



Suchthilfe- und Helfergemeinschaft für Suchtkranke und deren Angehörige

- 13.000 Mitglieder, 27 Diözesanverbänden 1.400 SHG
- Mitglied als Fachverband im Deutschen Caritasverband und in der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen.
- Hauptaufgabe: suchtkranken Menschen und ihren Angehörigen im Rahmen der **Gruppenarbeit** zu helfen.
- „Ich helfe mir selbst.“ ... „Durch Gespräche und damit verbundene Rückmeldungen über eigenes Verhalten entsteht eine Chance zur **Neuorientierung** und persönlichen **Weiterentwicklung**.“



Gruppe Hannover 50 plus

- 1970 gegründet, im Diözesanverband Hildesheim (13 SHG in Hildesheim, Hannover, Wolfenbüttel und Duderstadt)
- 16 zahlende Mitglieder und 2 Gäste davon: 7 Frauen und 11 Männer; 2 Angehörige und 16 Betroffene; 16 Teilnehmende, 1 „beurlaubt“, 1 krank.
- Alter: <60: 1, 60-69: 6, 70-79: 6, 80>: 5, davon leben 12 in Partnerschaft, 6 allein
- Mitgliedschaft in der Kreuzbundgruppe: > 10 Jahre: 6, < 10 Jahre: 10



Aus der Gruppenvorstellung

- „Wir sind suchtkrank von Alkohol und/oder Medikamenten und identifizieren uns mit dem Ziel des Kreuzbundes, ein Leben in zufriedener **Nüchternheit** zu führen. Bei unseren Treffen geht es um **gegenseitige Stärkung, persönliche Zuwendung ... einfühlsames Verstehen** individueller Probleme ...“
- „Neben den Fragen der Sucht ... geht es unserer Namensgebung gemäß oft auch um Themen, die verstärkt Menschen in der zweiten Lebenshälfte berühren: **Ruhestand. Einsamkeit, Krankheit, Sterben.**“



Gruppenleben

- Wöchentliches Treffen im Gruppenraum der Suchtberatungs- und Suchtbehandlungsstelle der Caritas. **Befindlichkeitsrunde** zum Auftakt, dann Besprechen **individueller akuter Probleme** oder gemeinsame Lektüre von Artikeln zu unserem Thema und Gespräch und Diskussion.
- Probleme der Gruppe: Neigung über nicht anwesende Gruppenmitglieder zu sprechen, Grenzen der Toleranz, Umgang mit der Wahrheit (bei Rückfall).
- Teilnahme an Veranstaltungen und Seminaren des Verbandes. Gruppenveranstaltungen im Jahr: Adventsfeier, Jahresessen, Ausflug und ein Gruppenseminar.



Fachstellen für Sucht und Suchtprävention in Garbsen & Hannover

Teamleitungen:

Margret Kügler

m.kuegler@caritas-hannover.de

Frank Bleßmann

f.bleßmann@caritas-hannover.de



KREUZBUND

DV Hildesheim

Gruppe

Hannover 50 plus

Einladung
zum Seminar „Die Macht der Gefühle“
am 08. / 09.09.2018
in Springe





Der Kreuzbund ist Fachverband des Deutschen Caritasverbandes (DCV). Die Suchthilfeeinrichtungen der Caritas und die Sucht-Selbsthilfe des Kreuzbundes sind zwei eigenständige Partner, deren Angebote sich zur bestmöglichen Versorgung von Betroffenen und Angehörigen ergänzen. Durch die tragfähige, zukunftsorientierte Kooperation von beruflicher Suchthilfe und Sucht-Selbsthilfe werden Ressourcen besser gebündelt und Herausforderungen gemeinsam besser bewältigt.



Kooperationserfahrungen:

- Kreuzbund: Fortbildungen für Gruppenleitungen
- Projekt „Norderney“
- Projekt 2017 „Gruppe 50+ in Springe“: Achtsamkeit
- Projekt 2018 “Die Macht der Gefühle“



Liebe Weggefährtinnen und Weggefährten,

erstmalig laden wir Euch ganz herzlich zu einem **WOCHENENDSEMINAR** in
das

gut ausgestattete und reizvoll am Rande des Deisters

gelegene Lutherheim nach Springe ein. Wir wollen uns dort mit dem Thema beschäftigen, das
unser Hauptanliegen ist, das aber immer wieder, auch noch nach Jahren, durch

Rückfälle gefährdet werden kann. Diese bittere Erfahrung mussten im Laufe ihres

Lebens nicht wenige von uns machen. Wir wollen uns **Zeit** nehmen, ausführlich über das
Thema zu sprechen, denn die Macht der Gefühle ist größer als wir glauben und beeinflusst
stark unser Denken und so manche unserer Handlungen. Wir freuen uns ganz besonders,
dass Suchtberater und Psychologe Frank Bleßmann wieder die unser Seminar leiten wird.

Außerdem bleibt **Zeit** in der Mittagspause und am Sonnabendabend

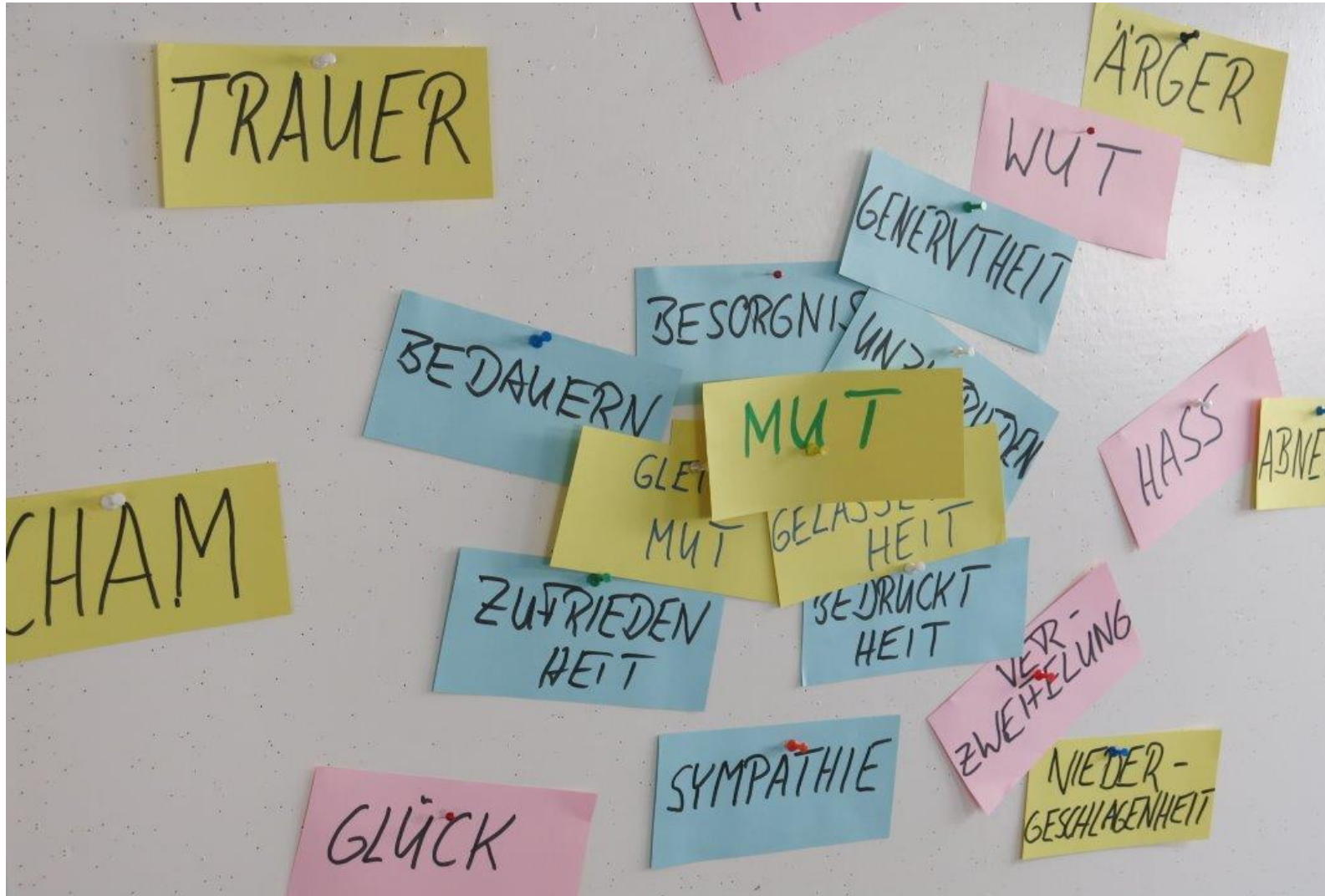
**zum Spaziergang und gemütlichen
Beisammensein.**

- 10.00 Uhr 1. Gesprächsrunde
12.30 Uhr **Mittagessen**
15.00 Uhr **Kaffeetrinken**
15.30 Uhr 2. Gesprächsrunde
18.30 Uhr **Abendessen**
19.30 Uhr geselliges Beisammensein
08.30 Uhr **Frühstück**
09.15 Uhr 3. Gesprächsrunde
12.30 Uhr **Mittagessen**, anschließend











Achtung I:

- Seminarregeln: Beachtung der eigenen und anderer Grenzen
- Tempo
- Pausen
- Catering
- Raum und Umgebung
- Die Kleingruppenarbeit
- Wünsche und Erwartungen der (sehr unterschiedlichen) Teilnehmer*innen



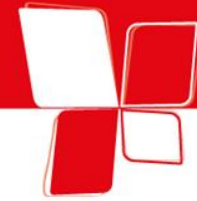
Achtung II:

- Flexibilität und Struktur
- Hilfreiche Werkzeuge und Informationen
- Besonderheiten begrenzten Raum geben
- Was schätzen die Teilnehmer/innen an ihrer Gruppe
- Der Umgang mit Krisen
- Immer: Wie geht es nach dem Seminar weiter?
Konkrete Vereinbarungen und Handlungsoptionen
- Immer dabei: Rückfall und Angst



Gruppenzusammenhalt stärken:

- „Wir halten auch Unterschiede aus“
- „Unterschiede können bereichern“
- „Wir können auch streiten“
- „Wir haben Spaß miteinander“
- „Wir stärken Abstinenz“
- „Respekt ist uns wichtig“



Beispiele:

MEDIAN Klinik Wigbershöhe

Johannesbad Fachklinik Fredeburg

DIAKO Nordfriesland gGmbH

Bad Essen Wiehengebirgsklinik

Fachklinik Erlengrund, SZ-Ringelheim



Angebote, Leistungen und Schwerpunkte:

- Vermittlung in Entgiftung, in stationäre Therapie, in Selbsthilfegruppen
- Ambulante medizinische Rehabilitation, Weiterbehandlung und kombinierte Behandlungsformen im Trägerverbund Reha Sucht Hannover, Nachsorge
- Begleitende Maßnahmen und Unterstützung in Krisensituationen
- Psychosoziale Begleitung für Substituierte in Zusammenarbeit mit einer Arztpraxis (Garbsen)
- Betriebliche Suchtprävention

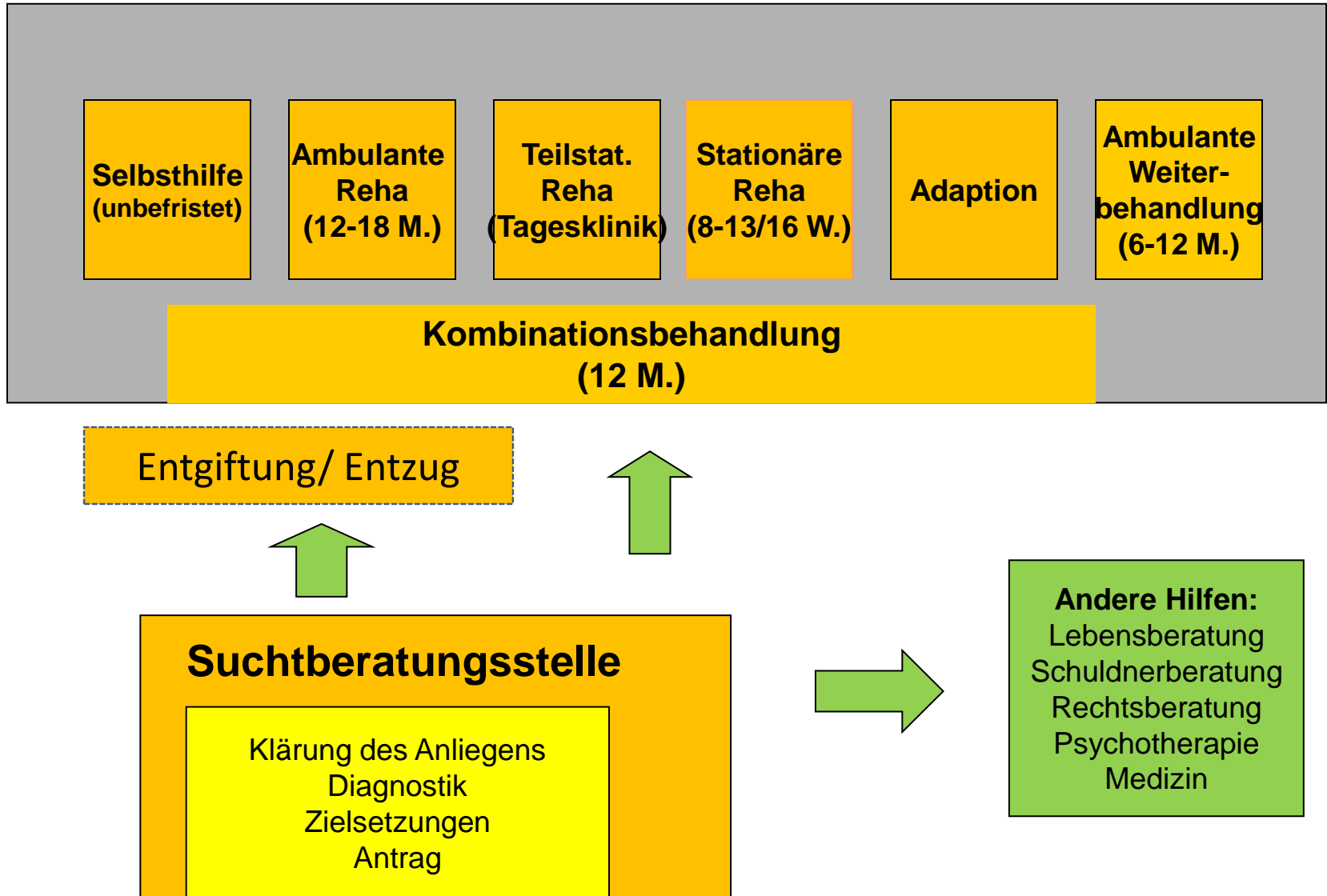


Angebote, Leistungen und Schwerpunkte:

- Begleitung der ortsansässigen Selbsthilfegruppen
- Zusammenarbeit mit der ARGE
- Prävention in Schulen, Vereinen, Gruppen (auf Nachfrage)



Vernetzte Suchtkrankenhilfe





Sprechstunden:

- **Garbsen, Skorpiongasse 33**
Dienstags von 09:00 bis 11:00 Uhr

- **Offene Sprechstunde in Seelze:**
Jeden ersten und dritten Mittwoch im Monat
17:00 bis 18:00 Uhr
Kath. Kirche Hl. Dreifaltigkeit, Südstr. 9

- **Offene Sprechstunde in Neustadt:**
Jeden ersten und dritten Donnerstag im Monat
15:00 bis 16:30 Uhr
Oskar Kämmer Schule, Wunstorfer Str. 16a

- **Hannover-Mitte, Gruppenstraße 8 (ka:punkt, dritte Etage):**
 - Donnerstags von 15:00 bis 16:30 Uhr

 - Donnerstags von 15:00 bis 16:30 Uhr (Kreuzbund, Selbsthilfe)