

# GUTTEMPLER DIALOG

Zeitschrift für Guttemplerinnen und Guttempler  
sowie alle Interessierten

**GUTTEMPLER**   
... SELBSTHILFE UND MEHR

***GUTTEMPLER-KONGRESS***  
***5. bis 9. Mai 2016 in Bremerhaven***



Ausgabe  
1/2016

# GUTTEMLER-DIALOG

## Inhaltsverzeichnis / Impressum

### Titelbild: Guttempler Kongress 2016 in Bremerhaven 5. bis 9. Mai 2016

Fotos: © Frank Lindemann

- 2 Inhaltsverzeichnis / Impressum
- 3 Editorial

### Schwerpunktthema

- 4-5 Selbsthilfe und mehr oder Suchtselbsthilfe und Mehr
- 6 Persönlichkeitsentwicklung ohne Suchtmittelleinfluss
- 7-8 Ganzheitlich gesund - Körper, Psyche und Soziales
- 8-9 Als Guttempler selbstbewusst alkoholfrei leben

### Aus den Landesverbänden

- 10 Jubiläumsfeier und Verleihung der Georg-Asmussen-Medaille
- 10-11 40 Jahre Gemeinschaft „Nürnberg“
- 11 Seminar Soziales, Gesundheit und Suchthilfe
- 11 Uli Borowka liest in Delmenhorst

### FORUT / IOGT International

- 12 Ponte Nova
- 13 SMART Recovery
- 14 Ein Besuch in Südafrika

### Gut zu wissen

- 15-16 Kultursensible Öffnung der Selbsthilfe
- 16-17 Ich trinke doch nicht zu viel...
- 17 Martin-Klewitz-Gedächtnispreis

### Gedenken und Jubiläen

- 18 Abschied
  - 19 Jubiläumliste
  - 19 In eigener Sache
- 
- 20 GUTTEMLER Einrichtungen und Tochterorganisationen

Die Texte in den orange hinterlegten Feldern sind Zitate bedeutender Persönlichkeiten und Weisheiten aus aller Welt.

**Schwerpunktthema der nächsten Ausgabe: Zukunftsvisionen**



Website: [www.guttempler.de](http://www.guttempler.de) · Facebook: [facebook.com/Guttempler](https://facebook.com/Guttempler) · Twitter: [twitter.com/guttempler](https://twitter.com/guttempler)

#### Impressum

Guttempler-DIALOG  
Zeitschrift für Mitglieder und Interessierte  
Auflage: 5800  
Herausgeber:  
Deutscher Guttempler-Orden IOGT e. V.  
Adenauerallee 45 · 20097 Hamburg  
Telefon 040 245880 · Telefax 040 241430  
E-Mail: [info@guttempler.de](mailto:info@guttempler.de)  
<http://www.guttempler.de>

V. i. S. d. P.:  
Bundesvorstand der Guttempler

Redaktion: Dorothea Kreuz  
E-Mail: [dialog@guttempler.de](mailto:dialog@guttempler.de)  
Gestaltung/Layout: Hermann Bollen

Druck:  
HS PRINTHOUSE, GmbH  
Am Schulbrook 9a,  
21465 Wentorf bei Hamburg  
[www.hsprinthouse.de](http://www.hsprinthouse.de)

Redaktionsschluss für die nächste  
Ausgabe des GUTTEMLER-DIALOGs  
ist der 15. Juni 2016

Falls Sie unsere Arbeit unterstützen wollen,  
würden wir uns über eine Spende freuen:

Guttempler in Deutschland,  
Bank für Sozialwirtschaft Hannover:  
(BLZ 251 205 10), Konto: 7434301



### *Liebe Guttemplerinnen und Guttempler, liebe Leserinnen und Leser,*



es ist wieder so weit, eine neue Ausgabe des Guttempler DIALOG hat Sie erreicht.

Wir sind immer bemüht, in unserer Verbandszeitschrift interessante Themen anzusprechen. Das Hauptaugenmerk liegt in dieser Ausgabe auf den vier Stufen der Persönlichkeitsentwicklung aus der Sicht der Guttempler in Deutschland. Wir möchten den Leserinnen und Lesern mit diesen Artikeln erläutern, was das Mehr bei den Guttemplern für den Einzelnen bedeuten kann, welche Philosophie hinter den Grundsätzen der Guttempler steht und was die Antriebskraft unseres Handelns ist. Wir wollen Menschen helfen und eine Umgebung schaffen, in der auch die Seele wieder gesunden kann.

Viele Abhängigkeitserkrankte sehen sich als Opfer der Krankheit, aber mit anhaltender Abstinenz können sie erkennen, dass ein Leben ohne persönlichkeitsverändernde Mittel ein angenehmes und glückliches Leben ist.

Niemand, der keinen Alkohol trinkt, muss sich verstecken. Es gibt viele Millionen Menschen, die bewusst keinen Alkohol trinken, und das ganz selbstverständlich.

Ein großes Wiedersehen erwartet uns zum Guttempler-Kongress in Bremerhaven. Guttemplerinnen und Guttempler in Bremen und Bremerhaven haben wieder geplant und arrangiert, damit wir uns treffen, informieren und unseren geschäftlichen Teil abhandeln können. Mit vielen verschiedenen Unternehmungen wird auch die Freizeitgestaltung nicht zu kurz kommen. Ich hoffe, dass viele Guttemplerinnen und Guttempler die Reise nach Bremerhaven eingeplant haben.

Noch einmal möchte ich an den Martin-Klewitz-Gedächtnispreis erinnern. Bitte bewerben Sie sich. Die Richtlinien dafür finden sie nochmals in dieser DIALOG Ausgabe. Den Preis wollen wir in Bremerhaven verleihen. Ich freue mich, Sie dort sehr zahlreich begrüßen zu können.

Herzlich Grüße aus Berlin

Petra Krause  
Kommissarische Bundesvorsitzende



### Schritte der Persönlichkeitsentwicklung



## Selbsthilfe und mehr oder Suchtselbsthilfe und Mehr

Die Guttempler haben im Verlauf der Geschichte und im Wandel der Zeit für ihre Ziele unterschiedliche Mottos gewählt. War es zur Gründungszeit „Unser Feld ist die Welt“, weil sie es als ihre Aufgabe ansahen sich über die ganze Welt zu verbreiten oder das Motto „Global denken – lokal handeln“, um auf die Internationalität der Guttempler aufmerksam zu machen. So ist das derzeitige Motto „Selbsthilfe und mehr“ ein Arbeitsauftrag und Ansporn zugleich.

In manchen Publikationen steht „Suchtselbsthilfe und mehr“, das ist für den Bereich gut, in dem erste Kontakte geknüpft werden. Wo Suchthilfe drin ist kann auch Suchtselbsthilfe drauf stehen. Doch die Guttempler haben auch das „Mehr“, das über die anfängliche Hilfe zum Beginn eines abstinenten Lebens gebraucht wird, hinausgeht: Guttempler bieten eine Lebensphilosophie. Es sind die Grundsätze, die sich aus Glaube, Liebe und Hoffnung entwickelt haben zu Enthaltbarkeit, Brüderlichkeit und Frieden. Menschen, die zu den Guttemplern kommen, haben meistens das Problem ihr Leben nicht ohne Alkohol oder anderen persönlichkeitsverändernden Substanzen meistern zu können. Hinzu kommen die Angehörigen von Suchtkranken, die möchten, dass ihre Partner oder Partnerin, Ehefrau oder

Ehemann wieder so werden, wie sie einmal waren, als der Alkohol noch nicht das Leben bestimmt hatte. Die Guttempler versuchen diese Menschen durch das Angebot an Hilfe zur Selbsthilfe zu unterstützen, um aus dieser, sich immer im Kreis drehenden Situation heraus zu kommen. Die Hilfesuchenden stecken in einer Lebenssituation zwischen Hoffnung auf Veränderung und Enttäuschung, weil es nicht gelungen ist, nach und dem erneuten Anlauf und Versuch die Situation in den Griff zu bekommen. Je nachdem welcher soziale Druck entsteht, durch Verlust des Führerscheins, der Arbeit, der Familie oder der Wohnung, wird der Wunsch nach Hilfe größer. Meistens haben die Hilfesuchenden den Lebensmut und den Glauben an Besserung verloren und können sich ein Leben ohne ihr „Mittel“ nicht vorstellen.

Sie kommen in eine Guttempler-Gemeinschaft oder Gesprächsgruppe und treffen auf Menschen, die die gleichen Lebenserfahrungen gemacht haben und stellen fest, dass sie mit ihrem Problem nicht alleine sind. Das ist der erste Schritt aus der beklemmenden Enge der Suchterkrankung heraus zu kommen. Eine Suchterkrankung ist eine Störung der Persönlichkeit. Die Beziehung zur eigenen Person und zu den Mitmenschen ist gestört, beschädigt, zerrissen. Auch Menschen, die lange Zeit mit einem Suchtkranken zusammengelebt haben und immer wieder versucht haben zu helfen, zu ertragen, Vertrauen zu schenken, sind irgendwann an dem Punkt an dem sie sagen: Es geht nicht mehr. Die Guttempler versuchen in den Gemeinschaften und den Gesprächsgrup-

pen allen Hilfesuchenden die Möglichkeit zu geben, sich selbst wieder kennenzulernen und zu sich selbst zu finden. Die Umwelt wieder wahrzunehmen und neue vertrauensvolle Beziehungen zu anderen Menschen wieder aufzunehmen. Das gilt für den Suchtkranken wie für den Partner oder die Partnerin. Persönlichkeitsentwicklung ist das große Zauberwort.

Die Guttempler benennen vier Entwicklungsschritte, die im traditionellen Gradwesen der Guttempler aufgezeigt werden.

Die Enthaltsamkeit ist der erste Schritt in das neue, suchtfreie Leben. In diesem ersten Abschnitt kann und soll die neue Guttemplerin oder der neue Guttempler mit sich selbst ins Reine kommen. Vieles ist in dieser Anfangszeit aufzuarbeiten. Nicht nur die finanziellen und sozialen Defizite (Familie, Arbeitsplatz, Wohnung, Führerschein) werden aufgearbeitet, auch das Selbstwertgefühl wird gestärkt. Hier wächst die Kraft für das zukünftige suchtmittelfreie Leben, auch wenn nicht alles auf einmal klappt und geschafft werden kann, aber sie können Zuversicht in sich selbst aufbauen. Ein Teil der Störung kann abgebaut werden. Mit Hilfe der Gruppe, aber auch mit Unterstützung von Ärzten und Therapeuten.

Hier kommt die Selbsthilfe mit ins Spiel. Eine Gruppe, ganz besonders eine Selbsthilfegruppe, funktioniert immer nur so gut, wie ich selbst bereit bin mich einzubringen. Meine Erfahrungen, mein spezielles Talent, meine Bereitschaft mit den anderen zu teilen. Wir nennen das heute soziales Engagement. In der Tradition der Guttempler ist es der Einsatz für den Nächsten, nämlich für den nächsten Hilfesuchenden, der bei der Guttempler-Gemeinschaft oder Gesprächsgruppe vor der Tür steht.

Die Guttempler pflegen immer noch etwas Festliches, Feierliches, weil auch das Herz und das Gefühl angesprochen werden darf. So geht eine Aufnahme in der Gemeinschaft immer sehr festlich vor sich. Und die Grundlage der Mitgliedschaft bei den Guttemplern ist die Verpflichtung zur Abstinenz. Bei anderen Verbänden ist es der Glaube

an Gott oder das verbindende Element an eine höhere Macht.

Sind die Mitglieder bereit, so haben sie die Möglichkeit ihre Verpflichtung zur Abstinenz zu erweitern, auf die Hilfe für den Nächsten. Auch hier wird in einer festlichen Sitzung der Inhalt dieses Grades, Grad der Nächstenliebe, erklärt und der Zusammenhalt gestärkt. Nach einjähriger Mitgliedschaft kann jedes Mitglied diese Erweiterung der Verpflichtung abgeben. Hier können sie ihren Schritt der Persönlichkeitsentwicklung deutlich machen. Ich bin bereit auch dem anderen zu helfen, so wie mir geholfen wurde. Der Schritt vom ICH zum DU.

Doch es geht noch einige Schritte weiter in der eigenen Entwicklung. Habe ich mich als Suchtkranker und deren Angehörige bzw. Angehöriger gestärkt und bin bereit mich auch anderen Aufgaben über die Gruppe hinaus zuzuwenden, dann kann der Schritt folgen, sich auch gerecht für andere einzusetzen. Gerechtigkeit ist ein hohes Ziel. Sich der Gerechtigkeit zu verpflichten, im Grad der Gerechtigkeit, sie gegenüber jedermann walten zu lassen, ist eine schwere Aufgabe.

Dazu gehört es, sich seiner Person sicher zu sein und den Mut zu haben anderen zu helfen, wenn diese nicht gerecht behandelt werden. Manch einer wird sagen, das kann ich nicht und das geht gar nicht. Doch, es geht. Immer im Rahmen meiner persönlichen Möglichkeiten. Sich einsetzen für den anderen, ihm hilfreich zur Seite stehen, das braucht persönliche Stärke. Im geschützten Trainingsfeld „Guttempler-Gemeinschaft“ kann jeder üben, um im Berufsleben oder auf anderen Ebenen, Menschen beizustehen. Schon die Auseinandersetzung mit diesem Thema Gerechtigkeit ist ein persönlicher Gewinn und Entwicklungsschritt. Auch die Aufnahme in diesen Grad wird in einer feierlichen Sitzung vollzogen. Es entsteht eine andere innere Haltung, wenn diese im größeren Rahmen vor vielen anderen bezeugt wird, als wenn es für sich allein im stillen Kämmerlein geschieht.

Der vierte Schritt der Entwicklung ist der Grad des Friedens, früher Grad der

Einheit. Er beinhaltet sich für das friedliche Zusammenleben der Menschen einzusetzen. „Frieden beginnt im engsten Kreis, in der Familie, in der Guttempler-Gemeinschaft, in mir selbst“.

Eine Persönlichkeitsentwicklung zu erfahren, die ausgeht vom zerrissenen Menschen, durch eigene Abhängigkeit oder die Abhängigkeit des Partners oder der Partnerin, zu einem Menschen, dem es gelingt mit Toleranz, Mitgefühl und Verständnis anderen Menschen zu begegnen und Meinungsverschiedenheiten nicht in Geschrei und Gewalt münden zu lassen, sondern auch auszuhalten und gegensätzliche Meinungen nebeneinander stehen und gelten zu lassen, der trägt zum Frieden bei. In sich und in seiner Umgebung. Die Möglichkeiten der Persönlichkeitsentwicklung spiegeln den Werdegang vom ICH zum DU und weiter zum WIR.

Die Traditionen der Guttempler haben sich in 125 Jahren bewährt. Sie haben sich immer wieder gewandelt, aber sind dem Grunde nach erhalten geblieben.

Leider sind sie der Öffentlichkeit nicht so bewusst, wie wir Guttempler es uns wünschen würden.

Darum nutze ich die Möglichkeit hier in unserer Verbandszeitschrift mit diesem Artikel den Leserinnen und Lesern zu erläutern, was wir den Menschen mitgeben können auf dem Weg in das suchtmittelfreie Leben, in ein Leben an der Seite eines Abhängigen. Es ist der Glaube an die eigene Kraft: Wenn ich will, kann ich mich weiter entwickeln. So steht hinter dem Mehr in unserem Slogan stets auch eine Lebenshaltung. Für mich war es ein Glück, dass die Guttempler mir diese Möglichkeit gegeben haben.



Petra Krause  
Komm.  
Bundesvorsitzende

## Persönlichkeitsentwicklung ohne Suchtmiteleinfluss

Der Slogan der Guttempler: „Selbsthilfe und mehr...“ ist nicht nur ein Schlagwort, sondern wird auch durch die unterschiedlichen Stufen der Persönlichkeitsentwicklung ausgedrückt. Mit diesen Entwicklungsstufen kann die Erweiterung von Aufgaben einhergehen. Die freiwillige Übernahme von größerer Verantwortung ist nicht nur für Guttemplerinnen und Guttempler, die aufgrund einer Suchterkrankung den Weg zu uns gefunden haben, eine positive Bereicherung ihrer Lebensgestaltung. Die positive Einstellung zur Hilfe für Mitmenschen findet sich in den Grundsätzen der Guttempler wieder: Enthaltsamkeit-Brüderlichkeit-Frieden.

**Enthaltsamkeit** ist grundsätzlich eine persönliche Entscheidung und bedeutet Freiheit von persönlichkeitsverändernden Drogen. Es ist die Grundlage für eigenverantwortliches Handeln und ermöglicht eine positive Lebensgestaltung.

**Brüderlichkeit** ist die Fähigkeit den Mitmenschen mit seinen Stärken und Schwächen anzunehmen und ist die Bereitschaft zur Hilfe, ohne Gegenleistung zu fordern. Sie bedingt ein uneingeschränktes Bekenntnis zur Gleichberechtigung aller Menschen und bedeutet Toleranz gegenüber dem Anderen.

**Frieden** ist ohne Gerechtigkeit und Verantwortung nicht möglich, ist die Konfliktbewältigung ohne Gewalt und beinhaltet Toleranz gegenüber allen Religionen, Ideologien und Kulturkreisen. Es ist unser Ziel und duldet keine Unterdrückung. Im Hinblick auf den nicht enden wollenden Strom der Flüchtlinge und den damit verbundenen Ängsten aller Menschen, erhalten gerade diese Aussagen in der heutigen Zeit eine besondere Bedeutung. Die Flüchtlinge, die

aus Angst und Not ihre Heimat verlassen und die deutsche Bevölkerung, die Angst vor einer ungewissen Zukunft hat. Vor den Fremden und dem Fremden. Und genau hier können wir Guttempler mit unseren Grundsätzen anknüpfen. Menschen, die aus religiösen Gründen auf Alkohol verzichten, dürften mit der von uns gelebten Enthaltsamkeit von persönlichkeitsverändernden Drogen kaum Probleme haben. Versuchen wir geschwisterlich und in Frieden auf die Asylbewerber zuzugehen. Laden wir sie in unsere Gemeinschaften ein. Es gibt an vielen Standorten auch Dolmetscher, die dabei helfen können. Ein gemeinsames Lied kann über alle Sprachbarrieren hinweg Gemeinsamkeiten schaffen. Neue Kulturen und andere Gesellschaftsformen bereichern auch einen Gemeinschaftsabend. Gleichzeitig lernen die Flüchtlinge unsere Werte kennen, unseren Umgang miteinander und unseren Respekt, auch vor Andersden-

kenden. Wir können einen großen Anteil zur Integration beisteuern. „Frieden beginnt im engsten Bereich – in uns selbst, in der Familie, in der Guttempler-Gemeinschaft“, das lesen wir Woche für Woche bei unseren Zusammenkünften vor. Nutzen wir die Chance das Gehörte auch umzusetzen. Treten Sie ein für Frieden, greifen Sie ein bei Ungerechtigkeiten, egal von wem und gegen wen. Gerade in diesen Zeiten ist es an uns, unsere Grundsätze nicht nur zu lesen, sondern auch zu leben.



Frithjof Axt  
Stellv.  
Bundesvorsitzender

### Stufen

Wie jede Blüte welkt und jede Jugend  
Dem Alter weicht, blüht jede Lebensstufe  
Blüht jede Weisheit auch und jede Tugend  
Zu ihrer Zeit und darf nicht ewig dauern.  
Es muss das Herz bei jedem Lebensrufe  
Bereit zum Abschied sein und Neubeginne.  
Um sich in Tapferkeit und ohne Trauern  
In andre, neue Bindungen zu geben.  
Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne  
Der uns beschützt und der uns hilft, zu leben.

Wir sollen heiter Raum um Raum durchschreiten,  
An keinem wie an einer Heimat hängen,  
Der Weltgeist will nicht fesseln uns und engen,  
Er will uns Stuf' um Stufe heben, weiten.  
Kaum sind wir heimisch einem Lebenskreise  
Und traulich eingewohnt, so droht Erschlaffen,  
Nur wer bereit zu Aufbruch ist und Reise,  
Mag lähmender Gewöhnung sich entrafen.

Es wird vielleicht auch noch die Todesstunde  
Uns neuen Räumen jung entgegen senden  
Des Lebens Ruf an uns wird niemals enden...  
Wohlan denn, Herz, nimm Abschied und gesunde!

*Hermann Hesse*



## Ganzheitlich gesund - Körper, Psyche und Soziales

Bei der Suchtkrankheit ist es offensichtlich: Sie betrifft immer mehrere Bereiche des Menschen. Zum einen ist ein Mensch körperlich abhängig. Zum anderen ist er psychisch abhängig – das heißt, er braucht sein Suchtmittel, um Wut oder Trauer nicht zu fühlen oder sich besser zu fühlen. Auch die soziale Seite, die Umwelt, spielt eine Rolle. Wie viel Stress hat jemand bei der Arbeit oder in seinem Umfeld? Wie sehen seine Beziehungen zu anderen Menschen und zu sich selbst aus?

Schon lange weiß man, dass Sucht sich schädlich auf das gesamte Umfeld und die Familie, auf den Körper, auf die Psyche auswirkt. Diese drei Elemente – Körper, Psyche/Geist, Soziales – sind für das Prinzip der ganzheitlichen Gesundheit wichtig.

Die Weltgesundheitsorganisation hat zu Gesundheit geschrieben: „Gesundheit ist der Zustand völligen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens...“ Alle drei Bereiche sind für die Gesundheit wichtig – auch für die Überwindung einer Suchtkrankheit. Ändert man etwas in einem Bereich, wirkt sich das auf die anderen aus. Ein Mensch beispielsweise, der frisch verliebt ist, fühlt sich meist glücklich und könnte (körperlich) Bäume ausreißen. Wenn wir traurig sind, fühlen wir uns oft auch körperlich schlapp. Wer seine Arbeit verliert, ist niedergeschmettert und reagiert vielleicht mit körperlicher Krankheit.

Die Ursache von Kopfschmerzen können Verspannungen sein, die ihrerseits ihren Grund in einer perfektionistischen Einstellung des Betroffenen haben können. Das eine greift ins andere, die Bereiche sind nicht unabhängig voneinander zu sehen – sondern ganzheitlich.

### **Mögliche Fragen für die Diskussion in der Gesprächsgruppe oder Gemeinschaft:**

Wie steht es um Ihre Gesundheit?  
Welcher der genannten drei Bereiche

ist für Sie am Wichtigsten? Haben Sie schon erlebt, dass sich psychische Probleme auf den Körper auswirken und umgekehrt? Beachten Sie in Ihrem Leben alle drei Bereiche? Tun Sie etwas für Ihre körperliche Gesundheit? Wann fühlen Sie sich gesund – und wann krank?

### **Salutogenese – der Blick auf unsere Fähigkeiten**

Salutogenese heißt wörtlich übersetzt: Entstehung von Gesundheit. Hier geht es also nicht darum, warum ein Mensch krank wird – sondern warum er gesund bleibt. Die Salutogenese will die Fähigkeiten, Ressourcen und Stärken eines Menschen in den Vordergrund rücken. Wir alle haben schon Krankheiten, Stress und schwierige Zeiten gemeistert. Also besitzen wir Fähigkeiten, damit umzugehen. Die Salutogenese betrachtet Wege, Gesundheit zu erhalten und zu erzeugen. Sie fragt danach, warum ein Mensch gesund ist und welche Bedingungen wir Menschen brauchen, um gesund zu bleiben. Begründet wurde die Idee von dem Medizinsoziologen Aaron Antonovsky.

Er sagt, dass kein Mensch völlig gesund oder völlig krank ist. Wir stehen meist irgendwo dazwischen – mal mehr in Richtung Krankheit, mal mehr in Richtung Gesundheit. Jeder Mensch hat, solange er am Leben ist, gesunde Anteile. Im Sinne der Salutogenese bedeutet Krankheit auch eine Chance zur gesundheitlichen Entwicklung. Antonovsky spricht von einem „Fluss des Lebens“, in dem wir alle schwimmen. In dem Fluss befinden sich Stromschnellen, Strömungen, gefährliche Strudel. Der Salutogenese geht es nicht darum, Menschen aus den Stromschnellen zu retten – das geht auch nicht. Die Menschen sollen vielmehr lernen, in der Strömung zu schwimmen. Wobei, sagt Antonovsky, jeder Mensch die Fähigkeit besitzt zu schwimmen.

Es geht also um eine Art „Schwimmtraining“. Dazu haben Sucht-Selbsthilfegruppen einiges zu bieten. Menschen, die sich ihrer Sucht gestellt haben, haben Fähigkeiten entwickelt, im Fluss zu schwimmen und gesund zu bleiben.

### **Mögliche Fragen für die Diskussion in der Gesprächsgruppe oder Gemeinschaft:**

Welche Fähigkeiten helfen Ihnen dabei, Stress, Schwierigkeiten und Krankheit zu meistern? Was hilft Ihnen dabei, gesund zu bleiben? Wie gelingt es Ihnen, sich zu entspannen? Was halten Sie vom Ansatz der Salutogenese? Glauben Sie, dass Sie Fähigkeiten und Ressourcen haben, die Ihnen helfen, im Strom zu schwimmen? Welche sind es? Glauben Sie, dass die Suchtkrankheit auch eine Chance zur (gesundheitlichen) Entwicklung sein kann? Geht Ihr Blick eher auf Ihre gesunden oder Ihre kranken Anteile?

### **Lebensbalance – im Strom des Lebens schwimmen**

Damit wir im Strom des Lebens nicht untergehen, ist eine gute Balance in unseren Lebensbereichen wichtig. Wir brauchen neben der Anspannung Bereiche in denen wir entspannen und genießen können, in denen wir einfach wir sein können.

Aber wir brauchen auch Herausforderungen und Beschäftigungen. Für die Frage, wie wir im Prozess des Lebens gesund bleiben, gibt es Schutz- und Risikofaktoren. Ganz wichtig sind dabei verschiedene Lebensbereiche, die uns und unsere Identität (also das, was wir sind und darstellen) ausmachen und prägen.

### **Diese vier Bereiche sind:**

- Körper/Gesundheit (Fitness, Ernährung, Bewegung usw.)
- Soziales Netzwerk (Familie, Freunde, Beziehungen, Hilfe suchen und annehmen, Einzelgänger)

- Arbeit/Leistung (auch Ehrenamt, Schule, Ausbildung, Anerkennung, Perspektiven, Materielles und Finanzen)
- Werte und Sinnfragen (was ist wichtig im Leben, Engagement, Sinn)

Auf diesen Säulen ruht das Haus unseres Lebens. Sie sollten möglichst ausgeglichen sein, das heißt in jedem Zimmer des Hauses sollte etwas stehen. Bricht eine Säule weg, ist es gut, wenn die anderen tragen. Wer nur arbeitet und kaum Freizeit hat führt kein ausgeglichenes Leben und fühlt sich vermutlich gestresst. Wer die Bedürfnisse seines Körpers vernachlässigt, wird irgendwann Probleme im Leben bekommen – denn der Körper kann den Mangel auf Dauer kaum ausgleichen. Es kommt also darauf an, alle vier Bereiche im Leben möglichst in Balance zu halten.

### Mögliche Fragen für die Diskussion in der Gesprächsgruppe oder Gemeinschaft:

Wie sieht es in Ihrem Leben mit den Lebensbereichen aus? Sind sie ausgeglichen? Welche überwiegt? Wo könnten Sie noch etwas ändern und wie könnten Sie das tun? Sind Sie zufrieden mit Ihrem Leben? Was gibt Ihrem Leben Sinn? Was ist Ihnen wirklich wichtig im Leben?

### Übernommen aus: Sucht-Selbsthilfe – ein Ort für Gesundheitsförderung

Herausgeber: Hannelore Breuer, Blaues Kreuz in der Evangelischen Kirche – Bundesverband e. V.; Heinz-Josef Janßen, Kreuzbund e. V., Käthe Körte, Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe – Bundesverband e. V., Reinhard Lahme, Blaues Kreuz in Deutschland e. V., Wiebke Schneider, Guttempler in Deutschland e. V. Dortmund, Hamm, Kassel, Wuppertal, Hamburg, im September 2010, S. 62



Christian Bölcow  
Suchtreferent  
Guttempler in  
Deutschland

## Als Guttempler selbstbewusst alkoholfrei leben

Das ist mein persönliches Resümee und Lebensmotto nach über 3 Jahrzehnten stufenweiser Entwicklung. Hier geht es natürlich auch um mein Selbstverständnis als Guttempler, welches nie eine exakt feststehende Größe war, sondern Veränderungen unterworfen ist, so wie sich unsere Gesellschaft immer wieder verändert hat. Die gesellschaftlichen Bedingungen lassen sich dabei meist nur mittel- oder langfristig verändern und kaum ohne politische Unterstützung. Dieses Selbstverständnis muss aber auch eine klare politische Forderung und Artikulation im Sinne der DHS enthalten.

Mein eigenes Verständnis und Selbstbild kann ich, und jeder für sich, sehr wohl beeinflussen. Schau doch jeder zurück, warum und wie er Guttempler wurde? Und dann kann ich auch entscheiden, ob ich schon soweit bin, mich z. B. bewusst dem Konsumdruck der Alkohol-Lobby entgegen zu stellen und als Guttempler auch in der Öffentlichkeit Stellung zu beziehen. An diesem Punkt, denke ich, wird es bei manchen schwierig, aber es erwartet auch niemand, dass das einfach so funktioniert. Dafür halten wir unsere Bildungsangebote vor.

Die Guttempler in Deutschland haben ihr 125-jähriges Jubiläum bereits feiern können. Das bedeutet seit über 125 Jahren setzen sich Menschen in Deutschland unter dem Dach des I.O.G.T für eine alkoholfreie Lebensweise ein. Damit haben wir in puncto Selbstbild eine erste konstante Größe festgestellt: Guttempler leben alkoholfrei – ohne wenn und aber! Jedes Mitglied verpflichtet sich bei seiner Aufnahme hierzu bewusst und selbst bestimmt. Damit habe ich als Guttempler erst einmal für mich selbst eine klare und eindeutige Position zum Thema Alkohol: Ich trinke ihn nicht! Diese Entwicklungsstufe ist noch dadurch erweitert, keinen anderen zum Alkoholkonsum zu veranlassen.

Dann gab es bei den Guttemplern Begriffe, die als nicht mehr zeitgemäß empfunden wurden Wie: Orden, Loge oder auch Gelübde. Sie wurden ersetzt, die Loge z.B. durch Gemeinschaft. Hier nun haben wir

die zweite Konstante der Guttempler-Arbeit, den Zusammenschluss in Gemeinschaften: „Wir treffen uns in brüderlicher Gemeinschaft um uns gegenseitig zu stützen und zu fördern...“ so steht es in einer älteren Sitzungsanweisung.

Guttemplerarbeit trägt sich damals wie heute aus den Gemeinschaften. Ohne diese Anbindung kann es für viele irgendwann schwierig werden, denn für die meisten ist die Gemeinschaft die Keimzelle des Findungsprozesses, der „Anker“ oder auch „Fluchtpunkt“ in dieser alkoholisierten Konsumgesellschaft. Auch moderne Internet-Communities können erlebte Gemeinschaft nicht ersetzen.

Dabei verkenne ich allerdings nicht, dass es Guttempler-Gemeinschaften gibt, die sich eine Attraktivität für Außenstehende erst wieder erarbeiten müssen! Zielführend wäre vielleicht die Frage: „Was können Gäste in unserer Gemeinschaft erwarten?“ Interessant sind hierbei auch Probleme, die beim Übergang von der Gesprächsgruppe in die Gemeinschaft entstehen können. Die Verantwortlichkeit liegt bekanntermaßen bei der Gemeinschaft. Auf jeden Fall gibt es noch viel zu viele Menschen, die mit dem Begriff Guttempler nicht das verbinden, was meiner Meinung nach jedem einfallen sollte: Guttempler sind selbstbewusst alkoholfrei lebende Menschen, in ihrem Angebot der Bildung und Suchthilfe offen für jeden. Guttempler sind aber auch Menschen, die aus freier Überzeugung alkoholfrei leben.

Bewusst alkoholfrei lebende Menschen, aber nicht in organisierter Form, gibt es sehr viel mehr, als den meisten bewusst ist. Wir können von mindestens 5 % der erwachsenen Bevölkerung ausgehen.

Auch für diese Menschen, zumindest einen Teil von ihnen, gilt es, Guttemplersein oder -werden attraktiv zu gestalten, d. h. auch Menschen ein Organisationsangebot zu machen, die bereits alkoholfrei leben, gesellschaftliche Veränderungen mitgestalten und bewusst die Abstinenzbewegung stärken wollen.

Ich will es noch einmal deutlich auf den Punkt bringen: Guttempler sind nicht die,



die heimlich trinken oder deren ausschließliche Aufgabe es ist, die Opfer der Alkoholindustrie wieder „auf die Spur zu bringen“. Guttempler leben selbstbewusst alkoholfrei – das ist Motivation in sich! Ein kleiner Rückblick: Im alten Sitzungsritual von 1931 findet sich folgende Formulierung: „Wir sind alle Gefährdete, mögen wir den Trunk nun kennen gelernt haben oder nicht. Denn die größte Gefahr im Leben ist, dass unser Herz sich verhärtet und dass wir die Not unseres Bruders neben uns nicht mehr sehen. Der Orden aber macht uns frei vom Trunk und frei von der Herzensträgheit!“ Hier zeigt sich trotz veralteter Formulierung eine weitere Entwicklungsstufe – die uneigennützigte Hilfe als Gebot der Nächstenliebe verknüpft mit dem Gedanken sich dadurch letztlich immer wieder auch selbst zu helfen. Und wir sehen auch den Bildungsauftrag der Guttempler – sich befreien von der Trägheit im Herzen, wieder klar werden (im wahrsten Sinne des Wortes) für die wesentlichen Dinge im Leben, sich bewusst dem Leben mit seinen Problemen in Beruf, Ehe oder auch der Familie und allem was dazu gehört zu stellen und es wird auch die Offenheit der Guttempler für Menschen ohne Suchtbindung deutlich. Die Stärke der Guttempler war und ist das persönliche zugewandte Gespräch, völlig unabhängig davon, ob jemand ein Alkoholproblem hat oder nicht. Es ist ein Angebot an jedermann, der Hilfe oder vielleicht auch nur ein Gespräch möchte und neue Wege sucht. Aber auch für diejenigen, der sich aus sozialer Verantwortung heraus den Guttempler-Idealen verpflichtet fühlt. Unsere Gemeinschaften mit ihren angegliederten Gesprächsgruppen sind das Gegenmodell zu gesellschaftlicher Isolierung, sind Orte praktizierender Nächstenliebe und praktischer Bildungsarbeit in Form von Persönlichkeitsbildung unter unseren Leitsätzen Enthaltensamkeit – Brüderlichkeit – Frieden. Jeder, der einige Jahre bei den Guttemplern dabei ist, weiß welche persönliche Freude und Genugtuung es ist, wenn es Menschen gelingt, sich mit unserer Unterstützung aus dem „Dunst des Alkohols“ zu befreien und wenn von Monat zu Monat mehr der eigentliche wertvolle Mensch zum Vorschein kommt und sich letztendlich ein Mitstreiter für die Sache der Guttempler entwickelt. Solche Früch-

te der Arbeit sind nicht käuflich. Jeder kann auch etwas daran verändern, dass der Blick für die Möglichkeiten erweitert wird.

An diesem Punkt sind Guttempler viel mehr als Selbsthilfe, unsere Ziele sind viel weiter gesteckt. Guttempler sind eingebunden in die internationale Kultur- und Abstinenzbewegung.

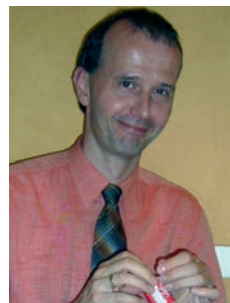
Es steht der Mensch im Mittelpunkt mit seinen (sozialen) Bedürfnissen. Wer das Gesamtbild vor Augen hat, der braucht auch keine Zukunftsangst haben, wie sie bei den Guttemplern ob der Altersstruktur immer wieder anklingt.

Es gilt als erwiesen, dass auf jeden gesellschaftlichen Trend zu gegebener Zeit ein Gegenteil folgt. Dem starken „Isolationstrend“ (kleine Familien, viele Single-Haushalte, Rückzug vor den Computern usw.) folgt bereits wieder die Suche nach neuen Gruppenformen, nach Sinnhaftigkeit im Leben. Viele Menschen spüren, dass ihnen sonst etwas fehlt. Dazu gehören auch die Alkoholexesse der jungen Menschen – diese jungen Leute saufen normalerweise nicht allein. Ihnen hat offensichtlich noch niemand Alternativen aufgezeigt oder angeboten. Abgesehen davon werden sie gezielt durch Werbung angesprochen, welches verboten gehört. Außerdem ist der Alkohol in Deutschland zu billig und seine Verfügbarkeit unangemessen hoch. Doch ich komme zurück auf den Punkt: Das Guttemplersein resultiert aus Selbstbewusstheit.

Üblicherweise wird niemand einfach so Guttempler, dafür ist dieser Schritt zu bedeutsam. Mit dem Eintritt in diese alkoholfreie Welt tritt bei vielen dann ein ganz besonderer Entwicklungsprozess ein. Wer sich für das Guttemplersein entscheidet und das Besondere daran entdeckt, erlebt und in sich aufnimmt, wird mir zustimmen, wenn ich behaupte: Guttemplersein ist ein lebenslanger bewusster Lernprozess, es ist die Schule des Lebens. Dieser Prozess führt zu einer klaren Positionierung nach außen.

Die ist mehr denn je von Nöten. Zu stark ist die direkte oder indirekte Einflussnahme der Suchtmittel-Lobby. Zu sehr weicht die Realität in unserem Lande immer wieder von den schönen Bildern und der Wohlfühlmentalität ab, die uns die Alkoholwerbung suggerieren will. Da gibt es keine angetrunkenen Menschen, die

unschuldige Kinder im Straßenverkehr anfahren, schwer verletzen oder gar töten. Es ist natürlich keine Rede von ca. 2,65 Mio. Kindern, deren Eltern alkoholabhängig sind. Weitere 5 bis 6 Millionen erwachsene Kinder suchtkranker Eltern haben mit den Folgen der Abhängigkeit ihrer Eltern lebenslang zu kämpfen. Wer spricht von der Gewalt, die immer wieder ursächlich durch die enthemmende Wirkung des Alkohols entsteht? Nicht von Ungefähr ist der Frieden als ein Guttemplergrundsatz seit Anbeginn wichtiges Ziel und Entwicklungsstufe. Es mag plakativ klingen, aber es ist so einfach: Weniger Alkoholkonsum in unserer Gesellschaft bedeutet automatisch weniger Gewalt. Natürlich gibt es viele Menschen, die Alkohol in unserer Gesellschaft bewusst genießen können. Aber vom Genuss zur Gewohnheit, von der Gewohnheit zum Missbrauch ist es ein fließender Übergang – das Wissen dieser Tatsache muss auch zum bewussten Genuss dazu gehören. Hier gibt es bereits große Probleme in unserer Gesellschaft. Hier möchte ich aus der Veröffentlichung der Metronom-Eisenbahngesellschaft zur Diskussion um das Alkoholkonsumverbot in Metronom-Zügen im Sommer 2009 zitieren. Dem Verfasser ist ein wie ich finde sehr guter und differenzierter „Lagebericht“ gelungen: „Wie soll das Problem des missbräuchlichen Alkoholkonsums wirksam bekämpft werden, wenn viele nicht einmal realisieren, dass es existiert?“ Das Alkoholkonsumverbot in dieser Privatbahn hat damals bei der Abstimmung der Fahrgäste eine deutliche Mehrheit gefunden und gilt seit 15.11.2009. Es gibt Ideen, Mittel und Wege erforderliche Veränderungen zu bewirken. Wir Guttempler stehen mit unseren Forderungen keineswegs allein. Jeder einzelne bereits wirkt durch sein Beispiel: Guttempler – selbstbewusst alkoholfrei leben!



Dietmar Klahn  
Landesverband  
Niedersachsen  
und  
Sachsen-Anhalt

### 50 Jahre Gemeinschaft „Die Brücke“ und Auszeichnung für Maria Koschate

Am 11. Dezember 2015 feierte die Gemeinschaft „Die Brücke“ ihr 50-jähriges Bestehen im Reinhold-Kobelt-Haus in der Frankfurter Metzlerstraße, im kleinen Kreis von Guttemplerinnen und Guttemplern, alten Freunden und Gästen. Maria Koschate, Vorsitzende und gleichzeitig Gründungsmitglied der Gemeinschaft, eröffnete die Jubiläumsfeier. Lebendig und voller Leidenschaft berichtete sie aus dem mannigfaltigen Reichtum des Gemeinschaftslebens und Guttemplerdaseins. Erinnerungen und Geschichten aus 50 Jahren klangen durch die festlich geschmückten Räume und berührten die Herzen der Anwesenden in ganz besonderem Maße.

Als der stellvertretende Bundesvorsitzende Frithjof Axt, mit einem schönen Blumenstrauß in der Hand, Maria Koschate zu sich bat, war die Überraschung komplett: Er überreichte ihr die Georg-Asmussen-Medaille. Maria Koschate war kurzfristig sprachlos und ihrer Enkelin sowie Marias Ehemann standen Tränen in den Augen.

Die Medaille wird nur selten verliehen, es ist die höchste Auszeichnung, welche die deutschen Guttempler zu vergeben haben. Maria Koschate hat sie wahrlich verdient!

Die Gemeinschaft „Die Brücke“ war durch mehrere ihrer Mitglieder an den Entwicklungen im hessischen Landesverband und im Frankfurter Guttemplerverein (Hausverein) maßgeblich beteiligt. Alle Verdienste von Maria Koschate hier aufzuführen, würde den Rahmen sprengen.

Hier nur ein sehr kurzer Überblick: 27 Jahre lang war sie hauptamtliche Geschäftsführerin der Hessischen Landesstelle gegen die Suchtgefahren e.V., während dieser Zeit auch Landessekretärin in Hessen. Zeitweise hatte sie das Amt als Vorsitzende der Gemeinschaft inne und unzählige Hausbesuche gehen auf ihr „Ehrenamtskonto“. Weiterhin vertritt sie bei der Stadt Frankfurt die Guttempler in besonde-



rem Maße und bis heute ist sie im Vorstand des Guttemplervereins tätig. Wir bedanken uns bei allen Mitgliedern der Gemeinschaft „Die Brücke“ und besonders bei Maria Koschate für ihre Ge-

schwisterlichkeit, ihr Engagement und ihre Herzlichkeit.

Ursula Schweiss  
Landesverband Hessen

### Erinnerungen

### 40 Jahre Gemeinschaft „Nürnberg“

Jubiläen sind Zeitpunkte, die zum Nachdenken und Planen Anlass geben, die kritische Rückblicke einfordern, die den Zeitablauf für Geschehnisse und Entscheidungen aus der Erinnerung in die Gegenwart zurückholen. Wie diese Ereignisse das Leben und den Alltag geprägt haben, schrieb uns eine Guttemplerin, als wir viele baten, etwas über ihr Ankommen und Bleiben bei den Guttemplern zu berichten. Denn am 17. Oktober 2015 feierte die Guttempler-Gemeinschaft „Nürnberg“ ihren 40. Geburtstag.

Und so tauschten sich also über 100 Menschen miteinander aus; oder sie sprachen über die, an die man sich

noch erinnerte; oder man wollte einfach wissen, was so alles passiert ist. Denn die Geschichte der Gemeinschaft „Nürnberg“ ist eine Geschichte von Menschen.

Sie beeinflussten in der Zeit, die sie anwesend waren, mit ihren Erfahrungen, Erzählungen und ihrem Engagement die weitere Entwicklung, die immer noch nicht zu Ende ist. Wie viele Menschen daran gewachsen sind, weil sie ihre Abhängigkeit von einem Suchtmittel durch die Gespräche in unserer Gemeinschaft überwunden oder ihren Angehörigen auf dem Schritt in eine neue Freiheit begleitet haben, können wir nur ahnen. Sie ha-





ben Hinzukommenden ihren Erfahrungsschatz angeboten. Viele sind wieder gegangen. Nicht immer wurden sie angemessen verabschiedet.

Zu unseren Erinnerungen gehören Niederlagen, Rückschläge, Enttäuschungen. Vielfältiges ehrenamtliches Engagement. Guttempler-Jahrestagungen in Nürnberg (1980), Erlangen (1993), Suhl (1997), Fürth (2003) und Forchheim (2012). Die Gemeinschaft hat viele Gruppenphasen durchgemacht. Sie erlebte intensiv die Öffnung der Grenzen im Jahre 1889/1990, erweiterte dadurch ihren Horizont. Sie entwickelte neue Gruppenformen, wandelte sich von einer sehr traditionellen hin zu einer sehr offenen Gruppe. Im letzten Drittel dieser 40 Jahre ist es aktuell etwas ruhiger. Freizeiten und Teilnahme an Veranstaltungen sind nicht mehr so wichtig; das Gruppengespräch hat eine andere Bedeutung bekommen. Parallel zum Gruppengeschehen hat sich eine Seniorengruppe gebildet. Es bleibt festzustellen: Die Guttempler-Gemeinschaft ist gut durch die Zeiten gekommen. Was die nächsten Jahre bringen werden, wissen wir nicht. Aber eines wissen wir: Es hat sich gelohnt. Die Grüße und Glückwünsche, die uns der Paritätische Wohlfahrtsverband Bezirk Mittelfranken und die Selbsthilfekontaktstellen Kiss Mittelfranken e.V. persönlich überbrachten, ermuntern uns zum Weitermachen. Unterstützt hat unsere Jubiläumsveranstaltung die Barmer GEK Krankenkasse. Ein weiteres Zeichen der Wertschätzung.

Jürgen Ehlerding  
Landesverband Bayern und Thüringen

## Schulung im Bereich Gesundheit, Soziales und Suchthilfe

Wenn die Mitgliederzahl gering ist (unter einhundert), man zudem – von Hamburg aus gesehen – in einem weit, weit entfernten Winkel von Deutschland wohnt, aber über sehr engagierte Helferinnen und Helfer im Bereich Suchthilfe verfügt, dann ist Kreativität gefragt. Das zumindest waren die Überlegungen im Landesverband Rheinland-Pfalz und Saarland, als es darum ging eine Gruppe von interessierten Guttemplerinnen und Guttemplern zu ehrenamtlichen Suchthelfern auszubilden. Wir haben uns die



Vorlagen herausgesucht, die auf Bundesebene schon erarbeitet waren, uns auf die eigenen Erfahrungen verlassen und sind diese Aufgabe angegangen. Heraus gekommen ist eine Schulung über sechs Wochenenden, die alle wesentlichen Inhalte der Ausbildung beinhaltete und die sowohl von internen Referenten als auch – und darüber waren wir sehr froh – von den Suchtreferenten der Hamburger Bundesgeschäftsstelle moderiert wurde. Vielen Dank an dieser Stelle an Wiebke Schneider, Thomas Sebastian und Christian Bölckow. Von Seiten des Landesverbandes waren Kurt Weyrich, Helga

Pizzuti, Gerhard Wagner und Joachim Beermann im Einsatz. Um das organisatorische Drumherum hat sich unsere Landesschriftführerin Astrid Valentin gekümmert. Ende Oktober, nachdem die Schulung ohne Ausfall durchgelaufen war, konnten zwölf Mitglieder des Landesverbandes ihr Zertifikat über den absolvierten Lehrgang in Händen halten. Fazit: Ein erfolgreiches, mit viel Herzblut und Engagement durchgeführtes Seminar, das zudem für alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer sehr kostengünstig veranstaltet werden konnte. Dank allen Beteiligten.

Joachim Beermann  
Landesverband Rheinland-Pfalz und Saarland

## Uli Borowka liest in Delmenhorst

Der Ex-Fußballprofi Uli Borowka berichtete in Delmenhorst im Hotel Thomsen über seine Alkoholsucht. Vom knallharten Verteidiger auf dem Fußballplatz, zum engagierten Unterstützer von Suchtkranken. So könnte man den Wandel des ehemaligen Profis und abstinenten Alkoholikers Uli Borowka, auch die Axt von der Weser genannt, treffend beschreiben. Auf eine Einladung der Delmenhorster Guttempler hin, las er am 21.1.2016 aus seiner Biographie „Volle Pulle – mein Doppelleben als Fußballprofi und Alkoholiker“ vor. Anschließend stand er allen Fragen offen gegenüber und blieb keine Antwort schuldig. Er selbst kritisierte auch den öffentlichen Umgang mit Suchtkranken. Die Delmenhorster Guttempler hatten in Zusammenarbeit mit der DROB Delmenhorst diese öffentliche literarische Veranstaltung ins Leben gerufen. Sie stieß auf großes öffentliches Interesse, ca. 120 Interessierte besuchten die Veranstaltung. Dadurch sind die Delmenhorster Guttempler wieder in der Öffentlichkeit präsent geworden.

Manfred Kreisel  
Landesverband Niedersachsen und Sachsen-Anhalt



### Ponte Nova

Die neue Brücke – das wäre die richtige Übersetzung für Ponte Nova. Diese Ortschaft befindet sich im Osten Guinea-Bissaus, ca. 130 km von der Hauptstadt Bissau entfernt. Eine Brücke in die Zukunft soll die neue Schule werden. Engagierte Dorfbewohner suchen schon seit einigen Jahren Unterstützung für den Aufbau einer funktionsfähigen Schule. FORUT möchte helfen, diese Brücke in die Zukunft zu schlagen.

Tatsächlich gibt es in Guinea-Bissau eine Schulpflicht von 6 Jahren, die aber eigentlich nur in der Hauptstadt verwirklicht wird. Das ist nur möglich, weil es unterschiedliche nichtstaatliche Schulträger gibt. Auf dem Land gibt es eine Analphabetenrate von geschätzten 70%. Der Staat bzw. die bisherigen Regierungen haben es nicht geschafft flächendeckend ein funktionsfähiges Schulsystem aufzubauen. Ohne Grundbildung ist eine gesellschaftliche Entwicklung im Kleinen, aber auch im Großen nicht möglich. Ohne diese Entwicklung entsteht kein dauerhafter sozialer Frieden. Dafür arbeitet IOGT Guinea-Bissau mit Unterstützung von IOGT Schweiz und FORUT Deutschland.

Das alles sind kleine nichtstaatliche Organisationen. IOGT Guinea-Bissau hat keine eigenen Finanzmittel für den Schulbau, aber das erforderliche Know-how; bereits Anfang 2015 er-



reichte IOGT in Bissau eine schriftliche Anfrage aus Ponte Nova.

Erstmals besuchte der Unterzeichner die existierende Behelfsschule in Ponte Nova am 09. Februar 2015 und konnte wegen fehlender Finanzmittel keine Zusage auf Unterstützung machen. Anfang November 2015 folgte ein weiterer Besuch mit einer Vorstandsdelegation von FORUT.

Alle Beteiligten hatten einen guten Eindruck vom Behelfsschulbetrieb, dem Lehrer und der Disziplin der Schüler, aber auch dem Willen und Engagement der Eltern und Dorfverantwortlichen. Es präsentierte sich eine gut organisierte Dorfgemeinschaft. 2016 bietet neue Möglichkeiten, nachdem das Projekt in Catio wegen Unstim-

migkeiten abgebrochen werden musste und auf Wunsch der deutschen Frauen noch zur Verfügung stehende Mittel für Ponte Nova umgewidmet werden können.

Hohe Kosten werden insbesondere durch den benötigten Zement verursacht, wobei der Preis auch starken Schwankungen unterworfen ist. Es gibt keine Zementproduktion in Guinea-Bissau und ein Import ist erforderlich. Teuer ist auch die Dachkonstruktion und kostet für hiesige Lebensverhältnisse viel Geld. Zurzeit erwarten wir noch ergänzende Informationen und einen Kostenvoranschlag von IOGT Guinea-Bissau für die erste Bauphase. Nach unseren Erfahrungen kostet der Schulbau in der Grundversion zwischen 4.500 und 6.000,- Euro, inklusive der Holzbank-Sitzelemente. Die Umsetzung wird sich über 2 Jahre erstrecken. Die Arbeitsleistungen werden von den Eltern selbst erbracht. Die Lehrer werden in Naturalien oder durch eine kleine Abgabe der Eltern bezahlt.

Um den Menschen, insbesondere den Kindern, vor Ort bessere Zukunftschancen zu ermöglichen, wurde das Projekt in den Haushaltsplan 2016 eingebracht und soll am 27.02.2016 auf der FORUT Jahreshauptversammlung beschlossen werden.

Dietmar Klahn  
FORUT



## Neues Selbsthilfe-Programm von IOGT-NTO in Schweden



Die Gesprächsgruppe von IOGT-NTO in Linköping startet mit einem neuen Ansatz. Mit dem Programm „SMART Recovery“ (übersetzt etwa „kluge Gesundheit“) trägt die Gruppe dazu bei, dass Süchtige ihre gewonnene Abstinenz besser erhalten können. Das Programm, das auf Ideen der kognitiven Verhaltenstherapie aufbaut, soll schrittweise in ganz Schweden umgesetzt werden.

Bislang haben die sogenannten „Kamratstöd“-Gruppen von IOGT-NTO sich an der von den Anonymen Alkoholikern entwickelten Zwölf-Schritte-Methode orientiert. Jetzt haben sich die Teilnehmenden in Linköping für eine offenere Form einer Gesprächsgruppe entschieden. „SMART Recovery“ beinhaltet Ansätze zur Selbststär-

kung, kann alte Verhaltensmuster durchbrechen und bietet Werkzeuge für ein ausgeglichenes Leben. Das Programm stammt aus den USA und England und wird auch in Dänemark bereits erfolgreich angewendet. Über die Gesprächsgruppe in Linköping kommt „SMART Recovery“ jetzt erstmals nach Schweden.

„Im Gegensatz zu dem Zwölf-Schritte-Ansatz, der relativ statisch ist, schafft SMART Recovery die Möglichkeit individueller auf den einzelnen Gruppenteilnehmenden einzugehen. Ein ausgebildeter Wegleiter (Moderator) passt das Programm den Bedürfnissen der Teilnehmenden an. Wir treffen uns in Gruppen von acht, zehn Personen, und sprechen anderthalb Stunden, zweimal in der Woche“, sagt Morgan Widar, ei-

ner von zwei ausgebildeten Wegleitern und Mitglied der Gruppe in Linköping. Er ist selbst drogenabhängig und glaubt, dass nicht die Droge das Problem ist, sondern die Entscheidung, für die das Suchtmittel steht.

„Diese Methode versucht, das Bedürfnis der Menschen nach der Wirkung von Suchtmitteln zu ersetzen und kann auch auf andere Verhaltensmuster wie gestörtes Essverhalten oder Spielsucht angewendet werden. Wir arbeiten systematisch daran, die alten Denkmuster und schlechten Gewohnheiten zu durchbrechen. Nur, weil wir mit den Suchtmitteln eine schlechte Wahl für uns getroffen haben, brauchen wir nicht weiterhin schlechte Entscheidungen für uns zu treffen. Wir können lernen, zukünftig bessere Entscheidungen zu treffen“, sagt Morgan Widar und fügt hinzu, dass das Verfahren auf Dialog und der Suche nach Lösungen beruht und nicht auf einem Verweilen in der Vergangenheit.

Er hofft nun, dass die SMART Recovery von anderen Gesprächsgruppen übernommen wird, denn in Linköping führt das Programm zu guten Ergebnissen.

Christian Bölckow  
Suchtreferent  
Guttempler in Deutschland

Quelle: [www.accentmagasin.se](http://www.accentmagasin.se)  
Autorin: Maria Zaitzewsky Rundgren  
Übersetzung: Christian Bölckow,  
Guttempler in Deutschland,  
<http://www.accentmagasin.se/missbruk/kamratstodet-testar-nytt-kbt-baserat-sjalvhjalsprogram/>

Was immer Du tun kannst oder  
wovon Du träumst – fange es an.  
In der Kühnheit liegt Genie, Macht  
und Magie.

*Johann Wolfgang von Goethe*





### Ein Besuch in Südafrika

Im November 2015 unternahmen fünf Guttemplerinnen und Guttempler eine Rundreise durch Südafrika, Swasiland und Lesotho. Zum Abschluss dieser Reise stand Kapstadt auf dem Programm mit einer ganz besonderen Begegnung: Das Treffen mit den IOTT-Mitgliedern Ericaà Faure und ihrem Mann Paul. Die Begrüßung war überaus herzlich, hier trafen sich zwei langjährige Freundinnen wieder. Die Verbindung von Elke Meßinger und Ericaà Faure besteht bereits seit über 20 Jahren über die enorme Entfernung hinweg.

Ericaà und Paul luden zur Fahrt zu den drei umliegenden Guttemplerhäusern ein.

Die erste Station war das Haus in Durbanville, das 1968 eingeweiht wurde. Am Sonntag finden hier auch Gottesdienste statt. Ericaà erzählte ganz anschaulich von ihrer Arbeit und von den Schwierigkeiten, Nachwuchs für die leitenden Aufgaben zu finden. Wir waren beeindruckt, welche umfangreiche Jugendarbeit trotzdem ge-



leistet wird. Die IOTT-Jugendlichen erhalten jedes Jahr eine Aufgabe zum Thema Sucht. Zum Beispiel das Aufführen von Theaterstücken über Dinge, die im betrunkenen Zustand passieren und im nüchternen nicht. Sie fordern andere Jugendliche auf, bei IOTT mit zu machen. Die Arbeiten werden dann bei den Distriktstreffen vorgestellt.

Die drei kleinen Fidos, die extra mitreisten, wurden den drei Häusern mit entsprechenden Hinweisen geschenkt. Weiterhin wurden liebe Kartengrüße mit finanzieller Unterstützung für die IOTT Arbeit überreicht.

Das Haus in Wellington hat Ericaàs Mutter im Jahre 1960 gegründet. Hier gibt es Zeugnisse aus der Vergangenheit, die die Verbundenheit mit I.O.G.T in Deutschland belegen. Eine Glastür wurde von Carl Peters gestiftet und die Eingangstür von Kurt Kirchner. Die letzte Station der Rundfahrt war das Haus in Cape Town, für dessen Aufbau deutsche und holländische Guttempler gespendet hatten.



Leider konnten wir dieses Mal nicht bei dem Distriktstreffen dabei sein, welches für Europäer immer ein ganz besonderes Erlebnis ist. Aber in zwei Jahren plant Elke Meßinger eine Seniorenfahrt durch Südafrika. Interessenten melden sich bitte unter [e-messinger@t-online.de](mailto:e-messinger@t-online.de).

Elke Meßinger  
Landesverband Hamburg  
Annegret Becker  
Landesverband Niedersachsen und Sachsen-Anhalt

Entweder wir finden einen Weg,  
oder wir schaffen einen.

*Hannibal*





## Kultursensible Öffnung der Selbsthilfe

### Kulturelle Vielfalt ist Realität

In Deutschland leben Menschen aus über 190 Staaten dieser Welt. Über 20% der Bevölkerung haben ihre Wurzeln in anderen Kulturen als der deutschen. Menschen mit verschiedenen religiösen, ethnischen Prägungen, sexueller Orientierung, Menschen unterschiedlichsten Alters, mit und ohne Handicap – sie alle bilden die deutsche Gesellschaft. Kulturelle Vielfalt ist in Deutschland also Realität.

Jedoch haben Menschen mit Migrationsgeschichte oft keinen ausreichenden Zugang zu gesellschaftlich wichtigen Bereichen wie Bildung, Arbeit oder auch dem Gesundheitsbereich. Und dies gilt leider auch für die Selbsthilfe – hat sich die Selbsthilfe doch zu einem anerkannten und wichtigem Bestandteil der gesundheitlichen Versorgung in Deutschland entwickelt. Sie ist eine wichtige und auch notwendige Ergänzung zu therapeutischen Maßnahmen und sichert oder unterstützt deren Erfolg auch über einen langen Zeitraum hinweg, manchmal bis zum Lebensende. Dass dies gut funktioniert, ist in vielen Kulturen aber nicht oder nur unzureichend bekannt.

In einem Gespräch mit einem Familienvater aus der Türkei fragte mich dieser: „Was bedeutet „Selbsthilfe“? Heißt das, ich soll mir selbst helfen? Ja? Was ist eine „Selbsthilfegruppe“ eigentlich? Eine Gruppe, die mir hilft? Oder soll ich der Gruppe helfen? Wie soll das Helfen funktionieren, ohne dass eine Fachperson dabei ist? Und vor allem, wie können mir Personen helfen, die das gleiche Problem haben wie ich?“ Dieses Gespräch zeigte mir deutlich wie unterschiedlich die verschiedenen Konzepte zur Gesundwerdung oder Gesunderhaltung in den verschiedenen Kulturen dieser Welt sein können. In der türkischen Sprache gibt es noch nicht einmal ein entsprechendes Wort für „Selbsthilfe“. Auch das Bild von „Krankheit“ kann sehr unterschiedlich sein.

Unser Verband möchte sich den sich ändernden gesellschaftlichen Bedingungen stellen und unsere Gesprächsgruppen

und deren Arbeitsweise für Migrantinnen und Migranten bekannt, attraktiv und niederschwellig zugänglich machen. Dazu reicht es, wie obiges Beispiel eindringlich zeigt, nicht aus, bestehende Flyer in andere Sprachen zu übersetzen, sondern es bedarf einer intensiveren Auseinandersetzung mit den kulturellen Besonderheiten, auch und gerade in Bezug auf Abhängigkeitserkrankungen.

### Was bedeutet „Kultursensible Öffnung“?

Als Grundvoraussetzungen interkultureller Kompetenz gelten Feinfühligkeit und Selbstvertrauen. Das Verständnis anderer Verhaltensweisen und Denkmuster und ebenso die Fähigkeit, den eigenen Standpunkt transparent zu vermitteln, verstanden und respektiert zu werden, sind wichtig. Die Unterschiede können nämlich vielfältig sein:

- Die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe wird in manchen Kulturen als Niederlage und nicht als Chance gesehen,
- Migrantinnen und Migranten nehmen Beratung und Unterstützung erst sehr spät an,
- Sucht und Drogen sind in vielen Ländern noch stärker tabuisiert als in Deutschland,
- Schambesetzte Themen werden oft nicht mit Fremden besprochen,
- Sucht wird, entgegen landläufiger Meinung, auch in der Familie oft nicht thematisiert,
- in vielen Ländern haben Ärzte und Lehrer eine höhere Akzeptanz als Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeiter oder Suchtberaterinnen und Suchtberater,
- Alters- und Geschlechtsunterschiede von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in der Suchtberatung und dem „Klienten“ können eine erhebliche Rolle bei der Akzeptanz von Hilfsangeboten spielen.

Eine ausreichende Teilhabe von Menschen mit Migrationshintergrund an Gesprächskreisen und Gemeinschaften kann nur gelingen, wenn wir die vor-

handenen Strukturen öffnen und auf die Bedürfnisse der Menschen zugehen. Im Sinne der aufsuchenden Hilfe sollten wir in die polnischen Kulturvereine, in die türkischen Teestuben gehen, an die Orte, wo sich Migrantinnen und Migranten eben bewegen. Anbieter von Deutschkursen, muttersprachliche Ärzte, Beratungsstellen für Migrantinnen und Migranten, muttersprachliche Branchenbücher... Hier gibt es große Schnittstellen zu unserem „CNN- Projekt“, Chancen nahtlos nutzen. Es wäre eine Bereicherung für beide Seiten.

### Einladung zur Mitarbeit

Im Frühjahr 2016 planen wir einen Workshop, der sich intensiv mit diesem Thema auseinandersetzen soll. Dazu suchen wir aus unseren Reihen, aber auch von außerhalb, Menschen, die über einen gewissen Erfahrungsschatz über die kulturellen Unterschiede oder Besonderheiten in Bezug auf Drogen- und Alkoholkonsum verfügen – also einfach Menschen mit Migrationshintergrund. Dabei ist es unerheblich, ob sie aus erster, zweiter oder dritter Generation stammen. Zielsetzung dabei ist es, dass wir auf einem Treffen weiter lernen und vertiefen, welche kulturellen Besonderheiten beim Umgang mit Menschen anderer Nationalitäten in der Sucht-Selbsthilfe beachtet werden sollten und wie wir auf Augenhöhe voneinander lernen können. Wenn Sie also, liebe Guttemplerin oder Guttempler, liebe Freundin oder Freund, liebe Interessierte vielleicht selbst aus Polen, der Türkei, aus einem Staat der ehemaligen Sowjetunion, aus einem afrikanischen Staat, eben nicht aus Deutschland kommen oder ihre kulturellen Wurzeln im Ausland haben, seien Sie herzlich eingeladen, mit uns diesen Prozess gemeinsam zu gestalten!

Kosten für Anreise und Unterkunft entstehen Ihnen dabei nicht, bzw. diese werden durch dieses vom Dachverband der BKK geförderte Projekt übernommen. Wo dieser Workshop stattfinden wird, hängt von den Heimator-

ten der Teilnehmenden ab. Wir wollen uns dort treffen, wo für die meisten Teilnehmenden die Anreise am kürzesten ist.

Bitte nehmen Sie Kontakt über die Bundesgeschäftsstelle der Guttempler in Deutschland in Hamburg auf: Ansprechpartner Thomas Sebastian, Suchtreferent, Adenauerallee 45, D-20097 Hamburg, Phone: +49(0)40 - 24 58 80, Fax : +49(0)40 - 24 14 30, E-Mail: sebastian@guttempler.de, Web: www.guttempler.de

**Wertschätzung von Vielfalt bedeutet ohne Angst verschieden sein zu können**  
Theodor W. Adorno

Wege, die in die Zukunft führen liegen nie als Wege vor uns. Sie werden zu Wegen erst dadurch, dass man sie geht.

Franz Kafka

## Pressemeldung

Schon seit längerem fordert die KKH unter anderem eine höhere Steuer auf alkoholische Getränke und eine kontrollierte Abgabe grundsätzlich erst für Personen ab 18 Jahren.

## Ich trinke doch nicht zu viel! Oder...?

Im September 2015 schlug die Weltgesundheitsorganisation WHO Alarm: Mit einem Verbrauch von fast 12 Litern reinen Alkohols jährlich – ab dem 15. Lebensjahr (!) – liegen die Deutschen mit an der europäischen Spitze. Bei der KKH mussten im vergangenen Jahr knapp 29.000 Versicherte bundesweit wegen einer Alkoholerkrankung behandelt werden, über 2.000 davon allein wegen eines akuten Rauschzustandes („Koma-Trinker“).

### Alkohol im Alltag

Fakten, Infos & Anregungen

**Grenze für risikikoarmen Alkoholenuss pro Tag**

♂ = 2 Gläser Wein oder 2 Gläser Bier oder 1 Glas Wein und 1 Glas Bier = ♀

Wichtig: mindestens zwei Tage pro Woche kein Alkohol!

**Krebsrisiko 80 Mal so hoch!**  
\*Im Vergleich zu einer Alkoholblase bzw. nur rauchen

**Nicht nur die Leber leidet: Gesundheitsrisiken bei überhöhtem Alkoholkonsum**

- Mund und Rachen:** Risiko von Krebs steigt an!
- Leber:** Risiko für Fettleber und Leberzirrhose nimmt zu!
- Gehirn:** Konzentration und Intelligenz nehmen ab!
- Herz-Kreislauf:** Bluthochdruck Risiko steigt erheblich an!
- Bauchspeicheldrüse:** Chronische Entzündung und gestörte Verdauung
- Geschlechtssteile:** Das Risiko, impotent zu werden, steigt an!
- Magen-Darm:** Nährstofftransport wird behindert.
- Nervensystem:** Risiko von Störungen des Nervensystems!
- Haut:** Haut wird groberzig und aufgedunsen!

**Alkohol macht dick: Kalorien in Getränken**

Weizen 0,5 l	Pils 0,3 l	Wein 0,1 l	Schnaps 0,05 l
260 Kalorien	129 Kalorien	164 Kalorien	53 Kalorien
D-Saft 0,2 l	Schorle 0,2 l	Wasser 0,2 l	Kaffee 0,2 l
90 Kalorien	58 Kalorien	0 Kalorien	0 Kalorien

**Tipp:** Versuchen Sie öfters mal an einem Bier oder ein Glas Wein auch der Figur zuleben.



Schon seit längerem fordert die KKH unter anderem eine höhere Steuer auf alkoholische Getränke und eine kontrollierte Abgabe grundsätzlich erst für Personen ab 18 Jahren. Laut einer aktuellen Forsa-Umfrage würden dies sogar zwei Drittel der Deutschen befürworten.

Wer stößt nicht gern mit einem Glas Sekt auf den Geburtstag an? Oder genehmigt sich einen guten Schluck zum wohlverdienten Feierabend? Auch zum Abendessen, Kartenspielen, Grillen und Plaudern schmecken Bier, Wein und Co. „Doch häufig bleibt es nicht bei einem Glas. Und oft schleicht sich die Gewohnheit ein. Jeden Abend ein bis zwei Bier oder Wein und am Wochenende noch etwas mehr – das ist für manchen Normalität. Für den Körper ist es auf Dauer allerdings zu viel“, warnt Peter Benninger vom KKH-Service team in Heidelberg. „Ein überhöhter Alkoholkonsum schädigt nicht nur die Leber, sondern auch den Mund- und Rachenraum sowie den Magen und Darm, die Speiseröhre, Bauchspeicheldrüse, Haut, Nerven und das Gehirn.“ Die KKH rät daher zu einem risikoarmen Genuss von alkoholischen Getränken. „Die Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e. V. empfiehlt für Männer maximal 24 Gramm reinen Alkohol je Tag, für Frauen sogar nur maximal die Hälfte, also 12 Gramm je Tag. Dies bedeutet in der Praxis: Ein Glas Bier 0,3 Liter enthält ca. 13 Gramm, ein Wein 0,2 Liter ca. 16 Gramm und ein Whisky 0,02 Liter rund 7 Gramm Alkohol“, erläutert Benninger. „An mindestens zwei Tagen pro Woche sollte man ganz auf Alkohol verzichten.“ Damit es leichter fällt, zu einem moderaten Trinkgenuss zu kommen, gibt die KKH in Heidelberg folgende Tipps:  
Ich bevorräte zu Hause keine oder nur noch wenige alkoholische Getränke.  
Ich trinke keinen Alkohol als Durstlöscher. Beim Sport gibt's als Erstes Mineralwasser oder ein alkoholfreies Bier.  
Zum Essen trinke ich immer erst etwas Alkoholfreies.  
Wenn ich Wein genieße, trinke ich Wasser dazu.  
Auf Festen und Feiern trinke ich mindestens genauso viel Alkoholfreies wie Alkohol.

Im Restaurant bestelle ich nicht ein großes Bier, sondern ein kleines. Und beim Wein nehme ich das kleine 0,1-Liter-Glas.

Ich notiere jeden Abend, ob und wieviel Alkohol ich getrunken habe. So verschaffe ich mir einen guten Überblick und kann mich selbst besser kontrollieren.

Darüber hinaus hält die KKH zahlreiche Hilfen und Angebote für den Umgang mit Alkohol bereit. Peter Benninger: „Das praxiserprobte Präventionsprogramm ‚Tom & Lisa‘ für Schüler der Klassen 8 bis 9, die Online-Suchtberatung in Kooperation mit der Caritas,

den ‚Clever-weniger-trinken-Coach‘ in Zusammenarbeit mit der Leuphana-Universität Lüneburg sowie informative Broschüren rund um Alkoholkonsum und -sucht. Alles zu finden unter [www.kkh.de/alkohol](http://www.kkh.de/alkohol)“.

Quelle: <https://www.kkh.de/presse/presseerklarungen>

Die Bildung kommt nicht vom Lesen, sondern vom Nachdenken über das Gelesene.

*Carl Hilty*

## Martin-Klewitz-Gedächtnispreis

In der Guttempler-Stiftung stehen 1.500 Euro bereit, die in Beträgen von 750, 500 und 250 Euro an bis zu drei Guttempler-Gemeinschaften ausbezahlt werden können. Das Geld ist für Gemeinschaften gedacht, die im Jahre 2015 besonders Interessantes geleistet haben. Hierfür müssen ein paar Kriterien erfüllt sein:

### **Mitgliedergewinnung und Mitgliederpflege:**

Gemeint ist hier, in der Jahresbilanz 2015, eine erfreuliche Anzahl von neu gewonnenen Mitgliedern und eine ebenso erfreulich niedrige Anzahl von Austritten.

### **Öffentlichkeitsarbeit:**

Beschreiben Sie Aktionen, an denen Ihre Gemeinschaft insgesamt beteiligt und engagiert war und die für andere zur Nachahmung geeignet sind.

### **Hilfe für Betroffene und Angehörige:**

Was waren Ihre ganz speziellen Ideen, mit denen Sie erfolgreich neue Mitglieder gewonnen haben und die andere Gemeinschaften bei Interesse übernehmen könnten.

Wenn Sie das Gefühl haben, hier ganz gut dazustehen, können Sie sich völlig formlos bewerben. Schreiben sie einfach auf, was Sie im Hinblick auf die drei genannten Kriterien getan haben. Richten Sie Ihr Schreiben bis zum 31. 3. 2016 an Ihren Landesverband. Sofern Ihr Landesverband Sie vorschlägt, sind Sie im Rennen!

Im Verlauf des Guttempler-Kongresses in Bremerhaven werden die Gewinner bekannt gegeben.



### Abschied

#### Landesverband Baden-Württemberg

Johann Kiss	Gemeinschaft „Wental“	† 01.02.2016
Josefa Kusterer	Gemeinschaft „Brenzthal“	† 10.02.2016

#### Landesverband Berlin – Brandenburg

Ursula Blankenburg	Gemeinschaft „Berolina“	† 01.01.2016
Günter Butzchen	Gemeinschaft „Brandenburg“	† 23.01.2016
Eberhard Wöltge	Gemeinschaft „Tegel“	† 29.01.2016
Karl-Adolf Rademacher	Einzelmitglied	† 10.02.2016
Rosemarie Hass	Gemeinschaft „Tempelhof“	† 15.02.2016

#### Landesverband Hamburg

Wolfgang Lütjens	Gemeinschaft „Georg-Bonne“	† 29.01.2016
------------------	----------------------------	--------------

#### Landesverband Hessen

Herbert Sinnig	Gemeinschaft „Haune-Fulda-Eck“	† 17.01.2016
Ingrid Michalec	Gemeinschaft „Tradition“	† 21.01.2016
Heinz Weicht	Gemeinschaft „Tradition“	† 10.02.2016
Wilfried Lischka	Gemeinschaft „Kinzigtal“	† 11.02.2016
Harald Würzberger	Gemeinschaft „Vortrupp“	† 23.02.2016

#### Landesverband Niedersachsen und Sachsen-Anhalt

Bernd Homann	Gemeinschaft „Brunsviga“	† 03.01.2016
Jürgen Möller	Gemeinschaft „OHZ-Nord“	† 13.01.2016
Klaus Gröper	Gemeinschaft „Heinrich-Emil-Schomburg“	† 18.01.2016
Hinrich Ennen	Gemeinschaft „Langen“	† 05.02.2016

#### Landesverband Nordrhein-Westfalen

Brunhild Friedrich	Gemeinschaft „Burg Eickel“	† 11.02.2016
Werner Hellmich	Gemeinschaft „Humanitas“	† 23.02.2016
Ute Alt	Gemeinschaft „Neues Leben“	† 24.02.2016

*Begrenzt ist das Leben, doch unendlich die Erinnerung*



Name	Landesverband	Gemeinschaft	Ort	Datum
<b>25 Jahre</b>				
Burghardt Stüber	Bremen und Bremerhaven	Bruderliebe	28217 Bremen	22.10.2015
Anita Jassens	Niedersachsen und Sachsen-Anhalt	Swarmstede	29690 Schwarmstedt	26.11.2015
Anne Adomeit	Niedersachsen und Sachsen-Anhalt	Medemufer	21762 Otterndorf	03.01.2016
Rosemarie Hass	Berlin – Brandenburg	Tempelhof	12045 Berlin-Neukölln	03.01.2016
Bernd Hitzig	Hessen	Odenwald	64380 Roßdorf	08.01.2016
Ingrid Schütz	Berlin – Brandenburg	Norden	13435 Berlin-Reinickendorf	10.01.2016
Regina Hegert	Berlin – Brandenburg	Aufstieg	10825 Berlin	17.01.2016
Manfred Deul	Hessen	Guter Weg	65795 Hattersheim	21.01.2016
Heiner Grützmann	Hessen	Guter Weg	65795 Hattersheim	21.01.2016
Hildegard Brendeke	Niedersachsen und Sachsen-Anhalt	Schutz und Trutz	30657 Hannover	29.01.2016
Kurt Peter Lesny	Hessen	Grimmelshausen	63571 Gelnhausen-Hailer	30.01.2016
Harald Leibler	Hessen	Die Chance	65428 Rüsselsheim	06.02.2016
Barbara Paul-Glantz	Berlin – Brandenburg	Lankwitz	12207 Berlin	06.02.2016
Inge Beule	Nordrhein-Westfalen	Radschläger	40225 Düsseldorf-Bilk	08.02.2016
Marie-Luise Dunz	Niedersachsen und Sachsen-Anhalt	Eschede	29348 Eschede	08.02.2016
Dieter Dunz	Niedersachsen und Sachsen-Anhalt	Eschede	29348 Eschede	08.02.2016
Heinz Hildebrandt	Bremen und Bremerhaven	Aumund	28779 Bremen-Blumenthal	18.02.2016
Klaus Kolhossler	Niedersachsen und Sachsen-Anhalt	OHZ-Nord	27729 Hambergen	18.02.2016
Stephan Weidlich	Hessen	Die Fähre	63500 Seligenstadt	27.02.2016
Klaus-Rüdiger Seidel	Hessen	Die Fähre	63500 Seligenstadt	04.03.2016
Hartmut Behrendt	Berlin – Brandenburg	Tegel	13507 Berlin	06.03.2016
Bäbel Krause	Berlin – Brandenburg	Lankwitz	12207 Berlin	06.03.2016
Gisela Peters	Berlin – Brandenburg	Tegel	13507 Berlin	06.03.2016
Hendrik Peters	Berlin – Brandenburg	Tegel	13507 Berlin	06.03.2016
Edith Seidler	Bremen und Bremerhaven	Bremer Schlüssel	28359 Bremen	06.03.2016
<b>40 Jahre</b>				
Heike Duenbostel	Niedersachsen und Sachsen-Anhalt	Hannover	30657 Hannover	08.12.2015
Sabine Kroat	Bremen und Bremerhaven	Huchting	28259 Bremen-Huchting	10.02.2016
<b>50 Jahre</b>				
Günter Butzchen	Berlin – Brandenburg	Brandenburg	12099 Berlin	29.04.2016
<b>60 Jahre</b>				
Horst Schwarzbach	Niedersachsen und Sachsen-Anhalt	Ganderkesee	27777 Ganderkesee	24.01.2015
<b>65 Jahre</b>				
Hans-Günter Schmidt	Schleswig-Holstein	Roland-Wedel	22880 Wedel	25.04.2015

## In eigener Sache

Jubiläen dürfen aus rechtlichen Gründen nur mit Einverständnis der Jubilare veröffentlicht werden. Durch die Anforderung einer Jubiläumsurkunde gehen wir von der Zustimmung zur Veröffentlichung aus, es sei denn, es wurde dem ausdrücklich widersprochen.

Im DIALOG werden Jubiläen für 25, 40, 50, 60, 65, 70, 75, 80, 85 und 90-jährige Mitgliedschaften veröffentlicht. Auf Wunsch werden darüber hinaus auch Urkunden für andere Jubiläen ausgestellt (z. B. 30-jährige Mitgliedschaft), aber nicht veröffentlicht.

In den Ausgaben von 2016 an wollen wir verstorbenen Guttemplerinnen und Guttemplern in einer eigenen Rubrik gedenken.

Die Redaktion



Die Hilfe für suchtkranke Menschen und deren Angehörige steht im Mittelpunkt aller Guttempler-Aktivitäten. Die Guttempler richten ihre Hilfe nicht nur an die Abhängigen, sondern an die ganze Familie. Die Angebote reichen von der Betreuung und Unterstützung bei der Behandlung von Suchterkrankungen bis hin zu Bildungs- und Entwicklungshilfeprojekten zur Prävention und Aufklärung.

## GUTTEMPLER Rehabilitation

### Fachklinik Neue Rhön

#### Stationäre Rehabilitation für Suchterkrankungen

Entwöhnungseinrichtung für abhängigkeitskranke Frauen, Männer und Paare, die bundesweit aufnimmt, verfügt über Vater-Mutter-Kind-Plätze in einem separaten Haus.

[www.neue-rhoen.de](http://www.neue-rhoen.de)

### Guttempler-Sozialwerk e.V. Cuxhaven

#### Adaptionseinrichtung für suchtkranke Menschen

Stationäre medizinische Rehabilitation mit dem Schwerpunkt der Wiedereingliederung in das Erwerbsleben. Angeschlossene abstinente Wohngemeinschaften mit 12 Plätzen.

[www.gsw-cux.de](http://www.gsw-cux.de)

### Guttempler-Sozialwerk e.V. Frankfurt Röderichstraße

#### Stationäre therapeutische Nachsorge und Betreutes Wohnen

Abstinente Nachsorgeeinrichtung für Männer und Frauen mit therapeutischem Setting. Ambulant Betreutes Wohnen im Anschluss oder alternativ zur stationären Therapie.

[www.gsw-nachsorge.de](http://www.gsw-nachsorge.de)

### Guttempler-Sozialwerk e.V. Kiel

#### Adaptionseinrichtung für suchtkranke Menschen

Vertiefung und Stabilisierung erworbener Therapieerfahrung, berufliche Wiedereingliederung. Ambulant Betreutes Wohnen im Anschluss oder alternativ zur stationären Therapie.

[www.gsw-kiel.de](http://www.gsw-kiel.de)

## GUTTEMPLER Bildung

### Guttempler-Bildungswerk (GBW)

Außerschulische Weiterbildung auf dem Gebiet der politischen, sozialen und internationalen Bildungsarbeit.

Die Angebote stehen nicht nur Mitgliedern, sondern allen Interessierten offen.

[www.gbw.org](http://www.gbw.org)

### Arbeitskreis Alkoholpolitik

Informationen rund um das Thema Sucht mit Schwerpunkt Alkohol im Internet.

[www.alkoholpolitik.de](http://www.alkoholpolitik.de)

### KIM – Kinder im Mittelpunkt

Betreuungs- und Förderungsprogramme für Kinder in ganz Deutschland mit Kindergruppen, Kontakten, Freizeiten im In- und Ausland sowie die Kinderzeitung »Pünktchen«.

[www.kinder-im-mittelpunkt.de](http://www.kinder-im-mittelpunkt.de)

### Guddytreff – Jugendzentrum Kiel

Begleitung junger Menschen im Prozess ihrer Persönlichkeits- und Identitätsentwicklung und Vermittlung von Handlungsstrategien, die sie befähigen, ein selbstbestimmtes, zufriedenes Leben zu führen, ohne Suchtstoffe oder süchtiges Handeln zur Problemlösung einsetzen zu müssen.

[www.guddytreff.de](http://www.guddytreff.de)

## GUTTEMPLER Entwicklungshilfe

### FORUT – Entwicklungshilfeorganisation deutscher Guttempler

Förderung vorrangig solcher Projekte in der Entwicklungshilfe, die ihr Augenmerk auch auf Suchtvorbeugung und Suchtbehandlung richten. FORUT unterstützt und initiiert Entwicklungshilfeprojekte weltweit.

[www.forut.org](http://www.forut.org)

