren, Klettern oder Ähnliches sind eher gefragt als aufwendige, große Projekte. Der große harte Kern hat der Gruppe seinen Stempel aufgedrückt und das ist gut so, da mittlerweile durch die alten, treuen Teilnehmer/innen sehr viel Erfahrung eingebracht wurde. Das kommende Jahr wird Neues bringen und wir werden dann sicher wieder auf eine erfolgreiche Selbsthilfe zurück blicken.

Im Rahmen der Alpha Panthers haben wir im Jahre 2008 diverse Freizeitaktivitäten angeboten. Finanziert wurden die Angebote sowohl aus Vereinsmitteln als auch aus der Gruppenkasse.

Sehr gut wurde der Besuch des Klettergartens (*Abb. 1:*) Kenzingen angenommen. Eine besondere Herausforderung war hier, sowohl Ängste und psychische Grenzen als auch die körperliche Beanspruchung und Belastbarkeit zu testen. Ebenso wurde das Zusammengehörigkeitsgefühl der Gruppe gestärkt; gegenseitige Motivation und Ermutigung bei schwierigen Passagen fanden untereinander statt. Alle konnten zwischen drei Parcours in verschiedenen Schwierigkeitsstufen wählen. Aufgrund der durchweg positiven Resonanz ist geplant, diese Aktivität 2009 zu wiederholen.





*Abb. 1: Alpha Panthers 2008/2009*

Auch die Stadtführung durch Freiburg, welche von Historix Tour unter speziellem Motto angeboten wird, stieß auf großes Interesse. Selbst Mitglieder, die schon länger in Freiburg wohnen, konnten neue und spannende Ecken der Stadt kennen lernen. Für neuere Einwohner/innen Freiburgs war es eine tolle Gelegenheit, verschiedene Aspekte aus Geschichte und Kultur der Stadt Freiburg in diesem Rahmen zu erfahren. Abschließend ging die Gruppe noch gemeinsam einen Kaffee trinken, was zu einem gelungenen Ausklang wesentlich beitrug. Weniger Interesse weckte das Angebot in der Freiburger Eishalle Schlittschuh laufen zu gehen. Insgesamt fanden sich nur drei Personen, die hier teilnahmen. Die alljährliche Weihnachtsfeier, welche mit einem Kinobesuch und anschließendem Essen beim Chinesen

zelebriert wird, war wie immer gut besucht. Vor allem zum Essen waren jede Menge Leute anwesend, sodass ein reger Gesprächsaustausch entstand.



*Abb. 2: Wochenende auf der „Ewigkeitshütte“*

Insgesamt sind die Freizeitaktivitäten der Alpha Panthers als eine gute Möglichkeit zu werten, neue Mitglieder/innen in die Gruppe zu integrieren, neue Interessen zu wecken und Anstöße für sinnvolle aber auch lustige Beschäftigungen in der Freizeit zu geben.

Wechsel bei den Alpha Panthers

Ab 2009 werden Bianca Wisotzki und Marco von Manowski die Gruppenleitung der Selbsthilfegruppe Alpha Panthers übernehmen. Ich leite die Grup-

pe schon ca. 4 Jahre und denke, es ist jetzt eine gute Zeit für einen Wechsel der Leitung. Wir haben in unserer Gruppe einen recht großen harten Kern von etwa 6 - 8 treuen Teilnehmer/innen. Meine Nachfolgerin kann mit Unterstützung und Rückhalt dieser Teilnehmer/innen rechnen. Ich werde die Gruppe weiterhin besuchen, nur mit dem Unterschied, dass ich an den Gruppenabenden meine Aufmerksamkeit auch mal runterfahren kann und mich nicht unbedingt als Moderator oder Schiedsrichter einschalten muss. Ich habe in der doch relativ langen Zeit viele unterschiedliche Leute kennen gelernt, einige wirklich kritische Situationen erlebt, aber auch viele schöne Zeiten und wirklich viel gelernt. Ich möchte bei der Gelegenheit auch der Gruppe danken für den Zusammenhalt und für die Rückenstärkung wenn es mal stürmisch zu ging.

Hans Wölfle

Die neue: Bianca Wisotzki

Vor genau einem Jahr besuchte ich zum ersten Mal die Selbsthilfegruppe "Alpha Panthers". Ich war gerade dabei meine zweite Therapie abzuschließen und wollte mir neue und vor allem cleane Kontakte aufbauen. Die Gruppe wurde für mich ein wöchentliches Ritual und ich fand schnell Anschluss. Für mich war es am Anfang sehr wichtig zu sehen, dass es Leute gibt, die den Absprung geschafft und ihr Leben in den Griff bekommen haben, teilweise schon jahrelang. Es entwickelten sich Freundschaften. Man trifft Gleichgesinnte mit denen man sich austauschen kann. Unsere Vergangenheit verbindet uns alle miteinander und ich fühle mich verstanden und akzeptiert. Ende 2008 war klar, dass Hans die Gruppenleitung nun nach Jahren abgeben wollte. Auf einer Seite traf er damit auf Verständnis andererseits fühlte ich mich bei seiner Art, die Gruppe zu leiten, sehr wohl und machte mir Gedanken wie es mit einer neuen Leitung so läuft. An diesem Punkt möchte ich mich auch noch mal bei Hans für sein jahrelanges

Engagement bedanken.

Die Suche nach einer neuen Leitung hatte begonnen und als ich von Andreas G. und Marco M. angesprochen wurde, ob ich mir nicht vorstellen könnte zusammen mit Marco M. die Gruppe zu leiten, war ich zunächst überrascht und unsicher. Nach kurzem Überlegen sagte ich dann gerne zu. Ich kam zu dem Schluss, dass mir die Gruppe sehr geholfen hat und ich mich nun für diese einsetzen kann. Wir besitzen auch einen harten Kern, der mich unterstützt und der es mir ermöglicht mich in meinen neuen Posten hineinzufinden. Hier auch ein Dank an die gesamte Gruppe für Ihre Unterstützung.

Mit einem klarem Blick in die Zukunft freue ich mich auf die weiteren Treffen der " Alpha Panthers ".

Bianca Wisotzki

## **Selbsthilfegruppe Open Panthers**

Die Gruppe "Open Panthers" definiert sich als "offene Gruppe", d.h. es können betroffene Personen teilnehmen, die aktiv/passiv im Umgang mit Drogen/Alkohol/Suchtproblematik stehen. Die Gruppe engagiert sich im Raum Müllheim in Zusammenarbeit mit der Drogenberatungsstelle KOBRA in Müllheim. Einmal wöchentlich finden die Treffen statt.

Nach einigen Höhen u. Tiefen im Jahr 2008, nachdem die Gruppe für etwa zwei Monate aus Mangel an Teilnehmer/innen nicht stattfand, besteht sie nun wieder aus einem festen Kern von 3 Personen. Seit April 2008 bestehen die "Open Panthers" nun drei Jahre, was für mein Empfinden für Selbsthilfengruppen schon ein wenig beachtlich ist. Als Leiter und ehemaliger Drogenkonsument finde ich die Idee der Open Panthers sehr gut. Es kann ein Austausch von Erfahrungen in den unterschiedlichsten Lebensabschnitten und dadurch nachhaltige Brücken für die einzelnen Teilnehmer/innen im Umgang mit ihrer aktiven bzw. passiven Sucht stattfinden.

Im Namen der "Open Panthers" möchte ich allen Personen danken, die uns in jeglicher Hinsicht unterstützen. Vielen Dank und auf ein weiteres Jahr voller Emotionen....

Marco von Manowski

### **Mitglied im Kommunalen Suchthilfenetzwerk Freiburg-Land/Stadt**

Die Kommunalen Suchthilfenetzwerke (KSHN) entstanden auf Initiative der Sozialministeriums Baden Württemberg. Ab 2009 ist die Förderung durch das SM an das bestehen eines funktionsfähigen KSHNs geknüpft. Im KSHN sind alle in der Suchtprävention und –behandlung tätigen Stellen (ambulant, stationär, Ärzte, Zentren für Psychiatrie, Selbsthilfe u. a.) vertreten. Sie sollen in Zukunft die Aufgaben, Angebote und Entwicklung steuern. Das KSHN Landkreis Breigau-Hochschwarzwald hat sich in diesem Jahr konstituiert. Die EUSG ist neben der Elternselbsthilfe Freiburg Mitglied. Ebenfalls ist die EUSG, durch meine Person, Mitwirkend in der Lenkungsgruppe. Hier vertreten wir die gesamte Sucht-Selbsthilfe.

Diese sollte zu Beginn eine Kooperationsvereinbarung als Basis für eine Mitgliedschaft im KSHN erstellen. Weiter wurde eine Geschäftsordnung erstellt, die das weitere Handeln der Lenkungsgruppe regelt. Aktuell wird ein Erhebungs- und Bedarfsfragebogen entworfen, der den aktuellen Stand und den Bedarf im KSHN Landkreis Breigau-Hochschwarzwald klären soll. Für das KSHN der Stadt Freiburg hatten wir einen Antrag auf Aufnahme gestellt und sind mittlerweile Mitglied.

Andreas Gehringer

## Sucht-Selbsthilfephilfe Konferenz der DHS

Die Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V. (DHS) veranstaltete vom 25. - 27. April 2008 eine bundesweite Sucht-Selbsthilfe-Konferenz. Das Motto lautete „Von der Konkurrenz zur Kooperation – Suchthilfe auf dem Weg in die Zukunft“. Ziel war der Austausch von Erfahrungen und Entwicklungen neuer Kooperationen zwischen freiwilligen Mitarbeiter/innen in Selbsthilfegruppen und –verbänden und professionellen Helfer/innen. Hans Wölfe und ich nahmen an der Konferenz teil und positionierten uns jeweils in eine für uns interessante Arbeitsgruppe. Hans nahm an der Arbeitsgruppe 3 mit dem Titel „Selbsthilfe und Fachkliniken unter Berücksichtigung insbesondere junge Abhängige“ teil. Ich selbst war in Gruppe 1, die leider von den Teilnehmer/innen mit über 35 Personen etwas groß war. Hier wurden zwei Projekte vorgestellt: „Neue Aspekte in der Unterstützung von Selbsthilfeinitiativen - In-Gang-Setzer - passt ein dänisches Modell auch für Deutschland?“ Zum anderem: „Lotsennetzwerk - Modellprojekt für Rückfallprävention nach stationärem Klinikaufenthalt“. Von letzterem haben wir uns inspirieren lassen ein ähnliches Projekt ins Leben zu rufen. Obwohl wir als ehemalige Drogenabhängige unter ausschließlich ehemaligen Alkoholabhängigen etwas exotisch wirkten, haben wir uns wohlgefühlt und fanden uns nicht fehl am Platz und würden jederzeit wieder teilnehmen.

Andreas Gehringer

## Was wird kommen?

In 2009 werden Vorstellungen in Therapieeinrichtungen und offene Treffen nach Ankündigungen wie in der Vergangenheit stattfinden. Neu in diesem Jahr ist, dass wir seit August letzten Jahres die Cellnet-Gruppe, eine Selbsthilfegruppe für Suchtproblematik in der JVA Freiburg, für KOBRA begleiten. Außerdem befinden wir uns in der Pilotphase des Lotsenprojekts, Hier ist das Ziel, suchtkranken Menschen zeitlich befristet eine ehemalige/n Drogenabhängige/n (Ex Usern/in) als Ansprechpartner/in zu vermitteln. Diese/r soll durch regelmäßige Gespräche und Hilfestellungen im Alltag und durch Vorleben ein drogenfreies Leben beziehungsweise längere drogenfreie Phasen fördern.

### Überblick:

- ⇒ Mitglieder/innen -Versammlungen: 20.04.2008, 06.07.2008 und 19.10.2008, Jahreshautversammlung am 25.01.2009, jeweils
- ⇒ sonntags um 10.00 Uhr im Therapiezentrum Brückle in Buggingen.
- ⇒ Die Vorstellungen im Therapiezentrum Brückle finden immer im Anschluss zu den Mitglieder/innen -Versammlungen statt
- ⇒ Vorstellungen im Therapiezentrum Lindenhof jeweils dienstags Abend, den 27.05.2008, 21.10.2008 und 09.12.2008 um 19.30 Uhr statt.
- ⇒ Selbsthilfegruppe Lady Panthers in Emmendingen (seit 07.2008)
- ⇒ Cellnet Gruppe in Kooperation mit KOBRA (seit 08.2008)
- ⇒ Lotsenprojekt - NEU
- ⇒ Wüstentour 20??

Für weitere Informationen über unsere Aktivitäten stehen wir jederzeit gerne zur Verfügung.

## Selbsthilfegruppe Lady Panthers

Gut Ding braucht Weil.

Aus einer Idee wurde Wirklichkeit: im August 2008 haben wir die Frauengruppe Lady Panthers, eine Selbsthilfegruppe für abstinent orientierte ehemalige drogenabhängige Frauen eröffnet.



Abb. 3: „Abordnung“ der Selbsthilfegruppe Lady Panthers

Darauf gekommen, eine Frauengruppe zu gründen, sind wir eigentlich durch die regelmäßigen Gruppentreffen der Selbsthilfegruppe Alpha Panthers. Wir haben festgestellt, dass die regelmäßigen Besuche in der Selbsthilfegruppe Alpha Panthers unser cleanes Leben positiv beeinflusst hat und sich Freundschaften mit anderen Teilnehmerinnen und Teilnehmer entstanden sind. Ebenfalls fiel uns auf, dass von Frauen für Frauen leider noch



zu wenig angeboten wird und es eine Vielzahl Themen gibt, die in einer gemischten Selbsthilfegruppe meist zu kurz kommen.

Deshalb ergriffen wir die Initiative und gründeten eine reine Frauengruppe. Hier möchten wir Frauen unterstützen und die Möglichkeit bieten, frauenspezifische Themen zu besprechen.

Hiermit laden wir alle Frauen ein, Dienstagabend zwischen 19.00 Uhr und 20.30 Uhr in Emmendingen in den Räumen der Drogenberatungsstelle EMMA (Liebensteinstr.11) mal reinzuschneppern.

Tatjana Boy und Annette Fauser

## **Cellnet Gruppen**

Cellnet ist ein Angebot der Drogenberatungsstelle KOBRA, ein Gesprächskreis in der Justizvollzugsanstalt Freiburg, der sich an alle Häftlinge mit Drogen- oder Alkoholproblemen wendet. Der Gesprächskreis wurde vor etwa zehn Jahre ins Leben gerufen. Während eines Praktikums bei der Drogenberatungsstelle KOBRA in Müllheim war Bernard Puzowski, Gründungsmitglied der EUSG, damals Mitinitiator und Namensgeber der Gruppe.

Seit Mitte letzten Jahres bietet KOBRA die Gruppe nun wieder mit Unterstützung der EUSG an. Die Regeln des Gesprächskreises sind kurz und klar: jeder Teilnehmende verpflichtet sich zur Verschwiegenheit und zu Verzicht auf Gewalt und Drogen. Die Gruppe soll Raum bieten über alles zu reden was die Teilnehmer/innen bewegt. Wir versuchen den Teilnehmer/innen am praktischen Beispiel - uns selbst - die Möglichkeit eines drogenfreien Lebens in einem legalen Rahmen glaubhaft zu vermitteln.

Die Gruppe findet zu Beginn vierzehntägig statt; ein wöchentlicher Rhythmus ist für die Zukunft vorgesehen.

Andreas Gehringer

## Lotsenprojekt

„Netzwerk zur temporären individuellen Unterstützung von Betroffenen für Betroffene“

Mitte vergangenen Jahres haben wir das Lotsenprojekt gestartet. Ziel ist es, suchtkranken Menschen, die eine instabile Phase durchleben und oder am Ende einer Therapiephase sind, zeitlich befristet die Möglichkeit eines qualifizierten und strukturierten Kontaktes zu Ehemaligen (Ex Usern) zu bieten, um so eine Möglichkeit der Klärung und Stabilisierung zu geben. Die oder der Ehemalige (Ex User) soll dabei unter anderem Unterstützung bei Krisenbewältigung, Einbindung in Selbsthilfeangebote und als Modell für ein drogenfreies Leben dienen. Das Projekt befindet sich zurzeit in der Pilotphase, das heißt, durch erste Betreuungen sollen Erfahrungen gesammelt werden, die den bisherigen Konzeptentwurf ergänzen oder abändern. Das bisherige Konzept regelt neben Zielen, Zielgruppen, Anforderungen und Aufgaben an die Begleiter/innen, Qualifizierung der Begleiter/innen, auch den Betreuer/innen -Schutz und die Anforderungen an die kooperierenden Einrichtungen und das Prozedere des ersten Kontakts. Hier stellen wir uns ein gemeinsames Gespräch von „Lotsen/innen“, „Kunden/innen“ und einem/r Vertreter/innen einer stationären oder ambulanten Einrichtung, in der die Rahmenbedingungen besprochen werden. Wir sind gespannt auf den Verlauf und freuen uns über Rückmeldungen.

Andreas Gehringer

## Wüstentour 2009/2010

Wie schon in den vergangenen Jahren spielten wir auch im vergangenen Jahr mit der Idee unser Langzeitprojekt „Erlebnis Wüstentour“ erneut aufzulegen. Passend zur Entwicklung der EUSG und zum Umstand, dass wir mit Bernard Puzowski, einen Freund und Mitgründer der EUSG, eine Basis im Süden Marokkos haben, können wir die „Wüstentour“ starten. Das Konzept für die Tour wurde überarbeitet. So soll die Gesamtdauer der Reise mit

An und Abreise bei 10 - 14 Tagen die Eigentliche „Wüstentour“ etwa 5 - 8 Tage dauern, Es sollen maximal 5 - 8 Teilnehmer sein. Durch die Verkürzung der Tour und einer Kostenminimierung soll eine Teilnahme am Projekt erleichtert werden und so mehr mögliche Teilnehmer erreicht werden. Dies ist nur ein sehr grober Überblick. Die Ausarbeitung der Tour ist schon wesentlich weiter fortgeschritten, soll aber erst mit der Veröffentlichung des Konzepts etwa Ende April vorgestellt werden.

Bei Interesse können Sie sich gerne jederzeit an uns wenden.

Andreas Gehringer

## Im Gespräch

Hier ist Platz für Lob, Tadel und Meinungen über die EUSG, unsere Aktivitäten, die „Idee“ und vieles mehr. Wir freuen uns immer über Rückmeldungen aus unserem Umfeld und möchten auch Sie hiermit aufrufen künftig einen Beitrag zu leisten.

## Das Kultur Cafe – bunte Vielfalt und „Stimmenvoller“ Einsatz der EUSG 2008

Die Vorbereitungen für das Kultur Cafe im Oktober standen unter dem Stern „was lange währt....überzeugt“. Wir haben unser seit 4 Jahren bestehendes Projekt des Kultur Cafes, als Plattform des interkulturellen Trainings und Austauschs mit Ex Usern/innen, dieses Jahr einmalig im Oktober durchgeführt. Hans Wölfle hat initiativ als Ex User und musikalischer Impulsgeber unterschiedliche schon längere und neuere Musik begeisterte Ehemalige in Freiburg angesprochen und gemeinsam wurde geprobt, gelacht, sich ausgetauscht und am Prozess des musikalisch-sozialen Zusammenwachsens teilgenommen. Herausgekommen ist ein Programm, das alle Zuhörenden sehr beeindruckt hat durch die Bandbreite und persönliche Lebendigkeit der Beiträge. Es gab Songs aus dem Country Rock und russi-

sche Liebeslieder bis hin zu bekannten Titel des Pops. Berührt haben besonders die Stimmen, bzw. die persönliche Gestimmtheit der Musiker/innen als Einzelne und als Ensemble auf der Bühne. Im Zusammenspiel mit der großen Band, die teilweise aus 5 Gitarristen bestehend eine beachtliche Größe hatte, erschienen alle in einem authentisch aufeinander bezogenen musikalischen Austausch. Das musikalische Können und die Bereitschaft von Hans Wölfle, jedes Mal aufs Neue die speziellen Interessen, Vorstellungen und Kenntnisse der Teilnehmenden zu fördern verdient große Beachtung. Nach einem intensiven Arbeitsprozess wird der gemeinsame Nenner auf die Bühne gebracht. Diese Erfahrung ist für jede/n einzelne/n Teilnehmer/in etwas Wertvolles und Nachhaltiges, was sich spürbar in der Musik mitgeteilt hat. Spontan haben sich ehemalige und aktuelle Musiker/innen bei der Generalprobe zusammengetan und bestehende musikalische Ressourcen in verschiedene Beiträge eingebaut.

Ergänzt wurde der musikalische Teil durch die aktuelle Improvisationstheatergruppe des Tz-Brückle. Diese Form des Theaters repräsentierte die schnellen und witzigen Momentaufnahmen der kommunikativ-kreativen Stärken aktueller Patienten.

Die Erlebnisse wurden rückblickend als hilfreiche Impulse in der Hausgemeinschaft erlebt, rein atmosphärisch habe sich das Klima im Haus verändert und die Blicke haben sich auf die Lebenswelten abstinenter Besucher gerichtet. Immer wieder haben sich Patienten rückblickend auf die Impulse bezogen, die sie aus dieser Veranstaltung mitgenommen haben und den motivierenden Eindruck betont, den die Ex User durch ihren Beitrag und Bereitschaft zum Austausch hinterlassen haben. An dieser Stelle sei ganz besonders Hans Wölfle für seinen ehrenamtlichen, nicht selbstverständlichen, zeitintensiven und „stimmenvollen“ Einsatz inklusive Ex User Band gedankt!

Sich gemeinsam auf den Weg begeben –  
Wandern mit Mitglieder/innen der EUSG

Jürgen Sterzer hat als Ex User und Mitglied der EUSG viele Wanderungen in letztem und diesem Jahr für alle Interessierten aus stationären Einrichtungen und Teilnehmer/innen der Selbsthilfe angeboten. Diese Angebote haben immer wieder Patienten/innen zur gemeinsamen aktiven Freizeitgestaltung angeregt und einen großen Beitrag zu einem konstruktiven Austausch und einer Neuorientierung hinsichtlich einer aktiven und abstinenter Freizeitgestaltung geleistet. Für die vielen Stunden Vorbereitung, Motivation, Durchführung bei jedem Wetter und Geduld bei Organisationsproblemen sei Jürgen Sterzer an dieser Stelle herzlich gedankt.

Dorothea Lau

## **Abstinenz von Alkohol und Drogen - Ein Leben voller Entbehrungen?**

Dieser Frage stehe ich mir nach nun mehr als 10 Jahre ohne Alkohol und Drogenkonsum immer wieder gegenüber. Und das nicht nur von Personen die momentan eine Langzeittherapie durchleben.... Es erschrickt mich manchmal geradezu, wie mein gesellschaftliches Umfeld damit umgeht, das ich keine Drogen nehme (das ist ja o.k.) und nie Alkohol trinke. Ob mir da nicht was fehlt? Warum, weshalb, wieso, wo bleibt da der Spaß im Leben.... Durch meine offene Art und positive Lebenseinstellung fällt es mir nicht schwer mich damit mehr oder weniger auseinanderzusetzen. Oft lasse ich auch mein Wesen für mich sprechen, indem die Personen mich erleben dürfen ohne Alkohol und dann meistens zu Ihrem Fazit kommen, nein, der Marco entbehrt nichts... im Gegenteil. Seit nun mehr als 10 Jahren lebe ich für mich abstinenter von Drogen und Alkohol. Und nach manchmal heftigen Auseinandersetzungen, Trauer, Freude, Emotionen etc. bin ich zu diesem Punkt gelangt, dass ich in meinem Leben nichts ohne Alkohol entbehren muss. Im Gegenteil, es gibt mir sehr viel Einsicht, Zufriedenheit, Befriedigung, Gelassenheit, Spaß am Leben und noch vieles mehr. Im Grunde genommen habe ich nach meiner "Drogenkarriere" endlich meine Erfüllung

und Selbstverwirklichung gefunden und kann mich nur bei allen Personen die mich darin unterstützt haben, unterstützen und in Zukunft unterstützen werden, ein großes Dankeschön aussprechen. Ich hoffe, durch mich und mein Leben ein klein wenig zurückgeben zu können.

In meiner offenen Art im Umgang mit meiner Sucht versuche ich für mich und anderen Personen ein Stück weit einen Weg aufzuzeigen, das es ohne Drogen/Alkohol noch viel besser geht! Und das dabei nichts zu kurz kommen muss.

Marco von Manowski

## **Selbsthilfe – ein wichtiges Angebot der Nachbetreuung**

Für Patienten/innen nach einer stationären Behandlung ist die organisierte Selbsthilfe eine wichtige Unterstützung bei ihrer Stabilisierung der Abstinenz und Integration in soziale Netze. Der Kontakt und die regelmäßigen Treffen mit Personen, die sich, teilweise schon seit längerem, für ein cleanes Leben, auch den Verzicht auf Alkohol, entschieden haben, hilft vielen, den nicht einfachen Weg in eine stabile Lebensphase nach der Sucht, mit ihren vielfältigen persönlichen und sozialen Anforderungen, zu gehen. In der Selbsthilfe treffen sie Menschen, die ihre Themen und Probleme verstehen, die aus eigener Erfahrung Hilfestellung geben können. Sie erfahren, dass die Bewältigung von Alltag und Aufgaben, abstinenter möglich ist. Im Therapiezentrum hat die Kooperation mit der Selbsthilfe, bedingt durch Tradition und personelle Schnittstellen im Vorstand des gemeinnützigen Selbsthilfevereins EUSG (Ex-User Support Group) eine wichtige Bedeutung. Regelmäßig stellen Mitglieder/innen der EUSG ihre Gruppen- und Freizeitangebote in den Einrichtungen vor. Dazu gehören neben dem Therapiezentrum auch die Fachklinik Lindenhof und das RehaHaus. Dies senkt die Schwelle zum Kontakt, der in der Adaptionsphase unterstützt und aufgebaut wird.

Grundsätzlich ist es für jeden Patienten/innen möglich, sich über verschiedene Angebote und Gruppen der Selbsthilfe zu informieren und diese wahrzunehmen. Nicht wenige besuchen mehrere, z. B die Selbsthilfegruppe für Kinder suchtkranker Eltern und die Alpha Panthers der EUSG.

Etliche der Angebote der EUSG werden als Kooperationsprojekte mit dem Therapiezentrum durchgeführt. So gibt es gemeinsame Wanderungen, Sportveranstaltungen und freizeitpädagogische Unternehmungen. Bei allen Ehemaligen- und Sommerfesten sind in der Selbsthilfe Engagierte präsent. So werden vor dem Ende der stationären Behandlung, oft schon aus der Intensivphase heraus, persönliche Kontakte geknüpft und Schwellen gesenkt.

Im Berichtsjahr wurde das „Lotsenprojekt“ konzipiert. Ehrenamtliche Lotsen/innen, die seit mehreren Jahren abstinent leben und in der Selbsthilfe verankert sind, sollen Menschen, die sich noch im stationären Kontext befinden, aber besonders in der nachstationären Phase, in Krisen Orientierung und Unterstützung anbieten. Das Angebot findet in einem strukturierten Rahmen mit fachlicher Begleitung statt. Bisher haben drei Mitglieder/innen der Selbsthilfe ein eigenes „Lotsentelefon“, dessen Nummer an Betroffene weitergegeben wird.

Aus stationärer Perspektive ist die organisierte Selbsthilfe ein wesentliches Angebot der Nachbetreuung. In der Begleitung von Alkoholkranken hat die verbindlich organisierte Selbsthilfe (Blaues Kreuz, Kreuzbund u. a), wie auch Verbände wie AA und NA eine lange Tradition. In der Drogenhilfe sind diese Organisationsformen selten anzutreffen. Wir unterstützen deshalb den Aufbau stabiler Selbsthilfenetzwerke, exemplarisch in der Kooperation mit der EUSG, die mittlerweile auf über zehn Jahre Vereinsgeschichte zurückblicken kann.

Michael Rommelspacher

## Jahresabschluss

Einnahmen – Überschussrechnung des Vereinskonto für das Jahr 2008.

### I. Einnahmen:

Mitgliedsbeiträge	757,00 €
Geldspenden	100,00 €
Sonderzuwendung	1.636,30 €
Geldauflagen	25,00 €
<b>Summe</b>	<b>2.518,30 €</b>

### II. Ausgaben:

Wandern im Schwarzwald	160,00 €
Kultur Café	150,00 €
Fortbildung und Ausbildung zum/zur Suchthelfer/in	1.194,12 €
Individuelle Unterstützung	420,85 €
Selbsthilfegruppen	1.309,32 €
Portokasse/Büro	250,00 €
Sonstiges	113,05 €
<b>Summe</b>	<b>3.597,34 €</b>

### III. Salden:

Bank 31.12.2007	3.074,18 €
Kasse 31.12.2008	<b><u>1.995,14 €</u></b>

Andreas Gehringer, Kassier



## Der Verein in Zahlen

Die Daten über die Kontakte und das Umfeld zu Personen während der Projekte und in den Selbsthilfegruppen, sind teils durch Dokumentation, teils durch Schätzen der verantwortlichen Personen ermittelt worden.

### Projekte und Aktivitäten

Aktivität	Teilnehmende	
	weiblich	männlich
1. Wandern im Schwarzwald (Ø pro Wanderung)	3	9
2. Prävention an Schulen	0	1
3. Besuch eines Spiel des SC Freiburg	1	10
4. Kultur Cafe (Ø pro Veranstaltung)	1	5
5. Vorstellungen im Therapiezentrum Brücke (im Ø pro Vorstellung)	2	4
6. Vorstellungen im Therapiezentrum Lindenhof (im Ø t pro Vorstellung)	2	3
<b>Gesamt</b>	<b>8</b>	<b>27</b>
<b>In %</b>	<b>22,9%</b>	<b>77,1%</b>

Tab. 1: Wie viel Personen nahmen an welchen Projekten teil

Im Vergleich zum vergangenen Jahr ist die Anzahl der Kontakte, auch durch die Tatsache, dass die EUSG wesentlich weniger Freizeitprojekte initiiert hat leicht gesunken. Dies bedeutet jedoch nicht, dass tatsächlich weniger Freizeitaktivitäten stattfanden, da die Selbsthilfegruppe Alpha Panthers im vergangenen Jahr eine Vielzahl von Aktivitäten unternommen hat. Diese können sie im Bericht der Selbsthilfegruppe Alpha Panthers nachle-

sen. Dieser Trend war aus unserer Sicht abzusehen und überrascht uns nicht.

Woher kommen die Teilnehmenden im Gesamtjahr?			
Aktivität	Stationär <sup>1</sup>	Nachsorge <sup>2</sup>	Selbständig <sup>3</sup>
1	6	4	2
2	0	1	0
3	0	6	5
4	0	2	4
5	0	2	4
6	0	1	4
Gesamt	6	11	13
in Prozent	20,0%	36,3%	43,3%

Tab. 2: Woher kommen die Teilnehmenden

Die Verteilung woher die Teilnehmer (Tab. 2) kommen, hat sich nur im Anteil derer die aus einer stationären Einrichtung<sup>1</sup> kommen, verringert. Dies ist dadurch zu erklären, dass die meisten Kontakte über von der EUSG initiierte Freizeitprojekte, die in diesem Jahr stark reduziert stattgefunden haben, erfolgt sind.

## Selbsthilfegruppen

Folgend bekommen Sie einen Einblick in die von der EUSG e.V. initiierten Selbsthilfegruppen. Hier stellen wir fest, dass die Verteilungen sich ähnlich verhalten wie in den vergangenen Jahren.

### Selbsthilfegruppe Alpha Panthers

Hierbei handelt es sich um eine Gruppe in der das absolute Abstinenzgebot gegenüber Drogen, Alkohol und Medikamente im Missbrauch herrscht. Die Gruppe trifft sich wöchentlich in Freiburg.

	Teilnehmende		Gesamt
	weiblich	männlich	Gesamt
Teilnehmende/Woche ( $\emptyset$ )	6	8	14
Minimum / Jahr	-	-	4
Maximum / Jahr	-	-	25
Kontakte pro Jahr	300	400	700
(in %)	43,0%	57,0%	100,0%

Tab. 3: Wie viel Personen nehmen an der Gruppe teil

In der Selbsthilfegruppe Alpha Panthers sehen wir, dass die durchschnittliche Gesamtteilnehmerzahl dem Trend der letzten Jahre folgt und leicht zunahm. Hervorzuheben ist, dass der Anteil an Frauen im Gegensatz zu den Männern erheblich gestiegen ist, während der Männeranteil sank. Die Gründe dafür sind unserer Meinung nach, dass mittlerweile über 1/4 des

„harten Kerns“ der Gruppe aus Frauen besteht, und so quasi Frauen bei jedem Treffen vertreten sind.

#### Selbsthilfegruppe Alpha Panthers

Woher kommen die Teilnehmenden? Im Gesamtjahr [%]		
stationär <sup>1</sup>	Nachsorge <sup>2</sup>	selbständig <sup>3</sup> .
ca. 15%	ca. 70,0%	ca. 15,0%

Tab. 4: Woher kommen die Teilnehmenden

In „Woher die Teilnehmer/innen kommen“ hat sich folgende Umschichtung ergeben. Der Anteil derer die aus der Nachsorge<sup>2</sup> kommen hat sich in diesem Jahr um 20% (Vorjahr 50%) erhöht und hat entsprechend bei den selbständig<sup>3</sup> (Vorjahr 35%) kommenden verringert.

#### Selbsthilfegruppe Alpha Panthers

Häufigkeit der Anwesenheit der Teilnehmenden		
regelmäßig <sup>4</sup>	unregelmäßig <sup>5</sup>	einmalig <sup>6</sup>
ca. 70,0%	ca. 25,0%	ca. 5,0%

Tab. 5: Wie oft sind die Teilnehmenden anwesend?

Die Erhöhung der unregelmäßigen Kontakte (Vorjahr 15%) im vergangenen Jahr erklären wir uns durch den Anstieg der Gesamtteilnehmerzahl in der Gruppe. Der aktuelle Kern der Gruppe besteht derzeit aus 12 Personen und folgt dem langfristigen Trend. (2001-2009).

### Selbsthilfegruppe Open Panthers

Ist eine Gruppe, die keinem Abstinenzgebot unterliegt. Es kann jede/r kommen, den das Thema Sucht interessiert. Die Gruppe trifft sich wöchentlich in Müllheim.

#### Selbsthilfegruppe Open Panthers

	Teilnehmende		Gesamt
	weiblich	männlich	
Teilnehmende/Woche (Ø)	0	4	4
Minimum / Jahr	1	-	1
Maximum / Jahr	-	-	5
Kontakte pro Jahr	0	200	200
(in %)	0,0%	100,0%	100,0%

Tab. 6: Wie viel Personen nehmen an der Gruppe teil

Die Zahl der Teilnehmenden verhält sich ähnlich wie in den letzten Jahren.

#### Selbsthilfegruppe Open Panthers

Woher kommen die Teilnehmenden?		
Im Gesamtjahr [%]		
stationär <sup>1</sup>	Nachsorge <sup>2</sup>	selbständig <sup>3</sup>
ca. 0,0%	ca. 0,0%	ca. 100,0%

Tab. 7: Woher kommen die Teilnehmenden

## Selbsthilfegruppe Open Panthers

Häufigkeit der Anwesenheit der Teilnehmenden		
regelmäßig <sup>4</sup>	unregelmäßig <sup>5</sup>	einmalig <sup>6</sup>
ca. 55,0%	ca. 40,0%	ca. 5,0%

*Tab. 8: Wie oft sind die Teilnehmenden anwesend*

- 1.) Stationäre Langzeittherapieeinrichtung, Adaptionphase (Wiedereingliederungsphase)
- 2.) Betreutes Wohnen, Nachsorge in einer Drogenberatungsstelle, Ambulante Therapie
- 3.) Selbstständig, durch Flyer, Mundpropaganda, Beratungsstellen
- 4.) Teilnahme an den Gruppensitzungen ungefähr mindestens drei von vier Wochen
- 5.) Teilnahme an den Gruppensitzungen mindestens eine von vier Wochen
- 6.) Teilnahme an den Gruppensitzungen weniger als fünf Mal

Die seit Mitte letzten Jahres stattfindenden Selbsthilfegruppen Lady Panthers, die sich ausschließlich an abstinent orientierte Frauen richtet und wöchentlich in Emmendingen in den Räumen der Beratungsstelle EMMA stattfindet und Cellnet, ein Angebot in der Justizvollzugsanstalt Freiburg, welches sich an inhaftierte mit Suchtproblemen richtet, werden erst im kommenden Jahresbericht aufgeführt.

Für weiter Fragen stehen wir gerne jederzeit zur Verfügung und freuen uns über Ihr Interesse.

Andreas Gehringer

## Ausblick

Im laufenden Jahr begleiten wir mit Interesse die fünf von der EUSG finanziell unterstützten Teilnehmer/innen der Suchthelferausbildung der AGJ. Außerdem sind wir gespannt wie die Resonanz an unserem Lotsenprojekt ist. Ebenfalls arbeiten wir an den Feinheiten für die Überarbeitung unseres Langzeitprojektes „Erlebnis Wüstentour“, was wir im kommenden Jahr wiederholt anbieten werden.

An dieser Stelle ein Zitat als Dankeschön an alle die uns unterstützten und unterstützen. Auch dem Kopierladen Kapp in Freiburg, die uns den Druck des Jahresberichts spendeten und zu guter letzt der lieben Eva, die immer noch alles Korrektur liest.

Der Undank ist immer eine Art Schwäche.  
Ich habe nie gesehen, daß tüchtige Menschen  
undankbar gewesen wären.

Johann Wolfgang von Goethe



*Jahreshauptversammlung im Februar 2009 im Therapiezentrum Brückle*

EUSG e.V. – Ex User Support Group e.V.

Mitteltal 15

79252 Stegen

Tel./Fax: 0 76 61 - 98 81 88

Email: [eusgev@hotmail.com](mailto:eusgev@hotmail.com)





