

Guttempler in Hessen

J U R N A L

- **Gut zu wissen**
- **SGH-Abschlussarbeiten**

Ausgabe
2/2017

GUTTEMPLER 
... SELBSTHILFE UND MEHR

Guttempler in Hessen

Wir sind eine Gemeinschaft alkoholfrei lebender Menschen in einer modernen Organisation mit langer Tradition. Seit der Gründung der Internationalen Organisation der Guttempler im Jahre 1851 helfen wir Alkoholgefährdeten, Alkoholkranken und Mitbetroffenen und sind gleichermaßen um Medikamentenabhängige und Suchtprophylaxe bemüht. Dabei verstehen wir uns nicht als reine Selbsthilfeorganisation, sondern sind ebenso kulturell, gesundheits- und sozialpolitisch tätig.

Grundlage unseres Handelns ist ein Menschenbild, welches das Recht des Einzelnen auf Freiheit und Persönlichkeitsentwicklung in Gleichheit und Frieden, unabhängig von Geschlecht, nationaler und sozialer Herkunft, Hautfarbe und religiösem oder politischem Bekenntnis voraussetzt.

Ausdruck findet diese Haltung in den Guttempler-Prinzipien

Enthaltsamkeit – Brüderlichkeit – Frieden

Die Guttempler in Hessen sehen ihre Aufgabe besonders darin, durch bewusste Lebenseinstellung des Einzelnen eine Suchtmittelabhängigkeit zu verhindern, Abhängigen aus ihrer Krankheit herauszuhelfen und auf dem Weg zur selbstbestimmten Persönlichkeit, zur zufriedenen Abstinenz, hilfreich zu begleiten. Damit und mit der Aufklärung über die Gefahren von Gebrauch und Missbrauch legaler Suchtmittel wirken wir seit der Gründung in Deutschland im Jahre 1889 zur Verwirklichung besserer Lebensbedingungen für alle Menschen mit.

Zur Verringerung der nachteiligen sozialen, medizinischen und wirtschaftlichen Folgen des Alkoholkonsums beizutragen, ist unsere selbst gewählte Verpflichtung. In enger Anlehnung an Beschlüsse der Weltgesundheitsorganisation (WHO) haben wir Guttempler ein alkoholpolitisches Programm entwickelt, das besonders aus Sorge um die heranwachsende Generation von den Verantwortungsträgern unseres Staates eine wirksame Alkoholpolitik fordert.

Ziel muss sein, durch verstärktes Gesundheitsbewusstsein, durch Verbreitung gesellschaftlich wirkender Einsichten und durch Erschwerung des Zugangs zu Alkohol und anderen Suchtmitteln es den Menschen zu ermöglichen, selbstbestimmt und frei von persönlichkeitsverändernden Suchtmitteln zu leben.

Eine Aufgabe, der sich alle Guttempler verpflichtet sehen.

**121. GUTTEMPLER-
KONGRESS**
10. bis 13. Mai 2018
in RATINGEN
ALKOHOLFREI
in eine friedliche
ZUKUNFT



Liebe Guttemplerinnen und Guttempler, liebe Leserinnen und Leser,

ein ereignisreicher und spannender Landesverbandstag liegt hinter uns, denn die außerordentlich einberufene Mitgliederversammlung mit geplanten Satzungsänderungen war schon etwas Besonderes.

Die Satzung eines Vereins ist ein nüchternes Regelwerk; sie ist nicht nur Gesetzbuch, sondern dient auch der Außendarstellung. Sie muss verschiedenen Ämtern, dem Finanzamt sowie Geldinstituten und Rentenversicherern vorgelegt werden.

Um die Guttempler in Hessen in einen modernen, in die Zukunft ausgerichteten Suchtselbsthilfeverband überzuleiten, war es notwendig, dieses Regelwerk in Sprache und Ausdruck der heutigen Zeit anzupassen.

Ist es auch einigen von uns schwergefallen Änderungen zuzulassen und zu akzeptieren, haben die Vertreterinnen und Vertreter der Gemeinschaften diese Satzungsänderungen mit einer großen Mehrheit beschlossen. Für das zahlreiche Erscheinen an diesem Tag und die Zustimmung der Änderungen, möchte ich mich bedanken. Mögen diese den Guttemplerinnen und Guttemplern in Hessen den Weg in die Zukunft ebnen.

Den Befürchtungen einiger Mitglieder den Satzungsänderungen könnten die Traditionen zum Opfer fallen, kann der gesamte Vorstand nicht zustimmen. Es gibt keinen Grund, unsere Werte und unsere Traditionen nicht wie gewohnt in den Gemeinschaften weiterzuleben. Wir sollten uns in diesen nicht leichten Zeiten wieder mehr auf unsere Grundsätze besinnen und einfach etwas enger zusammenrücken. An dieser Stelle möchte ich mich nochmals bei den Guttemplerinnen und Guttemplern des Main-Taunus-Kreises und insbesondere bei der Gemeinschaft „Fischbachtal“ für die Organisation und den guten Ablauf des Landesverbandstages in Kelkheim-Fischbach bedanken.

Ihnen allen wünsche ich einen nicht allzu stürmischen Herbst und weiterhin viel Erfolg bei der Guttemplerarbeit.



Herzlichst Ihr

Horst Wassum
Landesvorsitzender

Inhalt

- 3** Vorwort und Inhalt
- 4 - 7** Aus den Gemeinschaften
- 8 - 12** Abschlussarbeiten
- 13 - 15** Berichte
- 16** Aktuelles
- 17** Vermischtes
- 18 - 19** Ehrungen und Gedenken



Impressum

Herausgeber: Deutscher Guttempler-Orden (I.O.G.T.)
Distrikt Hessen e.V.

Redaktionsteam: Dorothea Kreuz,
Christa Kaisenberg,
Frithjof Axt

Redaktionsanschrift: Dorothea Kreuz
dkreuz@online.de

Druck: Rainbowprint
Druckerei Ganz
97225 Zellingen-Retzbach

**Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe
„Guttempler in Hessen Journal“**

15. Februar 2018

E-Mail: dkreuz@online.de

Gemeinschaft „Die Fähre“ im Jubiläumsmarathon

Langsam wird Gundart Pommerenke, Leiter des Sachgebietes Suchthilfe im Landesverband Hessen, zum Dauergast der Gemeinschaft „Die Fähre“ in Seligenstadt:

Es begann 2016, als der Vorsitzende der Gemeinschaft Rüdiger Seidel und der Sachgebietsleiter Öffentlichkeitsarbeit Stephan Weidlich ihre 25-jährige Mitgliedschaft bei den Guttemplern feiern konnten.



Gundart Pommerenke berichtete aus der langen Laufbahn der beiden Mitglieder. Rüdiger Seidel leitet die Gemeinschaft und betreut zusammen mit anderen Mitgliedern auch die Gesprächsgruppe und die Sprechstunde in der Asklepios Klinik Seligenstadt. Stephan Weidlich kam 2014 aus der Gemeinschaft „Sulzbach“ in unsere Gemeinschaft und übernahm bald die Sachgebiete Öffentlichkeitsarbeit sowie Bildung und Kultur. Nach der feierlichen Übergabe der Urkunden und einigen Festreden wurde dann noch angemessen gefeiert.

Weiter ging es am 8.02.2017, als der langjährige Schriftführer Edwin Wurzel, ebenfalls seine 25-jährige Mitgliedschaft feiern konnte. Erneut war Gundart Pommerenke zur Stelle, um die Leistung unseres Mitglieds



zu würdigen und die Ehrenurkunde zu überreichen. Nach dem feierlichen Teil, wurde der gemütliche Teil mit einem angemessenen Imbiss begangen.

Das größte Fest dieser Serie fand am 8.03.2017 statt, als die Gemeinschaft ihr eigenes 25-jähriges Bestehen im Evangelischen Gemeindezentrum Seligenstadt feiern konnte. Zu Gast waren Bürgermeister Dr. Daniell Bastian, Hubert Mücke von der Suchtberatungsstelle des Kreises Offenbach, Funktionsoberarzt Dr. Lewerth von der Asklepios Klinik Seligenstadt, Pfarrerin Leonie Krauß-Buck und Gemeindepädagoge Claus Ost von der evangelischen Kirchengemeinde sowie Gundart Pommerenke.

Vorsitzender Rüdiger Seidel gab zunächst einen Rückblick über die 25 Jahre der Suchtselbsthilfe in Seligenstadt. In dieser Zeit gab es viel Auf und Ab und auch fast ein Ende der Gemeinschaft, das aber mit viel Mut, Arbeit und dem Willen weiterzumachen, verhindert werden konnte.

Ähnlich äußerten sich auch die anderen Gastredner. Bürgermeister Dr. Bastian bedankte sich für die geleistete Arbeit im Kampf gegen die Sucht und deren traurige Folgen und betonte, wie wichtig solch eine Selbsthilfegruppe für eine Stadt wie Seligenstadt sei.

Dr. Lewerth von der Asklepios Klinik, in der donnerstags eine Sprechstunde der Gemeinschaft stattfindet, berichtete von seinen ersten Erfahrungen mit Suchtkranken und wie er lernte, dass dies keine gewöhnlichen Patienten sind, die man nach der Behandlung mit Medikamenten und ein paar guten Ratschlägen wieder nach Hause schicken kann.

Denn dann sieht man sich spätestens nach ein paar Wochen oder Monaten wieder und ist mit dem gleichen Problem erneut konfrontiert. Dass auch langfristig etwas getan werden muss, war zunächst ein Lernprozess, aber heute ist er froh, Patienten nach dem Krankenhausaufenthalt in die Hände von erfahrenen Menschen zu empfehlen, die sich mit der nötigen Umgestaltung des eigenen Lebens auskennen und ihre Erfahrungen gerne weitergeben.

Auch Herr Mücke von der Suchtberatungsstelle Offenbach äußerte sich dankbar.

Gundart Pommerenke beglückwünschte die Gemeinschaft zu ihrem Jubiläum und überreichte die Urkunde des Landesverbandes, diesmal für die ganze Gemeinschaft.

Auch bedankte sich der Gemeindepädagoge der Evangelischen Kirchengemeinde Claus Ost für die gute Zusammenarbeit bei gemeinsamen Projekten wie dem Gemeindefest im Sommer und einem gemeinsamen Stand bei vergangenen Weihnachtsmärkten.

Der Vorsitzende Rüdiger Seidel sprach der evangelischen Kirchengemeinde einen besonderen Dank dafür

aus, dass die Gemeinschaft „Die Fähre“ ein Vierteljahrhundert lang in ihren Räumlichkeiten eine Heimat gefunden hat.

Nachdem alle Festredner ihren Beitrag geleistet hatten, schloss Rüdiger Seidel den offiziellen Teil der Feier und lud alle Beteiligten zu einem gemeinsamen Imbiss und vielen interessanten Gesprächen ein. Eine rundum erfreuliche Jubiläumsfeier.

Und wer glaubt, das wäre es jetzt gewesen, der irrt. Werner und Brigitte Peiske feierten nämlich dieses Jahr ihre 30-jährige Mitgliedschaft am 26.04.2017 und erneut konnte Gundart Pommerenke in Seligenstadt begrüßt werden. Die Zahl der Funktionen der beiden Jubilare über die vielen Jahre hinweg ist vielfältig und ein gewaltiger Vorrat an Wissen über die Guttempler sind ihr Markenzeichen. Erneut gab es einen feierlichen Teil mit Übergabe der Urkunden, Festreden und auch einen gemütlichen Teil mit Imbiss.

So wird das Jahr 2017 in der Chronik unserer Gemeinschaft als das Jahr des Jubiläumsmarathons eingehen.

Gemeinschaft „Die Fähre“



Gemeinschaft „Tradition“ gedenkt Arthur Rau Helga Rau seit 40 Jahren Guttemplerin

Die Gemeinschaft „Tradition“ in Frankfurt am Main erinnert sich an ihr langjähriges Mitglied Arthur Rau. Er verstarb am 20. Februar 2017, kurz vor Vollendung seines 88. Lebensjahres. Am 4. Juli 2017 hätte er gemeinsam mit seiner Frau Helga die 40-jährige Guttempler-Zugehörigkeit feiern können.

Das Hauptinteresse von Arthur Rau galt immer den Finanzen – in der Gemeinschaft, im Landesverband und auf Bundesebene. Rund fünfzehn Jahre lang war er Schatzmeister des hessischen Landesverbandes und viele Jahre Schatzmeister der Gemeinschaft „Tradition“.

Im Bundesverband brachte er seine Fähigkeiten als Kassenprüfer ein. Etliche Jahre war er Vorstandsmitglied im Guttempler Sozialwerk und Guttempler Hilfswerk. Auch dort schätzte man seine Eigenschaften als kühler Rechner und Organisator.

Gemeinsam mit seiner Frau Helga organisierte er für die Gemeinschaft viele Ausflüge, Jahresfahrten, Klausurtagungen und weitere gemeinsame Unternehmungen.

Helga Rau konnte am 4. Juli dieses Jahres ihr 40-jähriges Jubiläum im Rahmen einer kleinen Feier begehen. Landesvorsitzender Horst Wassum überreichte der Jubilarin die Urkunde. Bei Speis und Trank wurden in froher Runde viele Erinnerungen dieser langen Mitgliedschaft ausgetauscht. Wir wünschen ihr noch viele gesunde Jahre im Kreise ihrer Gemeinschaft.

Michael Lenius
Gemeinschaft „Tradition“

Doppeljubiläum in Gemeinschaft „Überwald“

Angelika und Uli Krömer konnten am 4.8.2017 ihr 25-jähriges Guttemplerjubiläum feiern. In einer Feierstunde übergab Rainer Gallei im Namen der Gemeinschaft und der Gesprächsgruppe einen Präsentkorb und dankte für die geleistete Arbeit in den Sachgebieten und im Vorstand.



Angelika Krömer ist seit Gründung der Gemeinschaft „Überwald“ als Schatzmeisterin tätig und Uli Krömer war von 1992 bis 1998 für die Öffentlichkeitsarbeit zuständig. 1999 wurde er dann zum Vorsitzenden gewählt und dieses Amt übt er bis heute aus, außerdem ist er seit 2013 Beauftragter des Kreises Starkenburg.

Bei hausgemachtem Kochkäse und leckerem Bauernbrot wurden in gemütlicher Runde alte Erinnerungen wachgerufen. Abschließend gab es noch Zwetschenkuchen und Kaffee. Dieser schöne Abend wird allen in guter Erinnerung bleiben.

Wir wünschen den Jubilaren noch viele schöne Jahre in unserer Gemeinschaft.

Rainer Gallei
Gemeinschaft „Überwald“

Abstinenz leben, wie geht das?

Zu einer Klausurtagung trafen sich vom 30.06. bis 2.07.2017 die Mitglieder der Gemeinschaft „Zukunft“ in Dipperz-Friesenhausen in der Rhön Residenz. Wir waren eine Gruppe von zwölf Guttemplerinnen und Guttemplern, begleitet von zwei Hunden.

30.06.2017

Nachdem alle Teilnehmer ihr Domizil für die nächsten drei Tage inspiziert hatten, wurde ein Spaziergang zu einem nahegelegenen Café gemacht. Nach dem reichhaltigen Abendessen setzten wir uns zusammen, um über das Thema unserer Klausurtagung „Abstinenz leben, wie geht das?“ zu diskutieren. Die Teilnehmenden äußerten sich dazu und berichteten, wie sie den Alltag mit einem abstinenten Leben meistern. Die Betroffenen hatten sich am Ende ihrer Sucht zum Ziel gesetzt, mit dem Konsum von Alkohol aufzuhören. Einige hatten es mit einer Therapie und anschließendem regelmäßigen Besuch einer Selbsthilfegruppe, andere nur mit dem regelmäßigen Besuch der Selbsthilfegruppe geschafft. Unsere Selbsthilfegruppe ist die Guttempler-Gemeinschaft „Zukunft“ in Eschborn-Niederhöhnstadt.

Durch Veränderungen des privaten Umfeldes und durch den Gruppenbesuch haben sich neue Freundschaften gebildet, mit denen auch private Aktivitäten unternommen werden. Einige Mitbetroffene wurden auch in der Gruppe aufgenommen und sind inzwischen Mitglied geworden. Der Rest der Partner sind aber immer sehr gern gesehene Gäste bei allen Veranstaltungen.

01.07.2017

Da wir in der Rhön waren, machten wir auch einen Tagesausflug nach Fulda. Dort besichtigten wir den Dom. Anschließend war Gersfeld unser Ziel, mit seiner kleinen schönen Altstadt lud es uns zum Besuch eines Cafés ein. Der Abschluss dieses Ausflugs war noch Hessens höchster Berg, die Wasserkuppe. Dort hielt uns das sehr kalte regnerische Wetter (12 Grad) davon ab, uns länger aufzuhalten. Zurück im Hotel war Spielen angesagt. Einige Frauen hatten Spaß an der Phase 10 und einige Männer waren begeistert vom Billard Spiel. Am Abend wurde noch in zwei Gruppen zusammen gesessen und geklönt.

02.07.2017

Gegen 10.30 Uhr machten wir uns auf den Heimweg. Quer durch die Rhön und den Spessart fuhren wir nach Bad Orb. Ein Teil schaute sich noch im Ort um und ein anderer Teil hielt für alle in dem vielbesuchten Café „Waldfriede“ Plätze frei, um zum Abschluss des Wochenendes noch gemeinsam Kaffee zu trinken. Für alle war es ein sehr schönes und harmonisches Wochenende.

Gesine Heisler
Gemeinschaft „Zukunft“



Was? 25 Jahre alkoholfrei?

Fünfundzwanzig Jahre bewusst ohne Alkohol, ein Vierteljahrhundert! Eine lange Zeit in meinem Leben und wie schnell ist sie verfliegen. Wenn ich jetzt noch meine ersten fünfzehn Jahre der Kinder- und Jugendzeit dazurechne, komme ich schon auf vierzig Jahre meines Lebens ohne Alkohol. Unfassbar!

Dabei waren die ersten Tage, ohne Alkoholabfüllung nach der Entgiftung, besonders schwer. Das kennt wohl jeder Betroffene in der gleichen Situation. Im Krankenhaus fiel mir ein Plakat der Guttempler Selbsthilfegruppe „Die Hilfe“ in die Augen. Zuvor hatte ich zwar von Selbsthilfegruppen mit den unterschiedlichsten Themenschwerpunkten gehört, aber so etwas hatte ich bis dahin nicht benötigt. Aber eben diese, gerade neu gegründete Selbsthilfegruppe in ihrer damaligen Konstellation, hat von heute auf morgen mein Leben geändert und zwar radikal.

Mein heutiges Leben, meine Einstellung, mein privater und beruflicher Werdegang, ja eigentlich alles was mich heute ausmacht und was ich bin, habe ich dieser Gruppe sowie Lehrgängen und Seminaren zu verdanken. Hilfe durch Selbsthilfe – Betroffene helfen Betroffenen.

In dieser Guttemplergruppe fühlte und fühle ich mich wohl, geborgen - und das ist nicht nur so daher gebabbelt - wie in einer intakten Familie, in der Probleme besprochen und gelöst werden. Geschwisterliche Hilfe eben. Natürlich danke ich auch meiner Familie, die mich gestützt, mir geholfen und zu mir gehalten hat.

Seit nun fünfundzwanzig Jahren besuche ich die Gruppe zu meinem eigenen Schutz, damit sich mein Gehirn immer daran erinnert, wo ich einmal stand und wo ich nie mehr hin will.

Anfangs war mir die „Säuferzugehörigkeit“ eher peinlich, heute bin ich stolz auf das was ich gemeistert habe und ich gebe zu, manchmal erwähne ich dies auch. Denn auf Alkohol zu verzichten (und das würden viele gerne) fällt den meisten Mitmenschen auch sehr schwer und deshalb genieße ich ihre bewundernden Blicke und Äußerungen. Mit meiner heutigen Einstellung macht mir der Alkohol nichts mehr aus. Er ist aus meinem Alltag gestrichen, toi, toi, toi!

Ich bin auch überzeugt davon, dass eine Selbsthilfegruppe durch nichts zu ersetzen ist. Hier macht es die persönliche Aussprache aus. In der Runde mit Betroffenen und Mitbetroffenen, wo man sich in die Augen schaut und alle Facetten der Sucht gemeinsam beleuchtet. Auf Dauer helfen eben keine Pillen, keine anonymen Internethilfen, keine obskuren Sucht-Wunderheiler, kein kontrolliertes Trinken oder andere suchtbefreiende neue Weisheiten. An dieser Stelle möchte ich einmal meinen besonderen Dank allen Aktiven von Selbsthilfegruppen aussprechen, die sich uneigennützig in der Hilfe von suchtkranken Mitmenschen engagieren. Ihre ehrenamtliche und hervorragende Tätigkeit wird in der heutigen schnelllebigen Zeit viel zu selten hervorgehoben und gedankt, wenn auch der Zulauf ausbleibt.

Fünfundzwanzig Jahre ohne Alkohol, das muss erst einmal erreicht werden. Das bedeutet auch, fünfundzwanzig Jahre lang ein neues bewusstes Leben führen. Andererseits wäre ich wohl schon länger nicht mehr auf dieser Welt. Übrigens, das Rauchen habe ich damals natürlich auch gleich mit aufgegeben.

Wolfgang Gründer
Gemeinschaft „Die Hilfe“

Grillfest

Im Norden und Osten des Hessenlandes lässt es sich gut leben: Lebensmittel aus regionaler Produktion garantieren einen hohen Lebensstandard und Guttempler verstehen zu feiern.

Das zeigte sich auch beim Grillfest des Kreises Nord- und Osthessen, ausgerichtet von der rührigen Gemeinschaft „Vorderrhön“, auf dem Sportplatz des Hünfelder Stadtteiles Roßbach. Der Veranstaltungsort war so gewählt, dass ein Verdauungsspaziergang, vorbei an einer nahen Mariengrotte, für Bewegung sorgte. Unser Bild zeigt die Teilnehmenden des Guttempler-Treffens in fröhlicher Runde.

Werner Stoepler
Gemeinschaft „Vorderrhön“



Suchtmittel als Selbstmedikation

„Es ist ein Brauch von alters her: Wer Sorgen hat, hat auch Likör.“

Diesen Reim dichtete Wilhelm Busch im Jahr 1872. Knapp 100 Jahre später, nämlich 1970, trällerte Heinz Erhard das Lied: „Immer wenn ich traurig bin, trink ich einen Korn.“

Diese beiden Männer haben auf eine humoristische Art beschrieben, dass Alkohol sehr oft als tröstend und stützend bei Traurigkeit und Sorgen benutzt wird. Jeder Mensch ist in seinem Leben schon durch schwere Zeiten gegangen, hat Verluste erlitten oder Ängste durchstehen müssen. Normalerweise dauern diese seelischen Zustände eine begrenzte Zeit und werden früher oder später überwunden. Was aber macht ein Mensch, der täglich unter Ängsten leidet, seine Stimmungen nicht kontrollieren kann oder unter extremer Anspannung oder Depressionen leidet?

Was tut dieser Mensch, wenn er niemals eine Atempause von diesen Symptomen bekommt und diese über Monate oder Jahre andauern? Viele der Betroffenen greifen zu Alkohol oder Drogen, um wenigstens für eine kurze Zeit Erleichterung aus ihrer seelischen Not zu bekommen. Sehr oft werden verschiedene Suchtmittel ausprobiert bis das Richtige gefunden wird, das auch wirklich passt und hilft. Unglücklicherweise enden diese Selbstheilungsversuche häufig in einer Sucht.

Besonders bei Angststörungen oder Bipolaren Störungen ist die Komorbiditätsrate sehr hoch (Komorbidität ist eine Begleiterkrankung und/oder eine Doppel-/Mehrfachdiagnose).

Das bedeutet beispielsweise, dass bei einer bipolaren Störung mit Depressionen, der Anteil an alkoholkranken Menschen 77,8 Prozent beträgt. Umgekehrt lassen sich bei Personen mit der Hauptdiagnose einer Alkoholabhängigkeit nur rund 13 Prozent mit bipolar affektiven Störungen finden. Eine Studie in Amerika besagt sogar, dass 86 Prozent der weiblichen alkoholabhängigen Frauen, mindestens einmal in ihrem Leben unter einer psychischen Störung gelitten haben. Diese Zahlen sind erschreckend, da ich glaube, dass bei einer frühen Diagnose und passender Medikation bzw. Therapie, eine Selbstmedikation die zur Sucht führt, nicht notwendig wäre.

Ich selbst litt seit meinem 17. Lebensjahr unter extremen Ängsten und Depressionen. Damals begann auch meine Odyssee von Arzt zu Arzt, Psychotherapeuten und Rehas. Erst mit 50 Jahren bekam ich meine Diagnose. In den 33 Jahren dazwischen versuchte ich mir selbst zu helfen, da meine seelischen Leiden zeitweise unerträglich waren.

Damals haben mir „speed“ (Amphetamine) und Alkohol wenigstens teilweise meine Angst genommen und meine Depressionen gemildert. Ein Suchtmittel ist ein ver-

lässlicher Partner, da man es gezielt anwenden kann, während z.B. unbehandelte extreme Stimmungsschwankungen oder Panikattacken unkontrollierbar sind. Erst nachdem ich meine Diagnose erhalten hatte und das richtige Medikament bekam, habe ich meine Alkoholsucht in den Griff bekommen. Die Amphetamine hatte ich schon viel früher abgesetzt, da sich die anfängliche scheinbare Hilfe der Droge in das Gegenteil verwandelt hatte und meine Depressionen verstärkt haben. Das ist ein typischer Teufelskreis. Er beginnt mit großen seelischen Schmerzen, die aus Selbstheilungszwecken mit Suchtmitteln bekämpft werden. Es führt zwar zur Verringerung der emotionalen Pein, führt aber auf Dauer zum Suchtmittelmissbrauch oder zur Sucht. Die Sucht wiederum verstärkt die anfänglichen Störungen und der Teufelskreis ist geschlossen.

Leider ist die Selbstheilungshypothese wenig erforscht. Der Amerikaner Edward J. Khantzian, Professor der Psychiatrie und Suchtpsychiatrie, beschäftigt sich seit den 1980er Jahren mit dem Modell der Selbstmedikation. Im Jahre 1997 stellte er fest, dass die Selbstmedikation im klinischen Alltag am häufigsten als Erklärungsmodell herangezogen wird, wonach Patienten primär unter einer psychischen Störung leiden, woraufhin sie zur Bewältigung der psychischen Symptome derart Suchtmittel konsumieren, dass sie mit der Zeit eine sekundäre SSK (Störung durch Substanzkonsum) entwickeln.**

Er vertritt die Ansicht, dass die Individuen süchtig werden, weil ihr psychologisches Leiden unerträglich ist. Der zweite Aspekt, der von Dr. Khantzian vertreten wird, besagt, dass die Betroffenen nicht wahllos ein Suchtmittel konsumieren, sondern mehrere ausprobieren, um sich letztendlich für das wirkungsvollste zu entscheiden.

Opiate werden gerne zur Beruhigung genommen. Der Betroffene sucht die Hilfe der Droge bei starker Reizbarkeit, gewalttätiger Wut und/oder wenn er an Dysphorie leidet (als Dysphorie bezeichnet man eine bedrückte, traurige Stimmung oder auch Gereiztheit, Missstimmung).

Kokain und Stimulanzien werden bevorzugt von Menschen gewählt, die u.a. an geringem Selbstwertgefühl, ständiger Müdigkeit, chronischer Depression oder an bipolaren Störungen leiden.

Alkohol und Beruhigungsmittel reduzieren Stress- und

Angstgefühle und innere Unruhe. Außerdem wird Alkohol gerne zur Regulation von ungewünschten Emotionen und bei Depressionen eingesetzt. Auch Menschen mit PTBS (posttraumatische Belastungsstörung) versuchen ihre Symptome oft mit Alkohol zu bekämpfen. Mittlerweile gibt es Kliniken, die sich nicht nur ausschließlich auf die Alkohol- oder Drogensucht beschränken, sondern auch die dahinterliegenden Störungen in ihr Konzept mit einbeziehen. Ein sehr gutes Beispiel ist die SALUS-Klinik in Friedrichsdorf, die ich Ende 2014 bis Anfang 2015 besuchen durfte.

Ein Schwerpunkt dieser Klinik ist die Behandlung von Personen, die neben ihrer Suchterkrankung an sogenannten „komorbiden Störungen“ leiden, wie zum Beispiel Angsterkrankungen, depressiven Störungen, Essstörungen und posttraumatischen Belastungsstörungen.*

Ich bin überzeugt davon, dass eine Alkohol- oder Drogenabstinenz nicht lange aufrechterhalten werden kann, wenn die psychischen Aspekte des Betroffenen nicht mitberücksichtigt werden.

Bei der Recherche zu diesem Thema habe ich auch zwei Ärzte verschiedener Suchtkliniken befragt, da mei-

ne Internetsuche nur recht dürftige Ergebnisse ergab. Ich fragte sie nach Statistiken, Aufzeichnungen oder Forschungsergebnissen. Beide haben mir fast wortwörtlich die gleiche Antwort gegeben. Sie sagten, dass sie als Ärzte für Suchtkrankheiten durchaus um das Thema Selbstmedikation wüssten, dass es aber zu schwierig wäre herauszufinden, was zuerst da war: die psychische Störung oder die Sucht. Trotzdem hoffe ich auf weitere Forschungen bezüglich der Selbstmedikationshypothese, die meiner Meinung nach bedeutend mehr Aufmerksamkeit verdient hat.

Inka Reitzel

Quelle:

1. Understanding addiction as self-medication / finding hope behind the pain

Edward J. Khantzian, M.D. und Mark J. Albanese, M.D.,
Good Times Books PVT. LTD. (2013)

* Homepage SALUS-Klinik Friedrichsdorf (2016)

** Theoretische Modelle bei Doppeldiagnosen
Franz Moggi, W. Kohlhammer Verlag 2013

Suchtgefährdetenhilfe in der Arbeitswelt

Alkohol hat in vielen Kulturen einen festen Platz. Die berauschende Wirkung des Alkohols konnten auch die ersten Konsumenten erleben. Wie und warum Alkohol wirkt, wussten sie nicht. So gab es viele Mythen rund um Alkohol und ihm wurden sowohl positive als auch negative Eigenschaften zugeschrieben.

Negative gesundheitliche Folgen waren dabei allerdings lange kein Thema. Biersuppe galt im Mittelalter als gesund und Hochprozentiges wurde gegen die Pest eingesetzt. Bis ins letzte Jahrhundert waren sich Ärzte und Wissenschaftler uneinig darüber, ob Alkohol hilft oder schadet. Einerseits vermutete man eine stärkende, sogar heilende Wirkung und andererseits beobachtete man die Folgeschäden. Und noch heute trinken wir auf unsere Gesundheit, obwohl wir die Risiken längst kennen. Den Menschen in der Antike und im Mittelalter hat Alkohol sicher genauso geschadet wie uns, und zu jeder Zeit gab es Alkoholgegner. Ab dem 16. Jahrhundert entwickelte sich aber die Mäßigkeits- und Abstinenzbewegung. Übermäßiger Alkoholkonsum wurde in den folgenden Jahrhunderten immer mehr als Gefahr für die Gesellschaft wahrgenommen. Teilweise wurden Alkoholiker zu Verbrechern erklärt und in Zuchthäusern weggesperrt.

Mit der Industrialisierung im 19. Jahrhundert verbreitete sich der sogenannte „Elendsalkoholismus“, der große Teile der armen Bevölkerung betraf. Berauscht waren die die langen und anstrengenden Arbeitstage in der Fabrik für viele besser zu ertragen. Die meisten Arbeitgeber erlaubten Alkohol am Arbeitsplatz und gaben sogar einen Teil des Lohns in Form von Hochprozentigem aus. Die Gewerkschaften erkannten die Gefahren für die Arbeiterschaft und entwarfen bald Beschlüsse gegen den Verkauf von Alkohol am Arbeitsplatz. Inzwischen hatte man auch die gesundheitlichen Folgeschäden andauernden Alkoholkonsums entdeckt. Unter Medizinern reifte die Auffassung, dass Alkoholismus eine Krankheit ist. Offiziell ist er das in Deutschland allerdings erst seit einem Beschluss des Bundessozialgerichts im Jahre 1968. Seitdem werden die Kosten für eine Behandlung von der Kranken- oder Rentenversicherung getragen. Der gesellschaftliche Umgang mit Alkohol hat sich in den vergangenen Jahrhunderten und wahrscheinlich Jahrtausenden immer wieder geändert. Das Thema wurde ignoriert, erforscht, alkoholranke Menschen wurden als Sünder oder Verbrecher abgestempelt und immer wieder ging es darum, dass weni-

ger Alkohol uns gut tun würde.

Trotzdem sind viele gesellschaftliche Rituale bis heute eng mit dem Konsum alkoholischer Getränke verbunden: Geburtstage, Hochzeiten, sportliche Siege und berufliche Erfolge – wo gefeiert wird, gehört Alkohol oft selbstverständlich dazu. Einige Wissenschaftler sehen darin ein Ventil, was eine Gesellschaft braucht um zu funktionieren. Die Idee dahinter: Nur wenn wir die Möglichkeit haben manchmal auszubrechen, zum Beispiel mit Alkohol, können wir uns während der übrigen Zeit in die Gesellschaft einfügen.

Alkohol, Drogen und Medikamente am Arbeitsplatz – Wie reagieren?

Alkohol als „Volksdroge Nummer eins“ macht vor dem Betriebstor nicht Halt. Trotz aller Aufklärungskampagnen und Präventionsangebote ist - je nach Statistik - jeder achte bis jeder zwanzigste Arbeitnehmer alkoholabhängig. Zählt man diejenigen dazu, die mit riskant hohem Konsum noch vor der Schwelle zur Abhängigkeit stehen, ist im Unternehmen etwa jeder Vierte gefährdet. Dazu kommen Suchtgefahren durch illegale Drogen und den Missbrauch von Medikamenten, oft unmittelbar durch die berufliche Belastung und den Leistungsdruck am Arbeitsplatz mitbedingt.

Folgen für Mitarbeiter - Folgen für Unternehmen

Neben der persönlichen Problematik für den Betroffenen hat dies schwerwiegende Folgen für Unternehmen. Der Suchtmediziner Dr. Karsten Strauß schätzt den volkswirtschaftlichen Schaden durch den Konsum sogenannter psychotroper Substanzen für Deutschland auf bis zu 300 Milliarden Euro jährlich. Alkohol- oder suchtkranke Mitarbeiter sind weniger leistungsfähig und haben höhere Ausfallzeiten. Und sie sind eine Gefahr für die Arbeitssicherheit. Zwischen 15 und 30% aller Arbeitsunfälle passieren unter Alkoholeinfluss, nach Schätzungen von Fachleuten ist Alkohol zumindest eine Mitursache bei etwa jedem zweiten Arbeitsunfall. Alkoholranke gefährden sich und ihre Kollegen und können im schlimmsten Fall eine Produktion stilllegen. Doch betrifft dies nicht nur alkoholranke Mitarbeiter, schon 0,2 Promille können bei gesunden Menschen Reaktionsfähigkeit, Konzentration und Risikobereitschaft beeinflussen. Ist Alkohol die Unfallursache, kann dies für den Verursacher unangenehme arbeits-, straf- und zivilrechtliche Konsequenzen haben: Verlust des Unfallversicherungsschutzes, Haftung, Verlust der Lohnfortzahlung usw. Erste Pflicht aller Verantwortlichen im Unternehmen ist, nicht wegzuschauen. Weder ist Alkoholkonsum zu verharmlosen noch ist das Thema Rauschmittel zu tabuisieren. Doch wie sieht das konkrete Vorgehen im Betrieb aus? Was ist zu tun, wenn der Staplerfahrer

der Spätschicht „bekifft“ wirkt? Wer greift ein, wenn der Bediener einer Presse oder Stanze Montag früh noch unter dem Einfluss von Restalkohol zu stehen scheint? Welche Promillegrenze gilt im Betrieb und darf man im Zweifelsfall einen Alkoholtest anordnen?

Die Rechtslage

Wenn ein Arbeitgeber einen Beschäftigten wissentlich »berauscht« arbeiten lässt, verstoßen beide gegen das Arbeitsschutzgesetz. Denn der Arbeitgeber hat alle notwendigen Maßnahmen zur Prävention von Unfällen zu treffen und der Beschäftigte hat ihn dabei zu unterstützen. Die Unfallverhütungsvorschriften (BGV A1 § 15) besagen dazu:

„Versicherte dürfen sich durch den Konsum von Alkohol, Drogen oder anderen berauschenden Mitteln nicht in einen Zustand versetzen, durch den sie sich selbst oder andere gefährden können.“

Die UVV enthalten damit kein absolutes Alkoholverbot. Dies gibt es ebenso wenig wie eine gesetzliche Promillegrenze für Alkohol im Unternehmen (abgesehen selbstverständlich von den Grenzwerten nach dem Straßenverkehrsgesetz). den Umgang Maßgeblich für mit diesem relativen Alkoholverbot ist das Gefährdungspotenzial. BGV A1 verpflichtet in § 7 den Arbeitgeber zum Einschreiten:

„Der Unternehmer darf Versicherte, die erkennbar nicht in der Lage sind, eine Arbeit ohne Gefahr für sich oder andere auszuführen, mit dieser Arbeit nicht beschäftigen.“

Betriebsvereinbarungen geben Orientierung und Handlungssicherheit

Das Gläschen Sekt in der Kaffeepause zum Geburtstag des Bürokollegen führt daher nicht per se zu einem Arbeitsverbot. Es können jedoch zwischen Unternehmer und Betriebsvertretung Betriebsvereinbarungen festgelegt werden, die jeglichen Genuss von alkoholischen Getränken (auch in den Arbeitspausen) untersagen. Dann ist der Flachmann in Spind oder Schreibtisch genauso tabu wie der Piccolo in spontaner Feierrunde. Auch das Getränkeangebot von Kantine und Getränkeautomaten muss angepasst werden. Trinkt ein Mitarbeiter trotz eines solchen Alkoholverbots im Betrieb, kann dies zu einer ordentlichen oder sogar außerordentlichen verhaltensbedingten Kündigung führen.

Vorgesetzte in Verantwortung

§ 7 BGV A1 wendet sich an den Arbeitgeber und damit an den Vorgesetzten. Die Fachkraft für Arbeitssicherheit (Fasi) ist zwar dafür zuständig, dass der Themenkomplex Suchtmittel, Missbrauch, Unfallgefahren usw. in die Gefährdungsbeurteilung und regelmäßige Unterweisungen Eingang findet; um im konkreten Fall einen Mitar-

beiter nach Hause zu schicken, muss die Sicherheitsfachkraft (Sifa) jedoch immer den disziplinarischen Vorgesetzten einbinden. In vielen Fällen ist es jedoch so, dass eine Sifa gleichzeitig, z.B. als Leiter der Instandhaltung, auch der Vorgesetzte ist. Dann hat die Sifa als Vorgesetzter die Pflicht und die Verantwortung, dem alkoholisierten Mitarbeiter die weitere Tätigkeit zu untersagen.

Auch wenn der Personal- oder der Betriebsrat hinzugezogen wird, kann die Entscheidung nicht an Personalvertreter weitergeschoben werden. Disziplinarisch eingreifen muss der Vorgesetzte. Selbst wenn durch den Ausfall des Mitarbeiters Engpässe im Arbeitsablauf entstehen, muss dies in Kauf genommen werden.

Streitet ein Beschäftigter den Alkoholkonsum ab, darf er nicht - z.B. über den Betriebsarzt - zu einer Bestimmung der Blutalkoholkonzentration gezwungen werden. Und selbst wenn jemand einen Alkoholtest ablehnt, darf daraus nicht automatisch auf eine Alkoholisierung geschlossen werden. Im Konfliktfall genügen jedoch einfache Indizien für eine Alkoholisierung, es ist nicht zwingend ein Test notwendig, um jemanden vom Arbeitsplatz zu verweisen.

Verpflichtung zur Fürsorge

Wichtig dabei: Die gesetzliche Fürsorgepflicht des Arbeitgebers gegenüber dem Beschäftigten besteht weiter. Ein alkoholisierte Mitarbeiter darf keinesfalls sich selbst überlassen werden und womöglich mit dem eigenen Auto nach Hause fahren. Er ist - je nach Zustand - einem Krankenhaus zu übergeben, im Betrieb zu beaufsichtigen oder es ist ein kontrollierter Nachhauseweg zu organisieren.

Selbstverständlich ist spätestens am nächsten Tag die arbeitsvertragliche Pflichtverletzung konkret anzusprechen. Es muss klar gemacht werden, dass eine Gefährdung aufgrund Alkoholisierung nicht geduldet wird und schwerwiegende Folgen haben kann. Ein solches Gespräch sollte immer mit einem Hilfsangebot verbunden werden.

Vorsicht mit Diagnose und Therapie

Auch bei einem weniger offensichtlichen Alkoholproblem sollten immer die möglichen Gefährdungen am Arbeitsplatz Anlass für ein Mitarbeitergespräch zum Thema Alkohol sein. Hier bedarf es häufig besonderen Fingerspitzengefühls. Keinesfalls dürfen Gerüchte und Nachrede von Kollegen dazu führen, einem Mitarbeiter arbeitsrechtliche Konsequenzen anzudrohen.

Andererseits sollten weder Vorgesetzter noch Kollegen oder Personalvertreter »therapeutisch« auftreten und in sensible persönliche oder gesundheitliche Angelegenheiten des Mitarbeiters dringen. Alkoholismus ist eine Krankheit und muss behandelt werden, doch die Diag-

nose ist Sache eines Arztes, ebenso wie die Schritte zu Behandlung und Entwöhnung.

Drogentest nur mit Einwilligung

Die genannten Regeln gelten gleichermaßen auch für Drogen oder Medikamente. Dabei spielt es keine Rolle, ob diese tatsächlich im Betrieb konsumiert wurden, denn auch der Konsum in der Freizeit kann in die Arbeitszeit hineinwirken. Beschäftigte dürfen also nicht davon ausgehen, es genüge, Drogen außerhalb der Arbeitszeit zu konsumieren, um damit allen arbeitsrechtlichen Konsequenzen vorzubeugen.

Verlässliche äußere Anzeichen für Drogenkonsum sind im Unternehmen meist schwerer zu erkennen als bei Alkohol. Daher ist der Nachweis eines vermuteten Drogenmissbrauchs oft heikel. Ein Drogentest gilt als ein Eingriff in Persönlichkeitsrechte und das Recht auf körperliche Unversehrtheit. Hier ist eine Abwägung zwischen Individualrechten und dem Schutz des Gemeinwohls erforderlich. Generelle betriebsweite Drogen-Screenings sind rechtlich umstritten und in Deutschland eher selten. Ein Drogentest kann jedoch, die Einwilligung des Betroffenen vorausgesetzt, zulässig sein bei: Einstellungsuntersuchungen, vor Versetzung in sicherheitsrelevante Arbeitsbereiche sowie als Angebot zur Entlastung bei verhaltensauffälligen Beschäftigten und Hinweisen auf Drogeneinfluss.

Quelle: <https://www.arbeitssicherheit.de/de/html/content/27/Startseite/>

In den meisten Unternehmen gibt es mittlerweile Betriebsvereinbarungen zum Thema Suchterkrankungen, in denen die genaue Vorgehensweise und Rahmenbedingungen festgeschrieben sind. Diese haben präventiv zum Ziel, die Arbeitssicherheit zu erhöhen und die Gesundheit der Beschäftigten zu erhalten, dem Suchtmittelmissbrauch entgegen zu treten und erkrankten Mitarbeitern frühzeitig geeignete Hilfsangebote zu unterbreiten (Vertuschen und Verschweigen stellt für die Betroffenen keine Hilfe dar).

Durch Informations- und Aufklärungsmaßnahmen soll ein allgemeines Problembewusstsein bei allen Mitarbeitern aufgebaut werden. Darüber hinaus kann somit ein vertrauensvolles Betriebsklima geschaffen werden, das es ermöglicht, offen über Missbrauchs- und Suchtprobleme zu sprechen, Hilfsangebote zu machen und diese auch wahrzunehmen.

Hier müssen die Vorgesetzten, die Personalabteilung, der Werksarzt und der Betriebsrat zusammenarbeiten und im besten Fall ist im Betrieb ein Suchtgefährdetenhelfer etabliert.

Die Aufgaben der Suchtberatung umfassen folgende Punkte:

- Persönliche Beratung.
- Kontaktaufnahme zu Angehörigen.
- Begleitung und Vermittlung von Kontakten zu externen Beratungsstellen und Selbsthilfegruppen.
- Kontakthalten während der ambulanten bzw. stationären Behandlung sowie einer eventuellen Entgiftung.
- Gespräche mit Krankenkassen zur Sicherstellung der notwendigen Maßnahmen.
- Längeres Kontakthalten nach der Behandlung mit ausklingender Tendenz.
- Hilfe bei der Wiedereingliederung (BEM).
- Begleitung und Beratung beim Rückkehrgespräch und nachfolgenden Gesprächen.
- Beratung von Vorgesetzten, Arbeitskollegen, Personalabteilung und Betriebsräten.
- Mitwirkung bei der Abwicklung des Stufenplans.

Beispiel für einen Stufenplan:

Bei Alkohol- oder Drogenauffälligkeiten wird der Mitarbeiter durch den Vorgesetzten zu den Ursachen befragt und versucht zu klären, ob eine Sucht vorliegt. Lehnt der Mitarbeiter dies ab, so treten die regulären disziplinarischen Bestimmungen in Kraft. Liegt eine Sucht vor und der Mitarbeiter stimmt einem Maßnahmenplan zu, kann wie folgt vorgegangen werden:

- Auflage an den Mitarbeiter, an einer Suchtberatung teilzunehmen.
- Bei akuter Gefährdung der Arbeitssicherheit, Aussetzen der Beschäftigung.
- Teilnahme an einer Therapie, soweit vom Suchtberater empfohlen.
- Bei Verweigerung einer Therapie, Hinweis auf eine mögliche Beendigung des Arbeitsverhältnisses.
- Bei einer Bereitschaft zur Therapie, Hilfestellung bei der Beschaffung eines Therapieplatzes.
- Fortsetzung der Tätigkeit nach erfolgreicher Therapie.
- Bei einem Rückfall oder erfolgloser Therapie können die ersten Punkte erneut durchlaufen werden.

Es muss in jedem Fall mit dem Mitarbeiter vereinbart werden, wie oft ein „Scheitern“ stattfinden darf bevor man das Arbeitsverhältnis beendet. Die Rückkehr aus der Therapie in den Betrieb wird in Zusammenarbeit zwischen Suchtberater und Betroffenen vorbereitet. In einem Rückkehrgespräch zusammen mit der Personalabteilung, Vorgesetzten und dem Betriebsrat wird die Wiedereingliederung vorbereitet und abgestimmt. Mögliche Einträge in der Personalakte müssen nach einer bestimmten Frist, in der der Betroffene nicht mehr auffällig ist, entfernt werden.

Diskussion

Bei all den Möglichkeiten, die es gibt, könnte man annehmen, es kann in den Betrieben gar keine Probleme mehr geben, da ja alles klar geregelt ist. Weit gefehlt! Hier kommt der Faktor „wie spreche ich den Betroffenen an“ zum Zug. Wenn jemand lallend und schwankend zur Arbeit kommt ist alles klar, aber was ist mit dem Kollegen, der immer so müde aussieht? Hat das Kind die ganze Nacht geweint oder hat er getrunken? Der Kollege mit den roten Augen: Hat er eine Allergie oder hat er getrunken? Der Kollege, der immer mal einen Tag krank ist: Hat er vielleicht Migräne oder hat er getrunken? Der Mensch im Betrieb möchte genauso wenig jemanden zu Unrecht verdächtigen wie im privaten Umfeld und es liegt eine ähnliche Co-Abhängigkeit vor. Deshalb gilt auch hier: Erst wenn der Leidensdruck groß genug ist, ist man bereit etwas zu unternehmen.

Sylvia Hammerstein



Zurück in die Zukunft

Wir schreiben das Jahr 2015, es ist Ende Februar. Ich stehe am Fenster meines Zimmers in einer Klinik für Seelische Gesundheit. Ich bin schon einige Tage hier, freiwillig und nüchtern, was ein Alkoholtest bestätigte. Ich habe diesen Schritt gewählt, um meine Frau und mich vor uns selbst zu schützen. Aber was läuft da schief in meinem Leben, warum bin ich hier. *Warum wohl?*

Ein Alkoholexzess der übelsten Art war vorausgegangen, der mich an den Rand meines Daseins führte. Will ich das? Will ich so abtreten von der Bühne? Will ich so ein Bild des Elends von mir zurücklassen? So starb mein Vater und genau das wollte ich nicht. Auch, was ich hier in dieser Klinik sehe, entspricht nicht meinem Anspruch ans Leben.

Trotzdem war es die Erfahrung wert. Es kümmerten sich eine ganze Menge Menschen um mich: Psychiater, Psychologen und Therapeuten. Ich hatte viele Gespräche, einzeln und in Gruppen.

Sie ließen mich sogar einen Aufsatz schreiben: Vergangenheit, Heute, Zukunft. Mit diesem Aufsatz konnte ich punkten und alle Fachleute waren sich danach einig: Für mich gibt es kein Medikament, ich kann mir nur selber helfen. So begann ich dann mit der Selbsthilfe und nutzte die Gelegenheit zu einer Exerzitienzeit. Ich war entschlossen etwas zu ändern, *ich* musste mich ändern.

Aber um die Zukunft neu zu ordnen, musste ich zurück in die Vergangenheit gehen, um mich da wieder einzuklinken, wo ich den sicheren Pfad verlassen hatte.

Ich schaute also aus dem Fenster, meine Gedanken waren weit weg, in der Vergangenheit. Im März 1984 stand ich schon einmal an der Kreuzung. Meine Alkoholabstürze hatten mich in diese Lage gebracht. Noch konnte ich mich selbst entscheiden was ich wollte. Ich wollte ohne Alkohol leben. Eigentlich hatte ich schon lange den Wunsch alkoholfrei zu leben, ich sehnte mich sogar danach, nur die Umsetzung wollte mir nicht gelingen. Warum nicht? Warum hilft mir keiner?

Doch eine wollte mir helfen, eigentlich half sie mir schon immer, meine Frau. Sie wurde aktiv und nahm Kontakt zu den Guttemplern auf. Es war eine Gemeinschaft im Main-Taunus-Kreis.

In ihrem Schlepptau besuchte ich diese Gemeinschaft. Ich wusste nicht was mich erwartete, ich hatte keine Ahnung. Meine Haltung war total auf Abwehr eingestellt. Aber ich wurde angenehm überrascht. Alle waren nett und halfen mir diese berühmte Schwelle zu überschreiten.

Was ich an diesem ersten Abend alles erfuhr, faszinierte und erschütterte mich gleichermaßen. Noch nie hatte ich über Alkoholmissbrauch und deren Folgen so viel

und ausführlich gehört. Über Familientragödien, Krankheit und Tod wurde berichtet. Spätfolgen des Missbrauchs waren sogar bei einigen sichtbar. Nach über zwei Stunden verließ ich die Gemeinschaft, aber in meinem Kopf ging der Abend weiter. Es folgten endlose Diskussionen mit meiner Frau und Vergleiche mit meiner Situation. Wie gut, dass es Freitag war.

Danach konnte ich es kaum erwarten wieder in die Gemeinschaft zu kommen. Aber nach den vielen Informationen verspürte ich auch Angst. Hatte ich auch schon was abbekommen, seelisch oder körperlich, bei meinen Missbräuchen?

Es folgten Besuche bei Ärzten, ich ließ mich durchchecken. Mit einem für mich wunderbarem Ergebnis. Auch berufliche- und wirtschaftliche Schäden waren ausgeblieben. Nur in Bezug meiner Familie, hatte ich riesigen Aufholbedarf.

Ich besuchte regelmäßig die Gemeinschaft und hatte im Verlauf des Jahres einige alkoholspezifische Prüfungen zu bestehen. Da waren Feiern aller Art, in Hofheim waren Hessentag, Kreisstadtsommer und Jubiläen.

Auch eine Woche Hotelaufenthalt, mit einer prall gefüllten Zimmerbar. Zudem, es war der Beginn unserer Spanienzeit, meine Frau hatte uns ein Ferienhaus an der Costa Blanca gekauft.

Ein Jahr war rum, körperlich, geistig und seelisch kam ich in Hochform. Meinen Dank an die Gemeinschaft drückte ich in der Form aus, dass ich mich voller Hingabe für diese engagierte.

Die Guttempler wurden ein Teil meines Lebens und wir schlossen neue Freundschaften, die auch ins private Leben reichten. In meinem Engagement wurde ich zunächst Schriftführer und später Leiter der Öffentlichkeitsarbeit.

Jahre vergingen und Alkohol war nur noch ein Thema bei Gruppengesprächen. Selbst ein beruflich bedingter Umzug 1993 in eine andere Stadt, änderte zunächst nichts an meinem Engagement.

Trotzdem traten Veränderungen in unser Leben. Wir suchten neue Herausforderungen und fanden diese im Tanzsport, genauer gesagt im Square Dance. 1994 wurde eine neue Tanzgruppe in einer Stadt im Rodgau gegründet. Wir waren von Anfang an dabei, und wie. 1996 wurde ich sogar „Präsident“, d. h. Chef dieser Tanzgruppe. Aber auch die Guttempler wurden nicht vernachlässigt und ich sollte im selben Jahr zum stellvertretenden Vorsitzenden gewählt werden. Ich musste ablehnen, zu oft war ich nun mit den Square Dancern auf Tour. Schweren Herzens trat ich sogar aus der Guttempler-Gemeinschaft aus.

Dieser Blick zurück ins Vergangene, am Fenster der Klinik, kam aber nicht von ungefähr, kam nicht aus dem

Nichts. Meine Frau hatte kurz zuvor bei einem Besuch den Wunsch geäußert, mit mir wieder zu den Guttemplern zu gehen. Der Wunsch hörte sich wie eine Bedingung an. Sie hatte auch schon die Gemeinschaft ausgewählt, es war die „Lauterborn“ im Rodgau.

Dass sie aber überhaupt noch Interesse an meiner Zukunft hatte, grenzt schon an ein Wunder, so oft hatte ich sie doch enttäuscht. Der Wunsch meiner Frau war mir Befehl. Ich willigte ein, denn der Blick in die Vergangenheit gab mir neue Kraft für die Zukunft und diese Zukunft begann im Anschluss an den Klinikaufenthalt im März 2015. Sie entwickelt sich bis heute genauso wie ich es mir am Fenster der Klinik wünschte. Ich bin wieder in einer Gemeinschaft und ich bin ganz toll integriert worden. Ich fühle mich dazugehörig, als wäre ich schon immer hier gewesen. Ich habe mich an dem Punkt wieder eingeklinkt, wo ich den Kreis verlassen hatte und dabei habe ich nicht nur mich glücklich gemacht.

Genau 20 Jahre liegen zwischen Ausstieg und Wiedereinstieg, aber diese Jahre sehe ich nur, wenn ich mich im Spiegel betrachte.

Ich bin wieder da und wieder waren es die Menschen in einer Gemeinschaft die mir halfen, ganz nach dem Motto: Gemeinsam geht vieles leichter. Und damit widerlege ich gleichzeitig die These einiger Personen die da meinen, Guttempler-Gemeinschaften wären nur noch Freizeitklubs.

Man hat sich hier sofort unserer angenommen und versucht, meine Frau und mich in die Gruppe einzubinden. Nicht mit leeren Phrasen, sondern mit fachlicher Kompetenz und viel Einfühlungsvermögen. Ich hatte nie das Gefühl, dass Alter hier eine Rolle spielt. Ganz im Gegenteil, die Menschen in der Gemeinschaft strahlen einen gewissen Stolz über die jahrelange Zugehörigkeit und damit verbundene Abstinenz aus.

Konrad Seib
Gemeinschaft „Lauterborn“

an. In einem Backvorgang können dort bis zu 12 Torten auf einmal hergestellt werden. Es war alles sehr hygienisch, sauber und ansprechend. Von der Qualität der Torten konnten wir uns selbst überzeugen, jeder erhielt nämlich zwei kleine Tortenstückchen zum Kosten. Sehr lecker!

Als nächstes ging es in die Metzgerei. Ein Fleischermeister führte uns in die verschiedenen Kühlräume. Die gesamte Ware war gut sortiert und mit Datum versehen. Als Kostprobe gab es für jeden Wiener Würstchen mit Brötchen. Danach kam die Fischabteilung. Auf Eis gelagert war die Ware übersichtlich sortiert. Alles frisch und hygienisch. Von der Qualität konnten wir uns wieder mittels Kostproben überzeugen. Ein Besuch der Käsetheke stand anschließend auf dem Programm. Ein Mitarbeiter erklärte uns die verschiedenen Käsesorten und ihre Herkunftsländer. Käse schließt ja bekanntlich den Magen und deshalb gab es zum Abschluss kleine Käsehäppchen für alle.

Zur Verabschiedung bekam jeder Teilnehmer noch Würstchen und Brötchen mit auf den Weg. Alles in allem war der Abend eine gelungene Veranstaltung und ein voller Erfolg. Gesättigt und gut gelaunt traten wir unseren Heimweg an. Einen Besuch dieser Art kann man nur empfehlen.

Katharina Port
Gemeinschaft „Zukunft“

Die Gemeinschaft „Zukunft“ besucht den „Gläsernen Globus“

Im Rahmen ihres Sommerprogramms besuchte die Gemeinschaft „Zukunft“ am 10.07.2017 mit insgesamt siebzehn Personen den gläsernen Globus in Hattersheim. Der Begriff „Gläserner Globus“ bezieht sich auf den SB-Lebensmittelmarkt Globus. Wir bekamen die Möglichkeit, einmal hinter die Kulissen des Marktes zu schauen.

Wir wurden um 18 Uhr von einer Mitarbeiterin des Marktes begrüßt. Sie führte uns zu einem Konferenzraum im 1. Stock. Dort erzählte sie uns einiges über den SB-Markt. Von der Gründung im Jahre 1828 bis zum heutigen Tag ist Globus im Besitz der Familie Bruch. Zu dem Unternehmen zählen 46 SB-Warenhäuser, 90 Baumärkte, zwei Globus-Drive-Stationen, ein Fridel-Markt und sieben Elektrofachmärkte in Deutschland. Darüber hinaus gibt es Globus in Russland, Luxemburg und Tschechien.



Nach der Theorie ging es nun über in die Praxis. Wir besuchten als erstes die Bäckerei. Schick gekleidet in Schutzmäntel und Hauben wurden wir vom Bäckermeister in die Backstuben geführt. Riesige Öfen und Teigmaschinen wurden uns erklärt. Dort werden z. B. am Wochenanfang täglich bis zu 2000 Brötchen gebacken. Zum Wochenende kann sich die Menge verdoppeln. Eine Konditorei mit eigenem Meister schloss sich

Rauscheffekt ganz ohne Alkohol

Am 18. Mai 2017 veranstaltete die Gemeinschaft „Mattiaca-Drei Lilien“ aus Wiesbaden im Rahmen der Aktionswoche Alkohol einen Info-Tag im Foyer der HELIOS Dr. Horst-Schmidt-Kliniken in Wiesbaden.



Von 12 bis 18 Uhr konnten sich Interessierte um das Thema Alkohol im Straßenverkehr informieren und anhand von sogenannten Rauschbrillen testen, wie sich die Wahrnehmung und die Fähigkeiten bei unterschiedlichen Promillewerten verändern. Anhand einer „Übungstür“ konnte erprobt werden, wie schwierig es ist, mit „Promille“ das Türschloss zu finden; eine Situation, die so manch einer vielleicht schon in der Realität erlebt hat. Auch die Informationen über die Angebote der Suchtselbsthilfe und das von den Guttemplern in Hessen angebotene Not-Telefon-Sucht, welches rund um die Uhr unter 0180 365 24 07 erreichbar ist, kamen nicht zu kurz. Zusätzlich gab es Informationen zur Problematik „Alkohol am Arbeitsplatz“.



Es wurden zahlreiche Fragen gestellt und beantwortet, die sich nicht zuletzt um das ehrenamtliche Engagement und kostenfreie Angebot der Guttempler drehten.

Diskussionsstoff bot auch der in Deutschland seitens der Politik nicht vorhandene Wille, der 24-stündigen Verfügbarkeit von Alkohol gesetzlich entgegen zu wirken. Unverständnis wurde auch darüber geäußert, dass bislang keine Warnhinweise auf den Flaschen angebracht sind, wie z.B. auf den Zigarettenpackungen. Hier konnten wir auf die Internet-Seite der Guttempler www.alkoholpolitik.de verweisen, auf der die Guttempler über ihr Engagement für entsprechende Veränderungen berichten.

Abgerundet wurde das Angebot durch einen leckeren alkoholfreien Cocktail, der bei Besuchern und Mitarbeitern der Kliniken großen Anklang fand. Alle Helfer der Gemeinschaft „Mattiaca-Drei Lilien“ waren sich einig: Dies war ein gelungener Tag, der wieder einmal zeigte, wie wichtig es ist, über die gesundheitlichen Risiken und die Suchtgefahr der Volksdroge Nr. 1 in Deutschland aufzuklären.

Gerlinde Wick
Gemeinschaft „Mattiaca-Drei Lilien“

Grillfest bei der Gemeinschaft „Fischbachtal“

Samstag, der 26. August 2017, ein schöner Spätsommertag, vielleicht eine der letzten Gelegenheiten ein Grillfest zu veranstalten. Der Einladung waren mehrere Gemeinschaften gefolgt und es war ein gelungenes Fest. Die Gemeinschaft hatte sich sehr viel Mühe mit dem Grillen



gegeben, es gab viele Salate; einer leckerer als der andere. Die Krönung war das tolle Kuchenbuffet, alle waren total begeistert ob der Vielfalt. Ein gelungenes Fest mit der Möglichkeit auch Diejenigen zu treffen, die man schon lange nicht gesehen hatte. Ein Highlight, von dem wir noch lange sprechen werden und wir freuen uns schon auf das nächste Jahr! Vielen Dank an die Gemeinschaft „Fischbachtal“.

Jürgen Brockmann
Gemeinschaft „Zukunft“

Guttempler in Hessen beraten ihre Zukunft

Am 26.08.2017 trafen sich 26 Guttemplerinnen und Guttempler aus 12 hessischen Gemeinschaften zu einem Workshop mit dem Thema „Zukunft der Guttempler in Hessen“. Landesvorsitzender Horst Wassum hatte ins Frankfurter Reinhold-Kobelt-Haus eingeladen und moderierte auch dieses Treffen. Auf der Agenda des Tages standen folgende Themen:

- Der Vorstand und seine Aufgaben,
- die geplante Satzungsänderung im Landesverband,
- die zukünftige, projektbezogene Vorstandsarbeit mit der Durchführung von Arbeitstreffen, Projekten und Aktionen.

Nach einer kurzen Vorstellungsrunde wurden die Erwartungen dieses Treffens abgefragt. Es stellte sich heraus, dass die Vorstellungen sehr unterschiedlich waren, im Mittelpunkt standen jedoch folgende Fragen:

- Haben wir Ideen zur Gestaltung der Mitgliedererwerbung,
- Inspirationen für neue Wege,
- was muss sich ändern, um Mitglieder zur Mitarbeit zu bewegen,
- wie machen wir die Gemeinschaftsarbeit wieder lebendiger?

Außerdem erhofften sich die Teilnehmenden, Informationen zur Vorstandsarbeit und zur geplanten Satzungsänderung zu erhalten.

Die geplante Satzungsänderung war der nächste Punkt auf der Tagesordnung. Horst Wassum stellte die zur Änderung stehenden Paragraphen vor und begründete sie. Es entstand eine lebhafte Diskussion des Für und Wider, aber zum Ende zeichnete sich ein klares „Ja“ zur Änderung ab.

Die geplante Satzungsänderung würde eine Änderung der abgegrenzten Sachgebiete in einen Aufgabenbereich Suchthilfe, mit den Bereichen Jugend, Frauen, Familie und Sucht im Alter, als gemeinsamen Schwerpunktbereich ermöglichen.

Die Aufgabenbereiche Öffentlichkeitsarbeit, Bildung und Kultur sollten in einer gewissen „Dienstleisterrolle“ mit einbezogen werden. Der gesamte Vorstand sollte mit Hilfe von Sachberatern mehr aktions- und projektbezogen im Team arbeiten.

Ein Teilnehmer konnte für die Mitarbeit im Vorstand gewonnen werden. Zwölf Teilnehmerinnen und Teilnehmer konnten sich vorstellen als Sachberater im Aufgabenbereich Öffentlichkeitsarbeit, fünf im Schwerpunktbereich Suchthilfe, zwei im Aufgabenbereich Bildung, Kultur, Soziales und ein Teilnehmer im Bereich Geschäftsstelle mitzuarbeiten. Diese zahlreichen Rückmel-

dungen gaben dem Workshop einen positiven Aspekt. Anschließend wurden die grundsätzlichen Aufgaben eines Vorstandes und ganz speziell, die Aufgaben des Landesvorstandes vorgestellt.

Ein weiterer Punkt war die Abfrage, was in den Gemeinschaften gut läuft und was nicht.

Hier wurden deutlich regionale Unterschiede erkennbar. In manchen Kreisen läuft die Zusammenarbeit sehr gut und in anderen ist sie fast gar nicht vorhanden.

Bei einigen Gemeinschaften ist der Übergang von der Gesprächsgruppe in die Gemeinschaft ein großes Problem, bei anderen funktioniert es. In zwei anwesenden Gemeinschaften, die sich regelmäßig in Kliniken vorstellen, läuft es gut. Sie hatten am letzten Seminar „Klinikvorstellungen“ teilgenommen, offenbar mit Erfolg.

Das Fazit dieser Runde: Die Gemeinschaften sollten mehr miteinander reden, sich austauschen, sich gegenseitig unterstützen und gemeinsame Aktionen durchführen. Uralte Konflikte sollten begraben werden.

In der nächsten Runde wurde nach Vorschlägen für Projekte, Aktionen und Arbeitstreffen auf Kreis- und Landesebene gefragt. Hierzu kamen Vorschläge für Workshops mit den Themen: Gemeinschaftsabende anders gestalten und Wechsel bzw. Übergang der Gesprächsgruppe in die Gemeinschaft. Ebenfalls kamen Vorschläge für Seminare mit den Themen: Schulung Nottelefon auf Kreisebene, Vorstellung in Kliniken, Depression und Sucht, Vernetzung im Suchthilfebereich. In den Bereichen Bildung und Kultur wurden folgende Anregungen eingebracht: Neue Aktivitäten anbieten, z.B. Paddeln, Wandern, Tagesausflüge und Kulturprogramme.

Die Öffentlichkeitsarbeit sollte auf allen Gebieten gefördert werden, wie Werbung in Bussen und Bahnen, in den Printmedien sowie in TV, Radio und Netzwerken im Internet.

Um dies alles umsetzen zu können, brauchen wir die Unterstützung aller Aktiven im Landesverband Hessen. Wir müssen uns weiterentwickeln, neue Wege gehen, aber auch Altbewährtes wieder aufgreifen, um ein Weiterbestehen zu sichern.

Die Einladungen zum Regionaltreffen in Bad Salzschlirf, vom 17. bis 19. November 2017, mit dem Thema „Mach mit“, sind hoffentlich angekommen und in den Gemeinschaften besprochen worden, so dass jede Gemeinschaft eine Teilnehmerin oder einen Teilnehmer entsenden kann.

Horst Wassum
Landesvorsitzender

Buchempfehlung



Die Geschichte der Bienen

Mitreißend und ergreifend erzählt Maja Lunde von Verlust und Hoffnung, vom Miteinander der Generationen und dem unsichtbaren Band zwischen der Geschichte der Menschen und der Geschichte der Bienen. Sie stellt einige der drängendsten Fragen unserer Zeit: Wie gehen wir um mit der Natur und ihren Geschöpfen? Welche Zukunft hinterlassen wir unseren Kindern? Wofür sind wir bereit zu kämpfen?



Guttempler-Kongress 2018 in Nordrhein-Westfalen

Der Guttemplertag 2016 in Husum ist vorbei. Knapp 300 Guttemplerinnen und Guttempler, die aus ganz Deutschland nach Nordfriesland gekommen waren, feierten ein dreitägiges Fest. Es gab Ausflüge, fröhliches Beisammensein und eine Fachtagung mit dem wichtigen Thema „Alter SUCHT Jugend.“ Alle Gäste konnten die hohe Wertschätzung erleben, derer sich die Guttempler in Schleswig-Holstein erfreuen.

Nach dem Guttemplertag ist vor dem Guttempler-Kongress und der wird vom 10. bis zum 14. Mai 2018 in Ratingen/Nordrhein-Westfalen stattfinden. Alle Guttemplerinnen und Guttempler in NRW werden Gastgeber sein. In Husum haben wir für Ratingen geworben. Es lief eine Präsentation, in der sich alle Guttempler-Gemeinschaften in NRW vorstellten. Mit kleinen Überraschungen und vielen Informationen versorgten wir die Teilnehmer. Von der Möglichkeit, sich bereits jetzt für Hotels anzumelden, haben viele Interessierte bereits Gebrauch gemacht und festgestellt, dass es sehr zivile Preise sind, für die man am Wochenende vor Pfingsten in Ratingen übernachten und frühstücken kann. Auf der Kongress-Website kann man sich bereits einen Imagefilm über Ratingen anschauen <https://kongress.guttempler.de/> und in absehbarer Zeit wird es auch möglich sein, sich für Hotelübernachtungen anzumelden. Also, bitte den Termin notieren:

Am Donnerstag, den 10. Mai 2018, beginnt es mit der Jahreshauptversammlung für die gewählten Vertreterinnen und Vertreter der Landesverbände. Konferenzen, Ausflüge, der Ball und interessante Abende werden folgen. Wer richtig viel Zeit mitbringt, wird sich schließlich am Montag, den 14. Mai 2018, auf Schloss Burg im Bergischen Land von den anderen Teilnehmenden verabschieden können.

Rolf Hüllinghorst
Bielefeld

Unsere neuen Mitglieder

Peter Schenk
Jürgen Grimm
Marc Becker
Ralf Ebert
Max Sleziona

Gemeinschaft

Chattenburg
Aktiv
Wilnowe
Main-Kinzig
Haune-Fulda-Eck



Wir gratulieren zum Jubiläum

25 Jahre

Winfried Fulik
Carlo Gensler
Heidi Bickel
Armin Bickel
Helga Lesky
Adolf Lesky
Walter Woinzeck
Brigitte Wilde
Ingeborg Bender
Rolf Bender
Gisela Neuwirth
Andreas Bösch
Angelika Krömer
Ulrich Krömer

Gemeinschaft

Main-Taunus
Vorderrhön
Erich Gericke
Erich Gericke
Erich Gericke
Erich Gericke
Haune-Fulda-Eck
Main-Kinzig
Barbarossa
Barbarossa
Haune-Fulda-Eck
Wetterau
Überwald
Überwald

30 Jahre

Kurt Friedrich
Brigitte Peiske
Werner Peiske
Werner Fetscher
Gundart Pommerenke
Gisela Schäfer
Rolf Schäfer
Rita Schmitt-Schäfer
Barbara Rexroth
Klaus Adam

Gemeinschaft

Melibokus
Die Fähre
Die Fähre
Zukunft
Neuer Weg
Nord-West
Vor der Höhe
Vor der Höhe
Wetterau
Main-Kinzig



© fotolia

40 Jahre

Erika Dummermuth
Waltraud Burkert
Bernd Burkert
Gudrun Mützel
Helga Rau

Gemeinschaft

Dreieich
Haune-Fulda-Eck
Haune-Fulda-Eck
Dreieich
Tradition



© fotolia

Gemeinschaftsjubiläen

25 Jahre

Überwald
Vor der Höhe

30 Jahre

Barbarossa

40 Jahre

Taunusburg

Abschied

Wir trauern um unsere verstorbenen Mitglieder

Adolf Schäfer	Gem. Nord-West	†	08.08.2016
Rudi Birkart	Gem. Guter Weg	†	19.05.2017
Ewald Minners	Gem. Aktiv	†	29.05.2017
Marion Winter	Gem. Fischbachtal	†	11.06.2017
Johanna Dziuba	Gem. Lauterborn	†	15.06.2017
Walter Fischer	Gem. August Forel	†	10.07.2017
August Hofmann	Gem. Guter Weg	†	23.07.2017
Fritz Schmidt	Gem. Altenstein	†	05.08.2017
Hans-Jürgen Prätzel	Gem. Mattiaca-Drei Lilien	†	16.08.2017
Sigrid Schäpe	Gem. Mattiaca-Drei Lilien	†	03.09.2017
Dieter Lohmann	Gem. Die Hilfe	†	03.09.2017
Rainer Dumeier	Gem. Chattenburg	†	20.09.2017

Menschen gehen für immer. Die Erinnerung bleibt.

Fachklinik für Abhängigkeitserkrankungen

„Neue Rhön“

**Mutter und Kind Station
Vater und Kind Station
Mahlertshof 4, 36151 Burghaun
Telefon: 06652 / 9910
www.neue-rhön.de**

**Psychosoziale Beratungs- und
Behandlungsstelle für Suchtkranke
und deren Angehörige**

**Frankfurter Therapie-Verbund
hessischer Guttempler-Einrichtungen
gGmbH
Metzlerstraße 34, 60594 Frankfurt/M
Telefon: 069 / 618124 und 614464
Termine nach Vereinbarung
www.suchtberatung-Frankfurt.de**

Mobile Fachambulanz

**36088 Hünfeld
Telefon: 0176 / 78 88 86 11
oder : 0176 / 78 84 75 17**

**ags - Suchtberatungsstelle
Pfingstbrunnenstr. 3
65824 Schwalbach
Telefon: 06196 / 23059
www.suchtberatung-ags.de**

Nachsorgeeinrichtung Röderichstraße

**Für alkohol-, medikamentenabhängige
und polytoxikomane
Männer und Frauen
25 Betten
Röderichstraße 6, 60489 Frankfurt-
Rödelheim
Telefon: 069 /781951 und 069 /**

**Guttemplerverein
Frankfurt e.V.**

**Reinhold-Kobelt-Haus
Metzlerstraße 34
60594 Frankfurt/Sachsenhausen
www.hausverein-ffm.de**

**Guttempler-Bildungswerk
Landesverband Hessen e.V.**

**Reinhold-Kobelt-Haus
Metzlerstraße 34
60594 Frankfurt/Sachsenhausen
www.gbwhessen.de**

NOTTELEFON SUCHT

der Guttempler in Hessen

**täglich 24 Stunden
kompetente Beratung
streng vertraulich**

0180 365 24 07

(9 Cent/Min. aus dem Festnetz, Mobilfunk abweichend)