

Für viele eine Ersatzfamilie

Abstinenter Freundeskreis' feierte mit über 100 Gästen 30jähriges Jubiläum

VON ANNALISA TIBAUDO

■ **Senne.** „Nur du kannst es schaffen. Aber schaffen kannst Du es nicht allein“, sagte Günter Garbrecht, Mitglied des Landtags NRW, in seiner Rede zum 30-jährigen Bestehen des Abstinenter Freundeskreises im Caritasverband für das Dekanat Bielefeld. Vor über 100 Abhängigen und deren Familienmitgliedern erzählte auch Garbrecht, neben vielen anderen Betroffenen, von seiner Alkoholabhängigkeit und der Unterstützung, die die Selbsthilfegruppe leistet.

Dass Garbrecht offen über seine Suchtkrankheit spricht, mache ihn stark und erleichtere ihm den Umgang mit anderen, sagt er. Über die Sucht-Selbsthilfegruppen sagte er: „Wer hat die Menschen gezählt, die in den Gruppen wieder Selbstachtung vor sich entwickelt haben, daraus Kraft und Mut für einen neuen Lebensabschnitt gefunden haben, neu Verantwortung zu tragen, das Leben neu zu gestalten.“

Dass ein solcher Weg nicht von heute auf morgen möglich ist, sei klar. „Es braucht Zeit“, sagte der Politiker. Alkoholismus wird seit 40 Jahren als



Feierten das 30-jährige Bestehen des Abstinenter Freundeskreises: Helga Heidemann (Gründungsmitglied), Musiker Joschi Meier, Norbert Beine (Leiter der Suchtberatung und Behandlungsstelle des Caritasverbands), Lisa Rathsmann-Kronshage (Vorsitzende des Sozial- und Gesundheits-Ausschusses der Stadt Bielefeld), Annegret Storp (stellvertretende Leiterin der Suchtberatung), Anneliese Nickel (Gründungsmitglied).
FOTO: ANNALISA TIBAUDO

Krankheit anerkannt. „Frauen und Sucht“ war in der Gesellschaft lange Zeit kein Thema. Das änderte sich, als vier Bielefelder Frauen, darunter Helga Heidemann und Anneliese Nickel, sich 1976 an die frühere Leiterin der Suchtberatungsstelle Elisabeth Mosenmeier wandten, um den Abstinenter Freundeskreis ins Leben zu rufen, in den nach und nach auch die Angehörigen miteinbezogen wurden.

„Am Anfang trafen wir uns,

um über unsere Sorgen und Nöte zu sprechen“, erzählte Nickel, vor den Gästen. Der Freundeskreis, der für viele eine Ersatzfamilie ist, gestaltet auch gemeinsame Freizeiten wie Schwimmen, Wandern oder Grillfeste.

Seit 1996 gibt es die Schulung zum ehrenamtlichen Suchtkrankenhelfer, „die gut nachgefragt sei“. Das Ziel sei nach wie vor, „ein zufriedenes Leben ohne Suchtmittel zu führen“. Vielen ist dieser Weg bereits gelungen,

andere kämpfen noch mit Rückschlägen.

Der Musiker Joschi Meyer, der extra aus Geseke angereist war, kennt sich ebenfalls mit der Sucht aus. In seinen selbst geschriebenen Balladen erzählte er mit seiner sonoren Stimme von den inneren „Gefängnisstäben“, die er seit einigen Jahren hinter sich gelassen hat, und machte den Zuhörern auf musikalische Art Mut. Er selbst sei Mitglied des Blauen Kreuzes.

Die Moderation des Festes übernahm die stellvertretende Leiterin der Suchtberatung Annegret Storp. Sie ließ die Entwicklung der Selbsthilfegruppe Revue passieren – unter Mithilfe vieler ehemaliger Abhängiger, die auf der Bühne ihre Geschichte erzählten.

Möglichkeiten, die Alkohol- und Tablettenabhängigkeit loszuwerden, gebe es beispielsweise in stationärer Therapie, in ambulanter Behandlung und in einer Kombination aus beidem, wurde berichtet.

Sieben Gruppen

■ In Bielefeld gibt es insgesamt sieben Gruppen des Abstinenter Freundeskreises, die sich an unterschiedlichen Tagen und Uhrzeiten in der Woche treffen. Es gibt auch seit einiger Zeit auch eine Seniorengruppe unter ihnen. Unter den Telefonnummern (05 21) 28 72 49 oder (0 52 09) 20 44 sind nähere Informationen zu erfahren.

(tibo)