

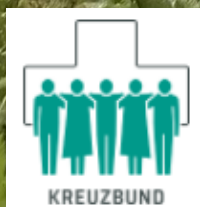
Blitzlicht

Frühjahr / Sommer 2024

Wechsel der Geschäftsführung
im Bundesverband

promille ohne Alkoholkonsum
Das Eigenbrauereisyndrom

Facetten der Suchtbehandlung
21. Hochstadter Gespräche



Infoblatt des Kreuzbund Diözesanverband Bamberg e.V.i.L.
für Gruppenmitglieder*innen und Gruppenteilnehmende



Vertrauen

Misstrauen

In dem Moment in dem wir testen,
ob wir anderen vertrauen können,
finden wir heraus,
dass wir ihnen nicht vertrauen.

Impressum:

Herausgeber: Kreuzbund
Diözesanverband
Bamberg e.V. i.L.

Redaktion: Friedrich Meyer (v.i.S.d.P.)
Albert Kohns

Textbeiträge,
Fotos und
Bilder: Privat und
It. Quellenangaben
Titelfoto: © ako 2023

Satz und
Gestaltung: Albert Kohns

Druck: WirMachenDruck.de

Zu veröffentlichende Artikel bitte per E-Mail an:
albertkohns@yahoo.de

Haftungsausschluss:

Die Beiträge werden nicht auf ihre Richtigkeit
überprüft. Jeder Einreicher ist für den Inhalt und
die Quellenangaben seines Artikels selbst ver-
antwortlich.

Aus dem Inhalt:

Willkommen im Jahr 2024

Seite 3

„Der Kreuzbund hat Entwicklungspotential“

sagt die neue Geschäftsführerin des
Bundesverbandes

Seite 4

Mitgliederversammlung und Gruppenleitertreffen

im Bistumshaus St. Otto

Seite 5

Facetten der Suchtbehandlung

21. Hochstadter Gespräche

Seite 8

Dauerrausch durch Nudeln...

Das Eigenbrauersyndrom

Seite 10

Gemeinsam unterwegs

Unser diesjähriger Besinnungstag

Seite 13

Seen sehen in Bad Staffelstein

Traditionelle 1. Mai-Wanderung

Seite 16

Selbsthilfemarkt in Nürnberg wir waren dabei

Seite 17

Alkohol, weniger ist besser

Der Kreuzbund bei der
DHS-Aktionswoche

Seite 18

Maiausflug nach Fulda

Seite 19

Selbsthilfegruppen / Suchtbe- ratungsstellen im DV Bamberg

Seite 21

Nachruf auf einen großartigen Menschen

Seite 23



Hallo liebe Leser,

willkommen im Jahr 2024. Ich hoffe ihr habt das alte Jahr gut hinter Euch gebracht und seid neugierig auf das, was dieses Jahr so alles bringt. Es wird Neuerungen geben, nicht nur bei uns im DV. Und manche dieser Neuerungen werden positiv aufgefasst, andere wiederum kontrovers diskutiert werden. Zum Beispiel die Legalisierung von Cannabis. Ob man hiermit den Dealern die Grundlage ihres Wirkens entzieht, ist eher fraglich. Internetrecherchen diesbezüglich warfen bei mir die ein oder andere Frage auf. Fakt ist, das Cannabis vielen jungen Menschen als Einstieg in ihre Sucht dient. Im Grund aber ist es genauso wie beim Suchtmittel Alkohol, manche können damit umgehen und manche eben nicht.

Viel schwieriger haben es da Mitmenschen, die, ohne es zu wissen mit Promille am Steuer erwischt werden oder gar einen Verkehrsunfall herbeiführen und das, ohne einen Tropfen Alkohol zu sich genommen zu haben.

Bei einer unser Infogruppen im Bezirksklinikum Kutzenberg die wir an jedem ersten Donnerstag dort abhalten war so ein „Fall“.

Die betroffene Person offenbarte sich uns aber erst nach der Veranstaltung. Im ersten Moment war ich skeptisch und dachte, es handle sich um eine Schutzbehauptung. Im Verlauf des Gespräches wurde mir aber klar, dass es sich hierbei um eine sehr ernste Angelegenheit handelte. Dies bewog mich mehr über eine sehr seltene Erkrankung des Darmtraktes in Erfahrung zu bringen.

Das Eigenbrauerei-Syndrom ist deshalb auch das Hauptthema dieser Ausgabe.

Auch hier traten bei mir im Laufe der Recherchen viele Fragen auf. Wie ist es zum Beispiel mit der Diagnose und der anschließenden Behandlung? Ist diese Erkrankung heilbar? Und, wie sieht es mit der Rechtsprechung aus, gibt es vielleicht sogar Präzedenzfälle?

Natürlich haben wir in diesem Jahr auch wieder Platz für die schönen Dinge des Lebens, den gemeinschaftlichen Aktivitäten in unserem DV. Den Seminaren, die uns helfen können, unsere Sucht und unser Leben besser zu begreifen und in den Griff bekommen. Oder einfach besser, vielleicht gewaltfrei zu kommunizieren, um leichter und besser zu leben. Weil Gewalt, auch in der Ausdrucksweise im (Streit)-Gespräch Gegengewalt erzeugen und sich immer weiterhochschrauben kann, bis hin zur Eskalation.

Vielleicht bräuchte der ein oder andere auch ein bisschen mehr Selbstwertgefühl. Gerade bei Rückfällen sinkt das zuvor erworbene Selbstwertgefühl geradezu in den Keller. Auch hierzu bieten wir ein Seminar an.

Hierzu möchte ich vor allem die neuen Mitglieder einladen, sich zu unseren Seminaren anzumelden.

Aber auch an unseren Fahrten, Wanderungen oder Besinnungstagen teil zu nehmen. Denn wir sind alle gemeinsam Unterwegs.

Ich hoffe ich habe euch ein wenig neugierig gemacht und wünsche Euch viel Spaß beim Lesen.

Albert Kohns



Gemeinsam gegen Sucht



Wechsel der Geschäftsführung im Bundesverband



Seit 1. Februar ist Frau Dr. Daniela Ruf die Bundesgeschäftsführerin. Bei ihrer Antrittsrede bei der Bundesdelegiertenversammlung stellte sie fest:

Der Kreuzbund hat Entwicklungspotenzial

Die Bundesdelegiertenversammlung am 20. / 21. April 2024 in Siegburg war geprägt vom Wechsel in der Bundesgeschäftsführung. Am 1. Februar 2024 hat Dr. Daniela Ruf diese Funktion übernommen. Die 45-Jährige stellte sich den rund 100 Delegierten vor und umriss ihre Pläne für die Zukunft. Sie hat über 20 Jahre Erfahrungen in der Suchthilfe und Sucht-Selbsthilfe und hat bereits ihre Doktorarbeit im Fach Psychologie über alkoholbezogene Störungen geschrieben. In den vergangenen 13 Jahren war sie beim Deutschen Caritasverband (DCV) in Freiburg im Referat „Teilhabe und Gesundheit“ beschäftigt und in dieser Funktion im Schwerpunkt auch für die Sucht-Selbsthilfe zuständig. Den Kreuzbund, Fachverband des Deutschen Caritasverbandes, kennt sie also schon lange.

Die Sucht-Selbsthilfe sei ein gutes und wichtiges Angebot, sagte sie in ihrer Antrittsrede. Außerdem habe sie im Kreuzbund beeindruckende Menschen kennengelernt, es sei für suchtkranke Menschen eine große Leistung, sich aus der Sucht zu befreien, sich selbst anzunehmen und wieder Verantwortung zu übernehmen, und für Angehörige sei es eine große Leistung, diesen Weg zu begleiten. Sie ist sicher, dass der Kreuzbund Entwicklungspotenzial hat und möchte dieses gemeinsam mit den Menschen im Kreuzbund entfalten und dabei an die positiven Entwicklungen der vergangenen Jahre anknüpfen.

Sie ist überzeugt: Die Gruppe stellt auch weiterhin den Kern des Kreuzbundes dar, die Sucht-Selbsthilfe bleibt auch zukünftig ein tragendes und zentrales Angebot im Hilfesystem - und der Kreuzbund bleibt der größte Sucht-Selbsthilfeverband in Deutschland, trotz der Mitgliederverluste, die auch andere Vereine und Verbände betreffen und nichts über die

Qualität des Angebotes aussagen. Dies wird jedoch kein Selbstläufer sein. Menschen müssen bereit sein, den Kreuzbund mit ihrer Mitgliedschaft zu unterstützen, und sie müssen bereit sein, Funktionen zu übernehmen. Darauf möchte sie gemeinsam in den kommenden Jahren hinwirken und die Diözesanverbände unterstützen.

Die Grundlagen für die Zukunft bezeichnete sie als gut: „Wir sind auf einem guten Weg, dürfen aber nicht stehenbleiben“. Es gelte, die Strukturen und Angebote zu überprüfen und bei Bedarf an veränderte Bedingungen und Zielgruppen anzupassen, die Finanzierung sicherzustellen und Aufgaben und Verantwortung sinnvoll zu verteilen. Dann könne der Kreuzbund gut in die Zukunft kommen und 2046 stolz sein 150-jähriges Jubiläum feiern.

Die neue Bundesgeschäftsführerin formulierte auch einige Wünsche: Sie will sich für mehr Nähe und Erlebbarkeit der Bundesebene bis in die Gruppen sowie eine gute Zusammenarbeit über alle Ebenen hinweg einsetzen und hofft auf ein gutes Miteinander, eine offene und ehrliche Kommunikation und konstruktive Kritik. Sie ermunterte die Delegierten, mit ihren Anliegen gern auf sie zuzukommen - sei es per Telefon oder per Mail.

Auch die Delegierten äußerten einige Wünsche an die Bundesgeschäftsführerin: Unter dem Stichwort „Gesicht zeigen“ würden sie es begrüßen, wenn Daniela Ruf Veranstaltungen der Diözesanverbände besucht und dort auch auf Gruppenmitglieder trifft, die die Strukturen des Verbandes nicht hinreichend kennen. Das könnte manche Vorbehalte gegenüber dem Bundesverband zerstreuen und zu einem besseren Miteinander der Verbandsebenen beitragen.

Gunhild Ahmann,
Referentin für Öffentlichkeitsarbeit

Quelle:
Text und Foto: Kreuzbund-Bundesgeschäftsstelle

Mitgliederversammlung und Gruppenleitertreffen



am 15.06.2024 im Bistumshaus St. Otto in Bamberg

Eine Zusammenfassung von Albert Kohns



Wie immer trafen sich die Teilnehmenden zum Wortgottesdienst, der ein fester Bestandteil zum Auftakt eines solchen Tages ist und von unserem geistlichen Beirat Diethard Nemmert gestaltet wurde, in der Hauskapelle des Bistumshauses St. Otto in Bamberg.

Anschließend, genauer gesagt pünktlich um 10.00 Uhr begrüßte uns dann Franz E. Kellermann, einer unserer drei Liquidatoren, zur ersten Mitgliederversammlung in diesem Jahr. Friedrich Meyer, konnte leider aus gesundheitlichen Gründen nicht persönlich an der Tagung teilnehmen. Seinen Part übernahm Wolfgang Herion, der dies für meine Begriffe, mit Bravour bewältigte.



Nach dem die Formalitäten, die nun mal zu einer Mitgliederversammlung gehören abgeschlossen waren ging es gleich über zum Bericht der Vorstandschaft.

Im Laufe des Jahres 2023 gab es keine wesentliche Veränderung bei den Mitgliederzahlen. Was sehr erfreulich ist, weil wir in der Vergangenheit einige Todesfälle zu beklagen hatten und der Altersdurchschnitt in den einzelnen Gruppen des DV stetig steigt. Leider finden nur selten junge, suchtkranke Menschen oder Angehörige den Weg in eine unserer Gruppen. Ein Grund hierfür ist die Digitalisierung, da die jüngere Generation lieber anonym in Chatgruppen unterwegs ist. Der Kreuzbund selbst bietet auch Chatrooms an. Aber, dass ein Nutzer von virtuellen Gruppen Mitglied wird ist eher zu bezweifeln.

Ein weiterer Punkt ist nach wie vor die Wahl eines neuen Vorstandes des DV. Diese soll bei der nächsten Mitgliederversammlung im September stattfinden. Hierzu werden noch Kandidaten gesucht. Der Vorstand wird in seiner Zusammensetzung kleiner sein als bisher und aus maximal fünf Vorstandsmitgliedern bestehen. Wolfgang hat bereits sein Interesse an einer Kandidatur bekundet. Weitere Bewerbungen können ab sofort und bis zum Wahltag eingereicht werden. Wir werden doch wohl fünf Kandidaten haben. Und wenn man Wolfgang als Kandidat, Reiner und mich als Beiräte abzieht sind es eigentlich nur noch zwei weitere Kandidaten, die wir benötigen. Also, nur Mut, oder wie Mutti Merkel gesagt hat, wir schaffen das.

Der Finanzbericht des Vorstandes war positiv zu bewerten. Bei den Ausgaben im Jahr 2023 blieb der

Aus dem DV

DV unter dem geplanten Budget. Die Haushaltsplanung für das Jahr 2024 fällt deshalb auch etwas geringer aus, aber nicht nennenswert. In diesem Zusammenhang könnte sich Franz Kellermann durchaus auch höhere Summen bei der Haushaltsplanung vorstellen.

Da alles auf den Cent genau abgerechnet wurde gab es auch keinerlei Mängel bei den Kassenprüfungen. Weder bei der internen noch bei der Kassenprüfung der Caritas gab es Unstimmigkeiten. So konnte die Mitgliederversammlung die Kasse und den Vorstand auch einstimmig entlasten.

Das Thema Liquidation stand bei der Mitgliederversammlung und dem anschließenden Gruppenleitertreffen auf der Agenda des Tages. Hierzu gibt es eigentlich nur zu sagen, dass sie, wie bereits in früheren Berichten angekündigt, im September 2024 abgeschlossen sein wird.

Es wurde eine neue Satzung für unseren DV ausgearbeitet. Die Zustimmung vom Bundesverband liegt bereits vor. Lediglich auf die Zustimmung des Erzbischofs wird noch gewartet. Die neue Satzung wird mit der Einladung, zirka 6 – 8 Wochen vor der nächsten Mitgliederversammlung den Mitgliedern zugestellt.

Bei den anschließenden Ehrungen langjähriger Mitglieder konnten Wolfgang Herion und Franz Kellermann diesmal 13 Jubilare aufrufen und nach vorne bitten. Im Einzelnen waren es 3 mal 25 Jahre, 6 mal 15 Jahre und 5 mal 5 Jahre Kreuzbundzugehörigkeit die geehrt wurden. Franz Kellermann dankte den Jubilaren auch im Namen unserer Bundesvorstandsvorsitzenden Andrea Stollfuss für ihre Treue zum Kreuzbund, was in der heutigen, schnelllebigen Zeit nicht mehr allzu oft vorkommt.

Unsere Jubilare im Einzelnen



Jahre Kreuzbundmitglied sind:

Karin Stüwe,	Ebermannstadt 1
Gerhard Girsch,	Ebermannstadt 1
Barbara Lang,	Forchheim 1
Petra Lüwer,	Forchheim 1



Jahre Kreuzbundmitglied sind:

James Lewis,	Ansbach
Brigitte Zellmann,	Ebermannst. 1
Klaus Zellmann,	Ebermannst. 1
Stefan Distler,	Ebermannst. 1
Heidi Hilgeroth,	Forchheim 1
Oswald Vasold,	Forchheim 2



Jahre Kreuzbundmitglied sind:

Regina Wunderlich,	Forchheim 2
Roland Lowig,	Lichtenfels
Erwin Hellinger,	Nürnberg 1



Leider haben wir versäumt Gruppenfotos der Jubilare zu machen. Ein paar Schappschüsse sind Sabine dennoch gelungen.



Zusätzlich zum 25-jährigen Jubiläum wurde Erwin Hellinger auch als langjähriger Gruppenleiter der Gruppe Nürnberg 1 verabschiedet.

Er und die restlichen beiden verbliebenen der Gruppe haben Ende letzten Jahres die Auflösung der Gruppe beschlossen.

Franz Kellermann und Wolfgang Herion lobten sein Engagement für den Kreuzbund und bedankten sich für die vielen Jahre in denen er suchtkranken Menschen und Angehörigen Hoffnung und Mut gegeben hat. Ich kann mir gut vorstellen, dass Erwin die Gruppe in seiner ganz persönlichen Art leitete. Ruhig und gelassen, aber auch hinterfragend, so dass die Teilnehmenden an sich selbst arbeiten konnten.

Ich bedanke mich auch bei Erwin, für die guten Gespräche die er bei unseren Zusammenkünften in seiner ruhigen und einfühlsamen Weise mit mir führte. Auch so manchen Tipp von ihm konnte ich, gerade am Anfang, gut gebrauchen und umsetzen.

Eine gute Nachricht ist, dass die Gruppe Nürnberg 1 unter Mitwirkung von Friedrich Meyer mit neuen Gesichtern wiederbelebt wurde. Mit Elfriede Herzing als und Cleveland Hook konnten zwei neue Gruppenleiter gewonnen werden. Vielleicht bietet sich die Möglichkeit die Beiden in einer unserer nächsten Ausgaben genauer vorzustellen.

Bei der abschließenden Rubrik „Sonstiges“ wurden noch offene Fragen der Mitglieder in Bezug auf die Vorstandswahl beantwortet.

Die Anfrage, ob die DV-Fahrt nach Regensburg im September stattfinden sollte, wurde von den Teilnehmenden mit JA beantwortet.

Sabine Ott bedankte sich für die großartige Unterstützung bei der Aktionswoche der DHS „Alkohol, weniger ist mehr“ bei allen Beteiligten vor und während der Aktion. (siehe Bericht auf Seite 18) In diesem Zusammenhang bot Wolfgang Herion auch anderen Gruppen, falls sie Interesse hätten eine eigene Aktion durchzuführen, das Equipment für Infostände des DV Bamberg an.

Hiermit wurde auch die Mitgliederversammlung abgeschlossen.

Nach dem gemeinsamen Mittagessen ging es mit dem Gruppenleitertreffen um 14.30 Uhr weiter.

Hier wurden die bereits bei der Mitgliederversammlung angesprochenen Themen nochmals vertieft. Zum Beispiel wird es eine Gruppeninterne Abfrage zur Aktualität der Mitgliederadressen geben. Dies ist notwendig, da man die neue Satzung direkt an die Mitglieder versenden wird.

Albert Kohns

Kurz die Neuigkeiten aus den Gruppen

Ansbach:

In der Gruppe Ansbach ist alles wie gehabt. Die Gruppenstärke liegt bei 8 Personen. Davon kommen 3 – 4 regelmäßig zu den Gruppenstunden. Reiner möchte es noch einmal bei einem Grillfest versuchen die Gruppenteilnehmenden zum regelmäßigen Besuch der Gruppe zu bewegen und eventuell auch „Neulinge“ für die Gruppe zu gewinnen. Sollte sich dahingehend bis zum Jahresende nicht ändern kann es zu einer Auflösung der Gruppe kommen.

Bamberg 1:

Hier ist alles in Ordnung. Neuzugänge und Abgänge gleichen sich aus. Die Gruppenaktivitäten werden gut angenommen. Sabine beklagt lediglich, dass die Motivation zur aktiven Mitgliedschaft bei einigen Teilnehmenden fehlt.

Bamberg 3:

Auch hier ist alles gut.

Ebermannstadt 1:

Die Gruppenstärke liegt bei 15 – 20 Personen. Wie Wolfgang berichtet ist die Gruppe sehr offen bei den Gesprächen und die Gruppenstunden gut besucht. Gut integriert sind auch drei ehemalige Drogenabhängige. Die Zusammenarbeit mit dem Krankenhaus in Ebermannstadt funktioniert reibungslos.

Forchheim 3:

Bei Sieglinde läuft alles gut. Ihre gemischte Gruppe besteht aus 4 männlichen und 4 weiblichen Teilnehmenden, die sich regelmäßig und vollzählig treffen.

Lichtenfels:

Die Gruppe Lichtenfels hat seit Anfang diesen Jahres zwei Neuzugänge zu vermelden. Die Gruppenstärke liegt jetzt bei 10 Personen, die in der Regel auch alle bei den Gruppenstunden anwesend sind.

Nürnberg 1:

Die wiederbelebte Gruppe um Cleveland Hook ist mittlerweile auf 10 – 15 Teilnehmende gewachsen. Ein Erfolg mit dem keiner so schnell gerechnet hätte. Selbst er nicht.

Nürnberg 3: (DV Eichstätt)

Alles gut. Es gibt auch teilweise einen Austausch der Teilnehmenden zwischen den beiden Nürnberger Gruppen.

21. Hochstadter Gespräche



Foto: www.infranken.de

Das Bezirksklinikum Hochstadt lud am 15.05.2024 zum Thema „Facetten der Suchtbehandlung“ wieder in die Katzogelhalle nach Hochstadt ein

Ein Bericht über einen informativen Tag von Albert Kohns

Die Bezirksklinik Hochstadt lud am 15.05.2023 zum 21. Mal Vertreter*innen aus Gesundheitsberufen, von der Polizei und Justiz, Jugendämtern, Suchtberatungsstellen und Selbsthilfeorganisationen, Krankenkassen und Rentenversicherer zu den „Hochstadter Gesprächen“ ein. Auch wir vom Kreuzbund waren wieder vertreten.



Pünktlich um 9:00 Uhr begrüßte der ärztliche Direktor der Gesundheitseinrichtungen des Bezirks Oberfranken, Prof. Dr. med. habil. Thomas W. Kallert die Gäste der Fachtagung.

Der erste Vortrag an diesem Tag war für uns als Suchtselbsthilfeorganisation nicht so von Bedeutung. Vielmehr wurden hier die Vertreter von Justiz, Polizei und Mitarbeiter in der forensischen Psychiatrie angesprochen.

Dr. Volkmar Bendl referierte über **die Novellierung des § 64 StGB**. Hier sind die Bedingungen für den Maßregelvollzug geregelt.

*In Umsetzung dieses Vorhabens wurde zunächst der Begriff des Hangs enger gefasst. War der Hang nach der Rechtsprechung des Bundesgerichtshofes (BGH) bislang definiert als eingewurzelte, auf psychische Disposition zurückgehende oder durch Übung erworbene Neigung, immer wieder Rauschmittel zu konsumieren, kann ein Hang nach § 64 StGB nunmehr

erst dann bejaht werden, wenn der Angeklagte an einer **Substanzkonsumstörung** leidet, infolge derer eine dauernde und schwerwiegende Beeinträchtigung der Lebensgestaltung, der Gesundheit, der Arbeits- oder der Leistungsfähigkeit eingetreten ist und fort dauert.

Ziel dieser Änderung ist es, die Anordnungsvoraussetzung des Hangs stärker auf Fälle zu beschränken, in denen der Angeklagte tatsächlich der Behandlung in einer Entziehungsanstalt bedarf, und so die Ressourcen des Maßregelvollzugs zielgenauer zu nutzen.

Die Aufnahme des Begriffs der Substanzkonsumstörung, die nach Ansicht des Gesetzgebers einen begrifflichen Bezug zur „medizinischen Welt“ herstellen soll, verfolgt das Ziel, den Hang auf bestimmte medizinisch definierte Kategorien schwerer und deshalb behandlungsbedürftiger Formen des übermäßigen Konsums berauschender Mittel zu begrenzen und so die Therapieanordnung enger an den Therapiebedarf zu koppeln. Erfasst werden substanzbezogene Abhängigkeitserkrankungen, und schwere Formen des „schädlichen Gebrauchs“.

Dr. Bendl ist Chefarzt und Maßregelvollzugsleiter an der Klinik für forensische Psychiatrie am Bezirkskrankenhaus Bayreuth.



Quellen:

*anwaltspraxis-magazin.de

Bild: GeBO



Foto:
fachklinik-schlehreuth.de

Der für uns wohl interessanteste Beitrag an diesem Tag kam von Dr. Volker Barth. Der Dipl. Psychologe ist Geschäftsführer und Leiter der Fachklinik Schlehreuth.

Bei seinem Thema, **„ein gemeinsamer Behandlungsansatz für suchtkranke Frauen und ihre Kinder“** stellte er seine Klinik in Wegscheid in der Nähe von Passau vor.

Das Angebot, welches diese Fachklinik von vielen anderen unterscheidet, ist die Aufnahme von Müttern mit ihren Kindern. Hierbei steht die Förderung der Mutter-Kind-Beziehung im Mittelpunkt. Grundsätzlich wohnen die Kinder bei der Mutter. Während der Therapiezeit werden die Kinder in der hauseigenen Kindertagesstätte betreut. Schulpflichtige Kinder besuchen die Schulen in Wegscheid.

Die Fachklinik liegt in einem ca. 80 Hektar großen Gelände. Etwa die Hälfte davon ist bewaldet. Das ganze Gelände kann von den Patientinnen und deren Kinder genutzt werden.

Die Klinik bietet Platz für 42 Frauen im Alter von 18 bis 65 Jahren und 26 Kinder im Alter von 0 bis 12 Jahren. Auch können Patientinnen aus dem deutschsprachigen Ausland, wie Österreich, Südtirol und Luxemburg, aufgenommen werden.

Die Fachklinik Schlehreuth nimmt als eine der wenigen Einrichtungen in Deutschland auch schwangere Suchtkranke auf. Das Ziel der Aufnahme ist der Schutz und die Begleitung von Mutter und Kind über die Entbindung hinaus.

Ich denke, dass dies ein gutes Konzept ist, bei dem auch die Kinder wieder Hoffnung schöpfen können.

Mehr Informationen kann man sich im Internet unter www.fachklinik-schlehreuth.de holen. Schaut mal rein. Es lohnt sich.

Nach der Mittagspause ging es zum letzten Vortrag des Tages. Ein sehr kurzweiliger und interessanter Vortrag zum Thema **„Arbeit mit Symbolen als Methode der Intervention in psychosozialen Berufen“**

Allein schon der Titel des Vortrages verrät welche Berufsgruppe hier angesprochen werden sollte. Aber auch für uns als Gruppenleiter haben die Symbole, wenn vielleicht auch nur in verbaler Form, einen Sinn, wenn es um Probleme von Gruppenteilnehmenden geht.

Wilfried Schneider brachte anhand mitgebrachter Symbole, in Verbindung mit kleinen Anekdoten und sicherlich auch aus seiner langjährigen Praxiserfahrung die Wirkungsweise eingesetzter Symbole bei der Arbeit von Therapeuten den Gästen näher.

Man konnte sehen, was er sagen wollte. Und das ist das eigentliche, der Hintergrund der Symbolarbeit.

*Alles beginnt mit den Fragen: Was ist das Problem? Was soll sich ändern? Und wie komme ich dahin?

Selten kann ein Mensch, seine Probleme genau benennen. Er spricht dann eher von einem sehr großen Problem, was bei näherem Betrachten eher aus vielen kleinen Problemen besteht. Die Interventionen und kreativen Medien sind alle in Situationen therapeutischer Arbeit entstanden. Sie sind Handwerkszeug, das der Klient im wörtlichen Sinne Begreifen kann.

Mittlerweile hat er ein ganzes Arsenal an Symbolen für die unterschiedlichsten Problemfälle entwickelt und vermarktet sie.

(siehe auch uns Buchtipps auf der letzten Seite)

Wilfried Schneider ist integrativer Sozialtherapeut und freier Journalist.



Quelle:
*Textausschnitt und Foto:
www.psychologische-symbolarbeit.de



Der DV-Bamberg
verwendet diese Software



Dauerrausch durch Nudeln, Brot und Cola

Das Eigenbrauer-Syndrom

Wenn der Körper selbst Alkohol produziert

Wie auf Seite 3 bereits erwähnt, brachte die für mich zunächst unglaubliche Geschichte einer jungen Frau, zu dem Entschluss mich näher mit einer Krankheit auseinander zu setzen, die ich bis dahin so noch nicht gehört habe. Einen Vollrausch, mit allen typischen Anzeichen von Alkoholkonsum, ohne einen Tropfen Alkohol getrunken zu haben erschien mir bis zu meiner Recherche eher unwahrscheinlich, ja geradezu unglaublich. Aber, was die an unserer Info-Gruppe im Bezirksklinikum Kutzenberg teilnehmende junge Frau uns nach der Gruppe erzählte, deckte sich mit den Informationen meiner Recherche.

Berauscht sein, ohne auch nur einen Cent für Alkohol auszugeben? Das klingt praktisch und preiswert! Auf den ersten Blick scheint das ganz witzig zu sein, allerdings bleibt es nicht beim bloßen „angetränkt“ sein. Das Eigenbrauer-Syndrom sorgt nämlich für regelmäßige Alkoholvergiftungen bei den Betroffenen. Und der Betroffene entwickelt im Laufe der Zeit eine Toleranz gegenüber dem Rauschzustand, da dieses Gefühl für ihn ganz natürlich ist. Da er nicht weiß, dass sein Körper selbstständig Alkohol produziert und er keinen Alkohol zu sich genommen hat, kann er auch nicht betrunken sein, meint er. Dabei lebt er eigentlich in einem Dauerrausch. Selbst Werte von über 2 Promille Atemalkoholgehalt sind keine Seltenheit.

Viele werden jetzt denken, was dieser Bericht hier soll, denn das Eigenbrauer-Syndrom ist doch keine Suchterkrankung. Stimmt, doch die Auswirkungen in Bezug auf die Folgeerscheinungen und die Schwere der Erkrankungen für die Betroffenen sind dieselben.

Was ist das Eigenbrauer-Syndrom?

Bei dem Eigenbrauer-Syndrom handelt es sich um eine seltene Darmerkrankung, bei der die Mikrobiologie des Darms gestört wird und sich Hefepilze so stark vermehren, dass sie einen Gärprozess in Gang setzen, der Kohlenhydrate in leberschädigende Alkohole wie Butanol, Methanol und Ethanol umwandelt. Die Patienten sind auch ohne Alkoholenuss betrunken. Unbehandelt kann diese Erkrankung zu irreparablen bis tödlichen Leberschäden wie Zirrhose, Fettleber sowie zu krebserregenden Abbauprodukten führen. Also genauso wie alkoholkranken Mitmenschen.

Die Ursachen für ein Eigenbrauer-Syndrom

Das Eigenbrauer-Syndrom kann durch die Einnahme von Antibiotika und den in vielen Lebensmitteln enthaltenen Kohlenhydraten ausgelöst werden. Antibiotika, können die Vielfalt der überlebenswichtigen Darmbakterien empfindlich stören. Das Gleichgewicht der Darmflora gerät durcheinander und die dadurch entstehenden Hefepilze setzen einen Gärprozess in Gang, der Kohlenhydrate in Alkohol verwandelt, der direkt in die Blutbahn geht. Der Betroffene zeigt erhöhte Alkoholwerte im Blut und ein entsprechendes Verhalten, das scheinbar auf vermehrten Alkoholenuss zurückzuführen ist.

Symptome, Anzeichen und Beschwerden

Häufig sind kohlenhydrathaltige Lebensmittel wie Pommes und Pasta für den Alkoholrausch verantwortlich. Den Patienten wird übel und sie leiden an Bauchkrämpfen. Wie ein Betrunkener bewegen sie sich unsicher, fallen durch unkoordinierte

Bewegungen auf und haben manchmal auch Schwierigkeiten, sich korrekt zu artikulieren. Da der durch die Hefepilze produzierte Alkohol direkt in die Blutbahn gelangt, wird ein Alkoholrausch ausgelöst. Dieses scheinbar auf übermäßigen Alkoholkonsum zurückführende Verhalten kann mit den typischen Risiken einer Alkoholisierung in verschiedenen Alltagssituationen, zum Beispiel im Straßenverkehr oder dem Führen von Maschinen, einhergehen.

Diagnose und Verlauf

Die Diagnose erfolgt zunächst über eine Blutprobe, in der erhöhte Alkoholwerte festgestellt werden, die die Annahme von übermäßigem Alkoholkonsum bestätigen zu scheinen. Bis zur abschließenden Diagnose beginnt für die Patienten zunächst ein Leidensweg, wenn ihre Mitmenschen ihnen vermehrten Alkoholmissbrauch vorwerfen oder sie als heimliche Alkoholiker bezeichnen.

Diese Darmerkrankung tritt in der Regel schleichend auf, manchmal jedoch auch ganz plötzlich von einer Sekunde zur anderen. Auch das ist eine Parallele zur Sucherkrankung.

Der behandelnde Arzt sollte nach Auswertung der Blutprobe ein ausführliches Patientengespräch führen, um herauszufinden, in welchen Situationen dieser Alkoholrausch vermehrt auftritt.

Wenn der Patient berichtet, dass er zuvor eine längere Antibiotikabehandlung durchlaufen hat oder dass dieser Zustand immer nach dem Genuss bestimmter Lebensmittel auftritt, bekommt der Arzt einen Hinweis, der ihn zu dem Eigenbrauer-Syndrom führt. Keine andere Darmerkrankung oder Lebensmittelallergie löst einen derartigen Rauschzustand aus.

Behandlung und Therapie

Wurde das Eigenbrauer-Syndrom diagnostiziert, muss der Patient eine strenge Diät einhalten, die den Verzehr kohlenhydrathaltiger Lebensmittel und Getränke wie Nudeln, Pasta, Pommes, Brot und Cola ausschließt. Auf diese Weise wird ein erneuter Gärprozess im Darm unterbunden. Zusätzlich muss der Patient ein Medikament zur Pilzbehandlung einnehmen, dass die geordnete Mikrobiologie des Darms wieder herstellt und eine erneute Hefepilzinfektion verhindert. Auch probiotische Medikamente können die Darmflora positiv beeinflussen. Probiotika sind vorwiegend lebende Bakterien oder Hefepilze, die auf natürliche Weise in milchsäuren Lebensmitteln wie Kefir, Buttermilch oder Joghurt vorkommen. Sie können verschiedene Darmerkrankungen zwar nicht heilen, den Krankheitsverlauf jedoch positiv beeinflussen, so dass

der Patient insgesamt einen geringeren Leidensdruck verspürt. Zudem stärken Probiotika das Immunsystem, das sich wiederum vorteilhaft auf den Darm auswirkt. Zusätzlich empfehlen sie den Verzehr probiotischer Lebensmittel wie Brottrunk, milchsaurer Produkte, Sauerkrautsaft oder aus Sauerteig hergestellter Brotwaren.

Aussicht und Prognose

Die Aussichten für Betroffene mit dem Eigenbrauer-Syndrom sind nicht gut, wenn die Störung länger unbehandelt bleibt. Bei dieser selten auftretenden Darmerkrankung entsteht durch Gärungsprozesse infolge eines dauerhaft gestörten Mikrobioms Ethanol. Der Alkohol aus innerer Hefegärung kann auf Dauer die Leber schädigen. Ohne eine medizinische Behandlung werden die Betroffenen wegen der Symptomatik des Eigenbrauer-Syndroms als alkoholkrank wahrgenommen. Das kann zu einer Stigmatisierung der Betroffenen führen, was wiederum zu einer seelischen Erkrankung führen kann. Die Prognose ist ohne medizinische Behandlung der Darmflora auch deshalb nicht sehr gut, weil alle Folgeschäden eines ungewollten Alkoholismus eintreten können. Obwohl der Betroffene gar keinen Alkohol trinkt, kann er eine Leberzirrhose bekommen.

Was kann der Betroffene selbst tun?

Erkrankte erleben selbst beim Arztbesuch oft Zweifel an ihrer Alkoholabstinenz. Entscheidend ist das Vertrauen des Arztes in den Patienten.

Eine vom behandelnden Arzt ausgestellte Bescheinigung entschärft unangenehme Situationen. Sie sollte immer im Portemonnaie bereitliegen. Damit klärt der Betroffene beispielsweise Ordnungskräfte glaubwürdig über die Ursache seiner unfreiwilligen Alkoholisierung auf.

Was aber kein Freifahrtschein sein sollte. Alkoholisierter am Straßenverkehr teilzunehmen ist immer noch strafbar. Bislang habe ich nur von einem Urteil gehört, bei dem ein Betroffener freigesprochen wurde. Allerdings war dies nicht in Deutschland. Das Urteil wurde am 23.04.2024 in Brügge, Belgien gesprochen.

Wer mehr über diese seltene Erkrankung erfahren möchte, kann sich unter dem Quellennachweis weitergehende Informationen holen.

Albert Kohns

Quellen:

www.MedLexi.de

Med. Expertise: Dr. med. Nonnenmacher

Titelbild: bessergesundleben.de



Fange nie an
Aufzuhören
und
höre nie auf
anzufangen

(Marcus Tullius Cicero)

Sucht - Selbsthilfe
KREUZZBUND



... jetzt auch im Chat

- montags, dienstags, mittwochs 19 bis 20 Uhr
- donnerstags 11 bis 12 Uhr
- donnerstags 19 bis 20 Uhr (für Angehörige)
- freitags 19 bis 20 Uhr
- sonntags 16 bis 17 Uhr (für Junge und Junggebliebene)
- sonntags 19 bis 20 Uhr



<https://www.kreuzbund.de/chat>



Informationen für den Weg aus der Sucht:

Du möchtest mehr erfahren - erste Kontakte wagen?

Der Kreuzbund bietet einen nutzerfreundlichen, datengeschützten, anonymen **Chat** an!

Der **Kreuzbund-Chat** ist für Frauen und Männer, die den Weg in die Sucht-Selbsthilfe suchen. Anonym, ohne jede Verpflichtung, hilfreich und informierend!



Eine Zusammenfassung über einen wunderbaren Tag von Albert Kohns

An einem nass-kalten und windindigen Samstagvormittag trafen wir uns am 23. März am Parkplatz des Thermalbades in Bad Staffelstein. Das Wetter sollte sich im Laufe des Vormittags dann doch noch mit uns erbarmen und trocken bleiben. Sogar die Sonne kam immer mehr durch.

Zur Begrüßung erhielt jeder Teilnehmer eine Flasche Mineralwasser von Diethard ausgehändigt. Was mich verwunderte, weil das Wetter eher regnerisch als schön war und ein Becher heißer Kaffee vielleicht angebrachter gewesen wäre.

Was es allerdings mit dem Wasser auf sich hatte, erfuhren wir dann gleich nach dem wir im Kurpark angekommen waren. Bei unserem ersten Halt, kurz hinter dem Eingang, für mich so zu sagen kurz nach der Geburt, konnten viele von uns an einer (vielleicht) rituellen Waschung erkennen um welches Thema es an unserem Besinnungstag geht. Was-



ser, die Quelle allen Lebens.

Ob beim Wasserrad, in der Skulpturengruppe oder bei einem kleinen Abstecher an den Mittelsee, bei den einzelnen Stationen fand Diethard immer den Bezug von Wasser auf unser Leben. Was mich dazu inspirierte euch meine eigenen Gedanken zu diesem Thema mitzuteilen.

Den Lauf eines Baches oder Flusses kann man mit dem des menschlichen Daseins vergleichen.

Am Anfang ist die Quelle, der Ursprung. Man wächst heran und wird größer, man verknüpft sich, man sucht sich Freunde oder Freundinnen, man geht Beziehungen ein, so wie aus einem kleinen Bach ein Fluss, der durch seine Nebenarme gar ein Strom wird. Man wächst mit



den Hindernissen, den Klippen und Steinen, die manche gut und manche eben nicht so gut bewältigen konnten oder können. Wasser findet immer einen Weg, genauso wie wir uns unseren Problemen stellen und mit Hilfe eines Freundes oder einer Freundin, des Partners oder den Weggefährten einen Weg finden, um sie zu lösen. Wenn auch manchmal mit Verzögerung. All das kann man leichter bewältigen, wenn man sich in einer Menge Gleichgesinnter bewegt, wenn ein Austausch stattfindet, man das Gespräch sucht. Das geschieht aber nur in der Gemeinschaft. Ob als reine Paarbeziehung oder wie bei uns im Kreuzbund als Zusammenschluss vieler die „gemeinsam unterwegs“ sind.

Nach ca. 2 Stunden im Kurpark von Bad Staffelstein wendeten wir uns erst einmal dem leiblichen Wohl zu. Wir traten den relativ kurzen Weg zum Gasthof „Am Stadtturm“, dem einzigen Lokal, dass an Wochentagen während der Mittagszeit geöffnet hat, an. Ein schlechtes Bild für meine Heimatstadt, finde ich. Aber auf der kleinen Speisekarte war für jeden Geschmack etwas dabei.

Aktivitäten

Leider mussten wir uns nach dem Mittagessen von drei unserer Weggefährten verabschieden. Nach dem wir uns gestärkt und aufgewärmt hatten ging es zum zweiten Teil des Besinnungstages, der Stadtführung.



Hierzu konnten wir Frau Betz als offizielle Stadtführerin der Stadt Bad Staffelstein begrüßen. Sie brachte uns die Innenstadt mit Begebenheiten aus der Vergangenheit aber auch mit Visionen für die Zukunft ein Stück weit näher. Selbst ich, wenn gleich als „reigischlaafter Staffelstaaner“, wurde noch in Sachen Stadthistorie aufgeklärt.



Gleich als erstes ging es zum letzten Stadtturm von Bad Staffelstein. Dieser wurde früher als Lagerstätte genutzt und war bis Ende der 1960er Jahre noch bewohnt. An den Stadtturm angebaut ist die alte Darre, die heute

die Kulturinitiative Staffelstein (KIS) beherbergt. Hier kann man die unterschiedlichsten Veranstaltungen wie Musikabende, Vorträge oder Kabarett genießen und Ausstellungen der verschiedensten Kunstrichtungen besuchen.

Hauptaugenmerk waren aber die Anna-Kapelle und die Georgskapelle im Zentrum der Stadt. Für diese besondere Führung wurde sie eigens vom ehemaligen Stadtpfarrer am Vorabend nochmals geschult.

Die Annakapelle wurde um 1430 als Corporis-Christi-Kapelle errichtet. 1684 wurde sie, wie viele andere Gebäude der Stadt teilweise ein Raub der Flammen. Durch die Aufbewahrung eines Anna-Bildnisses im unter der Kapelle liegenden Keller wurde diese, wie durch ein Wunder nicht zerstört.

Dies führte zu einem starken Aufschwung der Annaverehrung in Bad Staffelstein.

Der Steinmetz Johann Finkel baute die Kapelle in den Jahren 1690 bis 1694 wieder auf.

Das Große Kreuz an der Außenfassade ist ein Original des in Krakau geborenen und in Nürnberg verstorbenen Bildhauers Veit Stoß (1447 - 1533) und dementsprechend wertvoll.

Veit Stoß zählt zu den facettenreichsten und kunstfertigsten Bildhauern der Zeit um 1500.

Er arbeitete in Holz und Stein, war aber auch als Kupferstecher und Maler aktiv. Zu seinen Meisterstücken zählen der Marienaltar in Krakau, der „Englische Gruß“ für die Lorenzkirche in Nürnberg und der „Bamberger Altar“.



Bei der Stadtapotheke führt eine Seitenstraße zu einem kleinen Platz, dem Kastenboden, benannt nach dem nicht mehr vorhandenen Dienstsitz des domkapitelschen Kastners, der die Naturalabgaben der Steuerpflichtigen Bewohner Staffelsteins entgegennahm und einlagerte.

Hier steht auch die 1401 erstmals erwähnte Kapelle St. Georg. Nach der Zerstörung der Kapelle durch den Stadtbrand im Jahre 1684 erfolgte der Wiederaufbau erst 1728 durch den heimischen Baumeisters Johann König. Im Gegensatz zur schlichten und schmucklosen Fassade überrascht die Kapelle im Innern mit einer hochwertigen Barockausstattung.



Der Hochaltar zeigt den Kirchenpatron St. Georg. Die Kapelle wird unter anderem gerne für Hochzeiten genutzt. Hier endete auch der offizielle Teil unseres diesjährigen Besinnungstages mit einer kleinen Schlussandacht.

Leider musste auch ich mich jetzt verabschieden, aber die Feedbacks, die Ludwig bei Kaffee und Kuchen erhielt waren trotz des durchwachsenen Wetters positiv.

Hier im Stadtcafé ließen die Teilnehmenden den besonderen Tag ausklingen, bevor sich alle wieder Richtung Heimat verabschiedeten.



Ich bedanke mich im Namen der Gruppe Lichtenfels bei allen Teilnehmenden für ihr Erscheinen, insbesondere bei Diethard, für den gelungenen Tag und bei Frau Betz für die sehr interessante Stadtführung.

Albert Kohns

Quellen:
www.wikipedia.de
Fotos: ako 2024



Gemeinsam unterwegs

Bevor wir Richtung Stadtcafé begaben, machten wir noch ein Bild der restlichen Teilnehmenden auf der Treppe vor dem historischen Rathaus von Bad Staffelstein.



beim

Wir begrüßen unsere neuen Gruppenmitglieder

Markus Bechmann

Gruppe Lichtenfels

Elfriede Herzing und Cleveland Hook

Gruppe Nürnberg 1



Gemeinsam gegen Sucht

Aktivitäten



Unsere traditionelle 1. Mai – Wanderung führte uns diesmal mitten durch die Seenlandschaft von Bad Staffelstein.

Eine Zusammenfassung des Tages von Friedrich Meyer

Am diesjährigen 1. Mai trafen sich 11 wanderfreudige Weggefährten im Kurpark in Bad Staffelstein. Das Wetter war hervorragend und die Stimmung ebenfalls.

Ludwig, der die Wanderung zusammen mit seiner Gruppe ausgearbeitet und dazu eingeladen hatte, übernahm die Führung.

Die Wanderung führte am Gradierwerk vorbei Richtung Mittelsee und anschließend am Ufer des Ostsees entlang, der der Badesee der Staffelsteiner ist.

Weiter ging es zum Westsee und nach dessen Umrundung vorbei am Schlammsee entlang eines kleinen Auwaldes Richtung Unterzettlitz. Hier erwartete uns die einzige Anhöhe der Wanderung von sage und schreibe 13 Höhenmetern. Sehr viel mehr Höhenmeter hätten es auch nicht sein müssen, denn mittlerweile brannte die Sonne ganz schön herunter und wir kamen gehörig ins Schwitzen.

Gegen Mittag trafen wir im Ortsteil Wiesen ein und die Brauereigaststätte Hellmuth erwartet uns. Hier konnten wir uns bei einem guten Mittagessen stärken, ausruhen und entspannen bevor wir uns auf den Rückweg machen. Wobei es die Sonne auch hier etwas zu gut mit uns meinte.



Der etwas kürzere Rückweg gestaltete sich sehr angenehm. Mit etwas Wind durch die Mainauen und vorbei an Erdbeerfeldern umrundeten wir den Lerchenberg und gelangten zum Anglersee. In der dortigen Vereinshütte genossen wir den Schatten, guten Kuchen und Kaffee sowie unsere lockeren und herzlichen Gespräche.

Abschließend ging es noch vorbei an Schloss Oberau und dem Mittelsee zu unserem Ausgangspunkt.

Ein schöner Tag mit lieben Weggefährten und guten Gesprächen ging seinem Ende entgegen. Herzlichen Dank an Ludwig, dass er wieder die Organisation übernommen hatte und an Albert für die Einladungen.

Friedrich Meyer



Gemeinsam

Sucht überwinden

Selbsthilfemarkt in Nürnberg



wir waren dabei

(v. l. n. r.) Stefan, Cleveland, Lisa, Elfriede, Friedrich

Ein Kurzbericht von Friedrich Meyer

Am Samstag, den 14. Mai 2024 fand in Nürnberg auf dem Jakobsplatz wieder der Selbsthilfemarkt von 13:00 bis 17 Uhr statt. Organisiert wurde der Markt von der Kontakt- und Informationsstelle Selbsthilfe, kurz KISS- Mittelfranken. Unsere beiden Nürnberger Gruppen waren, wie schon in den letzten Jahren, wieder dabei und präsentierten sich und den Kreuzbund mit ihrem Stand der Öffentlichkeit. Geübt von den letzten Jahren war der Aufbau unseres Standes schnell erledigt und wir warteten voller Vorfreude auf die ersten Besucher. Der Selbsthilfemarkt fand wieder parallel zum Besuchermagneten „Trempelesmarkt“ in Nürnberg statt, zudem hatten wir herrliches Wetter. Infolgedessen kamen jede Menge Menschen durch die Gasse der 40 Stände verschiedenster Selbsthilfegruppen.

Immer wieder suchten Interessierte den Weg auch zu unserem Stand und wir hatten über den ganzen Tag verstreut gute und interessante Gespräche mit Besuchern. Auch unsere kleinen Aufmerksamkeiten wie Taschentücher, Stifte oder Taschen lockten den einen oder anderen Gast näher und es ergab sich ein Gespräch oder es ging tatsächlich nur um den Kugelschreiber.

Zufrieden packten am Spätnachmittag unsere Sachen wieder zusammen, um sie vielleicht nächstes Jahr wieder herauszuholen und wieder mitzumachen. Es hat uns sehr viel Freude bereitet und wir hatten auch unter uns viele gute Gespräche. Das Wichtigste aber: Wir hatten die schöne Gelegenheit, mit und für den Kreuzbund Gesicht zu zeigen.

Friedrich Meyer

Alle Fotos: privat



Gemeinsam Sucht überwinden





Ein Engagement der Kreuzbundgruppe Bamberg 1 zur Aktionswoche der DHS

Die deutschlandweite Aktionswoche Alkohol findet seit 2007 in der Regel alle zwei Jahre statt. Unter dem Motto „Alkohol? Weniger ist besser!“ wies dieses Mal auch die Gruppe Bamberg 1 von Sabine Ott hin.

*Die erfolgreiche Präventionskampagne baut auf Freiwilligkeit, Bürgerengagement und Selbsthilfe und wendet sich an alle, die Alkohol trinken. Und das sind immerhin 90 Prozent der Bevölkerung. Um viele Menschen zu erreichen, gibt es bei jeder Aktionswoche Alkohol weit über 1.000 Aktionen in ganz Deutschland. Die Veranstalterinnen und Veranstalter vor Ort informieren über Alkohol und regen dazu an, über den eigenen Alkoholkonsum nachzudenken: Wie viel Alkohol trinke ich? Und was ist zu viel?

Die meisten wissen es leider immer noch nicht: Alkoholkonsum ist immer riskant. Deshalb sollte möglichst wenig oder gar kein Alkohol getrunken werden. Die zentrale Botschaft der Aktionswoche Alkohol ist daher:



Zur dieser Aktionswoche haben wir unseren Stand vor dem REWE- Markt Rudel um 10:30 Uhr aufgebaut,

Der Stand wurde ab 11 Uhr bis 17 Uhr von Brigitte Wintergerst, Bernd Schmoll, Dieter Kremer, Wolfgang Herion und mir betreut.



Obwohl diese Aktion in der Zeitung angekündigt wurde für Freitag und Samstag angekündigt wurde

kamen nur zögerlich Interessenten an den Stand.

Wir hatten ausreichend Info- Material von der DHS bekommen. Einiges davon werden wir im Juli beim Heinrichsfest wieder mit auslegen.

Aus Haßfurt hat uns unser „Weggefährte“ Alfred Beck besucht.

Zum Ende kam Frau Melanie Huml (MdL) und die REWE Gesundheitsbeauftragte Frau Ines Popp zu uns an den Stand.

Sabine Ott

*Quelle: www.dhs.de

Fotos: privat

Grafiken: www.aktionswoche-alkohol.de

Aktivitäten



Eine Zusammenfassung eines unvergesslichen Tages von Werner Burkard

Zum ersten Ausflug in diesem Jahr starteten wir in Ebermannstadt und fuhren über Forchheim und Bamberg in Richtung Fulda. Unser Geschäftsführer Friedrich Meyer begrüßte die Teilnehmer aus den Gruppen Ebermannstadt, Nürnberg, Bamberg und Lichtenfels recht herzlich. Das Programm wurde federführend durch den stellvertretenden Vorsitzenden des DV's Fulda Herrn Hermann-Josef Henkel und dem Geschäftsführer Robert Leitsch erstellt. Die beiden Herren haben uns den ganzen Tag begleitet, so dass auch ein intensiver Austausch über die beiden DV's erfolgen konnte.

Wir fuhren zunächst nach Geisa. Eine erfahrene Gästebegleitung bot den Besuchern einen Überblick über die Themen der Gedenkstätte. Die Gedenkstätte Point Alpha ist ein authentischer Schauplatz des Kalten Krieges und ein einmaliges Zeugnis von vier Jahrzehnten Zeitgeschichte. Hier standen sich die Vorposten von NATO und Warschauer Pakt bis zum Jahr 1990 gegenüber. Der ehemalige „Observation Post Alpha“ (kurz: Point

Alpha) war einer der wichtigsten Beobachtungsstützpunkte der US-Streitkräfte in Europa und einer der heißesten Punkte im Kalten Krieg.



Point Alpha präsentiert dieses Stück deutsch-deutscher Geschichte sichtbar, erlebbar und begreifbar: die Konfrontation der beiden Machtblöcke, den Aufbau der Grenzanlagen mit ihren Sicherungselementen, aber auch militärische Abläufe sowie das Leben an und mit der Grenze aus der Sicht der Bevölkerung. Originalgetreue Rekonstruktionen zeichnen ein Bild von der Entwicklung der Grenzanlagen bis 1989 und geben einen authentischen Eindruck von den Ereignissen im Zentrum der Konfrontation der beiden Machtblöcke und auf beiden Seiten der Grenze.



Nach der Besichtigung fuhren wir mit dem Bus nach Fulda weiter und stellten in der Weimarer Straße den Bus ab. Fußläufig ging es dann zum Mittagessen in die Wiesenmühle.



Aktivitäten



Der Dom zu Fulda

Das Wahrzeichen Fuldas ist auch die bedeutendste Barockkirche Hessens. 744 gründete Bonifatius an dieser Stelle das Kloster, sieben Jahre später wurde der Vorgängerbau des heutigen Domes von ihm geweiht. Hier liegt er auch begraben.

Das Kloster gewann sehr schnell an Bedeutung und schon 819 wurde unter dem Baumeister und Mönch Ratger ein Nachfolgebau vollendet. Die Ratgerbasilika besaß schon die heute bekannten Ausmaße, dazu noch ein Vorbau mit Atrium. Damit galt dieser Bau über mehrere Jahrhunderte als mächtigster Kirchenbau nördlich der Alpen. Nach fast 900 Jahren galt die Basilika allerdings als baufällig, so dass der Abt Adalbert von Schleifheim die Gelegenheit nutzte und den Barockbaumeister Johann Dientzenhofer mit einem Neubau beauftragte. 1712 wurde der gewaltige Barockbau geweiht. Dientzenhofer hielt sich eine Zeit lang in Rom auf, Ähnlichkeiten mit italienischen Vorbildern, besonders dem Petersdom sind daher nicht zufällig.



Blick auf den Dom

Der in weiß gehaltenen Innenraum wird durch kunstvolle Malereien und Plastiken bedeutender Künstler der damaligen Zeit ergänzt, darunter Andreas Balthasar Weber oder Johann Ernst Mockstatt.



Führung am Domvorplatz

Wir verließen dann das Barockviertel und wenden uns der Altstadt zu. Vorbei an vielen restaurierten Fachwerkhäusern gibt es auch viele Bauten, bei denen das Fachwerk noch im Verborgenen liegt. Vorbei an der Stadtpfarrkirche St. Blasius endete dann die Stadtführung.

Danach war der weitere Tag bis zur Rückfahrt zur freien Verfügung. Das Wetter war herrlich und es gab kaum noch Platz in den Eisdielen in der Altstadt.

Nach einem sehr informativen und unterhaltsamen Programm erreichten wir über Bamberg, Forchheim wieder unseren Ausgangspunkt in Ebermannstadt.

Werner Burkard

Titelfoto: Friedrich Meyer
Alle anderen Fotos: Werner Burkard

NEU!

Deine Selbsthilfegruppe online.

Hilfe für Suchtbetroffene & Angehörige.



KREUZBUND-CHAT

- ✓ Für alle Sucht-Themen offen.
- ✓ Selbsthilfe von Betroffenen für Betroffene.
- ✓ Moderiert durch Betroffene & Angehörige mit langjähriger Selbsthilfe-Erfahrung.
- ✓ Anonym und datengeschützt chatten.
- ✓ Kostenlos nutzbar.
- ✓ Einfach von zu Hause und unterwegs mit Gleichgesinnten austauschen.

Alle Infos & Anmeldung:



kreuzbund.de



Unsere Selbsthilfegruppen im DV Bamberg

Stand 01/2024

Ansbach

SHG: Freitag, 14-tägig (gerade KW) 19:30 Uhr
 Caritas Alten- und Pflegeheim St. Ludwig
 Jüdtstraße 1a
 91522 Ansbach
 Gruppenleitung: Reiner Hofmockel
 Tel.: 09820 286 50 07
 E-Mail: Ansbach@kreuzbund-bamberg.de

Bamberg 2

SHG: Mittwoch, 18:00 Uhr
 Rosmarinweg 1
 96052 Bamberg
 Gruppenleitung: Sabine Ott
 Tel.: 0171 786 25 17
 E-Mail: Bamberg2@kreuzbund-bamberg.de

Ebermannstadt

SHG: Freitag, 18:00 Uhr
 Kirchenplatz 9
 91320 Ebermannstadt
 Gruppenleitung: Wolfgang Herion
 Tel.: 09195 928 98 44
 Mobil: 0170 200 31 60
 E-Mail: Ebermannstadt@kreuzbund-bamberg.de

Forchheim 1

SHG: Montag, 19:00 Uhr
 Caritas-Beratungsstelle
 Birkenfelderstr. 15
 91301 Forchheim
 Gruppenleitung: Johannes Wolthuis
 Tel.: 09131 972 10 60
 E-Mail: Forchheim1@kreuzbund-bamberg.de

Forchheim 3

SHG: Dienstag, 19:00 Uhr
 Caritas-Beratungsstelle
 Birkenfelder-Str. 15
 91301 Forchheim
 Gruppenleitung: Sieglinde Gößwein
 Tel.: 09191 311 58
 E-Mail: Forchheim3@kreuzbund-bamberg.de

Fürth

SHG: Dienstag, 19:00 Uhr
 Pfarrei Christ König
 Friedrich-Ebert-Straße 3
 U-Bahnhof Klinikum
 Gruppenleitung: Hans Wittmann
 Tel.: 0170 316 56 62
 E-Mail: Fuerth1@kreuzbund-bamberg.de

Lichtenfels

SHG: Mittwoch, 18:30 Uhr
 Haus der kirchl. Dienste "St. Hedwig"
 Schlossberg 2
 96215 Lichtenfels
 Gruppenleitung: Ludwig Fischer
 Tel.: 09573 18 64
 E-Mail: Lichtenfels@kreuzbund-bamberg.de

Nürnberg 1

SHG: Dienstag, 19:00 Uhr
 Stift St. Martin (Cafeteria)
 Grolandstr. 67
 90408 Nürnberg
 Gruppenleitung: Cleveland Hook
 Mobil: 0157 53 60 88 02
 E-Mail: Nuernberg1@kreuzbund-bamberg.de

neu

*Nürnberg 3

SHG: Donnerstag, 19:00 Uhr
 Pfarrei Verklärung Christi
 Sperberstraße 56
 90408 Nürnberg
 Gruppenleitung: Andrea Herzig
 Mobil: 0176 95 29 28 99
 E-Mail: andrea.maria.herzig@gmail.com

*(Die Gruppe Nürnberg 3 ist dem DV Eichstätt angegliedert)

Suchthilfe



Kontakt: Bamberg
 Schwarzenbergstraße 8
 96050 Bamberg
 Telefon: 0951 86 85 51
 E-Mail: suchtberatung.ba@skf-bamberg.de



Kontakt: Forchheim
 Dreikirchenstraße 23
 91301 Forchheim
 Telefon: 09191 7 36 29 61
 E-Mail: suchtberatung.ba@skf-bamberg.de



Kontakt:
 Obstmarkt 28
 90403 Nürnberg
 0911 / 23 54 181
 0911 / 23 54 189
 E-Mail: suchtberatung@caritas-nuernberg.de



Caritasverband für die Stadt
 und den Landkreis Fürth e.V.

Kontakt: Psychosoziale Beratungsstelle
 Königstraße 112 – 114 90762 Fürth
 Tel. (0911) 7 40 50 – 20
 E-Mail: [suchtberatung@caritas-fu-](mailto:suchtberatung@caritas-fuerth.de)

erth.de

Suchtberatungstelle



für die Stadt und den Landkreis Lichtenfels

Kontakt:
 Kronacher Str. 16A,
 96215 Lichtenfels
 Telefon: 09571 71234



Geinsam Sucht überwinden

Der Diözesanverband Bamberg e.V.i.L. wird
 gefördert durch die gesetzlichen Krankenkassen
 und deren Verbände in Bayern



Nun bleibt uns nur noch ein herzliches
Danke schön
an Dich
Gudrun Brandenstein -Auer



Durch deinen Mann kamst Du zum Kreuzbund, vor über dreißig Jahren und bist uns nach seinem Tod als Referentin weiterhin treu geblieben.

Wir kennen Dich als Referentin mit Herz und Liebe und natürlich mit viel Empathie und liebevoller Hartnäckigkeit.

So mancher Teilnehmer wird sich an Deine Hartnäckigkeit in den Seminaren erinnern. Doch wenn ein Seminar vorbei war, konnte jeder Teilnehmer etwas für sich persönlich mitnehmen und es in seinem Alltag einbringen. Du hast uns auch gezeigt, dass es die kleinen unscheinbaren Dinge sind, die unser Leben bereichern und schöner machen.

In unseren Herzen sind so viele Erinnerungen an Dich die uns in unserem Leben weiter begleiten und nie verloren gehen.

Du bist immer bei uns, bis wir uns einmal wiedersehen.

Alle die Dich kennen vom Kreuzbund DV Bamberg.

20. – 22.09.2024

**Selbstwertgefühl –
davon könnte ich mehr gebrauchen**
Wochenendseminar mit Nicole Kupfer
Bildungshäuser Vierzehnheiligen

11. – 14.07.2024

Heinrichsfest am Domplatz in Bamberg

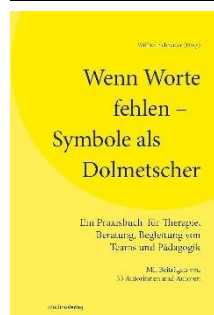
14.09.2024

DV – Ausflug nach Regensburg

28. – 29.09.2024

Mitgliederversammlung und GL-Tagung
Bistumshaus St. Otto in Bamberg

Buchtipps



Wenn Worte fehlen – Symbole als Dolmetscher

Man trifft man oft auf Menschen, die für das, was sie erlebt haben und was sie fühlen, KEINE WORTE FINDEN. Hier reicht Sprache allein nicht aus. Es braucht mehr, um Ausdruck und Verstehen zu fördern und Lösungen zu entwickeln. Symbole werden in diesen Situationen zu Dolmetschern und Geburtshelfern für neue Ideen. Die den KlientInnen und Gruppen angebotenen Symbole sind im wörtlichen und übertragenen Sinne begreifbar. Veränderung wird sichtbar und wahrnehmbar, "Handwerk" geht hier über "Mundwerk". Klienten und Gruppen arbeiten über lange Phasen selbständig, ohne dass der Berater oder Therapeut eingreift. Sie beginnen selbstbestimmt, sich mit ihrem Problem auseinanderzusetzen und Lösungen zu entwickeln. So ist von Beginn an immer auch gewährleistet, dass sie ihren Selbstwert erleben.

Herausgeber: Wilfried Schneider im Studienverlag
Erschienen am: 28.10.2019
Sprache: Deutsch
Geb. Ausgabe: 364 Seiten
ISBN-10: 3706551519
ISBN-13: 978-3706551519
Preis: 39,90 € bei Amazon

Zum Schluss

Liebe Weggefährtinnen und Weggefährten,

wir erleben gerade viele Veränderungen. Nicht nur bei uns im DV. Ob alles gut ist und die Veränderungen beständig sind, weiß man erst nach einer Weile. Viele Menschen in meinem Umfeld sagen früher war alles besser. Ich bin mir da nicht so sicher. Fakt ist aber, dass Veränderungen zum Leben dazugehören. Wenn Alles immer so bliebe wie es war, gäbe es keinen Fortschritt. Es würde ein Stillstand herrschen und mitunter würde das Leben recht langweilig werden. Veränderungen oder Neuanfänge sind ein Geschenk. Sie geben uns die Möglichkeit Neues auszuprobieren, alten Ballast von Bord zu schmeißen und trotzdem altbewährtes beizubehalten. Wir alle kennen das doch, wir alle haben uns verändert und unsere frühere Lebensweise abgelegt. Und ich denke, allen hat es gut getan ohne Alkohol, Drogen oder Medikamente durch „neue“ Leben zu gehen. Oder nehmen wir die Reanimierung der Gruppe Nürnberg 1. Auch eine Veränderung oder Erneuerung mit positiver Wirkung.

Wir werden ab September kein eingetragener Verein mehr sein. Nun gut, das bedeutet aber nicht dass wir etwas anderes sind. Wir sind immer noch Kreuzbund. Und zwar ein sehr aktiver DV im Kreuzbund, wenn ich die Seiten dieses Heftes so sehe. Warum soll es uns dann nicht gelingen, bei der nächsten Mitgliederversammlung in Herbst eine neue Vorstandschaft zu installieren. Wir sind doch alle

„Gemeinsam unterwegs“.

Albert Kohns