

Zeitschrift der Guttempler in Deutschland · Ausgabe 02/2020

# DIALOG

**SCHWERPUNKTTHEMA**

## **NICHTS WOLLEN WIR TRINKEN – SELBSTHILFE RELOADED**

**AUS DEM BUNDESVERBAND  
EINLADUNG ZUM  
BUNDESVERBANDSTAG**

**FORUT  
CORONA IN  
UGANDA**

**AKTUELLES  
SOCIAL DISTANCING  
UND GEMEINSCHAFT**

## INHALT

- 2 Impressum
- 3 Editorial

### SCHWERPUNKTTHEMA:

#### NICHTS WOLLEN WIR TRINKEN – SELBSTHILFE RELOADED

- 4 Nichts wollen wir trinken
- 8 Party im Guttemplerhaus
- 10 Selbsthilfe reloaded
- 11 Sucht-Selbsthilfegruppen in der Krise?

### AUS DEM BUNDESVERBAND

- 14 Offizielle Einladung zum 122. Bundesverbandstag

### FORUM / MOVENDI INTERNATIONAL

- 15 Vision 2030 – Building Hope
- 16 Corona in Uganda

### AKTUELLES

- 18 Der orangefarbene Tampon
- 21 Corona und kein Ende – unser langer Weg in eine andere Normalität
- 23 Social Distancing und Gemeinschaft
- 24 Buchempfehlungen

### GEDENKEN UND JUBILÄEN

- 25 Jubiläen
- 27 Abschied
  
- 28 Einrichtungen und Tochterorganisationen der Guttempler

## IMPRESSUM

### DIALOG

Zeitschrift der Guttempler in Deutschland  
Auflage: 5.000

Herausgeber:  
Guttempler in Deutschland  
Adenauerallee 45 · 20097 Hamburg  
Telefon: +49 40 28407699-0  
Telefax: +49 40 28407699-99  
E-Mail: [info@guttempler.de](mailto:info@guttempler.de)  
[www.guttempler.de](http://www.guttempler.de)  
[facebook.com/Guttempler](https://facebook.com/Guttempler)  
[twitter.com/guttempler](https://twitter.com/guttempler)

Redaktion: Dorothea Kreuz · E-Mail: [dialog@guttempler.de](mailto:dialog@guttempler.de)  
V.i.S.d.P.: Bundesvorstand der Guttempler  
Gestaltung und Illustrationen: Katinka ter Heide  
[www.zwart-design.de](http://www.zwart-design.de)  
Titelbild: Photo by Efren Barahona on Unsplash

Themenschwerpunkt der nächsten Ausgabe:  
**Vernetzt**

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe:  
**15. Oktober 2020**

Wenn Sie unsere Arbeit unterstützen möchten,  
würden wir uns über eine Spende freuen:  
Guttempler in Deutschland  
Bank für Sozialwirtschaft Hannover  
IBAN DE39 2512 0510 0007 4343 01





**L**iebe Leserinnen und Leser,

vieles ist in den letzten Monaten ausgebremst worden, musste verschoben werden oder ist einfach liegengeblieben, nicht so aber die Arbeit an unserer Verbandszeitschrift.

In der aktuellen Sommerausgabe wollen wir über die Veränderungen in der Hilfe und Beratung für Suchtkranke und deren Angehörige berichten.

Das Schwerpunktthema lautet: Nichts wollen wir trinken – Selbsthilfe reloaded.

Um die Aufgaben zu erfüllen, haben wir mit unseren langjährigen Erfahrungen in der Hilfe für Betroffene und Angehörige, unsere Angebote immer wieder verändern und an die Bedürfnisse der Zeit anpassen müssen. Gerade in den letzten Monaten waren außergewöhnliches Einfallsreichtum und ein hohes Maß an Flexibilität gefordert.

Und dabei hat sich gezeigt, wie hilfreich und notwendig die moderne Kommunikationstechnik ist. Laptops, Handys, oft verflucht, weil ständig dabei und erreichbar, waren in einer Zeit, in der persönliche Treffen ausgeschlossen waren, ein unentbehrliches Hilfsmittel. Auf diese Weise konnte man mit der Familie, mit Freunden und Guttemplern im Gespräch und aufmunterndem Kontakt bleiben.

Ich hoffe sehr, dass Sie gut durch diese für uns alle ungewohnte und sehr schwierige Zeit gekommen sind und auch weiterhin gesund bleiben. Unsere Angebote werden wir natürlich auch zukünftig im Internet, den sozialen Medien und Plattformen zur Verfügung stellen.

Leider ist auch der diesjährige Guttempler-Kongress den Widrigkeiten der Corona-Krise zum Opfer gefallen. Im Saarland war alles bestens vorbereitet, aber alle Treffen mussten komplett abgesagt werden. Ein großer Dank an die Mitglieder für die geleistete Arbeit.

Wir haben unseren 122. Bundesverbandstag neu planen müssen. In dieser Ausgabe finden Sie die offizielle Einladung dazu. Es wird eine kleine Veranstaltung, nur mit der notwendigen Geschäftssitzung.

In der Hoffnung, dass nun bald alles wieder besser wird, verbleibe ich mit herzlichen Grüßen.

Ihre

**PETRA KRAUSE** · Bundesvorsitzende

DAS SCHWERPUNKTTHEMA

**NICHTS**

**WOLLEN**

**WIR**

**TRINKEN**

# Nichts wollen wir trinken

Keine Silvesterparty ohne Sekt, kein Geburtstag ohne Bier. Alkohol ist die populärste Droge der Welt. Muss das sein, fragt eine urbane junge Minderheit – und zelebriert auf „Sober Partys“ eine neue Nüchternheit.

Der Körper schmerzt, jede einzelne Faser tut weh. Die pelzige Zunge klebt am Gaumen. Die Lider sind kiloschwer. Das Gehirn fühlt sich an wie durch ein Sieb gepresst. Das Licht der Sonne sticht in den Augen, am Morgen nach der Zecherei.

Der Volksmund spricht vom Kater. Der medizinische Fachbegriff lautet „Veisalgia“. Brummschädel. Katzenjammer. Schuldgefühle bis zum Selbstekel. Es sind die Symptome einer Alkoholvergiftung.

Denn Alkohol und Party sind in der westlichen Welt Geschwister. Wir trinken. Trinken ist Normalität. Alkohol ist tief verwurzelt in Kultur und Ritualen. Sekt zu Silvester. Glühwein auf dem Weihnachtsmarkt. Champagner auf Hochzeiten. Rotwein im Restaurant. Schnaps gegen Sorgen. Likörchen nach Feierabend. Alkohol ist neben Koffein die populärste gesellschaftlich sanktionierte Droge.

Wenn Kaffee der große Wachmacher ist, dann ist Alkohol der große Lockermacher, ein mächtiger sozialer Schmierstoff. Die Zerstörungen, die er anrichtet, sind bekannt. Kaputte Lebern. 74 000 Todesopfer im Jahr allein in Deutschland. Doch die Gesellschaft toleriert die Kollateralschäden, weil Bier, Schnaps und Wein als Kulturinsignien gelten wie Brot und Butter.

Auch Gideon Bellin (28) trank. Und feierte. Und trank noch mehr. Manchmal bis zum Filmriss. Bellin ist DJ und Partyveranstalter in Berlin. Seine Partys begannen nachts um zwei und endeten morgens um sieben. Irgendwann, auf einer schwer eskalierten Underground-Techno-Party vor drei Jahren, traf ihn ein Blitzstrahl der Erkenntnis: „Plötzlich wurde mir klar: Ich will das nicht mehr“, sagt er. Die Gelage. Die Alkoholleichen. Und er erinnerte sich an eine türkische Geburtstagsfeier während des Fastenmonats Ramadan im Jahr 2010, auf der er, der 19-jährige Deutsche,

damals als DJ gebucht war. Ich dachte: Party ohne Alkohol? Das kann nicht funktionieren. Und dann war es großartig.

Bellin gründete 2017 die Agentur „Sober Sensation“ – Nüchterne Sensation kann man das wörtlich übersetzen oder auch, was den Kern wohl besser trifft, mit unverfälschte Empfindungen. Seitdem veranstaltet er alkoholfreie Partys für trinkmüde Millennials.

„Ich habe all das gestrichen, was mich an Berliner Partys genervt hat“, sagt er. Hemmungslose Besäufnisse? Bei Bellin gibt es Ingwershots und alkoholfreie Fruchtcocktails. Schikanöse Türsteher? Bei Bellin gibt es freundliche „Door Doctors“ im Arztkittel, die mit gespielten Alkoholtests die Nüchternheit der Gäste überprüfen. Party bis zum Morgengrauen? Bellins Partys beginnen um 18 Uhr und enden um Mitternacht. Dafür gibt's Konfettikanonen, Hula-Hoop-Reifen, Lemon-grass-Duftspender und auch mal Zirkusartisten oder Beatboxer. Bellin verspricht „Party mit allen Sinnen.“

Konfetti? Fruchtsäfe? Hula-Hoop? Das klingt wie die Geburtstagsfeier eines Viertklässlers. Aber es funktioniert. Bellins Partys sind ausgebucht. 3000 Szenegänger bezahlten im gerade zu Ende gegangenen Jahr 17,50 Euro dafür, nicht trinken zu müssen. Denn etwas ist 2019 in Bewegung geraten. Es begann in Metropolen wie New York, London und Berlin, und es wuchs. So sehr, dass der britische Guardian schon sorgenvoll fragte: „Was stimmt nicht mit den jungen Leuten? Sie betrinken sich nicht!“

Der neue Kick heißt: Nüchternheit. Das Vergnügen besteht darin, sich dem gesellschaftlichen Druck, alkoholisiert Vergnügen empfinden zu müssen, zu ent-

PLÖTZLICH  
WURDE  
MIR KLAR:  
ICH WILL DAS  
NICHT MEHR.

DER NEUE KICK  
HEISST  
NÜCHTERNHEIT.

ziehen. „Sober Curious“ nennt sich die neue Bewegung – neugierig auf Nüchternheit. Ausgelöst hat sie die New Yorker Journalistin und Autorin Ruby Warrington. 2018 veröffentlichte sie ein Buch mit dem Titel „Sober Curious“. Es ist keine Abstinenzlerbewegung.

Es ist nicht die digitale Variante der Anonymen Alkoholiker oder eine neue Temperenzler-Bewegung wie im 19. Jahrhundert. „Es geht uns um Inspiration, nicht um eine Mission“, sagt Bellin, der selbst maßvoll trinkt. Ihm geht es um Bewusstmachung.

Tatsächlich ist der Verzicht auf Alkohol verpönt. Wer in der Kneipe ein Mineralwasser bestellt, muss sich erklären. Schwanger? Religiöse Gründe? Trockener Alkoholiker? Bei der neuen Nüchternheit geht es um das Glück der Entscheidung. Um das Gefühl, Macht über eigene Entscheidungen zu haben. Nicht mithalten zu müssen bei der montäglichen Prahlrunde über das Ausmaß der Selbstzerstörung am Wochenende („14 Tequila Shots und acht Bier! Alter!“).

Nur noch ein Drittel der jungen Erwachsenen bis 25 trinkt „regelmäßig“ Alkohol. Vor allem junge Frauen lehnen dankend ab. Unter Jugendlichen ist Alkohol die Ausnahme geworden. 1980 tranken noch mehr als 30 Prozent aller Jugendlichen zwischen zwölf und 17 Jahren regelmäßig. Im Jahr 2007, auf dem Höhepunkt der Alkopop-Krise, als

das halbe Land über komasaufende Minderjährige diskutierte, waren es 16 Prozent. Heute sind es noch 4,6 Prozent.

„Sober Curiosity ist eine lebensbejahende Bewegung, in der es um die Fitness, Reinheit und Klarheit von Körper und Geist geht“, meldet das Zukunftsinstitut von Matthias Horx. Die US-Psychologin Jean Twenge glaubt gar, dass die massenhafte Verbreitung von Smartphones mit dem Rückgang des Alkoholkonsums zu tun hat. Denn die kleinen Kicks liefere jetzt das Handy, nicht mehr der „kleine Feigling“.

„Ich habe mich gefragt, ob gute Zeiten und Genuss zwangsläufig aufhören, wenn Gin Tonic und Champagner einfach keine Option mehr sind“, schreibt die Autorin Susanne Kaloff in ihrem Buch mit dem Titel „Nüchtern betrachtet war’s betrunken nicht so berauschend“. Sie liebe Champagner, schreibt sie, „weil

ich mich in der Sekunde, in der das Prickeln die Blutbahn erreicht, wie die coolste Sau unter der Sonne fühle“. Sie war nie Alkoholikerin. Trotzdem wollte sie wissen, wie sich das Leben „ohne“ anfühlt. Und? Sie blieb dabei.

In New York können Sobriety-Anhänger in der „Listen Bar“ oder im „Getaway“ in Brooklyn einkehren. Dort gibt es seit diesem Jahr für 13 Dollar „Mocktails“ (Cocktails, die

„so tun als ob“) wie „Autumn in New York“ mit Apfel-essig, Minze, Kurkuma, Kardamom, Zitrone, veganem Eischnee aus Kircherbsen-Kochwasser und Bitter. Oder „A Trip To Ikea“ mit Preiselbeere, Zitrone, Vanille, Holunderblütentonic, Sahne und Kardamom. In London wird das alkoholfreie „Mindful Drinking Festival“

im Januar 2020 wieder mehr als 10 000 „Healthy Hipster“ anlocken.

Noch hat die „Wellness Revolution“ (Ruby Warrington) die Sphäre des urbanen Hipster-tums nicht verlassen. Aber die Industrie umarmt den Trend sofort: Der CocaCola-Konzern testet seit diesem Jahr unter der Dachmarke „BAR NØNE“ alkoholfreie Mixgetränke für Bars.

Die vorsätzliche Rauschlosigkeit passt natürlich perfekt zum

SOBER CURIOUS  
IST KEINE  
ABSTINENZLER-  
BEWEGUNG.

ES  
GEHT UM  
INSPIRATION,  
NICHT UM  
EINE  
MISSION.

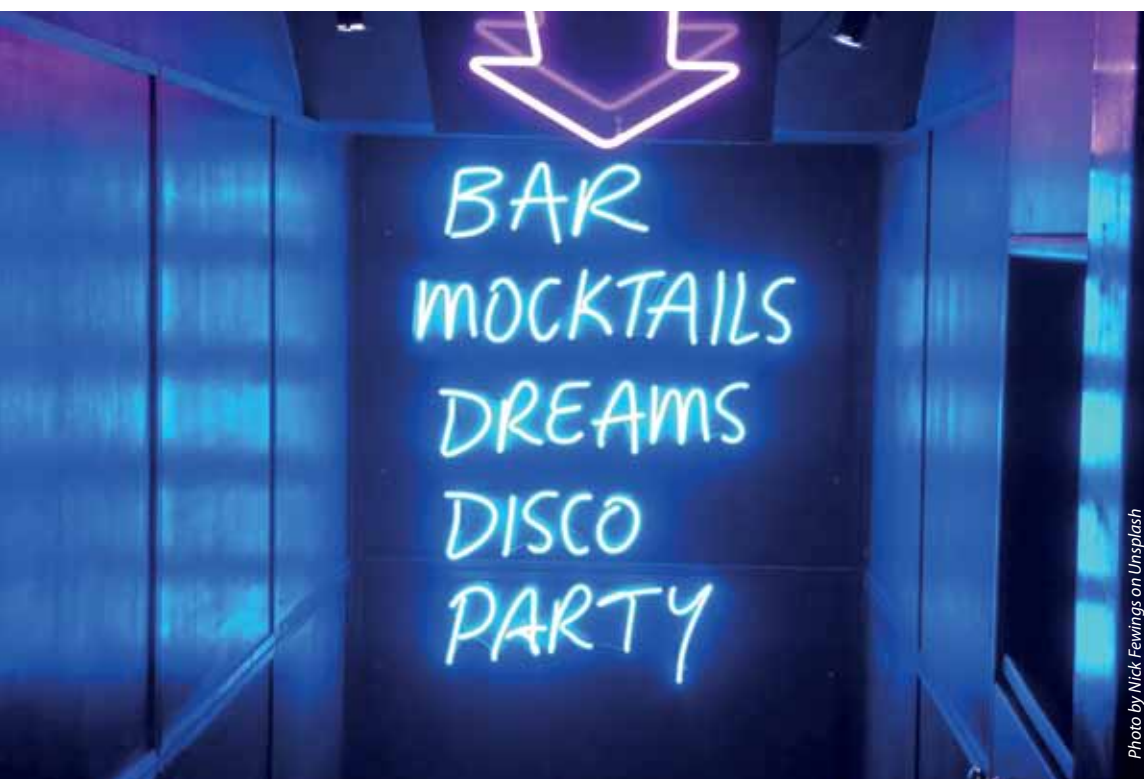


Photo by Nick Fewings on Unsplash

asketischen Furor unserer Zeit. Kein Alkohol. Kein Fleisch. Kein Fast Food. Kein Zucker. Kein Rauchen. Und immer öfter auch: kein Sex. Für sehr viele Menschen klingt das nach einem sehr traurigen Leben. Für manchen dagegen klingt es wie eine Verheißung: eine Chance auf ein besseres, bewussteres Leben. Denn Alkohol bedeutet Kontrollverlust. Und in einer Welt, die ohnehin schon außer Kontrolle ist, ist Kontrollverlust nichts Erstrebenswertes mehr.

Alkohol ist noch lange nicht uncool. Aber eben nicht mehr automatisch cool. Für die Industrie sind die Zahlen ernüchternd: Der Pro-Kopf-Verbrauch von reinem Alkohol in Deutschland lag 1980 bei 15,1 Litern. Im vergangenen Jahr waren es „nur“ noch 10,6. Vor 50 Jahren trank jeder erwachsene Deutsche im Schnitt 146 Liter Bier pro Jahr – heute sind es noch 102. Alkoholfreies Bier boomt, während Silvestersekt immer seltener wird: Der Schaumweinabsatz sinkt konstant.

In Zeiten des Überflusses ist Selbstbeschränkung etwas Stimulierendes. Sich Dinge zu versagen erzeugt einen wohligen Stolz auf die Macht über das eigene Selbst. Die multioptionale Lifestyle-Gesellschaft provoziert geradezu Abwehrreflexe.

Weniger ist wieder mehr. „Ich fühle mich in Tante-Emma-Läden wohler als in riesigen Supermärkten“, sagt DJ Bellin. Auf Instagram sammeln sich unter Hashtags wie #bestrong, #selflove oder #detox die Erfolgsgeschichten der Entsagung. „Wir definieren uns heute nicht mehr so sehr durch das, was wir tun“, sagt der Brite Ben Branson, Pionier der Null-Prozent-Drinks, „sondern durch das, was wir nicht tun.“

Minimalismus als Menschwerdungsprojekt: Unter Silicon-Valley-Managern verbreitet sich gar der Trend des „Dopamin-Fastens“. Dopamin ist als eines der Glückshormone im Körper für die kleinen Freudenkicks verantwortlich. Die Fastenden versagen sich an einem Tag in der Woche alles, was Freude macht: Essen, Alkohol, Musik, Tanzen, Sport, Videospiele und sogar menschliche Kontakte. Gründer James Sinka hofft, dass die menschliche „Hormonsucht“ dadurch abklinge und Glücksgefühle danach wieder stärker sind. Es ist eine der extremsten Spielarten der Entsagung.

Wird Trinken also das neue Rauchen? Fliegen das neue Fleischessen? Böllern das neue Kiffen? Worin soll die verbliebene Freude eines glutenfreien, laktosearmen, zuckerlosen, alkoholfreien, kohlehydratreduzierten, elektrisch angetriebenen und glückshormonarmen Lebens bestehen? Im Aushalten? Das alles kollidiert heftig mit der deutschen ECKKneipenkultur.

Fakt aber ist: Das Bewusstsein für die Gesundheit des eigenen Körpers und des Planeten wächst. In der Generation der Millennials, der zwischen 1981 und 1996 Geborenen, pflegt man beides mitunter mit quasireligiöser Inbrunst.

Der Organic-Vegan-Sober-Clean-Lifestyle kann Züge des Wahnhaften annehmen. Das wirkt auch provozierend. Die Elterngeneration ist verwirrt. Eine Kneipe ohne Alkohol? Ist das nicht wie ein Wald ohne Bäume? Ein Schwimmbad ohne Wasser? Und müssen diese jungen Leute immer so vernünftig, pragmatisch und verkopft sein? Können die sich nicht mal locker machen?

Sonst trinkt die Welt in 20 Jahren auf dem Oktoberfest Rhabarbersaftschorle und Mandelmilch! Aber der Druck der Jüngeren, nach neuen Formen des Arbeitens, Reisens, Wirtschaftens, Feierns und Zusammenlebens zu suchen, erwächst auch aus der Tatsache, dass diese Generation die erste seit dem Zweiten Weltkrieg ist, der es wirtschaftlich eben nicht besser geht als ihren Eltern. Für sie ist „Weiter so“ keine Option.

Gideon Bellins Partys finden übrigens nur an Wochentagen statt. Ohne Vorglühen. Ohne Kater. Und am nächsten Morgen geht's wieder in die Vorlesung oder ins Büro. Das klingt nach dem perfekten Partymodell für die Leistungsgesellschaft, die sich ständig optimiert und selbst ausbeutet. Und sehr brav. In Wahrheit aber ist es ganz anders: Keinen Alkohol zu trinken ist heute mehr Rebellion als sich zu betrinken.

**Imre Grimm**

*RedaktionsNetzwerkDeutschland (RND)*

DAS BEWUSSTSEIN  
FÜR DIE GESUNDHEIT  
DES EIGENEN KÖRPERS  
UND DES PLANETEN  
WÄCHST.



Imre Grimm, geboren 1973, ist Autor und Leiter des Ressorts Gesellschaft beim RedaktionsNetzwerk Deutschland (RND). Er lebt in Hannover. Mehr als 60 Tageszeitungen mit einer täglichen Gesamtauflage von mehr als 2,3 Mio. Exemplaren und einer Reichweite von mehr als 6,8 Millionen Lesern beziehen überregionale Inhalte vom RND, darunter die „Hannoversche Allgemeine Zeitung“, die „Leipziger Volkszeitung“, die „Frankfurter Rundschau“ und der „Kölner Stadt-Anzeiger“.

# Sober Sensation – Party im Guttemplerhaus

Um es vorwegzunehmen: Die Sober Party im Guttemplerhaus war der Hammer und ein echtes Highlight im Guttemplerjahr 2019.

Ich bin ja eher der Heavy Metal Typ der 80er-Jahre und stand daher der Sober Party in der Wildenbruchstraße sehr skeptisch gegenüber. Auch hatte mich anfangs der hohe Eintrittspreis gewundert und ich wollte eigentlich nicht hingehen.

Hans-Jürgen Daubitz hatte mich jedoch auf einer Guttempler-Tagung angesprochen, ob ich mich nicht als Fotograf auf der Veranstaltung einbringen möchte. So war also mein Interesse geweckt und ich konnte meine Leidenschaft für das Fotografieren damit verbinden.

Am 17.10.2019 bin ich also mit geladenem Akku und noch leerer Speicherkarte auf der Sober Party erschienen und war sehr erstaunt. Noch nie habe ich unser Guttemplerhaus in solch einem „Partymodus“ erlebt. In der Mitte war eine große Bühne aufgebaut, die später als Tanzfläche genutzt wurde. Von überall her flackerten die grellen Discoscheinwerfer und die Nebelmaschine hüllte alles in harte Schatten. Eine DJane stand an den Turntabels und der satte Techno-Sound hämmerte aus den Boxen. An dieser Stelle erst einmal ein großes Lob den Organisatoren der Sober Sensation, die unser Guttemplerhaus in eine echte Disco-Lounge verwandelt haben, mitsamt einer alkoholfreien Cocktailbar.

Ein weiteres Highlight des Abends war die Artistengruppe Flugträumer, die ein zirkusreifes Programm abliefern.





Von dramatischer Hochseilartistik, über Jonglage Vorführungen und powergeladenen Feuerspuckern, war alles dabei. Dadurch, dass die Bühne mitten im Raum stand, konnte man die Artisten hautnah erleben und bei dem Feuerspucker musste ich aufpassen, dass mir nicht die Linse verbrannte. Auch hier ein dickes Dankeschön an die Artisten der Gruppe.

An dieser Stelle möchte ich einmal betonen, dass allein durch den Auftritt der Artisten der hohe Eintrittspreis völlig gerechtfertigt und jeden Cent wert war.

Was mich aber am allermeisten erstaunte, war die Feierlaune der 150 bis 200 nicht alkoholisierten Partygäste, von denen jedoch nur sechs auch Guttempler waren. Die meist jungen Leute tanzten ausgelassen und ausgiebig auf der Bühne und an der alkoholfreien Bar bildeten sich kleine Schlangen. Einige standen in kleinen Gruppen zusammen, es wurde gelacht, geflirtet und gefeiert, genau wie in jeder anderen Disco auch; was mich sehr beeindruckte und wieder beweist: Spaß kann man auch ohne Alkohol haben.



WAS MICH  
AM MEISTEN  
ERSTAUNTE,  
WAR DIE FEIERLAUNE  
DER NICHT  
ALKOHOLISIERTEN  
PARTYGÄSTE.



Leider habe ich die Veranstaltung gegen 22 Uhr verlassen müssen, da ich am nächsten Morgen zur Arbeit musste. Ich hoffe aber sehr, dass die Sober Sensation im nächsten Jahr wieder zu Gast im Guttemplerhaus sein wird, denn mit keiner anderen Veranstaltung bekommen wir so viele junge Leute ins Haus.

**ANDREAS  
PALISCHEK**

*(Text und Fotos)  
Landesverband  
Berlin-  
Brandenburg*

*Quelle:  
contact aktuell*



Andreas Palischek ist seit 2003 Guttempler und Vorsitzender der Gemeinschaft „Lichtenrade“. Zur Zeit in Ausbildung zum SoberGuide.

# Das Projekt

## Selbsthilfe reloaded\* – jetzt neu und online

– gefördert durch die BARMER Krankenkasse –

\*reloaded – wieder aufladen

Das Projekt Selbsthilfe reloaded bietet eine digitale Sucht-Selbsthilfe, die für noch mehr Menschen erreichbar ist. Auch ländliche Regionen oder sogenannte weiße Flecken in Deutschland können nun abgedeckt werden. Hilfesuchende aus ganz Deutschland, egal ob mit eigener Suchterfahrung oder Angehörige, können ihren SoberGuide, den Begleiter aus der Sucht, finden und Hilfe von Betroffenen für Betroffene erfahren.

### Das Projekt

Durch das neue digitale Angebot des Projektes Selbsthilfe reloaded entsteht ein flächendeckender und standortungebundener Zugang zur Sucht-Selbsthilfe für Hilfesuchende aus ganz Deutschland. Die SoberGuides werden künftig auf der neuen Projekthomepage [www.soberguides.de](http://www.soberguides.de) mit ihren Profilen zu finden sein. Die Hilfesuchenden können sich dort ihren SoberGuide aussuchen und ihn über verschiedene Kanäle, beispielsweise per E-Mail, Telefon oder über

ein Forum, kontaktieren. In den auf der Homepage veröffentlichten Profilen erzählen die SoberGuides ihre persönlichen Geschichten und wie sie dem Suchtkreislauf entkommen sind. Dort bewerben die SoberGuides neben ihren Sprechzeiten auch regionale suchtmittelfreie Freizeitangebote, sowie ihre Gesprächsgruppen.

### Ausbildung

Nach einer mehrmonatigen Akquisephase Ende 2019, startete die Ausbildung von zwanzig ehrenamtlichen SoberGuides im Januar dieses Jahres. Es ist keine Voraussetzung Guttempler zu sein, um bei Selbsthilfe reloaded teilnehmen zu können. Für die Ausbildung der SoberGuides wird erstmalig die Methode des Blended Learning genutzt. Das bedeutet, dass neben den Präsenzseminaren, auf einer E-Learning Plattform die Ausbildungsinhalte vertieft werden. Drei von vier Präsenzschulungen konnten bisher im Roncalli-Haus in Magdeburg stattfinden. Die vierte Schulung musste leider auf Grund der Corona-Krise entfallen. Anstelle dessen, finden im zweiwöchigen Rhythmus, Videokonferenzen mit den Projektmitarbeiterinnen und Projektmitarbeitern, den Suchtreferentinnen der Bundesgeschäftsstelle und den Projektteilnehmenden statt. Zudem ist im Juli ein Austauschtreffen mit den SoberGuides geplant, bevor am 15. Juli die neue SoberGuides Projekthomepage veröffentlicht wird.

Wir freuen uns sehr über die Unterstützung der BARMER und möchten uns herzlichst dafür bedanken.



### DIE SOBERGUIDES – EHRENAMTLICHE SUCHTBEGLEITER

Die SoberGuides sind geschulte Ehrenamtliche aus der Sucht-Selbsthilfe, die dich gerne auf deinem Weg begleiten. Das Angebot ist suchtförmübergreifend und richtet sich auch an Angehörige und nahstehende Personen. Wähle jetzt deinen persönlichen SoberGuide. Anonym und kostenlos!



### BARBARA HANSEN UND FABIENNE GASTAUER

Suchtreferentinnen der Guttempler  
in Deutschland



Screenshot der neuen Homepage SoberGuides.de

Barbara Hansen und Fabienne Gastauer

# Sucht-Selbsthilfegruppen in der Krise?

## Chancen ergreifen durch Besinnung auf das Wesentliche

In der Berliner Zeitung vom 11. Juni 2020 wurde Jeff Bezos, der Gründer von Amazon, mit dem Ausspruch zitiert, dass er bereits vor einigen Jahren in einer Mitarbeiterversammlung darauf hingewiesen habe, dass die durchschnittliche Lebensdauer eines Unternehmens 30 Jahre betrage. Danach würden Unternehmen träge und verlören ihre Vorteile, weil sie den Gründer-Spirit nicht mehr hätten. Ohne auf die grenzwertigen Arbeitsbedingungen bei Amazon eingehen zu wollen – stimmt das? Stimmt das nur in der Wirtschaft?

Ein anderer Einstieg: Cliff B., ein angesehenes und einflussreiches Mitglied der Anonymen Alkoholiker, schrieb in einem, leider undatierten, Aufsatz: „Was geschah mit unserer hohen Erfolgsquote? Vor dreißig, vierzig Jahren blieben 75 und mehr Prozent der Alkoholiker, die bei uns Hilfe suchten, bei uns. Heute sind es nicht einmal mehr 5 %. Was ist geschehen?“

Ein dritter Einstieg: 1979 habe ich meinen Bericht über „Praxisanleitung in Selbsthilfegruppen Suchtkranker“ vorgelegt. Dieser Bericht war auf der einen Seite die Begründung für die Deutsche Rentenversicherung, sehr viel Geld für diese Arbeit in allen Sucht-Selbsthilfeverbänden bereit zu stellen. Auf der anderen Seite war es möglich, Grundlagen zu erarbeiten und Erfahrungswissen für die zukünftige Hilfearbeit der Guttempler zusammen zu stellen. Das Papier „Suchtkrankenhilfe im Guttempler-Orden“ erschien 1979, ebenso das 120-Stunden Programm zur Ausbildung von „freiwilligen Suchtkrankenhelferinnen und -helfern“. Aufbruchsstimmung an allen Orten, Mitgliederzuwachs und Gründung neuer Guttempler-Gemeinschaften. Es war eine Freude, Guttempler zu sein und dafür zu arbeiten.

Ein großer Teil der neuen Gruppen entstand bzw. lebte aus mehrheitlich drei Gründen. Auf der einen Seite war es der Beginn der öffentlichen Diskussion über Selbsthilfe im psychosozialen und Gesundheitsbereich, die sich Anfang der 70er-Jahre entwickelte und bei der die Selbsthilfegruppen im Suchtbereich immer wieder als gutes Beispiel genannt wurden. Mit der Auswirkung, dass es „in“ war, in Selbsthilfegruppen

zu gehen bzw. auf sie hinzuweisen. Auf der anderen Seite war es die enge Zusammenarbeit im beruflichen Bereich. Jeder Betrieb, der etwas auf sich hielt, unterstützte einen ehemaligen Abhängigen, damit dieser im Betrieb als Ansprechpartner zur Verfügung stand und Menschen mit problematischem Alkoholkonsum mit in die Selbsthilfegruppe nahm. Und drittens war der Stellenwert der Selbsthilfegruppen so hoch, dass es für Beratungsstellen und Kliniken selbstverständlich war, dass der Besuch einer Selbsthilfegruppe vor, während und nach der Therapie das Mittel der Wahl war.

Das waren Zeiten! Doch viele Gruppen fühlten sich überfordert. „Wir haben keine Zeit für uns“ (damit meinte man die Mitglieder, die schon etwas länger dabei waren); „Wir müssen auch mal etwas für uns tun“ (und fingen an, Therapeutenverhalten zu kopieren). Viele Gruppen machten „dicht“ – und als ihnen auffiel, dass doch mal wieder neue Menschen kommen sollten,

hatte sich die Landschaft grundlegend geändert. Die ehrenamtlichen Helfer in den Betrieben waren durch Sozialarbeiter abgelöst worden, die für das Gesundheitsmanagement insgesamt tätig waren. Sucht sollte nicht stigmatisiert werden, sondern nur eine Erkrankung wie jede andere sein – die Zusammenarbeit zwischen den – jeweils auf ihre Weise arbeitenden – Selbsthilfegruppenmitgliedern und den professionellen Helfern hatte einen Riss bekommen.

Die Therapeuten in den Kliniken und Beratungsstellen hatten sich überlegt, dass sie selbst Nachsorgegruppen anbieten könnte. Die Selbsthilfefreundlichkeit führte trotz aller gesetzlich verankerten finanziellen Förderung nicht dazu, dass mehr Menschen in Sucht-Selbsthilfegruppen vermittelt wurden.

Da fehlten die Neuen. Darum musste man sich

VIELE  
GRUPPEN  
MACHTEN  
DICHT –

UND  
ALS IHNER  
AUFFIEL,  
DASS DOCH  
NEUE MENSCHEN  
KOMMEN  
SOLLTEN,  
HATTE SICH DIE  
LANDSCHAFT  
GRUNDLEGENDE  
GEÄNDERT.

früher keine Sorgen machen. Die reine, konsequente Arbeit in einer Selbsthilfegruppe wurde verwässert, weil es zum Teil nicht mehr gelang, genügend Besucher für die Selbsthilfegruppen zu gewinnen. Kein Interesse in der Öffentlichkeit und Veränderungen in der professionellen Hilfe. Professionelle Hilfe war plötzlich rund um die Uhr und kosten- deckend möglich. Kein Grund, in eine Gruppe zu gehen, wenn ich jederzeit „meinen“ Sozialarbeiter anrufen kann. Und im Betrieb und in der Verwaltung traut man sich immer weniger, auf Hilfenotwendigkeiten und Hilfemöglichkeiten in der Selbsthilfegruppe hinzuweisen.

Alle Verbände im Bereich der Sucht-Selbsthilfe haben sich mit diesen Entwicklungen auseinander zu setzen. Positiv gesprochen geht es ihnen darum, die helfenden Strukturen zu erhalten. Doch in erster Linie geht es darum, den Rückgang der Mitgliederzahlen aufzuhalten. Denn weniger Mitglieder bedeuten weniger Helfer, weniger Beiträge, weniger Teilnehmende an der Weiterbildung, weniger Leben in der Organisation, weniger Menschen in den Selbsthilfegruppen. Hier beginnt das, was man einen Teufelskreis nennt.

Ein Mittel, im Verband zu mobilisieren und spezifische Themen intensiver zu bearbeiten, sind Projekte. Mit Mitteln der Selbsthilfeförderung durch die Gesetzliche Krankenversicherung gibt es zu allen erkannten Problemfeldern verbandliche und verbandsübergreifende Projekte. Qualifizierte Projekte, die sich mit einzelnen Zielgruppen beschäftigten (junge Menschen, Familienangehörige), sich mit Methoden der Hilfe auseinandersetzten (Stichwort Digitalisierung, Gesprächsführung); Zusammenarbeit zwischen professioneller und freiwilliger Hilfe – die Reihe ließe sich noch beliebig verlängern.

Dann kam der Punkt, an dem sich die Verbände mit sich selbst beschäftigten: Warum ist das bei uns so? Was können und sollen wir in Zukunft tun? Die Mitglieder, die für die Mitarbeit gewonnen werden konnten, setzten sich auch mit den Fragen auseinander, die ich zu Beginn dieses Artikels beschrieben habe: Müssen wir uns als Verband völlig neu erfinden? Oder haben wir uns zu sehr von unseren Zielen und Grundsätzen entfernt?

Ich möchte diese Frage aber nicht aus der Sicht eines Verbandes beantworten, sondern am Beispiel der Arbeit der Selbsthilfegruppen. Nur nebenbei: Wenn diese Arbeit gut läuft, geht es auch den Verbänden gut.

SELBSTHILFEGRUPPEN  
SIND GEPRÄGT  
VOM WILLEN  
ZUR PERSÖNLICHEN  
ENTWICKLUNG.

DIE  
GUTTEMLER  
HATTEN BEREITS  
FRÜH ERKANNT,  
DASS ES  
WICHTIG IST,  
DASS SICH  
ABHÄNGIGE  
TREFFEN UND  
AUSTAUSCHEN  
KÖNNEN.

Die Guttempler hatten bereits sehr früh erkannt, dass es wichtig ist, dass sich Abhängige treffen und austauschen können und gründeten in Bremen – noch bevor die AA nach Norddeutschland kamen – die damals so genannten „Neuland-Gruppen“. Später, in der Konzeption der Suchtkrankenhilfe der Guttempler nannten wir sie Gesprächsgruppen, manchmal auch Nachsorgegruppen. Allen gemeinsam war, dass es beim Treffen nicht um Angelegenheiten der Verbände oder der Kommunen oder der Arbeitgeber ging, sondern dass es einzig und allein um das ging, was den Einzelnen heute bewegte. In diesen Gruppen musste nicht überlegt

werden, ob ich aufhöre zu trinken oder nicht. In diesen Gruppen war klar, dass nur die Abstinenz eine weitere Entwicklung ermöglichte. „Wenn Alkohol Probleme macht, dann ist Alkohol das Problem“ hieß eine stehende Redewendung, die auch heute nichts von ihrer Gültigkeit verloren hat. Es war einfach, klar. Wenn dann noch die „richtigen“ Menschen im Raum waren, konnte nichts mehr schiefgehen.

Sucht-Selbsthilfegruppen besuchte man regelmäßig. Sucht-Selbsthilfegruppen sind keine „Plaudertreffen“ oder wie es Prof. Lothar

Schmidt ausdrückte „Waschmaschinengruppen“, in denen man sich nur über die aktuelle Befindlichkeit austauscht. Selbsthilfegruppen sind geprägt vom Willen zur persönlichen Entwicklung. Es geht nicht mehr um den Leidensdruck, den persönlichen Tiefpunkt, sondern es geht um vertrauensvoll zusammenkommende „Erzählgemeinschaften“, in denen in immer tiefere Schichten der Persönlichkeit vorgedrungen wird. Das ist nicht nur Spaß und einfach, sondern das bedarf der Auseinandersetzung mit den Fragen des Lebens.

Dabei spielen die Ziele der Verbände, die Ziele der Guttempler, eine wichtige Rolle. Warum ist die Enthaltsamkeit für mich wichtig? Welche Gründe hat es, dass Menschen keine Suchtmittel zu sich nehmen? Warum lebten die Gründer der Guttempler vor mehr als 170 Jahren abstinent? Warum trägt diese Idee heute noch? Nicht nur für ehemals Abhängige, sondern für Menschen, die sich bewusst für eine konsequent alkoholfreie Lebensweise entscheiden.

In der Selbsthilfegruppe wird offenbar, dass Dinge bewusst werden, die ich unreflektiert bereits gelebt habe. Zu erkennen, dass es bei der gelebten Brüderlichkeit nicht nur um Hilfe geht, sondern auch um eine Haltung zu allen Menschen. Und dass der Frieden in mir beginnt, dass damit alle meine Einstellungen zu anderen Menschen gemeint sind. Dass „gruppenbezogene Menschenfeindlichkeit“, wie Prof. Heitmeyer es ausdrückt, in unserer Gesellschaft allgegenwärtig ist, und dass dies von mir erkannt und in der persönlichen Einstellung gelebt wird.

Noch einmal: Entwicklung in der Selbsthilfegruppe bedeutet, dass ich mit meinen Freundinnen und Freunden auf diese Ziele hinarbeite, dass ich dafür meine Zeit und Hilfestellung durch die Gruppe erfahre.

„Sucht-Selbsthilfe muss ihren Grundsätzen treu bleiben, wenn sie überleben will“, so schrieb es Udo Saueremann vor ein paar Jahren. Ich bin fest davon überzeugt, dass es stimmt. Damit komme ich auf die Anfangsfragen zurück: Jede Generation muss sich neu fragen, ob sie noch zu den Zielen der Organisation steht. Nur auf dieser Basis müssen wir uns fragen, ob es Entwicklungen in der Zukunft geben wird, auf die heute bereits reagiert werden muss. Aber das ist nur die Frage der Organisation.

In der Hilfe, in der Selbsthilfegruppe, geht es um das Wachsen der teilnehmenden Menschen. Es geht um sie, um ihre Nöte und Notwendigkeiten. Um Gespräche in helfender Atmosphäre mit der Chance zur Veränderung. Die starken Ziele der Guttempler sind Leitgedanken, denen Raum gegeben werden kann

und die es immer wieder ermöglichen, mein Leben neu zu greifen.

Für die Guttempler ist wichtig: Es ist aller Mühen wert, sich für eine gute Selbsthilfgruppenarbeit einzusetzen. Nur diese Arbeit sichert das Überleben des Verbandes und trägt ihren Teil dazu bei, dass die Gesellschaft sich entwickelt und ihr menschliches Angesicht behält.

**ROLF HÜLLINGHORST**

*Bielefeld*



Rolf Hüllinghorst war bis zu seinem Ruhestand 19 Jahre lang Geschäftsführer der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen (DHS), anschließend Projektleiter der Familienklubs, eines von der Barmer Ersatzkasse finanzierten Projekts der Guttempler in Deutschland.

# Nottelefon Sucht

## 0180 365 24 07\*

\*Festnetzpreis 9 ct/min.;  
Mobilfunkpreise maximal 42 ct/min.



**GUTTEMPLER**  
SELBSTHILFE UND BEWEGUNG  
[www.guttempler.de](http://www.guttempler.de)

Ein Förderprojekt der **BAHN**BKK

# Offizielle Einladung zum 122. Bundesverbandstag am 14. November 2020

im RELAXA-Hotel · An der Peesel 1 · 31162 Bad Salzdetfurth

Die Geschäftssitzung des 122. Bundesverbandstages beginnt am 14.11.2020 um 9 Uhr. Wegen umfangreich vorliegender satzungsändernder Anträge ist der komplette Samstag hierfür vorgesehen.

Auf dem Bundesverbandstag 2020 stehen entsprechend der §§ 29, 30, 35 der Satzung der Guttempler in Deutschland folgende Wahlen an:

- Bundesvorsitzende oder Bundesvorsitzender
- zwei stellvertretende Bundesvorsitzende
- Bundessekretärin oder Bundessekretär
- Bundesschatzmeisterin oder Bundesschatzmeister
- bis zu fünf weitere Vorstandsmitglieder, welche für die von der Geschäftssitzung zu bestimmenden Sachgebiete zuständig sind
- fünf Mitglieder für den Prüfungsausschuss

Abhängig vom Ergebnis der Abstimmung über die satzungsändernden Anträge sind bezüglich der Wahlvorgänge Änderungen möglich.

Der 122. Bundesverbandstag war ursprünglich für das Wochenende vom 21. bis 24. Mai 2020 geplant. Er musste wegen der Auswirkungen der Corona-Pandemie verschoben werden. Es gibt daher im November kein Rahmenprogramm – es findet ausschließlich am 14.11.2020, ganztägig die Geschäftssitzung statt. Sollte sich die Pandemie-Situation wieder verschärfen, muss mit einer erneuten Verschiebung gerechnet werden.

## Für die Delegierten

Anreise am 13.11.2020, zum gemeinsamen Abendessen um 18 Uhr.

Beginn der Geschäftssitzung: 14.11.2020, 9 Uhr.

Abreise am 15.11.2020, nach dem Frühstück.

Anmeldungen per E-Mail (incl. Einzel- oder Doppelzimmerwunsch) bitte bis zum 30.09.2020 an die Bundesgeschäftsstelle.

## Für Mitglieder und Gäste

Anmeldung per E-Mail (incl. Einzel- oder Doppelzimmerwunsch) ebenfalls bitte bis zum 30.09.2020 an die Bundesgeschäftsstelle. Wegen der gültigen Hygienevorschriften sind organisatorische Vorkehrungen zu treffen, z. B. Sitzplatzzuweisungen.

*Der geschäftsführende Bundesvorstand*

**PETRA KRAUSE · FRITHJOF AXT · FREDRIC SCHULZ · RAINER USZINSKI**

*Hamburg, 15. Juni 2020*

# Vision 2030 – Building Hope

## Ein Projekt von FORUT und Hope and Beyond

FORUT befindet sich mitten in der Planung und Mobilisierung von Ressourcen für den Bau des neuen Zentrums „Center of Excellenz for Addiction“ von Hope and Beyond. Es wird in Uganda im Distrikt Mpigi, eine gute Autostunde von der Hauptstadt Kampala entfernt, entstehen. Bei meiner Vorbereitungsreise im Februar konnte ich bereits 3.700 Euro, die FORUT als Spenden erhielt, an Dr. Kalema übergeben. Damit ist neben der wichtigen Sicherung des erforderlichen Landes bereits die Summe von 7.600 Euro vorhanden, die Hope and Beyond für diesen Zweck einsetzen kann.

Erste Vorbereitungsarbeiten wie die Erstellung von Bauplänen und eine Anbindung an das öffentliche Stromnetz sind erfolgt und die architektonischen Pläne wurden von den zuständigen Behörden genehmigt. Unter anderem muss zum Beispiel die Abfall- und Abwasserentsorgung sichergestellt sein, was vom Wasseramt in Mpigi während meines Besuchs kontrolliert wurde. Der zuständige Beamte äußerte sich mehr als zufrieden mit den detaillierten und gut durchdachten Plänen. Auch ein Treffen mit den Verantwortlichen des Dorfes Nakabiso, in dessen Areal das Zentrum stehen wird, verlief sehr harmonisch und positiv. Der Bau ist dort hochwillkommen, das Dorf erhofft sich vor allem eine bessere Versorgung mit Wasser und eine Verbesserung der Infrastruktur, wie uns der Dorfvorsitzende

John Kaljesubuka erklärte. Besonders erfreut zeigte sich die Beauftragte für Frauenangelegenheiten, Beatrice Mayangia, da viele Männer des Dorfes unter Alkoholsucht leiden, was für deren Frauen und Kinder ein erhebliches Problem darstellt. „Einige der Kinder gehen nicht mehr zur Schule, weil ihre Väter das Geld für den Schulbesuch für Alkohol ausgeben...“ nennt sie als eines der dringlichsten Probleme. Das Dorf zählt etwa 10.000 Einwohner, über die Hälfte davon Kinder. Die fruchtbare, ländliche Umgebung sichert eine gute Versorgung mit Nahrungsmitteln, es gibt Schulen und

Kirchen, die Kriminalitätsrate ist niedrig, versichert uns der Eldermen Nyono John. „It is a peaceful and quiet area we live in“ sagt er im Interview. Größtes Manko, darüber ist sich der gesamte Dorfrat einig, ist die nicht vorhandene medizinische Versorgung. Die nächstgelegene Gesundheitsstation ist mehr als acht Kilometer

entfernt, häufig nicht besetzt und chronisch überlastet. So ist es vor allen Dingen die Aussicht auf das an die Klinik angegliederte Gesundheitszentrum, die bei den Menschen des Dorfes eine erwartungsvolle Haltung auslöst. Zum Zeitpunkt des Lockdowns war geplant, das Land, das sich in Hanglage befindet, für den Bau in Stufen einzuebnen, doch ob diese Arbeiten noch in diesem Jahr durchgeführt werden können, bleibt ungewiss. Die Regenzeit hat inzwischen eingesetzt und niemand kann vorhersehen, wie die Corona-Regelungen der Regierung später im Jahr

aussehen werden. Das gesamte Vorhaben, das am Anfang des Jahres 2020 so vielversprechend begonnen hat, muss nun hinter gesundheitlichen Risiken zurückstehen und wir können alle nur abwarten, wie sich die COVID-19-Pandemie auf den Rest der Aktivitäten auswirken wird. Doch FORUT plant, unbenommen davon, weiterhin einige größere Aktivi-

täten, um die notwendigen Spenden für den ersten Bauabschnitt, ein Gesundheitscenter, zu realisieren. Dieses wird das Herzstück der kommenden Rehabilitationseinrichtung und soll den Menschen der Region zeigen, dass es uns Ernst ist. Wir haben viel vor, wollen aber weiterhin in überschaubaren Schritten daran arbeiten und hoffen auf viel Unterstützung, um den Menschen vor Ort zu helfen, ein besseres und selbstbestimmtes Leben zu führen.

**ULRIKE KLAHN**  
FORUT

GRÖSSTES  
MANKO  
IST DIE NICHT  
VORHANDENE  
MEDIZINISCHE  
VERSORGUNG.

FORUT  
PLANT WEITERHIN  
AKTIVITÄTEN,  
UM DIE SPENDEN  
FÜR EIN  
GESUNDHEITSCENTER  
ZU REALISIEREN.

# Hope and Beyond in Uganda und die Widrigkeiten durch COVID-19

Im Februar 2020, unmittelbar vor der Pandemie, konnte ich mir während meiner Vorbereitungsreise ein Bild vom aktuellen Stand der Planungen in Uganda machen.

Zufrieden, mit vielen neuen Plänen und Ideen sowie jeder Menge Video- und Fotomaterial im Gepäck, bin ich wieder nach Hause zurückgefliegen. Nur weni-



*Besprechung in Nakabiso mit dem Dorfrat.*

ge Tage danach war dann schlagartig alles verändert. FORUT erhielt am 19.05.2020 auf mein Bitten hin, einen Bericht von Dr. David Kalema zur Situation in der Suchthilfeeinrichtung in Kampala.

Daraus hier ein paar Auszüge: Hope and Beyond (HaB) wurde, wie andere Institutionen auf der ganzen Welt, nicht von den bedrohlichen Auswirkungen der Corona Pandemie verschont. Doch die Mitarbeiter sind engagiert und setzen ihre Arbeitsleistungen fort. Die akuten Auswirkungen der Pandemie auf die Organisation erforderten sofortige vorübergehende Maßnahmen, um die Einrichtung am Leben zu halten: Im März 2020 kündigte die ugandische Regierung einen vollständigen Lockdown an, wodurch der öffentliche und private Verkehr (außer zu Fuß oder mit dem Fahrrad)

gestoppt wurde. Zusätzlich wurde eine Ausgangssperre von 19 Uhr bis 6.30 Uhr verhängt. Schulen, Kirchen und andere soziale und wirtschaftliche Unternehmen wurden geschlossen. Nur wesentliche Dienstleistungen, wie Lebensmittelverkauf und medizinische Einheiten, durften betrieben werden. In Erwartung der Sperrung hatte Dr. Kalema sich zuvor entschlossen, seine Familie nach Kavule, Mpigi, zu bringen, wo das HaB-Kompetenzzentrum für Sucht und ein Privathaus geplant sind. Da Kavule außerhalb der Hauptstadt liegt, ist es sicherer für die Familie und bietet im Gegensatz zum Haus in Kampala, die Möglichkeiten der Selbstversorgung durch den Garten.

Der Aufenthalt in Mpigi war jedoch eine neue Herausforderung für die Verwaltung von HaB. Wegen der ständig zunehmenden staatlichen Beschränkungen musste sich Dr. Kalema ein Motorrad mieten und mindestens drei Tage in der Woche von Mpigi zur ca. eine Stunde entfernten HaB-Suchteinrichtung zu fahren, um die administrativen und klinischen Bedürfnisse der Patienten bewerkstelligen zu können. Als registrierte medizinische Einrichtung blieb HaB, trotz starker Einschränkungen betriebsbereit. Zu Beginn der Sperrung reduzierte sich die Zahl der Patienten sehr schnell von 28 auf 12, da viele das Schlimmste befürchteten und nach eigener Aussage „lieber mit ihren Lieben sterben wollten.“ Da HaB weitgehend von den Patientengebühren getragen wird, gingen die Einnahmen erheblich zurück. Selbst die wenigen Patienten, die im Zentrum geblieben waren, konnten ihre Gebühren aufgrund des Einkommensverlusts ihrer Sponsoren nicht bezahlen. Geplante (Hochrisiko-) Angebote wie



*Dorfrat Nakabiso*



Camps, Hausbesuche und fortgesetzte Betreuung von bereits entlassenen Patienten mussten eingestellt werden. Außerdem wurden neue Verfahren eingeführt, die viel Geld kosten. Die Lebensmittelpreise stiegen infolge der COVID-19-Krise dramatisch an. Zudem verdreifachten sich die Kosten für Medikamente und medizinische Hilfsmittel. Angesichts der explodierenden Preise, dem sinkenden Einkommen und ohne externe Unterstützung (nicht einmal von der Regierung) war das Management gezwungen, in mehreren Bereichen entscheidende Maßnahmen zu ergreifen:



*Wichtiger Nachsorgebesuch bei der Familie eines kürzlich entlassenen Klienten, fällt wegen Corona zurzeit aus.*

1. Sicherheit geht vor! Um für Personal und Patienten größtmögliche Sicherheit zu gewährleisten, wurde eine Besuchersperre verhängt. Des Weiteren wurde eine Pufferzone für Neuaufnahmen eingerichtet, da diejenigen, die Hilfe brauchten, nicht abgewiesen werden sollten, Personal und Patienten aber vor einem möglichen Risiko einer COVID-19-Infektion geschützt werden mussten. Während des Lockdowns nahmen die telefonischen Anfragen zu und viele Hilfesuchende beantragten die Aufnahme. Daher wurde eine nahegelegene medizinische Einrichtung beauftragt, Platz für ein 14-tägiges Quarantäneprogramm für Neu-Patienten zu bieten, bevor diese sich dem Reha-Programm anschließen dürfen. Weitere Schutzmaßnahmen waren die Bereitstellung von Handschuhen und Masken für das Personal sowie der Kauf des Objektthermometers.

2. Personalwechsel: Unter anderem hat der anhaltende Lockdown den Mitarbeitern außerhalb des Wohnbereichs den Zugang zur Arbeit verwehrt und mehrere Personalumstellungen waren nötig. Ein kleines Arbeit-

steam: Ein „Rumpf-Team“ unter der Leitung der Oberschwester, bestehend aus einem Berater, einer Verwaltungsassistentin, einer Krankenschwester, drei Wachmännern und zwei Köchen, kümmert sich um die Patienten und setzt in telefonischer Absprache mit den anderen Mitarbeitern den Zeitplan des

Zentrums um. Zur Verringerung des Risikos sind die wenigen verbleibenden Mitarbeiter im Zentrum eingesperrt und haben seit dem Lockdown nicht mehr mit ihren Familien interagiert. Reduzierte Bezahlung und Urlaub für andere: Mit der Ankündigung des Lockdowns wurden die Dienste von Freiwilligen und Teilzeitbeschäftigten eingestellt und alle Vollzeitbeschäftigten, deren Arbeit von der Sperrung betroffen war, wurden als bezahlter Urlaub eingestuft. Nach Ablauf der vereinbarten bezahlten Urlaubstage erhielten wichtige Mitarbeiter, die per Telefonkontakt oder Internierung weiter tätig blieben, die Hälfte des Entgelts. Währenddessen andere Personen wie der Verwalter und der Ergotherapeut, die keine Aufträge ausgeführt hatten, aufgefordert wurden, auf unbestimmte Zeit unbezahlten Urlaub zu nehmen.

3. Änderungen im Aktivitätenplan und in der Versorgung der Patienten: Viele persönliche Therapien einschließlich Ergotherapie und spirituelle Therapien sind ausgesetzt. Eine telefonische Beratung wurde eingeführt und derzeit werden Möglichkeiten für den Betrieb von Online-Beratungsdiensten geprüft. Außerdem wurde die Speisekarte überarbeitet, um vermehrt Früchte anzubieten und einige der teuren Lebensmittel wegzulassen. Diese Pandemie betrifft HaB und die Suchthilfearbeit weiterhin auf viele bedrohliche und äußerst alarmierende Arten. Die Situation ändert sich sehr schnell. Die Neuinfektionsrate in Uganda ist derzeit höher als je zuvor. Als Reaktion darauf macht die Regierung zweimal pro Woche neue Ankündigungen, welche die Planungen von Aktivitäten erschweren. Aber unsere Freunde in Ostafrika machen weiter – einen Tag nach dem anderen. Und wir werden sie dabei weiterhin so gut, wie es uns möglich ist, unterstützen.



*Freizeitgestaltungen, wie gemeinsames Backen, Basteln oder Nähen, fallen derzeit leider auch aus.*

**ULRIKE KLAHN**  
FORUT

# Der orangefarbene Tampen\*

\*Tampen ist das Ende einer Leine oder Taues; häufig wird auch eine Leine als Tampen bezeichnet.



Menschen, die sich bei den Guttemplern ehrenamtlich engagieren, können sich im Rahmen der neuen Artikelreihe „Der orangefarbene Tampen“ vorstellen.

Sie erzählen ihre individuelle Mutmacher- und Erfolgsgeschichte und stellen sich zusammen mit einem aktuellen Foto vor. Der orangefarbene Tampen ist immer dabei, er symbolisiert hierbei die Verbindung der vorgestellten Personen. Eine Möglichkeit sich bundesweit besser kennenzulernen und neugierig aufeinander zu werden. Diese dritte Geschichte kommt aus dem Saarland.

**BARBARA HANSEN**

*Geschäftsführerin und Suchtreferentin  
Guttempler in Deutschland*

## VORSTELLUNG

Hallo, mein Name ist Nicole Maas. Ich bin Jahrgang 1965 und hatte leider nicht das Glück, in eine liebevolle, sorgende und fürsorgliche Familie geboren zu sein. Dies hatte zur Folge, dass ich schon sehr früh gelernt habe alleine klarzukommen, bzw. einfach irgendwie durchzukommen. Dysfunktionale Verhaltens- und Gedankenstrukturen entwickelten sich deshalb schon in Kindheitstagen.

In der Grundschule fiel auf, dass ich im Sport nicht ungeschickt war. Im Alter von neun Jahren fing ich an zu Voltigieren und zu Reiten. Auf der weiterführenden Schule entdeckte man meine Fähigkeiten im Turnen und der Leichtathletik. In allen genannten Bereichen wurde ich gefördert, durch Lehrer und Trainer der jeweiligen Sportarten. Das war Segen und Fluch zugleich. Endlich hatte ich eine Ersatzfamilie gefunden. Ich wurde gesehen und war sozial integriert. Andererseits hatte ich es durch die Vernachlässigung seitens meines Elternhauses immer schwer und schwerer mit-

halten zu können. Vor allem in finanzieller Hinsicht. Kinder, welche von ihren Eltern unterstützt wurden, egal ob finanziell oder durch Interesse an ihren Kindern, hatten es in meiner Wahrnehmung leichter. So kam es, dass ich anfang mich zurückziehen.

Den Pferden blieb ich jedoch verbunden, bis heute.

Zwischenmenschlich wurde es für mich immer schwieriger. Je älter ich wurde, desto mehr litt mein Selbstwertgefühl. Mit Alkohol und Marihuana, später auch mit Tabletten, versuchte ich die-

*Nicole Maas beim Bogenschießen*





ses emotionale Chaos zu bewältigen. Da war ich dreizehn Jahre alt. Nach außen hin führte ich ein ganz normales Leben. Ich

habe Fachabitur gemacht, einen Beruf erlernt, eine Familie gegründet, ein Haus gebaut. Und immer ganz unauffällig konsumiert. Immer mehr, um meine fehlende Selbstregulierung wenigstens einigermaßen ertragen zu können. Es entwickelten sich Schlaf- und Essstörungen, Angst- und Panikattacken, Depressionen und Suchtverhalten. Nach 38 Jahren des Konsums kam 2016 der Zusammenbruch.

Ich ging zur Caritas, um mir helfen zu lassen. Dies war der erste Schritt in die richtige Richtung!

Am 8.12.2016 begann meine Kombitherapie. Wie schon erwähnt, blieb der Sport für mich in all den Jahren immer wichtig, um Stress abzubauen. Aber während des stationären Aufenthaltes in der Suchtfachklinik, machte ich zum ersten Mal die Erfahrung, was eigentlich in meinem Körper und Geist vorgeht, wenn ich Sport nicht nur als Kompensationsmechanismus betreibe, sondern aufmerksam und achtsam beobachte, was in und mit mir geschieht.

Das war für mich ein wichtiger Wendepunkt in meinem Leben. Ausgelöst durch einen Kurs für meditativen Bogenschießen. Absolutes Neuland für mich: nicht leistungsorientiert, nicht bewertet, beurteilt oder gemessen zu werden. Nicht den Anspruch an sich selbst zu haben immer perfekt zu sein. Sondern genau das Gegenteil. Loslassen können, intuitiv das Richtige zu tun. Es gibt sehr viele Parallelen zwischen dem meditativen Bogenschießen und meinem Alltag. Manchmal kralle ich mich so an Dingen fest und das ist auch beim Bogenschießen so, man krallt sich an der Sehne fest und je mehr man krallt, umso schwerer fällt es, etwas auf den Weg zu bringen. Der Wunsch in mir, Dinge auf den Weg zu bringen, erfordert das Loslassen von alten Gewohnheiten, Verhaltens- oder Gedankenstrukturen. Aber ich habe auch den Wunsch nach Sicherheit und Festhalten in mir. Dieses Spannungsfeld dazwischen ist eine große Hürde für mich. Und

*„Auspowern“ auf dem Rennrad*

damit umzugehen lernte ich beim Bogenschießen. Es bedarf des Loslassens um anzukommen. Ich kann Abstand nehmen. Ich konzentriere mich auf die Abläufe, suche immer wieder neue Ziele, verändere meinen Standpunkt. Nicht nur mit Pfeil und Bogen, sondern dadurch habe ich gelernt auch im alltäglichen Leben so vorzugehen. Jedenfalls versuche ich es. Meine innere Präsenz wiederzufinden, im Hier und Jetzt sein zu können. Das Bogenschießen fördert meine Selbstwahrnehmung und meine Stimmung. Es verringerte meine Depression und verstärkt meine geistige Gewandtheit.

Zum körperlichen Auspowern nehme ich gerne mein Rennrad. Ich denke, ich habe mittlerweile eine ganz gute Balance zwischen Arbeit, geistiger und körperlicher Aktivität gefunden. Wenn ich jetzt noch lerne mit meiner Persönlichkeitsstörung umzugehen, mit Hilfe der aktuell noch laufenden Therapie, dann denke ich, wird einer glücklichen und dauerhaften Abstinenz nichts mehr im Wege stehen.

## INTERVIEW

### Wer oder was hat Dich zu den Guttemplern geführt?

Während meiner Entwöhnungsbehandlung bei der Caritas, wurde ich durch eine Vorstellungsveranstaltung der damaligen Gruppenleiter der Guttempler, auf die Neunkircher Gesprächsgruppe aufmerksam. Noch während meiner Therapiezeit beschloss ich, mir diese Gruppe anzuschauen und bin seitdem dort. 2018 machte ich die Gruppenleiterschulung und wurde Guttemplerin.

### Was fasziniert Dich an den Guttemplern?

Die offene und ungezwungene Art der Kommunikation innerhalb der Gruppen. Es ist für mich ein Segen unter Leuten zu sein, die mich verstehen und mich nicht abwerten, nur weil ich suchtkrank bin.

**Was hast Du durch die Guttempler gelernt?**

Ich habe gelernt, dass ich für mein suchtmittelfreies Leben und für die Entscheidungen im Leben, die getroffen werden müssen, zwar selbst verantwortlich bin, aber dass ich mir dabei durchaus Hilfe und Ratschläge holen darf. Früher dachte ich immer, dass ich mit allem alleine dastehe.

**Was würdest Du gerne mal in Zusammenarbeit mit den Guttemplern machen?**

Ich würde gerne das Angebot der Selbsthilfegruppen für Glücksspieler und Glücksspielerinnen in Deutschland erweitern.

**Was war das schönste, aufregendste oder einschlägigste Erlebnis mit den Guttemplern?**

Das war und ist definitiv das Gefühl, immer ein Netz über dem Boden zu haben, wenn das Leben mal gerade wieder Purzelbäume schlägt.

**Ich bin Guttempler, weil ...**

die ehrenamtliche Arbeit in der Suchthilfe meinen Horizont erweitert. Ich kann durch die Weiterbildungen immer Neues in Erfahrung bringen, meinen Blickwinkel ändern oder neue Perspektiven gewinnen. Das alles hilft mir, ein glückliches abstinentes Leben zu führen und andere auf diesem Weg begleiten zu können.

**Welche Rolle spielen die Guttempler in Deinem Leben?**

Die Guttempler sind mein Fundament für eine stabile Abstinenz. Ich brauche unbedingt den Austausch mit Menschen, die nachvollziehen können, wie man als Suchtkranker denkt, fühlt, leidet, fällt und ... wieder aufsteht.

**Was würdest Du gern Deinem Vergangenheits-Ich mit auf den Weg geben?**

Eine schwierige Frage für mich, wegen meiner Persönlichkeitsstörung. Meinem Suchtanteil würde ich jedoch gerne mit auf den Weg geben, dass süchtiges Verhalten keine Art der Verbesserung ist. Es zerstört, ruiniert und tötet. Niemand würde, wenn man die Sucht vermenschlichen würde, sich mit so jemanden abgeben.



*Nicole Maas – den Pferden verbunden geblieben*

**Wie zum Beispiel hat die Abstinenz Dein Leben verändert?**

Ich bin mir selbst nähergekommen. Ich lerne mit Gefühlen, Emotionen und Gedanken umzugehen. Im Konsum war das gar nicht möglich. Es ist nicht immer einfach, aber dieser Weg führt irgendwann zum Ziel, da bin ich mir sicher.

**Wie steht Dein Umfeld zu Deinem suchtmittelfreien Lebensstil?**

Ich war niemand, der zu Konsumzeiten aufgefallen ist. Deshalb nehmen andere meine Veränderung wohl kaum wahr. Kommt jedoch die Rede darauf, und ich stehe zu meiner Sucht, erfahre ich immer Anerkennung.

**Wer soll als nächstes das Tau bekommen?**

Ich übergebe den orangefarbenen Tampen an Jürgen Stumpf aus Rheinland-Pfalz.

**Warum soll gerade diese Person das Tau bekommen?**

Ich habe Jürgen auf einer Gruppenleiterschulung kennengelernt. Ich fand seine Art und seine Denkansätze sehr interessant. Ich denke, dass seine Geschichte auch bewegen wird.

**NICOLE MAAS**

*Landesverband Rheinland-Pfalz und Saarland*

# Corona und kein Ende – unser langer Weg in eine andere Normalität

Spätestens im März dieses Jahres hat die Corona-Pandemie unseren Verband und die Suchtselbsthilfe insgesamt erreicht. Am 17.3.2020 haben wir unsere Mitglieder darüber informiert, dass ein mit den politisch Verantwortlichen abgestimmtes, bundesweit einheitliches Handlungskonzept, weitreichende Konsequenzen auch für unseren Verband hat:

## Der Lockdown

Alle Aktivitäten in den Gemeinschaften und Gesprächsgruppen vor Ort durften nicht mehr stattfinden. Fast alle Landesverbandstage konnten nicht mehr durchgeführt werden. Sie wurden auf unbestimmte Zeit verschoben. Die für den 17. bis 19.4.2020 in Kirkel geplante Bundesausschusssitzung wurde abgesagt mit der Option, sie zu einem späteren Zeitpunkt in Form einer Videokonferenz nachzuholen. Und schließlich musste der vom 21. bis 24. Mai geplante Guttempler-Kongress ebenfalls verschoben werden. Das war nicht leicht: 167 bereits erfolgte Anmeldungen und diverse gebuchte Programmteile mussten vom organisierenden Landesverband Rheinland-Pfalz und Saarland rückabgewickelt werden.

## Neue Kommunikationswege

Den Kopf in den Sand stecken? Das hat bei uns nicht stattgefunden. Von Anfang an haben wir Angebote entwickelt und vorangetrieben, um uns neue Kommunikationswege zu erschließen. Wir wollten in dieser Zeit, in der wir uns nicht persönlich begegnen durften, dennoch kommunizieren – miteinander und mit den Menschen, die sich in Not an uns wenden. Wichtig waren uns dabei auch unsere älteren Mitglieder und Gäste, die über elektronische Medien entweder gar nicht oder nur sehr eingeschränkt verfügen. Wir haben daher sehr schnell kostenlose Telefonkonferenzschaltungen bereitgestellt. Das war ein richtiger Volltreffer – dieses Angebot ist verbandsweit von etlichen Gemeinschaften, Gesprächsgruppen und Vorständen sehr schnell angenommen worden und wird bis heute praktiziert. Auch andere Verbände sind interessiert. Der große Vorteil gegenüber der Variante, einzeln miteinander zu telefonieren, besteht in der Chance, in der gewohnten Gruppe gleichzeitig zusammen zu kommen und sich auszutauschen, Absprachen zu treffen, Hilfebedarfe zu erfragen und anzubieten oder auch einfach nur zu klönen. Die Schleswig-Holsteiner haben diese Möglichkeit sogar aufgegriffen, um die

erste landesweite Telefonkonferenz der Guttempler in Schleswig-Holstein zu starten. Alle Mitglieder des Landesverbandes konnten sich mit ihren Fragen und Unsicherheiten oder auch einfach mit ihren Kontaktbedürfnissen an ihren Landesvorstand wenden.

## Das Nottelphon Sucht

Wir haben das bundesweite Angebot „Nottelphon Sucht“ gepusht. Frithjof Axt, Ulrich Bernhard und den vielen freiwilligen Mitmacherinnen und Mitmachern sei Dank! Es läuft mittlerweile im Regelbetrieb, wird gut angenommen und wir bewerben es bundesweit und erklären es auf unserer Homepage – einschließlich eines Videos. Zu Recht dürfen wir wohl ein klein wenig stolz auf dieses guttemplerische Alleinstellungsmerkmal sein!

## Sichere Informationen

Ein weiteres wichtiges Ziel war, unseren Mitgliedern in diesen „verrückten“ Zeiten Sicherheit durch Informationen über verlässliche Quellen zu geben und alternative Möglichkeiten und Ideen zu präsentieren. Dies hat das Sachgebiet Öffentlichkeitsarbeit schnell, nahezu täglich, gut aufbereitet und leicht erreichbar auf unserer Homepage angeboten. Denn: Netzwerkarbeit ist bei der Rückkehr zur gewohnten Quantität und Qualität des Versorgungssystems außerordentlich wichtig. Soziale Distanz? Kein guter Begriff, besser: physische Distanz – in sozialer Solidarität und Nähe.

Für viele ist die Welt klein geworden – sie besteht vielleicht nur noch aus zwei Zimmern. Das Leben da draußen ist uns abhandengekommen. Selbstisolation – vor einigen Wochen noch kaum vorstellbar – heute schon fast Normalität. Gleichzeitig entsteht etwas ganz Besonderes: Eine andere Form von Nähe, eine gefühlte Nähe. Seit ewigen Zeiten kennen wir Guttempler das: Wir nennen es Herzenswärme – im Umgang mit uns selbst und im Umgang mit anderen. Wir haben einen interessanten Artikel auf unserer Homepage platziert, der deutlich macht, was damit gemeint ist und was man tun kann:

<https://guttempler.de/informationen-material/aktuell/1134-movendis-kit-zur-körperlichen-distanzierung-und-selbstisolierung>

Ein weiteres Videoclip zur Unterstützung der unsichtbaren sozialen Arbeit ist entstanden: 25 Paritätische Organisationen haben sich zusammengeschlossen. Mit dabei unsere Suchtreferentin Fabienne Gastauer.

Das komplette Video kann mit allen Hintergrundinformationen unter dem folgenden Link betrachtet werden: <https://www.wir-sind-paritaet.de/wir-berichten/blog/supportsocial-unterstuetze-soziale-arbeit-jetzt>

Das Leben geht also weiter: Unsere Mitglieder haben beeindruckend gezeigt, wie kreativ und erfindungsreich sie mit den gegenwärtigen Einschränkungen umgehen. Abstand halten – und trotzdem soziale Nähe – das geht. Wir nutzen das kostenlose Angebot für Telefonkonferenzen, wir skypen, wir twittern, wir kommunizieren in WhatsApp-Gruppen, wir nutzen Facebook, Zoom, Cisco-Webex, die Pinnwand auf der Homepage und noch ganz andere Kommunikationswege. Wir kümmern uns also in vielfältiger Weise um all diejenigen, die noch nicht allzu lange abstinent leben, die allein sind, die sich zurückgezogen haben und die gerade jetzt in besonderem Maße Wärme und Zuspruch benötigen.

#### Wir helfen anders

back-me-up!, das neue Angehörigenprojekt, ist erfolgreich angelaufen. Die bislang initiierten Angebote sind unter anderem, Neugründungen von Gesprächsgruppen für Angehörige, Angebote für Kinderbetreuung, gemischte Gesprächsgruppen und eine Gesprächsgruppe für Erwachsene, die in suchtkranken Familien aufgewachsen sind.

Das Angebot der Sober Guides richtet sich an alle Menschen, die weniger Suchtmittel konsumieren möchten oder sich bereits für eine abstinente Lebensweise entschieden haben. Durch das Angebot, als Kommunikationskanäle auch neue Medien zu nutzen, sollen vor allem jüngere Personen erreicht werden. Es ist also auch ein Stückweit die Neuausrichtung der Sucht-Selbsthilfe der Guttempler in Deutschland, um den veränderten Bedürfnissen der Hilfesuchenden gerecht zu werden.

#### Ein nahezu historischer Moment

Erste bundesweite Videokonferenz der Guttempler in Deutschland. Am 24. April, 18 Uhr, war es soweit: Die Landesvorsitzenden, die Bundesausschussmitglieder, die technischen Moderatoren, viele Gäste, die Geschäftsführung und der Bundesvorstand haben sich zu einer allerersten bundesweiten Videokonferenz der Guttempler in Deutschland zusammengeschaltet, um darüber zu debattieren, wie es in unserem Verband weitergehen soll. Die Corona-Krise dauert an und sie wird uns in unserer Arbeit wohl noch lange beeinträchtigen und behindern. Wir müssen was tun! Als nächster wichtiger Schritt ist daher eine außerordentliche Bundesausschusssitzung am 1.5.2020, 18 Uhr, in

Form einer Video-Konferenz einberufen worden. Hier sind satzungsrechtliche Zwänge und Hemmnisse aus dem Weg geräumt worden, damit wir als Verband sicher durchs Jahr kommen.

Die ehrenamtliche Suchtselbsthilfe positioniert sich und fordert Gehör. Suchtselbsthilfe ist systemrelevant!

Die Nachfrage nach Alkohol ist seit Corona stark gestiegen. Gleichzeitig fallen Zusammenkünfte in Gesprächsgruppen und Treffen der Guttempler-Gemeinschaften aus. Die DHS hat die aktuellen Stellungnahmen „Systemrelevanz Sucht-Selbsthilfe“ und die „Positionierung der Sucht-Selbsthilfe“ auf ihrer Homepage veröffentlicht. Die Stellungnahme der fünf Sucht-Selbsthilfeverbände wurde an das Büro der Drogenbeauftragten der Bundesregierung weitergeleitet. Beide Papiere stehen hier auf unserer Homepage zur Verfügung: <https://guttempler.de/informationen-material/infothek/mitteilungen>

#### Unser langer Weg in eine andere Normalität

Wir alle müssen unsere Prioritäten neu ordnen, und das Ergebnis fällt höchst unterschiedlich aus: Es gibt noch immer Menschen, die versuchen, an einer Normalität festzuhalten, die es nicht mehr gibt. Bei anderen steht die eigene Gesundheit an erster Stelle und im Mittelpunkt. Und schließlich gibt es eine große Gruppe von Menschen, bei der das Bewusstsein, auch Teil eines großen Ganzen zu sein, eine entscheidende Rolle spielt. Gemeint sind z. B. Pflegekräfte, Krankenhauspersonal, Ärzte, Polizei, Feuerwehr, Rettungsdienste und viele mehr, mit denen wir, die Ehrenamtlichen in der Suchtselbsthilfe, uns in einer Reihe sehen.

Wir sind systemrelevant – mit einer fantasievollen Anpassung unserer Angebote für Menschen in Not, die gerade jetzt besondere Zuwendung brauchen. Die Lockerungen schreiten vorsichtig voran, die ersten Gemeinschaften und Gesprächsgruppen tagen wieder, die ersten Landesverbandstage sind terminiert, der Bundesverbandstag findet nunmehr im November statt, als Delegiertenversammlung ohne Beiprogramm.

Nichts wird wieder so sein, wie es vorher war. Wie gehen wir mit den zurzeit und womöglich noch lange andauernden Einschränkungen um? Die Antworten hierauf sind so unterschiedlich, wie die Menschen selbst. Betrachten wir dies aber auch als Chance für positive Veränderungen, zum Ausprobieren anderer Möglichkeiten, gemeinsam Zeit zu verbringen. Lasst uns weiter experimentieren!

**FREDRIC SCHULZ**

*Stellvertretender Bundesvorsitzender*

# Social Distancing und Gemeinschaft

Wie schnell Veränderungen geschehen, müssen wir verblüfft konstatieren und reiben uns verwundert die Augen: Nein, es ist kein böser Traum und kein falscher Film – es ist Realität, die uns allen ein Stückweit den Boden unter den Füßen zumindest wackeln lässt, wo sie ihn nicht schon ganz weggezogen hat. Die Corona-Pandemie hat unseren vertrauten Alltag fast über Nacht weggefegt.

Was macht das mit uns, die wir nun erstaunt fast die Luft anhalten vor Verwunderung?

Im Kern ist es wohl die Dringlichkeit und Aktualität der gesundheitlichen Bedrohung, die uns zwingt, fast wie gelähmt den strikten Anweisungen zu folgen und uns abzukapseln. Was können wir den schrecklichen Zahlen der Pandemie entgegenzusetzen, um nicht in Schreckstarre zu verfallen?

Anfangs nur Ungläubigkeit, Stauen und dann – Angst, Verdrängen, Unsicherheit, Versuche der Ablenkung, Überreaktionen. Und dann, zweifelnd, die Wahl des kleineren Übels, nämlich: Gehorsam!

Für unseren Gehorsam werden wir belohnt mit Versprechungen, die darauf hindeuten, es handelt sich im Grunde nur um eine Auszeit, die dank der Fürsorge des Staates überbrückbar ist. Aber: stimmt das wirklich?

Zum erhofften Gefühl von Sicherheit tritt ganz schnell eine erschreckend große Zahl an Mängeln zutage. Zuallererst ein Mangel an Geduld, der schnell mit der ablenkenden Frage nach dem „wie geht es danach weiter“ zgedeckt wird.

Die Normalität wird als Ziel ausgegeben, ohne dass irgendeine kompetente Stimme einmal darauf hinweisen würde, wie fragwürdig diese Normalität bisher schon ist, bzw. war, die jetzt als erstrebenswert ausgelebt wird.

Im Klartext heißt das, wir wollen oder sollen zurück zur Vergangenheit? Jedes Kind weiß, dass das nicht geht. Es wäre auch höchst fatal! Also nutzen wir die Zwangspause zum Nachdenken und zur Überprüfung der Situation. Kann es sein, dass sie Chancen bietet?

Ja. Zumindest einmal diese Erkenntnis: Die Schnelligkeit, mit der zuvor undenkbar Dinge jetzt über Nacht passiert sind, sollte zumindest Nachdenklichkeit auslösen und nicht wieder Rufe nach Patent- und Rundumlösungen für Jeden und Alle.

So ganz genau wussten wir doch schon vorher

nicht, was künftig wie werden soll. Konkret waren nur: Befürchtungen, Hoffnungen, Unsicherheiten, wenn wir ehrlich sind. Wir haben uns bestenfalls unsere Fragen verkniffen und uns darauf verlassen, dass Zukunft irgendwie schon die Fortsetzung der Vergangenheit sein wird, so oder so ähnlich. Den Rest haben wir bis jetzt mit Routine und Gewohnheit, vielleicht auch mit Bequemlichkeit ausgesessen.

Es ist also durchaus besser, sich nicht damit zu trösten, dass wir nur die erkennbaren Mängel abstellen

müssen, z. B. im Gesundheitswesen oder Dringlichkeiten abzuarbeiten, sondern den Mut zu finden, gründlich Chancen zu suchen, die sich dem wirklich Wichtigen in unserem Leben zuzuwenden und sich von einer auf Effektivität und Rendite getrimmten Welt zu verabschieden.

Darin liegt möglicherweise der tiefere Sinn und beste Weg aus dem Lockdown: Unsere sozialen Kontakte nicht vermindern, sondern ausbauen, dem Nachbarn, dem Kollegen, den Familienangehörigen mehr Respekt und Aufmerksamkeit zu widmen. Wir können nur ein gutes

Leben führen, wenn wir uns als soziale Wesen in einer sozialen Gemeinschaft begreifen und verstehen, dass dafür mehr nötig ist, als materieller Wohlstand und die Erfüllung aller Konsumwünsche. Was wir Menschen wirklich brauchen, gibt es in keinem Shop, weder analog noch virtuell.

Wir Guttempler haben in unseren Gemeinschaften, die wir jetzt so vermissen, den Raum, uns als soziale Wesen zu verwirklichen, Gemeinsamkeit als Chance zur Veränderung zu praktizieren und so gemeinsam dafür zu arbeiten, dass diese auch eintreten.

Bereits in der Welt vor Corona hat unsere Gesellschaft im Überfluss und in allen Bereichen „Social Distancing“ praktiziert. Wir haben beste Voraussetzungen, mit unserem guten Beispiel zu zeigen, wie eine süchtige Welt aus dem Lockdown ihrer Abhängigkeit herausfinden kann.

Für mich ist es eine tröstliche Nachricht, wenn es heißt, es wird vieles anders sein als bisher. Wir brauchen aber viel Kraft, damit es besser werden kann!

**MICHAEL ANNECKE**

Landesverband Berlin-Brandenburg

Quelle: Contact aktuell

WIR HABEN  
UNS DARAUf  
VERLASSEN, DASS  
UNSERE ZUKUNFT  
IRGENDWIE  
SCHON  
DIE FORTSETZUNG  
DER VERGANGENHEIT  
SEIN WIRD.

# Die berauschte Gesellschaft

## Alkohol – geliebt, verharmlost, tödlich

Als ich den Namen eines der Autoren las, da wusste ich, dass ich ein Buch vor mir habe, welches auf dem neuesten Stand der Wissenschaft ist, welches alle Fakten zum Thema Alkohol vorstellen wird, die heute auf der Welt verfügbar sind. Dafür steht Prof. Dr. Helmut Seitz, ein engagierter Arzt, überzeugter und überzeugender Wissenschaftler und Krebsforscher. Über die Erforschung der Krebserkrankungen kam er zur Alkoholforschung. Er weist immer wieder, auch als Mitglied des Wissenschaftlichen Kuratoriums der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen (DHS), darauf hin, dass Alkoholkonsum einer der Hauptgründe für eine Krebserkrankung ist. Er ist es, der über Expertise in der Behandlung und entsprechendes Wissen verfügt.

Mit dieser international anerkannten Beschreibung des Alkoholkonsums als Hauptursache für Krebs – aber auch viele andere Erkrankungen – war die Basis für sein Eintreten für weniger Alkoholkonsum gelegt. Die „risikoarmen“ Trinkmengen wurden immer wieder reduziert, da es keinen gesundheitlich unbedenklichen Untergrenzen gibt.

Diese Kausalkette wird im Buch konsequent dargestellt und es dürfte keinen Leser oder keine Leserin geben, die das Buch ohne die Erkenntnis zur Seite legt, das eigene Trinkverhalten zu reflektieren.

Doch es geht dem Autorenteam nicht in erster Linie darum, das persönliche Trinkverhalten zu hinterfragen, sondern auch um die Frage, wie politisch mit dem zu hohen Alkoholkonsum umgegangen werden sollte. „Genau das scheint das Riesenproblem zu sein“, so schreiben die Autoren, „dass die Politiker nicht wissen, wie gefährlich Alkohol ist. Sie wollen es schlicht nicht wahrhaben“. Denn neben der persönlichen Reduzierung geht es um die gesellschaftlichen Konsequenzen. Alkohol in Deutschland verursacht Schäden in einer Höhe, die seinen wirtschaftlichen Nutzen bei weitem überschreitet.

Internationale Erfahrungen zeigen, dass die Höhe der Schäden durch einfache Maßnahmen reduziert werden können: Preiserhöhungen, Werbebeschränkungen, Erhöhung der Altersgrenzen und Senkung der Promillegrenzen im Straßenverkehr, um nur einige Vorschläge zu zitieren.

Wenn Helmut Seitz die Fakten im Buch zu verdanken sind, so schafft es die Autorin Ingrid Thoms-Hoffmann immer wieder, dass das Buch nicht als rein wissenschaftlich oder gar dogmatisch daherkommt,

sondern dass man es sehr gut lesen kann, dass man sich auf die Argumentation einlassen kann und merkt, dass sie immer an ihre Leserinnen und Leser denkt.

Dieses Buch müsste eine Pflichtlektüre für Politikerinnen und Politiker – zumindest aber für ihre Mitarbeiter – sein. Auch die Funktionäre der Sozialversicherungsträger würden neue Einsichten gewinnen. Vor allen Dingen aber auch Ärztinnen und Ärzte. Alkoholabhängigkeit ist sowohl in den medizinischen Klassifikationssystemen beschrieben, als auch durch die Renten- und Krankenversicherung als Pflichtleistung anerkannt. Wenn wir die Inhalte des Buches „Alkohol ist für jeden in jeder Menge gefährlich“ und „Alkoholfolgen sind, bei frühem Reagieren durch den Arzt, gut behandelbar“ zur Kenntnis nehmen, dann gibt es ein Arbeitsfeld, um das sich insbesondere die niedergelassenen Ärztinnen und Ärzte für ihre Patientinnen und Patienten engagieren sollten.

Wissensbasis, Nachschlagewerk und spannend geschriebenes Buch – hoffen wir, dass es eine Chance bekommt, diese Funktionen als wichtiger Begleiter für möglichst viele Menschen zu erfüllen.

**ROLF HÜLLINGHORST**  
Bielefeld



Autoren: Prof. Dr. Helmut K. Seitz  
Ingrid Thoms-Hoffmann  
Verlag: Kösel, 2018, 19,90 €



Ein Ratgeber für Angehörige und Freunde

# Problem: Alkohol

## Wege aus der Hilflosigkeit

Auf den ersten Blick würde man nicht damit rechnen, dass die Stiftung Warentest einen Ratgeber für Angehörige und Freunde von Menschen mit Alkoholproblemen herausgeben würde. Auf den zweiten Blick handelt es sich um den besten Ratgeber für die Zielgruppe der Angehörigen von Menschen mit Alkoholproblemen, der auf dem Markt ist. Warum?

Der erste Pluspunkt ist die Ausrichtung des Buches. Es empfiehlt Angehörigen nicht einfach, sich abzugrenzen, sondern bietet konkrete Handlungsmöglichkeiten auf Grundlage des CRAFT-Ansatzes, der speziell für Angehörige nicht behandlungsbereiter Suchtkranke entwickelt wurde. Dieser Ansatz gibt den Angehörigen sowohl Strategien zur Förderung einer Verhaltensänderung bei der suchtkranken Person als auch Strategien zur Verringerung der eigenen Belastung an die Hand.

Der zweite Pluspunkt ist die Autorin. Christine Hutterer versteht es, die Leserin und den Leser genau in seiner bzw. ihrer persönlichen Situation zu erreichen, verständnisvoll, aber deutlich all die Dinge und Situationen anzusprechen, die im Laufe einer „Alkoholkonsumstörung“ passieren. Wobei die Alkoholkonsumstörung ein Oberbegriff für alle alkoholbedingten Störungen ist – zum Ratgeber aber sicherlich erst dann gegriffen wird, wenn es sich um eine Alkoholabhängigkeit handelt.

Der dritte Pluspunkt ist die fachliche Beratung durch Dr. Gallus Bischof von der Uni Lübeck, der die CRAFT-Methode an seinem Institut erforschte und sich dann auch für die Umsetzung stark machte, so zum Beispiel im Projekt „Familienklubs“ der Guttempler.

Der vierte Pluspunkt ist der gelungene Kontakt zu Menschen, die ihre Geschichten im Umgang mit dem alkoholabhängigen Angehörigen zur Verfügung stellen – die Ratschläge des Buches auf den Prüfstand stellen und mit ihrer Geschichte zeigen, dass es erfolgreiche Interventionen gibt, dass mit oder ohne Umwege ein Start in ein neues Leben möglich ist.

Der fünfte Pluspunkt ist der Aufbau, die Dramaturgie des Buches. Von der Information über die Problematik des oder der betroffenen Angehörigen und die Information über die Alkoholkrankheit geht es, immer farblich markiert und durch persönliche Geschichten angereichert, hin zur Tat. Was kann ich für mich tun und was kann ich dann für meinen Partner, Freund oder Kollegen tun?

Besonders erwähnenswert sind die immer wieder eingestreuten zusammengefassten Informationen und die Checklisten zu einem möglichen Verhalten der Betroffenen – egal auf welcher Seite.

So werden der Leser und die Leserin immer ein Stück weiter mitgenommen auf dem Lösungsweg. Angehörige lernen, dass sie ihr Problem nicht delegieren können, sondern dass sie es sind, die etwas für die Veränderung des Abhängigen tun müssen. Dass sie dabei aber Hilfe erhalten können, dass es ein gut ausgebautes Hilfesystem gibt und dass es Selbsthilfegruppen gibt (die auch in den Fallgeschichten eine wichtige Rolle spielen).

Der Ratgeber schließt ab mit dem „Weg in die Normalität“. Die Behandlung einer Alkoholkrankheit ist nicht immer beim ersten Mal erfolgreich, aber wesentlich häufiger, als es in der Öffentlichkeit bekannt ist. Und es gibt die Möglichkeit erneuter Behandlung, und dann den Weg in die Freiheit. Meistens nicht gerade, auch hier muss weiter miteinander gearbeitet werden, aber es lohnt sich.

Es lohnt sich, dieses Buch zu haben. Nicht nur in der aktuellen Situation, sondern auch als Handbuch oder Nachschlagewerk in der Hilfe für ratsuchende Menschen.

**ROLF HÜLLINGHORST**  
Bielefeld



Broschüren auf Basis des CRAFT-Modells sind auch im Projekt Familienklubs erschienen und können bei den Guttemplern in Deutschland (info@guttempler.de) kostenlos bestellt werden.

Name	Landesverband	Gemeinschaft	Ort	Datum
<b>25 JAHRE</b>				
Karlheinz Tuma	Bayern-Thüringen	Lug ins Land	90459 Nürnberg	02.05.2020
Monika Wunder	Hessen	Altrhein	65462 Ginsheim	03.05.2020
Manuela Frenzel	Bayern-Thüringen	Aurachtal	91074 Herzogenaurach	04.05.2020
Hans-Jürgen Rückert	Niedersachsen und Sachsen-Anhalt	Lachtetal	29331 Lachendorf	16.05.2020
Ruth Spiwek	Niedersachsen und Sachsen-Anhalt	Gemeinsamer Lebensweg	28844 Weyhe	02.06.2020
Renate Streb	Hessen	Barbarossa	63579 Freigericht	06.06.2020
Bettina Karberg	Bayern-Thüringen	Nürnberg	90459 Coburg	14.06.2020
Christian Alius	Bundesverband	Einzelmitglied		30.06.2020
Gisela Chylek	Niedersachsen und Sachsen-Anhalt	Deichhorst	27755 Delmenhorst	03.07.2020
Gudrun Frisch	Hessen	Die Hilfe	63303 Dreieich	05.07.2020
Alfred Rauch	Hessen	Wilnowe	61276 Weilrod	05.07.2020
Claudia Rauch	Hessen	Wilnowe	61276 Weilrod	05.07.2020
Dagmar Waldmann	Hessen	Grimmelshausen	63571 Gelnhausen	05.07.2020
Karl-Heinz Waldmann	Hessen	Grimmelshausen	63571 Gelnhausen	05.07.2020
Dieter Schickedanz	Hessen	Freies Leben	63303 Dreieich	06.07.2020
Hannelore Lachner	Bayern-Thüringen	Regnitzgrund	90765 Fürth	10.07.2020
Michael Neumann	Hessen	Chattenburg	34125 Kassel	14.07.2020
Petra Neumann	Hessen	Chattenburg	34125 Kassel	14.07.2020
Edgar Emrich	Hessen	Einzelmitglied		04.08.2020
Gerd Bünning	Schleswig-Holstein	Liek ut	24226 Heikendorf	10.08.2020
Monika Körtge	Hessen	Lauterborn	63110 Rodgau	22.08.2020
Monika Munser	Hessen	Tradition	60489 Frankfurt	22.08.2020
Brigitte Mex	Hessen	Melibokus	64404 Bickenbach	31.08.2020
Holger Mex	Hessen	Melibokus	64404 Bickenbach	31.08.2020

**40 JAHRE**

Ursula Hildebrandt	Berlin-Brandenburg	An der Quelle des Lebens	10825 Berlin	07.05.2020
Antje Klahn	Schleswig-Holstein	Kanalpiraten	24782 Heikendorf	09.05.2020
Dietmar Klahn	Niedersachsen und Sachsen-Anhalt	Lüneburg	21335 Lüneburg	09.05.2020
Marga Siegesmund	Schleswig-Holstein	Georg Asmussen	24109 Kiel	12.05.2020
Ulrike Marcusson	Mecklenburg-Vorpommern	Initiative 2.0	19053 Schwerin	20.05.2020
Dieter Eickers	Bundesverband	Einzelmitglied		03.06.2020
Irmgard Lenz	Berlin-Brandenburg	Marienfelde	12277 Berlin	06.06.2020
Bärbel Bühne	Hamburg	Glückshafen	21077 Hamburg	16.06.2020
Hans-Jürgen Bühne	Hamburg	Glückshafen	21077 Hamburg	16.06.2020
Elfriede Ostwald	Hamburg	Steilshoop	22309 Hamburg	24.06.2020
Siegbert Pfeiffer	Bundesverband	Einzelmitglied		07.07.2020
Gerhard Paul	Hessen	Main-Kinzig	63450 Hanau	15.07.2020
Rosemarie Paul	Hessen	Main-Kinzig	63450 Hanau	15.07.2020
Liesel Raddatz	Niedersachsen und Sachsen-Anhalt	Frisch auf	21423 Winsen/Luhe	22.08.2020
Josef Seipl	Hessen	Dreieich	63303 Dreieich	25.08.2020

**50 JAHRE**

Sabine Hüllinghorst	Nordrhein-Westfalen	Bielefeld II	33615 Bielefeld	07.06.2020
Horst Nielen	Berlin-Brandenburg	Wilmersdorf	10713 Berlin	09.07.2020
Ingrid Nielen	Berlin-Brandenburg	Wilmersdorf	10713 Berlin	09.07.2020
Annegret Solle	Niedersachsen und Sachsen-Anhalt	Delmenhorst	27755 Delmenhorst	21.07.2020
Hannelore Aden	Schleswig-Holstein	Einzelmitglied		07.08.2020
Heinz Aden	Schleswig-Holstein	Einzelmitglied		07.08.2020

**65 JAHRE**

Karin von Kamptz	Hamburg	Weggefährten	22926 Hamburg	01.06.2020
Horst Garbade	Niedersachsen und Sachsen-Anhalt	Klosterholz	27711 Osterholz-Scharmbeck	30.06.2020

<b>25 JAHRE</b>	Hessen	Lichtblick	65824 Schwalbach/Ts	25.06.2020
<b>40 JAHRE</b>	Schleswig-Holstein	Georg Asmussen	24109 Kiel	21.06.2020
<b>45 JAHRE</b>	Hessen	Dreieich	63303 Dreieich	01.07.2020

*Dem Auge fern, dem Herzen ewig nah.*

<b>BAYERN-THÜRINGEN</b>	Hartmut Krause	Gemeinschaft „Aurachtal“	† 08.03.2020
<b>BERLIN-BRANDENBURG</b>	Adelheid Breitenbach Margitta Arndt-Klinger	Gemeinschaft „Alternativ“ Gemeinschaft „Leopoldplatz“	† 28.03.2020 † 05.06.2020
<b>BREMEN UND BREMERHAVEN</b>	Rosemarie Kück	Gemeinschaft „Rotersand“	† 13.05.2020
<b>HESSEN</b>	Heinz Geis Dieter Körtge Renate Neumann	Gemeinschaft „Wilnowe“ Gemeinschaft „Lauterborn“ Gemeinschaft „Lauterborn“	† 16.04.2020 † 12.05.2020 † 18.05.2020
<b>NIEDERSACHSEN UND SACHSEN-ANHALT</b>	Hildegard Gerkens Karl Zeitzmann Ilse Bönkemeyer Bernd Seidel Gerhard Kramer Gerda Hink	Gemeinschaft „Eiserner Wille“ Gemeinschaft „Allergarten“ Gemeinschaft „Osnabrück“ Gemeinschaft „Stand up“ Gemeinschaft „Neues Ziel“ Gemeinschaft „Neues Ziel“	† 29.02.2020 † 11.03.2020 † 13.03.2020 † 14.04.2020 † 19.05.2020 † 24.05.2020
<b>NORDRHEIN-WESTFALEN</b>	Manfred Schaper Klaus-Dieter Bischof	Einzelmitglied Einzelmitglied	† 01.02.2020 † 03.05.2020
<b>SCHLESWIG-HOLSTEIN</b>	Antje Paysen	Gemeinschaft „Friedensheim“	† 09.04.2020



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.

## REHABILITATION



### **Guttempler-Sozialwerk e.V. Cuxhaven** · [www.gsw-cux.de](http://www.gsw-cux.de)

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



### **Guttempler-Sozialwerk e.V. Frankfurt** · [www.gsw-nachsorge.de](http://www.gsw-nachsorge.de)

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.



### **Guttempler-Sozialwerk e.V. Kiel** · [www.gsw-kiel.de](http://www.gsw-kiel.de)

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

## BILDUNG

### **Guttempler-Bildungswerk (GBW)** · [www.gbw.org](http://www.gbw.org)

Außerschulische Weiterbildung auf dem Gebiet der politischen, sozialen und internationalen Bildungsarbeit. Die Angebote stehen nicht nur Mitgliedern, sondern allen Interessierten offen.

### **Arbeitskreis Alkoholpolitik** · [www.alkoholpolitik.de](http://www.alkoholpolitik.de)

Alkoholbedingte Fehlentwicklungen in unserer Gesellschaft korrigieren. Machen Sie mit!

### **KIM – Kinder im Mittelpunkt** · [www.kinder-im-mittelpunkt.de](http://www.kinder-im-mittelpunkt.de)

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

### **Guddytreff – Jugendzentrum Kiel** · [www.guddytreff.de](http://www.guddytreff.de)

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.

## ENTWICKLUNGSHILFE

### **FORUT** – Entwicklungshilfeorganisation der Guttempler · [www.forut.de](http://www.forut.de)

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



## STIFTUNG

### **Geld, das Gutes tut** · [www.guttempler-stiftung.de](http://www.guttempler-stiftung.de)

Förderung der Gliederungen der Guttempler sowie ihrer gemeinnützigen Organisationen.