

**Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe
Landesverband Saarland e. V.**



Jahresbericht 2023

Mitgliedschaften der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe Landesverband Saarland e.V. :

Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe, Bundesverband e.V., Kassel

Diakonie Rheinland, Westfalen und Lippe e.V.

Diakonisches Werk an der Saar

Suchtselbsthilfe Saar – SuSe –Saar (federführend)

Jahresbericht 2023

Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe
Landesverband Saarland e.V.
Galgenbergstraße 50, 66557 Illingen

www.freundeskreise-sucht-saar.de

Mail: m.kessler.vorsitzender@freundeskreise-sucht-saar.de

Verantwortlich für den Inhalt: Manfred Kessler, Vorsitzender

Text und Layout: Manfred Kessler, Vorsitzender

Jahresbericht 2023

Liebe Freundeskreismitglieder, liebe Interessierte, liebe Unterstützer, Gönner und Förderer unserer Suchtselbsthilfearbeit.

2023 – Jahr eins nach der Pandemie bzw. Jahr eins nach dem Chaos ist vorbei. Die Suchtselbsthilfe hat sich nach anfänglichen Startschwierigkeiten wieder mehr oder weniger auf ihre Selbsthilfearbeit konzentrieren können. Landesweit, ich denke bundesweit, war ein Aufatmen zu spüren, endlich wieder ohne irgendwelche Einschränkungen Selbsthilfe anbieten und auch Veranstaltungen durchführen zu können, das tat wirklich gut. Auch der Landesverband hat in 2023 wieder Fahrt aufgenommen. Allgemein ist ein starker Rückgang in der Vereinsarbeit festzustellen, diesen Punkt scheinen wir Freundeskreise an der Saar jedoch bereits überwunden zu haben. Wir stellen ein starkes Interesse an unseren Gruppen fest und haben auch viele Neuzugänge zu verzeichnen. Nach dieser Krise tut uns das sehr gut. Die depressive Phase scheint überwunden zu sein, die Menschen trauen sich wieder in die Gemeinschaft und lassen ihre Ängste los. Diese Pandemie hat unheimlich große Spuren hinterlassen, vieles hat sich geändert, die Menschen sind gehemmter, ängstlicher und auch massiv irritiert. Hat doch unser lieber Herr Putin mitten in Europa, also direkt bei uns vor der Haustür einen unsäglichen und unnötigen Krieg begonnen. Ich kann es immer noch nicht ganz verstehen, wofür jetzt täglich unschuldige Menschen ihr Leben lassen müssen, ihre Heimat, ihr Hab und Gut verlieren. Dieser Krieg hat uns aufgeweckt, waren wir doch alle sicher, dass in unseren Breiten sich sowas nicht wiederholt. Leider ist Frieden ein zartes Pflänzchen, das gehegt und gepflegt werden will. Unser aller Alltag wurde und wird auf den Kopf gestellt, wir alle sind aus unserem normalem Trott geholt worden.

Es ist in dieser Zeit nicht einfach, all diese Probleme und die Nebenwirkungen zu beherrschen. Unsere derzeitige Regierung tut sich sehr schwer, ist aber genau wie wir, von dieser Entwicklung überrollt worden. Viele Probleme, viele allerdings auch hausgemacht, lassen das Regieren momentan nicht einfach erscheinen, dennoch, mit etwas mehr Einigkeit, weniger Ideologie und mehr Pragmatismus sollten die Probleme in den Griff zu bekommen sein. Wir Suchtkranke wissen, dass es ein langer steiniger Weg ist, sein Leben zu ändern. **Wir** wissen allerdings auch, dass es möglich ist, also packen wir's an!



Auch in 2023 haben wir in den Freundeskreisen wieder unseren Suchtchat angeboten, der in der Pandemie ein sehr hilfreiches Angebot darstellte um wenigstens irgendwie einen Kontakt pflegen zu können.

Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe

Wir chatten über Sucht!

Frei sein

WAS MACHT ABHÄNGIG?
WO GIBT ES HILFE?
SELBSTBESTIMMT LEBEN!

www.sucht-chat.de

Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe – Bundesverband e.V.
Untere Königsstr. 86, 34117 Kassel
Tel. 0561 780413, www.freundeskreise-sucht.de

Vielen Dank an die Mitglieder des Chatrooms für diese wertvolle Arbeit. Ehrenamtlich wird dieser Chat von Mitgliedern aus den Freundeskreisen überregional betreut. Ein unschätzbare Beitrag zur Selbsthilfe und zur Prävention. Vielen Dank an die Chat-Betreuer, ihr seid einzig! Danke! Durch diesen Chat haben wir festgestellt, dass unsere Homepage den derzeitigen Anforderungen nicht mehr genügt. Gemeinsam mit der BARMER BEK sowie den Firmen ARTGRAPHIX und FORMTUGEND aus Lohfelden bei Kassel sind wir derzeit daran, unseren Web-Auftritt zu modernisieren und den Erfordernissen der heutigen Zeit anzupassen. Mittlerweile ist die Homepage bis auf einige Kleinigkeiten fertig und wird im Frühjahr 2024 an den Start gehen. Herzlichen Dank an Artur Jendrysik von Artgraphix, der uns massiv und ohne viel Stress bei der Erstellung der Homepage geführt hat und unsere Vorstellungen in die Tat umgesetzt hat. Danke auch an die BARMER, die die Erstellung der neuen Homepage gefördert hat. Bedanken möchten wir uns bei den Kostenträgern, die uns zuverlässig unterstützt und gefördert haben. Bei der GKV-Gemeinschaftsförderung Selbsthilfe der gesetzlichen Krankenkassen für das Verständnis für unsere Arbeit, das Entgegenkommen und der Hilfe bei der Lösung von Problemen. Der DRV-Bund, dem Saarland und teilweise auch den Kommunen für die Förderung unserer Selbsthilfe. Ohne diese finanzielle Unterstützung wären diese Aktivitäten nicht durchführbar.

Ein besonderes Dankeschön auch an die Fachkliniken Sonnenberg, Münchwies, Berus, der SHG Klinik Merzig und nicht zuletzt den Kliniken Daun und Tönnisstein die uns stets mit Rat und Tat, mit Schriftgut und mit Fachwissen unterstützt haben. Danke auch an die Klinik Tiefental und die Fachklinik Münchwies, die uns immer wieder unterstützen und auch für unsere Öffentlichkeitsarbeit stets mit Beiträgen gerne behilflich sind. Insbesondere herzlichen Dank an die Fachklinik Münchwies, Frau Dr. Vogelgesang und Wolfgang Bensele, die den Wert der Selbsthilfe zu schätzen wissen und auch an ihre Patienten weitervermitteln. Mit unseren Kliniken arbeiten wir im Saarland hervorragend zusammen, es ist eine Freude, die Selbsthilfe in den Kliniken vorzustellen. Danke

Nicht zuletzt bedanke ich mich bei all unseren Mitgliedern in den Freundeskreisen für Suchtkrankenhilfe, den ehrenamtlichen Gruppenbegleitern, den Mitgliedern im Vorstand, den Freundeskreislern. Ohne Euch geht Nichts, mit Euch fast Alles.
Herzlichen Dank

Auch in 2023 besteht der Landesverband aus 8 Freundeskreisen mit insgesamt 28 Gruppen. Diese Freundeskreise: der Freundeskreis Bous e.V., der Freundeskreis Homburg-Erbach- Uni-Klinik e.V., der Freundeskreis Gündingen e.V., der Freundeskreis Neunkirchen e.V., der Freundeskreis Saarlouis e.V., der Freundeskreis "Starthilfe Riegelsberg" e.V. und der PSFK Montagsgruppe, der SHB-Selbsthilfe Burbach und der SHB-Selbsthilfe St. Wendel e.V., haben derzeit 28 Freundeskreisgruppen. In diesen 28 Gruppen sind 240 Mitglieder aktiv. Gegenüber dem Jahr 2022 ein starker Mitgliederzuwachs, da innerhalb der Corona-Zeit und den Nachwehen doch einige unserer älteren Mitglieder verstorben sind bzw. nicht mehr aktiv an unseren Gruppenstunden teilnehmen. Leider ist der PSFK nicht mehr **aktuell**, hier ist keine Reaktion mehr zu verzeichnen, schade, aber von unserer Seite nicht zu ändern.
Liebe Freundeskreismitglieder, liebe Interessenten, herzlichen Dank und bleibt so, wie ihr seid, vor allem aber bleibt gesund.
Und nun viel Spaß beim Lesen.



Manfred Kessler
Vorsitzender

Illingen, im Mai 2024

Unsere Projekte im Jahr 2023- gefördert durch die GKV Selbsthilfeförderung Saarland als wiederkehrende Maßnahmen.

Wtu / Wir treffen uns

Schon Tradition hat unser Wtu-Tag (wir treffen uns Tag) zum Jahresanfang im Haus Sonnental. Ein zwangloses Treffen aller Freundeskreismitglieder und Interessierter. Unser erstes Treffen im Jahr und Gelegenheit, sich auszutauschen, sich wiederzusehen, miteinander zu reden und über Gott und die Welt aber auch über die Sucht zu diskutieren.

Wie in all den Jahren, war unser Wtu-Tag mit 35 Teilnehmern sehr gut besucht und dank der Leitung durch Simone Theis auch wieder ein tolles Erlebnis.

Nach der Begrüßung durch den Vorsitzenden Manfred Kessler und dessen kurzer Einführung in die Geschichte der Entstehung der Freundeskreise, deren Leitbild und Organisation, übernahm Simone Theis wieder die Leitung und führte uns souverän durch den Tag.



Viele neue Gesichter waren nach Wallerfangen gekommen, ein durchaus erfreulicher Anblick und für die weitere Zukunft der Freundeskreise auch sehr wichtig.

Mit verschiedenen Aktionen und Spielen wurde die Runde in kürzester Zeit aufgelockert und die Hemmschwelle erheblich verringert. Dies erleichtert die Arbeit in Kleingruppen und miteinander ungemein.



Begrüßungs- u. Kennenlernrunde

Gruppenbegleiterworkshop

Auch in 2023 führten wir unseren jährlichen Workshop für Gruppenbegleiter und Gruppenverantwortliche in den saarländischen Freundeskreisen im Haus Sonnental durch. Dies war leider unsere letzte Veranstaltung im Haus Sonnental, da das Haus am 31.12.2023 geschlossen worden ist. Eine Ära ging zu Ende, wir waren plötzlich Heimatlos. Es ist uns allerdings gelungen eine neue Heimat bei der Landesakademie für musisch kulturelle Bildung in Ottweiler für die Zukunft zu finden. Auch unser Gruppenbegleiterworkshop wird durch Simone Theis geleitet, die durch jahrelange Erfahrung mit den Freundeskreisen bestens mit unserer Problematik und unseren Anforderungen vertraut ist. Ein, mit 15 Teilnehmern sehr gut besuchter Workshop, der uns in die Lage versetzt, unsere Gruppenbegleiter und Verantwortliche in den Freundeskreisen stets auf dem neuesten Stand zu halten und unsere Gruppen in guten Händen zu wissen.



Die Gruppenbegleitung (wir legen besonderen Wert darauf, dass es sich um eine Gruppenbegleitung und nicht um eine Gruppenleitung handelt) in den Freundeskreisen ist die Grundlage unserer täglichen Gruppenarbeit. Ohne gut ausgebildete Gruppenbegleiter ist eine

gedeihliche langfristige Arbeit in den Freundeskreisen nicht möglich. Dieser Workshop war erneut ein hervorragendes Mittel um sich auszutauschen, miteinander Probleme zu besprechen und Lösungen zu erarbeiten.



Danke nochmals an Simone Theis, die Teilnehmer und die GKV-Selbsthilfe Saarland, für die Förderung.

Projektförderung durch die gesetzlichen Krankenkassen

Im Rahmen der individuellen Projektförderung durch die gesetzlichen Krankenkassen haben wir in 2023 zwei Veranstaltungen durchgeführt bzw. besucht.



Gefördert durch die TK -Landesvertretung Saarland haben die saarländischen Freundeskreise mit 35 Teilnehmern an dem Bundestreffen der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe in Baunatal teilgenommen. Dieses Treffen, dieses Mal unter dem Motto „willkommen im Leben“ findet fünfjährig statt und ist ein wertvolles Instrument um die Erlangung einer zufriedenen Abstinenz zu fördern.



Freundeskreismitglieder aus der gesamten Republik treffen sich, um sich auszutauschen, gemeinsam zu tagen und über Suchthilfe bzw. die Problematik in der Selbsthilfe miteinander zu reden. Allein die geballte Anwesenheit von so vielen Gleichgesinnten aus allen Ecken unserer Republik ist ein unheimlich **Kraft gebender** Anblick, ein Erlebnis, dass für viele der Teilnehmenden nochmals einen besonderen Kick vermittelt, um dieses Ziel, der zufriedenen Abstinenz zu erreichen.



Viele der saarländischen Teilnehmer nahmen erstmalig an solch einem Treffen teil. Sowohl die Hinfahrt mit dem Reisebus der Firma Huwig in Sulzbach, als auch die Rückfahrt waren geprägt von einer besonderen Atmosphäre. Ein Spirit, der nicht erklärbar ist, der aber dennoch über dem Ganzen schwebt. Eine Halle voller Menschen, die das selbe Problem haben, die alle daran arbeiten, eine zufriedene Abstinenz zu erreichen und ihr Leben in andere Bahnen zu lenken.



Die saarländischen Teilnehmer nahmen nicht nur teil sondern gestalteten auch aktiv das Programm des Bundestreffens. So wurde von Gaby Theis Gymnastik mit diversen Hilfsmitteln angeboten und Kerstin Hoffmann und mehrere Mitglieder unserer Gruppe gestalteten ein Taschenmalen, die Taschen nebst Zubehör hatten wir vorab mitgebracht. Es ist immer wieder erstaunlich, welche Kunstwerke bei solchen Aktionen entstehen. Die Mitglieder in den Freundeskreisen sind wie eine Wundertüte, man **muss diese** nur öffnen und gewähren lassen, die Ergebnisse sind einmalig und überragend. Besonderen Dank nochmals an unsere Damen und Herren, die sich aktiv an der Gestaltung des Bundestreffens beteiligt haben. Nicht zuletzt haben wir natürlich noch einen Stand über und mit dem Saarland auf dem Treffen angeboten.



Saarlandstand



Eindrücke

Einige Muster aus der Taschenmalerei in Baunatal:





Unglaublich, was da so gemalt wurde



Tolle Ergebnisse und viele glückliche Teilnehmer, die mit einem selbstgefertigtem Andenken nach Hause fahren konnten.



Ein besonderes Wochenende, das die Gemeinschaft erheblich gefördert und den Einzelnen in seiner Abstinenz gestärkt hat.

SoG-Tag

Suchtselbsthilfe optimieren, durch gesundheitsbewusstes Verhalten

Wegen Corona und den Folgen der Pandemie konnten wir unseren SoG Tag **in den Corona-Jahren** leider nicht durchführen. Endlich war es in 2023 wieder soweit, dass wir diesen, schon traditionellen Termin, in unserem Veranstaltungskalender wiederaufnehmen konnten.

Gefördert von der BKK_ Mitte



haben 35 Teilnehmer aus den saarländischen Freundeskreisen an dem SoG-Tag im Haus Sonnental teilgenommen. Leider gibt es dieses Mal keine Bilder von unserem SoG-Tag. Begonnen wurde der Tag mit einem gesunden Frühstück, um unseren Teilnehmern bereits hier bewusst zu machen, dass insbesondere das Essen einen wesentlichen Anteil an der Gesundheit des Einzelnen hat. Danach begannen wir mit verschiedenen **g**ymnastischen Übungen, die uns einmal mehr aufzeigten, dass Bewegung, am besten täglich, erheblich zu unserem Wohlbefinden beiträgt. Es wurden wieder Muskeln geweckt, von denen so Mancher nicht einmal wusste, dass er diese hat. Mit viel Spaß und guter Laune gingen die Freundeskreismitglieder zu Werke. Der Vormittag verging wie im Flug. Gaby Theis hatte sich allerlei Übungen für unsere müden Knochen einfallen lassen. Nach dem sportlichen Teil begannen wir mit dem künstlerischen Teil. Viele Kunstwerke wurden von unseren Mitgliedern im Laufe der Jahre an den SOG-Tagen erstellt, gebastelt, geknetet, gemalt, geklebt usw. Auch hier haben unsere Trainerinnen sich immer wieder etwas Neues einfallen lassen. Angesichts der Tatsache, dass wir für das Bundestreffen in Baunatal Taschen bestellten, haben wir die Menge erhöht um am SoG-Tag auch das Taschenmalen durchzuführen. Auch hier wurden tolle Ergebnisse erzielt. Ein besonderer Tag um trotz der gesamten Suchtproblematik mal wieder darauf hinzuweisen, dass das Leben genommen werden muss. Willkommen im Leben, unser Motto für 2023 wurde hier vermittelt.

Überregionales

GKV-Tag 2023 in Neunkirchen



Gemeinschaftsförderung Selbsthilfe Saarland veranstaltete in 2023 den Selbsthilfetag in Neunkirchen auf dem Stummplatz.



Prof. Jörg Loth, IKK bei der Eröffnung und Begrüßung

Eine Gelegenheit für die Selbsthilfe ihr Anliegen vor einer breiten Öffentlichkeit darzustellen. Die komplette Organisation wird von der GKV bzw. im Auftrag derer von einer Eventagentur gestellt, die Selbsthilfevereine oder Verbände müssen die Stände lediglich bestücken und mit Personal versehen. An diesem Tag stand die Sonne erbarmungslos am Himmel, es war ein sehr schweißtreibender Tag, dennoch eine gute Gelegenheit die Selbsthilfe zu präsentieren.

Durch das tolle Wetter fanden leider wenige Besucher sich an den Ständen ein.



Landrat Sören Meng

Dennoch konnten wir bei den Freundeskreisen zufrieden sein, hatten sich doch dank unserer Taschenbemalung und dem Brillenparcours einige an unseren Stand verlaufen. Während die Kinder die Taschen bemalten, konnten wir einige interessante Aufklärungsgespräche führen. Auch der Herr Landrat nebst dem Sozialdezernenten der Stadt Neunkirchen besuchte uns an diesem Tag. Alles in Allem also ein Erfolg für die Mitglieder aus unseren Freundeskreisen, die an diesem herrlichen Sonnentag unseren Stand besetzten. Trotz allen Widrigkeiten ist dieser Selbsthilfetag ein sehr gutes Mittel um die Selbsthilfe in ihren vielfältigen Arten an ein großes Publikum zu bringen. Wir sind der GKV Gemeinschaftsförderung Selbsthilfe Saarland daher sehr dankbar für diese Möglichkeit der Öffentlichkeitsarbeit.



Unser Stand am GKV-Selbsthilfetag auf dem Stummplatz

Suchtselbsthilfe Saar - SuSe-Saar

Die Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe haben weiterhin die Federführung bei der Suchtselbsthilfe Saar übernommen.

Die SuSe-Saar ist der Nachfolger der SAGAS, der saarl. Arbeitsgemeinschaft der Abstinenz- und Selbsthilfeverbände. Hier werden die Probleme und Themen in der saarländischen Suchtselbsthilfe gebündelt und gemeinsam in die Politik bzw. bei der saarländischen Landesstelle für Suchtfragen eingebracht. Unter den saarländischen Suchtselbsthilfeverbänden hat sich durch die SuSe ein gemeinsames Streben für die Menschen entwickelt. Unser Ziel sind die hilfesuchenden Menschen, denen wir, jeder auf seine Weise, versuchen unsere Hilfe und die Möglichkeiten der Selbsthilfe angedeihen zu lassen. Die SuSe-Saar hat in 2023 eine neue Homepage erstellen lassen, gefördert wurde diese durch Totomittel aus dem Ministerium für Arbeit, Soziales, Frauen und Gesundheit. Hierfür herzlichen Dank an die saarländische Drogenbeauftragte, Frau Bettina Altesleben.

Saarländische Landesstelle für Suchtfragen

Mit Simone Theis und Manfred Kessler sind zwei Vertreter in der saarländischen Landesstelle für Suchtfragen in die Arbeit der Suchthilfe im Saarland eingebunden. Neben der Teilnahme an den Sitzungen der Landesstelle, vertreten wir auch die Suchtselbsthilfe in diversen Ausschüssen der saarländischen Landesregierung.

GKV – Gemeinschaftsförderung Selbsthilfe im Saarland

Bei der GKV, dem Zusammenschluss der gesetzlichen Krankenkassen im Saarland für die Gemeinschaftsförderung der Selbsthilfe im Saarland ist unser Vorsitzender Manfred Kessler als Vertreter der Selbsthilfe Mitglied im Vergabeausschuß.

Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe – Bundesverband e.V. –Erweiterter Vorstand

Unser Vorsitzender Manfred Kessler ist Mitglied im erweiterten Vorstand des Bundesverbandes der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe und nimmt regelmäßig an den Vorstandssitzungen teil.

Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe – Bundesverband e.V. Bundesdelegiertenversammlung

Mit Manfred Kessler und Siegbert Siegel vertreten unsere beiden Vorsitzenden die saarländischen Freundeskreise bei der Delegiertenversammlung des Bundesverbandes.

Die Förderung des Landesverbandes

Kassenübergreifende Gemeinschaftsförderung



Pauschale Förderung

Von der GKV wurden die Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe im Jahr 2023 wie folgt gefördert:

Selbsthilfeförderung nach § 20 h SGB V

Gemeinschaftsförderung GKV	15.000,00 €
Projektförderung individuell	
BKK Landesverband Mitte	2.500,00 €
IKK-Südwest	500,00 €
KNAPPSCHAFT	1.000,00 €
Techniker TK	6.795,00 €
BEK Barmer Ersatzkasse	7.450,00 €
Gesamt	33.245,00 €

wie auch von der Deutschen Rentenversicherung Bund
DRV-B mit 4.600,00 €

Nicht zuletzt erhielten wir vom Saarland
Landesmittel in Höhe von 5.882,26 €

Wir bedanken uns recht herzlich bei unseren Förderern.