

# WEGGEFÄHRTE

**Alkohol – Droge Nr.1**



KREUZBUND

Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft für Suchtkranke und Angehörige

## Liebe Weggefährtinnen und Weggefährten!

# Ein besonderer Tag

Der 24. Juni ist der Johannistag und damit ein besonderer Tag für uns. Die katholische Kirche feiert das Hochfest der Geburt Johannes des Täufers - und der Kreuzbund feiert seinen Schutzpatron. Vielerorts ist dieser Tag eher bekannt als das Ende der Spargel- und Rhabarberzeit. Wer war Johannes der Täufer, der vor 2021 Jahren geboren wurde? Sechs Monate vor Jesus Christus?

Was hat unsere ersten Weggefährten 1896 bewogen, für sich und uns gerade Johannes als unseren Schutzpatron zu erwählen? Protokolle, die diese Frage beantworten könnten, sind offensichtlich nicht mehr vorhanden. Möglich auch, dass in den ersten Jahren, als der Kreuzbund noch als Abstinenzverein galt, kaum etwas schriftlich fixiert wurde.

Die Frage nach dem „Warum“ beschäftigt mich, lässt mich nicht mehr los. Ich möchte mehr über Johannes wissen. Ein blasses Bild aus meiner Schulzeit taucht vor meinen Augen auf und nimmt langsam Gestalt an. Erinnerungen an meinen Religionsunterricht vor vielen Jahren werden wach. Johannes der Täufer - der, von dem Jesus sich hat taufen lassen. „Johannes trug ein Gewand aus Kamelhaaren und einen ledernen Gürtel um seine Hüften. Heuschrecken und wilder Honig waren seine Nahrung.“ (Mt 3,4)

Darüber hinaus die Worte des Engels bei der Ankündigung der Geburt des Johannes an Zacharias: „Große Freude wird dich erfüllen, und auch viele andere werden sich über seine Geburt freuen. Denn er wird groß sein vor dem Herrn. Wein und andere berauschende Getränke wird er nicht trinken...“ (Lk 1,14-15) Johannes den Bußprediger mit seinen Aussagen: „Tut Buße“, und „Kehrt um...“ versuchte unser alter Pastor uns als Vorbild für gute Lebensführung schmackhaft zu machen.

Buße tun, wenn das Leben doch ausgefüllt ist mit Partys, Spaß und vielen ande-



Lisa Eiling-Wilke

ren schönen Dingen? Da stieß der alte Pastor nicht nur bei mir auf taube Ohren! Ich fand Johannes abschreckend, freudlos, und seine Forderungen an uns einfach nur lebensfremd. In der Wüste leben, ein kratziges Gewand tragen, Heuschrecken essen und nicht mal etwas Freude an einem Krug Wein...

Meine Vorbilder in den 60-er Jahren sahen da ganz anders aus. Nein, mit Johannes dem Täufer konnte ich zu der Zeit nichts anfangen. Erst jetzt, viele gute alkoholfreie Jahre später, wird mir langsam klar, was dieser alte Pastor vielleicht gemeint haben könnte: Achtsam auf uns schauen, Finger weg von allem, was uns Schaden bringt. Hier meinte er wohl besonders Alkohol und Tabak, die zu der Zeit in jedem Haushalt vorhanden waren und zum Leben selbstverständlich dazu gehörten.

Vielleicht waren es ja genau diese Texte der Bibel, die die ersten Weggefährten 1896 bewogen hatten, gerade Johannes auszuwählen. Schutz- und Namenspatronen und Patroninnen sind uns Vorbild, geben uns Halt und Orientierung, und wir sollen ihnen nacheifern, so gut es uns möglich ist.

Wein und andere berauschende Getränke hatte Johannes gar nicht nötig. Wir selbst inzwischen ja auch nicht mehr, aber ein Leben in der Wüste und kratzige Kleidung als Vorbild? Immer mehr Fragen tun sich

auf. Habe nicht auch ich viele Jahre in einer Wüste verbracht? In einer dunklen Gefühls- und Gemütswüste, die keinen Raum mehr ließ für die echten kleinen Freuden des Lebens und mich einzwängte in das kratzige Korsett einer Abhängigkeit?

Ganz langsam kommt mir Johannes näher. Im Johannesevangelium erfahre ich: „Es trat ein Mann auf, der von Gott gesandt war; sein Name war Johannes. Er kam als Zeuge, um Zeugnis abzulegen für das Licht, damit alle durch ihn zum Glauben kommen. Er war nicht selbst das Licht, er sollte nur Zeugnis ablegen für das Licht.“ (Joh 1,6-1,8)

Johannes als Gottgesandter, der uns in der Dunkelheit und Leere in der Wüste der Abhängigkeitserkrankungen darauf hinweist, dass es Licht im Leben gibt, uns zeigt, dass auch für uns ein helles Leben bereitsteht, das wir mit Freude annehmen sollten?

Mein weiteres Suchen führt mich an den Jordan, ans Wasser, mit dem Johannes taufte: Wasser, das reinigend wirkt, das als Symbol für Leben steht und besonders nach Dürre- und Trockenperioden alles um uns herum sichtbar erneuert und erblühen lässt. In den alten Texten finde ich ganz viel Klugheit, und Johannes wird mir immer sympathischer. Licht, Helligkeit und Freude sind wirklich ein erstrebenswertes Ziel.

Inzwischen sind mehr als zwanzig Jahre nüchternes Leben ins Land gegangen, in denen ich viele helle, blühende und fröhliche Zeiten erleben durfte und hoffentlich noch lange genießen darf.

Den 24. Juni habe ich als Hochfest begangen und danke all denen, die sich 1896 für diesen besonderen Heiligen als unseren Schutzpatron entschieden haben und die mir bei der Suche nach Johannes geholfen haben.

Lisa Eiling-Wilke (69), Leiterin der Kreuzbund-Gruppe Ochtrup IV / Mitglied im Leitungsteam des Arbeitskreises Münster/Steinfurt

# Zu dieser Ausgabe



Liebe Leserin, lieber Leser,

was haben Frank-Walter Steinmeier, Norbert Lammert, Cem Özdemir, Julia Klöckner und Sigmar Gabriel gemeinsam? Sie waren alle einmal „Botschafter\*in des Bieres“. Mit diesem Titel ehrt der Deutsche Brauer-Bund seit 2002 Menschen, die sich durch außergewöhnliches Engagement aus-

zeichnen. Die Nähe zwischen Politik und Wirtschaft ist schon so normal geworden, dass sich niemand mehr darüber wundert. Die Politiker\*innen werden zu Werbemaskottchen der Brauer-Branche, obwohl sie für deren Regulierung zuständig sind.

Wie die Alkoholindustrie ihre Interessen gegenüber der Politik vertritt, ist aber nicht immer so offensichtlich. Die Redaktion hat für diese Ausgabe des WEGGEFÄHRTE mit dem Titel „Alkohol – Droge Nr.1“ einen Interviewpartner gefunden, der die Strategien der Alkohol-Lobbyisten erläutert, und zwar Prof. Ulrich John aus Greifswald (S. 12-13).

Alkoholprävention zielt darauf, gesundheitlichen, sozialen und ökonomischen Schäden vorzubeugen, die mit dem Konsum von Alkohol verbunden sind. Während verhaltenspräventive Maßnahmen häufig favorisiert werden, geschieht die Umsetzung von Verhältnisprävention zu zögerlich, beklagt Dr. Peter Raiser, stellv. Geschäftsführer der DHS (S. 14-15).

Wir geben in diesem Heft außerdem einen Überblick über die historisch-gesellschaftliche Entwicklung und Betrachtung des Alkoholkonsums – von der Antike über das Mittelalter, die Industrialisierung, die Entstehung der Mäßigkeitsbewegung bis zur aktuellen Situation in Deutschland (S. 15-20).

Deutschland ist als Hochkonsumland zu bezeichnen: Der Pro-Kopf-Konsum aller Einwohner\*innen ab 15 Jahren lag im Jahr 2018 bei 10,7 Liter reinem Alkohol. Rund 6,7 Millionen Menschen zwischen 18 und 64 Jahren trinken riskant Alkohol, 1,6 Millionen Menschen sind alkoholabhängig – so die aktuellen Zahlen aus dem „Jahrbuch Sucht 2021“ der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen e.V. (S. 28-29).

In der Rubrik „Aus dem Bundesverband“ finden Sie den Jahres- und Geschäftsbericht für das Haushaltsjahr 2020. Daraus geht u.a. hervor, dass der Kreuzbund im Jahr 2020 per Saldo 354 Mitglieder verloren hat, sicherlich auch eine Folge der Corona-Pandemie (S. 2-7).

Wir hoffen, dass wir möglichst bald wieder Arbeitstagen und Seminare als Präsenzveranstaltungen anbieten können. Auch uns fehlt der direkte Kontakt und Austausch mit Ihnen allen!

Viele Anregungen, einen schönen Sommer – und vor allem bleiben Sie gesund

wünscht Ihnen  
Ihre Gunhild Ahmann

## Aus dem Inhalt

Seite

IMPULS

U2

ZU DIESER AUSGABE

1

AUS DEM BUNDESVERBAND

2-11

- Jahres- und Geschäftsbericht 2020
- Digitale Weggefährtschaft
- Ist es berechtigt, dass ein Mann seine Frau schlägt?
- Die erste digitale Bundesdelegiertenversammlung
- „Hallo – könnt Ihr mich hören ...?“
- Verbandsgebet und -Lied als Flyer

IM BLICKPUNKT:

ALKOHOL – DROGE NR. 1

12-21

- Wir brauchen einen Zusammenschluss
- Alkohol darf kein Muss sein
- Antiken Trinkgewohnheiten auf der Spur
- Josef Neumann – ein Aktivist im Zeichen seiner Zeit

HOBBY + FREIZEIT

22-23

AUS DEN DIÖZESANVERBÄNDEN

24-26

PASSIERT – NOTIERT

27-32

TERMINVORSCHAU / IMPRESSUM

U3

# Jahres- und Geschäftsbericht 2020

von Andrea Stollfuß (Bundesvorsitzende) und Heinz-Josef Janßen (Bundesgeschäftsführer)

Es folgt eine gekürzte Version des Berichts, die vollständige finden Sie unter [www.kreuzbund.de/Info & Material/Downloads/Informationen für Gruppen und Mitglieder](http://www.kreuzbund.de/Info%20&%20Material/Downloads/Informationen%20für%20Gruppen%20und%20Mitglieder). Dort sind auch die Jahresberichte der Arbeitsbereiche eingestellt.



Andrea Stollfuß, Bundesvorsitzende



Heinz-Josef Janßen, Bundesgeschäftsführer

## 1. Organisatorische und rechtliche Stellung

- Gründungsjahr und -ort: 1896 in Aachen
- Rechtsform: eingetragener gemeinnütziger Verein (e. V.)
- Anerkannter Fachverband des Deutschen Caritasverbandes, Freiburg (vertreten in der Delegiertenversammlung und im Caritasrat)
- (Gründungs-)Mitglied der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen, Hamm (vertreten in der Mitgliederversammlung und im Vorstand)
- (Gründungs-)Mitglied des europäischen Netzwerks EMNA, Brüssel/Oslo (vertreten in der Mitgliederversammlung und im Vorstand)
- Treuhänder der unselbstständigen Josef-Neumann-Stiftung, Hamm (Mitglied im Kuratorium)
- Sitz der Bundesgeschäftsstelle in Hamm/Westfalen (seit 1951)
- Finanzierung des Bundesverbands zu ca. 60 Prozent aus Eigenmitteln (v. a. Mitgliedsbeiträgen)
- Wichtigste Zuwendungsgeber: Deutsche Rentenversicherung Bund (auf der Grundlage von § 31 Abs. 1 Nr. 3 SGB

VI), Gesetzliche Krankenkassen (auf der Grundlage von § 20h SGB V), DCV (Institutionelle Förderung) und Deutsche Bischofskonferenz/Verband der Diözesan Deutschlands (Institutionelle Förderung)

## 2. Der Bundesverband und seine Gliederungen

Gemäß § 3 der Bundessatzung gliedert sich der Bundesverband in Diözesanverbände (DV). „Auf Grund der besonderen staatskirchenrechtlichen Stellung des Offizialatsbezirk Oldenburg ist der Landesverband Oldenburg ebenfalls eine Gliederung des Bundesverbandes und den Diözesanverbänden gleichgestellt.“ (§ 3 Abs. 1)

Der Kreuzbund e. V. ist vertikal gegliedert; ihm gehören derzeit 27 Diözesanverbände an, 24 davon sind eingetragene Vereine und damit vereinsrechtlich verantwortlich – die DV Aachen, Erfurt, Magdeburg und Speyer sind (noch) keine eingetragenen Vereine und damit unmittelbar dem Bundesverband unterstellt.

Insbesondere in flächenmäßig großen DV oder in Großstädten haben sich Untergliederungsstrukturen gebildet und bewährt, z. B. Stadt-, Kreis- oder Regio-

nalverbände. Durch diese Strukturen soll die Kommunikation innerhalb der DV verbessert werden; gleichzeitig sollen damit Wege verkürzt und Synergien besser genutzt werden.

## 3. Der Bundesvorstand

Der Bundesvorstand ist das operative leitende Gremium des Verbandes. Er arbeitet ehrenamtlich und besteht in der Legislaturperiode 2020 bis 2023 aus der Bundesvorsitzenden Andrea Stollfuß (Bonn), aus den drei stellvertretenden Bundesvorsitzenden Rüdiger Blomeyer (Osnabrück), Gerhard Iser (Heppenheim) und Franz E. Kellermann (München) sowie aus dem Geistlichen Beirat Thorsten Weßling (Hörstel). Die vier Vorsitzenden bilden den geschäftsführenden Vorstand gem. § 26 BGB.

Die Vorsitzenden werden jeweils für die Dauer von drei Jahren von der Bundesdelegiertenversammlung, dem obersten Souverän, gewählt. Der Geistliche Beirat wird auf Vorschlag des Bundesvorstandes von der Deutschen Bischofskonferenz berufen.

Der Bundesgeschäftsführer Heinz-Josef Janßen (Hamm) nimmt mit beratender Stimme an den Organsitzungen teil. Dr. Daniela Ruf (Waldkirch) hat für den Spitzenverband, den Deutschen Caritasverband, in allen Organsitzungen des Kreuzbund e. V. einen Gaststatus.

Weitere Organe des Kreuzbund e. V. sind die Bundesdelegiertenversammlung (ca. 100 Mitglieder) und die Bundeskonferenz (ca. 40 Mitglieder). Beide Organe tagen jeweils einmal jährlich.

## 4. Die Bundesgeschäftsstelle

In der Bundesgeschäftsstelle arbeiten acht hauptamtliche Mitarbeiterinnen und Mit-

arbeiter, vier davon als Vollzeit-, drei als Teilzeitbeschäftigte sowie eine als geringfügig Beschäftigte. Nicht im Personalbestand aufgeführt wird eine Person, die als Aushilfe bei Bedarf kleinere Hausmeister- und Gärtnerarbeiten durchführt.

Die Mitarbeitenden sind auf der Grundlage der gültigen „Arbeitsvertragsrichtlinien des Deutschen Caritasverbandes“ (AVR) tariflich angemessen eingruppiert. Einige Personalstellen werden anteilig über Drittmittel refinanziert, die beiden Suchtreferentenstellen zu etwa zwei Dritteln aus Mitteln der Deutschen Rentenversicherung Bund (DRV Bund), andere anteilig aus Pauschalfördermitteln der GKV (Gesetzlichen Krankenversicherung) bzw. des VDD (Verband der Diözesen Deutschlands). Die gesamten Personalkosten machen gut 50 Prozent der Ausgaben des Gesamtbudgets aus.

Der Personaleinsatz beläuft sich umgerechnet auf 6,0 Stellen.

Für die Arbeit der Geschäftsstelle gilt eine vom Bundesvorstand beschlossene Geschäftsordnung.

### 5. Gruppen- und Mitgliederentwicklung

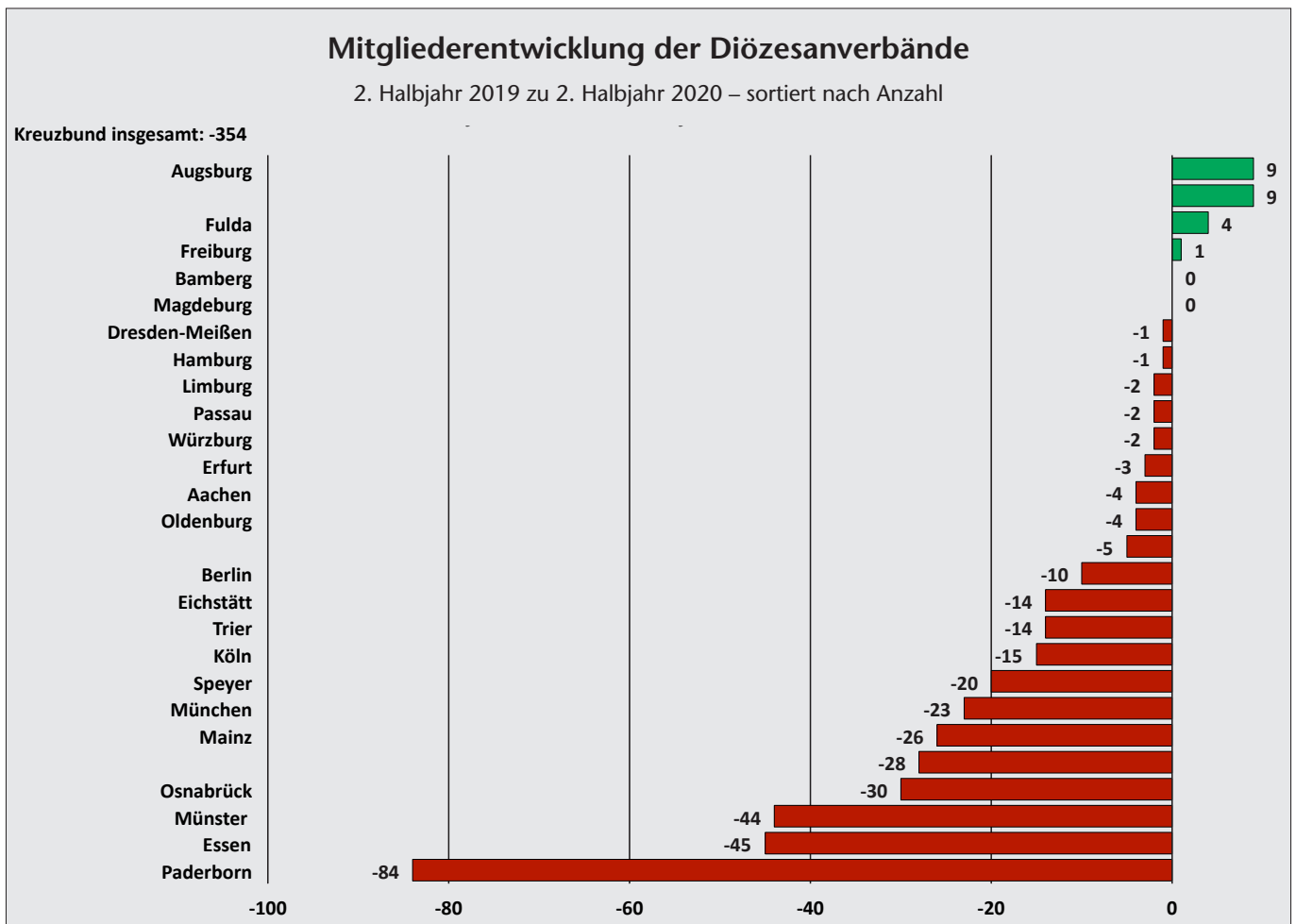
1.187 Gruppen, an denen ca. 22.000 Menschen – davon allerdings nur 10.620 Verbandsmitglieder – teilnahmen, zählte der Bundesverband Ende 2020. Die Zahl der Gesamtverluste liegt im Vorjahresvergleich bei 354 Mitgliedern. Vermutlich Corona bedingt ist dieser Verlust etwas höher als üblich ausgefallen. Der Gruppenanzahl sind etwa 100 Gruppen hinzuzurechnen, die sich als Infogruppen oder Gesprächskreise bzw. als Chat-Gruppen treffen.

Fast alle Diözesanverbände haben im vergangenen Jahr Mitglieder verloren; lediglich vier DV haben hinzugewonnen – zwei haben den Mitgliederbestand aus dem Vorjahr gehalten. Gerade große DV

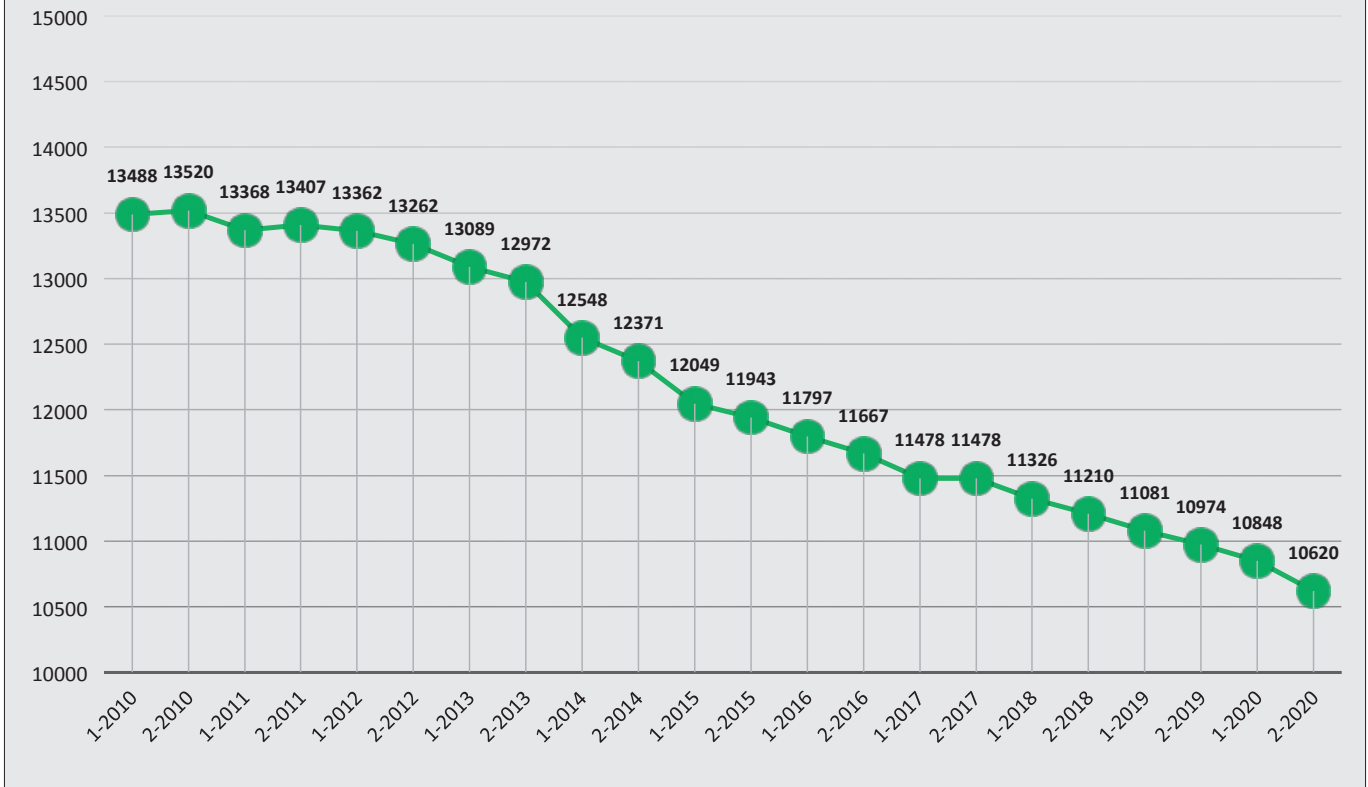
haben viele Mitglieder verloren – die DV Münster, Essen und Paderborn insgesamt 173. Die meisten Verluste kommen nach wie vor dadurch zustande, dass ganze Gruppen sich aus Alters- oder anderen Gründen auflösen.

Insgesamt konnten wir in 2020 immerhin 727 Eintritte in den Kreuzbund verzeichnen (2019: 586). Dem standen allerdings 1.081 Abgänge gegenüber (2019: 714). Die Analyse der Mitgliederverluste ergibt, dass die meisten (855 = 79 Prozent) ausgetreten sind; 226 Menschen (= 21 Prozent) sind verstorben.

Die Analyse der Austritte zeigt, dass knapp neun Prozent innerhalb des ersten Jahres der Verbandszugehörigkeit wieder ausgetreten sind, 14 Prozent innerhalb von zwei Jahren, 20 Prozent innerhalb von fünf Jahren und schließlich 57 Prozent nach mehr als fünf Jahren Kreuzbund-Zugehörigkeit. Die Haltequote hat sich damit im Vorjahresvergleich verbessert.



### Mitgliederentwicklung 2010 - 2020



Der Mitgliedsbeitrag an den Bundesverband liegt für Einzelpersonen bei 54 € p. a.; Partner\*innen mit gleichem Hausstand haben die Möglichkeit, einen ermäßigten Partnerbeitrag i. H. von 84 € p. a. für beide Personen zu beantragen. Davon haben im vergangenen Jahr 19 Prozent aller Beitragszahlenden Gebrauch gemacht. Diese Quote ist seit etwa vier Jahren identisch.

Beitragsfrei gestellt waren 114 Mitglieder, 45 Mitglieder zahlten den halben Bundesbeitrag. Der Trend geht aktuell leicht nach unten.

### 6. Jahresabschluss 2020

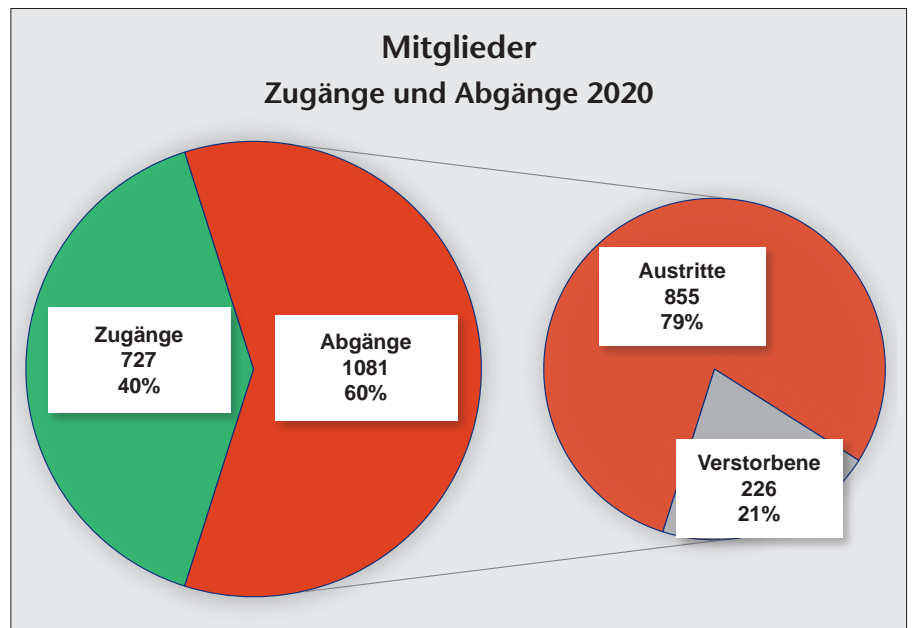
Das Geschäftsjahr 2020 schließt in der Gewinn- und Verlustrechnung mit einem Jahresüberschuss i. H. von 31.000 €. Der Vergleich der Einnahmen und Ausgaben im Kosten- und Finanzierungsplan weist einen Gewinn i. H. von 39.000 € aus. Beide Zahlenwerke unterscheiden sich deshalb, weil beispielsweise Rückstellungen zwar bilanziert, nicht jedoch im Haushalt ausgewiesen sind.

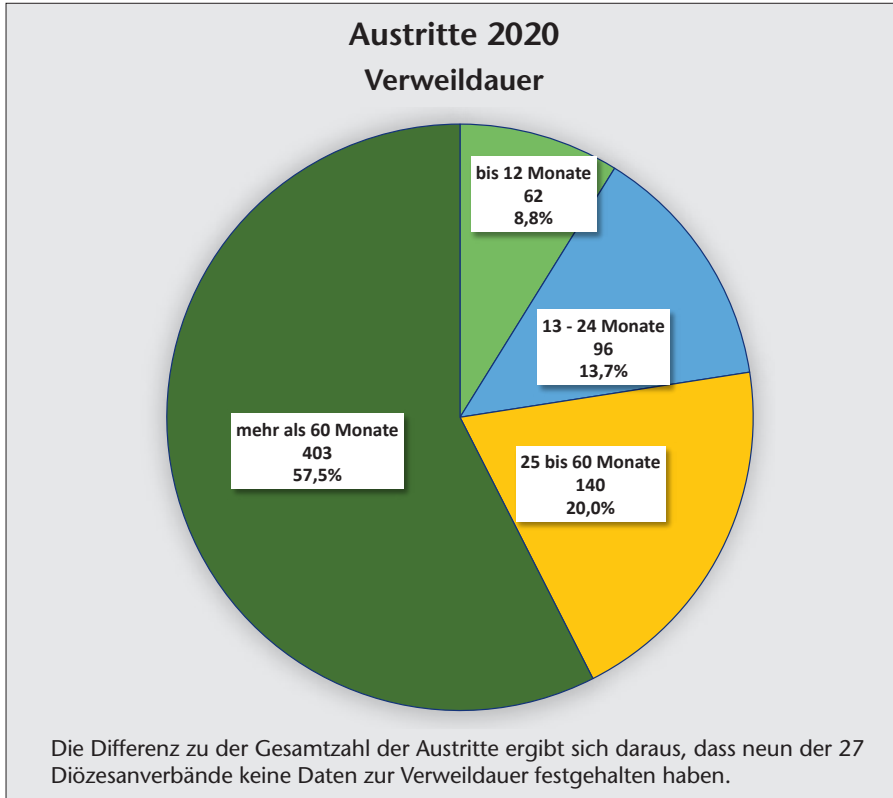
Geschuldet ist das positive Ergebnis insbesondere einer soliden Finanzierung aus Pauschal- und Projektmitteln der Kostenträger (GKV und DRV Bund) als auch Kosteneinsparungen als Folge ausgefallener Veranstaltungen und nicht durchge-

führter Dienstreisen wegen der Corona-Pandemie.

Darüber hinaus hat der Bundesverband sparsam gewirtschaftet und auf die strikte Einhaltung des Kosten- und Finanzierungsplans geachtet.

### Mitglieder Zugänge und Abgänge 2020





## 7. Pauschal- und Projektfördermittel 2020

Im Haushaltsjahr 2020 hat der Bundesverband Drittmittel in einer Gesamthöhe von 345.072,52 € erhalten. Das entspricht etwa 38 Prozent der Einnahmen.

Wieder haben verschiedene Krankenkassen den Kreuzbund-Bundesverband mit zum Teil hohen Fördersummen unterstützt und somit viele verschiedene Maßnahmen und Projekte ermöglicht. Insgesamt erhielt der Bundesverband Fördermittel der gesetzlichen Krankenkassen (GKV) in Höhe von 150.223,90 €.

Davon entfielen allein 118.750,00 € auf die Pauschalförderung „Selbsthilfe auf Bundesebene“ des Verbandes der Ersatzkassen (vdek). Die übrigen Projektmittel stellten

- die DAK-Gesundheit (19.800,00 € für die zweite Phase des Digitalisierungsprojektes „Online-Selbsthilfe“)
- und die BARMER (11.673,90 € für die zweite Phase des Projektes „Modernisierung der Bildmarke und Entwicklung eines Slogans“)

zur Verfügung. – Diese Fördermittel werden auf der Grundlage von § 20 h Sozialgesetzbuch (SGB) V gewährt.

Weiterhin dankt der Bundesverband für Nachsorgemittel der Deutschen Rentenversicherung Bund in Höhe von 132.961,50 € (Erhöhung um fünf Prozent gegenüber 2019) und der Knappschaft in Höhe von 4.407,12 €. Insgesamt flossen somit dem Kreuzbund 137.368,62 € zu, die auf der Grundlage von § 31 Abs. 1 Nr. 3 SGB VI von Rentenversicherungsträgern bewilligt werden. Der größte Teil dieser Zuwendungen dient der Mitfinanzierung der beiden Suchtreferentenstellen des Bundesverbandes.

Auch der Deutsche Caritasverband (DCV) und der Verband der Diözesen Deutschlands (VDD) der Deutschen Bischofskonferenz haben den Kreuzbund wieder mit pauschalen Mitteln i. H. von 17.480,00 € bzw. 40.000 € unterstützt.

8.800,00 € hat der Kreuzbund im vergangenen Haushaltsjahr an Spenden erhalten. Eine weitere Zuwendung der Ecclesia i. H. von 5.000,00 € floss zwar in 2020, ist aber als Zuwendung für die Jubiläumsveranstaltung 2022 gedacht und

wurde deshalb abgegrenzt und wird im Haushalt 2021 berücksichtigt.

Mit Hilfe sämtlicher Zuwendungen konnte der Kreuzbund seine satzungsgemäßen Aufgaben erfüllen und wichtige zukunftsweisende Projekte in Gang setzen. Wir danken unseren Förderern sehr für die Unterstützung und die damit zum Ausdruck gebrachte Wertschätzung der Arbeit des Kreuzbundes.

## 8. Arbeitsbereiche

Der Bundesverband hat sechs ständige Arbeitsbereiche (AB) eingerichtet, die alle mindestens eine jährliche Multiplikatoren-Tagung für die ehrenamtlichen Beauftragten der Diözesanverbände durchführen und gemeinsam von einer/einem hauptamtlichen ReferentIn/-en der Bundesgeschäftsstelle und einer gewählten ehrenamtlichen Leitung koordiniert werden.

Es handelt sich um die Arbeitsbereiche

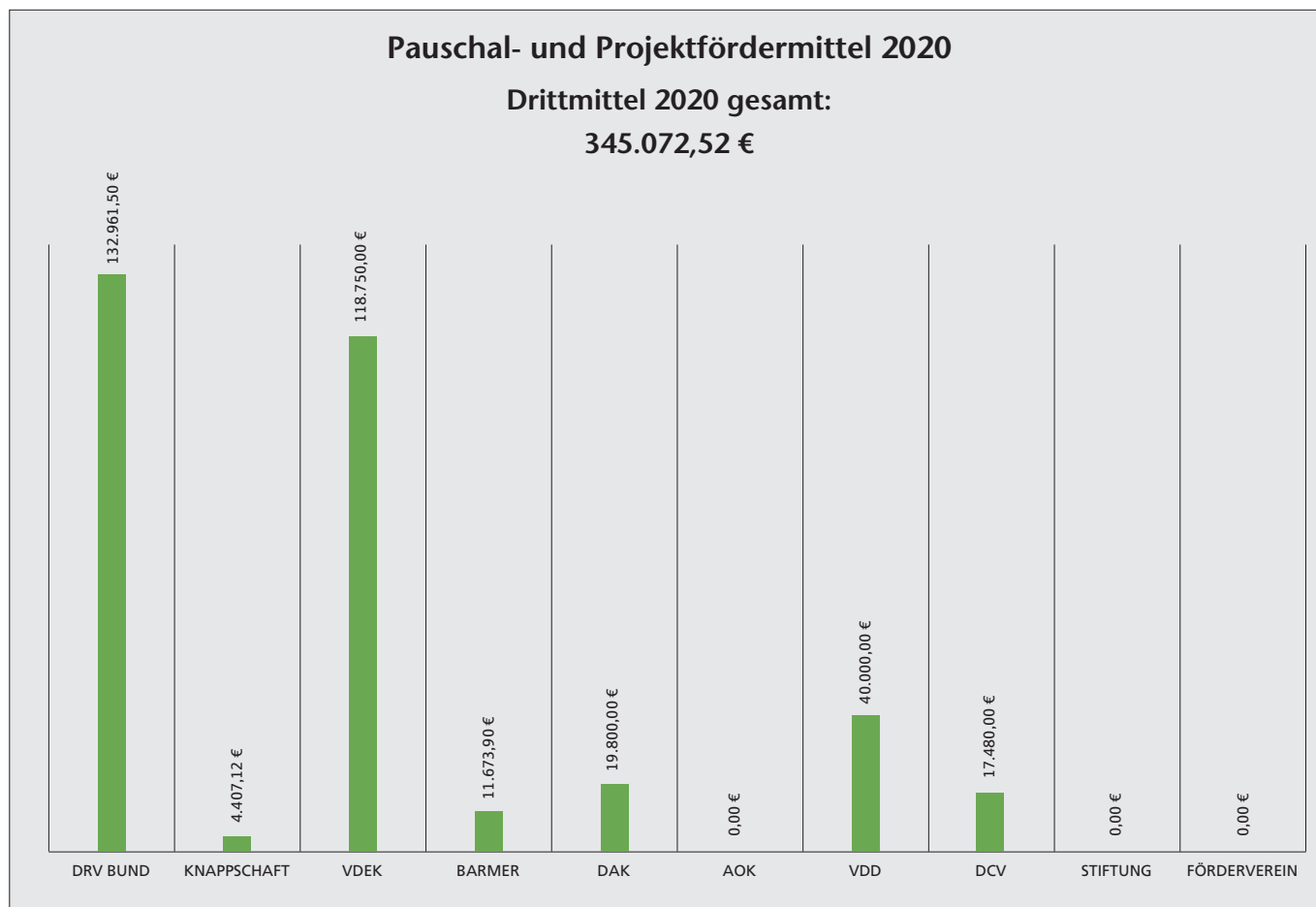
- Familie als System
- Junger Kreuzbund
- Senioren / 55 plus
- Frauen- und Männerarbeit/Gender
- Öffentlichkeitsarbeit
- Seelsorge

Darüber hinaus besteht die Arbeitsgruppe „Kreuzbund-kompakt“. in die ebenfalls die DV Beauftragte entsenden und deren Aufgabe darin besteht, insbesondere neue Gruppenteilnehmende in die Grundzüge der Selbsthilfearbeit einzuführen.

Weiterhin engagiert sich seit 2020 ein Lenkungsausschuss „Kreuzbund-Chat“, der sich regelmäßig meist digital trifft und dessen wesentliche Aufgabe darin besteht, die Chat-Angebote auszuwerten und zu optimieren sowie sich mit den Moderator\*innen der verschiedenen Chats auszutauschen.

## 9. Mitarbeit in Gremien und Netzwerkarbeit

Der Kreuzbund ist anerkannter Fachverband des Deutschen Caritasverbandes



(DCV), der DCV somit der übergeordnete Wohlfahrts- und Spitzenverband für den Kreuzbund.

In der Delegiertenversammlung des DCV, die einmal jährlich zusammentritt, ist der Kreuzbund mit zwei Mandaten vertreten, seit Ende 2016 auch zusätzlich im Caritasrat. Die Delegiertenversammlung wählte den Bundesgeschäftsführer des Kreuzbundes im Oktober 2020 in dieses Aufsichtsgremium. Weiterhin trifft sich auf der Ebene der (Personal-)Fachverbände der Kreuzbund mehrmals jährlich zum Austausch beispielsweise mit SKM, SKF, Maltesern, Raphaelswerk, Vinzenz- und Caritaskonferenzen. Auf der Referentenebene kommen die Suchtreferenten des Kreuzbundes einmal jährlich im Rahmen der Bundesfachkonferenz „Alter, Pflege, Gesundheit“ mit den Kolleginnen und Kollegen der Diözesancaritasverbände zusammen.

Als Mitglied der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen (DHS) ist der Kreuz-

bund in der Mitgliederversammlung und im Vorstand der DHS mit einem Mandat vertreten. Die Suchtreferenten treffen sich zweimal jährlich unter Regie der DHS mit den Suchtreferenten der anderen Wohlfahrts- und Selbsthilfverbände. Darüber hinaus ist der Kreuzbund in den Fachausschüssen „Prävention“ und „Selbsthilfe“ vertreten.

EMNA ist das Kürzel für den Kontakt des Kreuzbundes nach Europa. Das damit bezeichnete europäische Sucht-Selbsthilfenetzwerk wurde im Jahre 2003 gegründet und vereinigt inzwischen 14 Organisationen aus zehn europäischen Ländern. Da der Kreuzbund – anders als beispielsweise das Blaue Kreuz in Deutschland oder die Guttempler – über keine internationalen Strukturen verfügt, ermöglicht die Mitgliedschaft in EMNA den Blick über den nationalen Tellerrand. Im Mittelpunkt der Begegnungen stehen der Austausch über nationale Selbsthilfekonzepte, die Durchführung internationaler Begegnungen, die Entwicklung einer Website (www.

emna.org) sowie der Kontakt zu wichtigen europäischen Gremien der EU in Brüssel und Straßburg, aber auch zur Weltgesundheitsorganisation in Genf.

Weiterhin treffen sich etwa zwei bis dreimal jährlich die fünf Sucht-Selbsthilfverbände, um sich gegenseitig über die Arbeitsschwerpunkte auszutauschen, bestimmte Projekte zu planen (in Vorbereitung ist z. B. eine sog. „Deutschlandkarte“ der Verbände) oder Finanzierungsfragen zu besprechen. So gelang beispielsweise eine Erhöhung der DRV Bund-Mittel um fünf Prozent für 2020, die in einer Sitzung mit DHS, Verbänden und DRV Bund verhandelt werden konnte. Weiterhin gab es Ende 2020 eine Sitzung mit dem GKV-Spitzenverband, in deren Rahmen die Erhöhung der Pauschalförderung wichtigstes Thema war.

## 10. Logo und Markenkern

Die Bundesdelegiertenversammlung 2020 hat eine modernisierte Bildmarke sowie



einen Slogan für den Verband beschlossen. Der Slogan lautet „Gemeinsam Sucht überwinden“ und darf als Kernbotschaft des Kreuzbundes verstanden werden. Nutzbar ist er sowohl als Zusatz zum Logo oder auch separat.

Der 2018 begonnene Entwicklungsprozess, der durch die Münsteraner Agentur VOLT professionell unterstützt wurde, kam damit zum Ende. Ende 2020 wurde mit der Adaption der neuen Bildmarke und des Slogans auf Publikationen und Materialien des Kreuzbundes begonnen.

Die Rückmeldungen der Mitglieder auf die beschlossene Bildmarke und den Slogan sind bislang durchweg positiv.

## 11. Digitalisierung und Online-Chat

Der Kreuzbund-Chat ist seit April 2020 online. Er ist für alle Weggefährtinnen und Weggefährten sowie für Erstkontakte gedacht. Das Angebot gewährleisten derzeit zehn Moderatorinnen und Moderatoren, allesamt in der Kreuzbund-Selbsthilfe erfahrene Frauen und Männer. Drei von ihnen bilden zusätzlich die Steuerungsgruppe, deren Aufgabe es ist, das Chat-Angebot zu koordinieren und sich als Ansprechpersonen für den Kreuzbund-Chat anzubieten: Marie Bischoff, Joachim Heine und Roland Männer.

Die regelmäßigen Chat-Zeiten waren in 2020: montags bis freitags sowie sonntags alle 14 Tage 19-20 Uhr; donnerstags zusätzlich 11-12 Uhr. Der Chat am Donnerstagabend war Angehörigen vorbehalten. Zwischen den Jahren gab es besondere Chat-Angebote an Weihnachten und Silvester.

Im Jahr 2020 fanden insgesamt 202 Chats statt. Insgesamt waren 765 User\*innen in den Chats (ohne die jeweiligen Chat-Moderatoren). Die meisten Personen nahmen wiederholt an Chats teil, manche sogar nahezu täglich. Die Zahl der User\*innen je Chat reichen von null bis zehn – im Durchschnitt nahmen vier User\*innen an den Chats teil.

Das Themenspektrum entspricht dem der Präsenz-Gruppen in der Sucht-Selbsthilfe: Betroffene/Angehörige; alle Suchtformen; alle Aspekte der Abstinenz als Prozess; Rückfall; alle Aspekte der Lebenswelt mit ihren Stressoren und Ressourcen (Partnerschaft/Beziehungen, Einsamkeit, Schulden, Trauer, Beruf, Gewalt, Selbsttötung, Sexualität etc.); Suchthilfe/Sucht-Selbsthilfe; User\*innen aus dem Ausland.

Tendenziell gab es eine vermehrte Zahl an Erstkontakten: Betroffene/Angehörige; Frauen; jüngere Leute (geschätzt 20 bis 40 Jahre); in Corona-Lockdown-Phasen stieg die Zahl der User\*innen an.

### Ausblick auf 2021:

- Für Kreuzbund-Gruppen besteht das Angebot, eigene Chat-Räume zu bekommen.
- Voraussichtlich in diesem Jahr wird der reine Text-Chat durch ein Video-Chat-Tool auf Jitsi-meet-Basis ergänzt werden.
- Seit dem 7. Februar 2021 wird zusätzlich zu den bekannten Chat-Zeiten sonntags in der Zeit von 16 bis 17 Uhr ein Chat für junge und junggebliebene Suchtkranke/Angehörige angeboten (Junger Kreuzbund).

Auch diese zweite Projektphase wurde dankenswerterweise aus Projektmitteln der DAK mitfinanziert, ebenso der Mitgliedsbeitrag für den Kooperationsverbund Blended Counseling des Deutschen Caritasverbandes.

Der Chat ist nur ein Teil einer umfassenden Digitalisierungsstrategie, die nach und nach in den kommenden Jahren erarbeitet und umgesetzt werden soll. Die diesjährige Herbst-Arbeitstagung greift das Thema auf unter dem Titel „Gemeinsam Sucht überwinden – auch digital dazugehören“.

## 12. Die Corona-Pandemie und ihre Folgen für die Selbsthilfe

Wohl niemand hat Anfang des vergangenen Jahres geahnt, dass ein Virus die

Weltordnung derart ins Wanken bringen könnte, wie es die Corona-Pandemie geschafft hat. Der Alltag vieler Menschen änderte sich von heute auf morgen, waren wir doch alle gezwungen, uns anders zu organisieren – beim ersten Lockdown im Frühjahr 2020 und auch jetzt.

Die Gruppen des Kreuzbundes konnten sich über lange Zeit nicht treffen, weil Präsenzzusammenkünfte untersagt oder zumindest an strenge Auflagen (AHA-Regeln) geknüpft waren. Es zeigte sich aber gleichzeitig, dass Gruppen durchaus kreativ mit dieser Situation umgegangen sind; es kam zu Begegnungen – zum Teil auch regelmäßig – per Telefon, per sozialen Medien, per Chats oder mit Treffen im Garten oder Spaziergängen im kleinen Kreis an der frischen Luft. Das Anfang 2020 gestartete Chat-Angebot des Kreuzbundes erwies sich hier als glückliche Fügung und wurde gut genutzt.

Der Bundesverband hat gemeinsam mit der DHS und den anderen Sucht-Selbsthilfeverbänden schon in der ersten Lockdown-Phase erfolgreich dafür gekämpft, die Angebote der Gruppen als „systemrelevant“ anzuerkennen. Das ist auch schnell gelungen, da sowohl Bund als auch Länder diesem Begehren zugestimmt haben. Ein Erfolg, der zynischerweise ohne die Pandemie vermutlich nicht so schnell zu erzielen gewesen wäre!

Darüber hinaus hat der Bundesverband an prominenter Stelle auf seiner Website Hinweise und Empfehlungen für Gruppen und Mitglieder während der Corona-Krise veröffentlicht, die auf der Basis der Bund-Länder-Beschlüsse regelmäßig aktualisiert wurden.

Natürlich vermissen wir alle ein Stück Normalität und damit auch die Möglichkeit, uns wieder unbeschwert face-to-face treffen und austauschen zu können. Gerade in „Dürrezeiten“ bekommen wir nochmals deutlicher ein Gespür für das, was fehlt. Wir hoffen, dass durch die Einhaltung von Regeln, durch gegenseitige Rücksichtnahme und die Impfungen die Pandemie in 2021 überwunden werden kann.

# Digitale Weggefahrtschaft

Die Beauftragten des Arbeitsbereichs „Senioren / 55 plus“ sind in diesem Jahr bisher zweimal in digitalen Video-Treffen zusammengekommen. Am 23. Februar 2021 haben 19 Weggefährtinnen und Weggefährten aus 14 Diözesanverbänden teilgenommen.

Im Mittelpunkt des Austausches stand das Thema „Im Alter einsam? – Der Kreuzbund als Gemeinschaft im Alter!“ Nicht erst seit der Corona-Pandemie wissen wir, dass mit zunehmendem Älterwerden das Allein-sein und sogar das Einsam-sein zu einem belastenden Lebensthema im Alltag werden kann. Doch Corona hat die Situation der Älteren noch einmal verschärft. So berichtete das Deutsche Zentrum für Altersfragen (<https://www.dza.de/>): „Deutlich mehr als vor der Corona-Pandemie: Jede siebte Person ab 46 Jahren fühlt sich einsam.“

Ausgangspunkt des Austausches der Beauftragten war die Dokumentation des Südwestrundfunks (SWR) mit dem Titel „Im Alter einsam? Muss nicht sein!“. Diese Dokumentation ist bei YouTube unter



Margit Köttig

diesem Link zu finden: <https://www.youtube.com/watch?v=O5unu7USjv8>. Allein-sein, Einsam-sein – dies sind besonders auch für die Sucht-Selbsthilfe Herausforderungen mit Blick auf die Lebensqualität im Alter und mit Blick darauf, Rückfall-Risiken zu begegnen. Im Kreuzbund gelebte und gestaltete Weggefahrtschaft ist dann mehr als nur ein Sicherheitsnetz.

Am 23. April 2021 haben sich die Senioren erneut getroffen, und es waren 14 Beauftragte aus 13 Diözesanverbänden dabei. Grundlage für die Inhalte und Ar-



Michael Tremmel

beitsweisen im Arbeitsbereich „Senioren / 55 plus“ ist ein Konzept, das aus dem Jahr 2009 stammt. Es wird also Zeit, dieses Konzept fortzuschreiben und zu aktualisieren. Die Beauftragten diskutierten den Entwurf der Konzept-Überarbeitung. Eine wichtige Aktualisierung wird dabei sein, den Aspekt der Digitalisierung in der Sucht-Selbsthilfe auch für die Seniorenarbeit aufzunehmen.

Margit Köttig / Michael Tremmel  
Leitung des Arbeitsbereichs  
„Senioren / 55 plus“

## Ist es berechtigt, dass ein Mann seine Frau schlägt?

An dem ersten Video-Treffen des Arbeitsbereichs „Frauen- und Männerarbeit / Gender“ am 20. März 2021 nahmen vier Frauen und drei Männer aus sechs Diözesanverbänden teil. Diese Resonanz ist jedoch im Vergleich zu der Teilnahme an den Präsenz-Multiplikatoren-Tagungen auffallend schwach. Diejenigen, die am 20. März dabei waren, wünschen sich, dass auch alle anderen Beauftragten durch ihre digitale Teilnahme zeigen, dass sich das Engagement für die Anliegen des Arbeitsbereichs aktiv fortsetzt. Und dort, wo eine digitale Teilnahme schwierig ist, sollten Beauftragte

in ihren Diözesanverbänden Unterstützung erfahren. Doch nun zu unserem Thema, dem wir uns beim ersten Video-Treffen gewidmet haben.

Das gesellschaftliche Frauenbild entsteht in der Beziehung – und Abhängigkeit – zum gesellschaftlichen Männerbild. Dies gilt auch umgekehrt: Was unter Männlichkeit verstanden wird, wird erst deutlich, wenn sich zeigt, was unter Fraulichkeit (oder Weiblichkeit) verstanden wird. Und so wie die gesellschaftlichen Vorstellungen ausfallen, so verstehen sich Frauen und Männer meistens auch selbst. Diese

Zusammenhänge wirken sich aus, auch auf die Wege von Frauen und Männern in die Sucht und ihre Wege hin zur Abstinenz.

Mit Hilfe einer Film-Reportage aus der ARD-Mediathek mit dem Titel „Femizid – Wenn Männer ihre Partnerinnen töten“ näherten wir uns diesem Fremdwort „Femizid“. Laut der Film-Reportage hat sich in einer Umfrage zum Gewaltpotenzial im Geschlechterverhältnis ein überraschendes Bild gezeigt zu der Frage: „Ist es berechtigt, dass ein Mann seine Frau schlägt?“ Die Leserin, der Leser gebe sich

jetzt hier selbst eine Antwort auf diese Frage. Das Umfrage-Ergebnis ist am Ende dieses Beitrags in umgekehrter Schrift nachzulesen.\*

Bedrückend ist das Ausmaß der Gewalt gegen Frauen: So erlebt jede vierte Frau Gewalt durch ihren Partner. Laut Polizeistatistik holt sich alle fünf Minuten eine Frau Hilfe von der Polizei wegen Übergriffen des Ehemannes oder Partners. Jeden dritten Tag tötet ein Partner seine Partnerin – aus Eifersucht oder weil die Frau sich trennen wollte; diese Frauenmorde nennt man Femizide. 2015 waren es 135 Fälle; 2016 = 155; 2017 = 147; 2018 = 122; 2019 = 117.

Herausfordernd für unsere Frauen- und Männerarbeit/Gender in der Sucht-Selbsthilfe sind vor allem die erschreckenden Hintergründe und Bewertungen dieser furchtbaren Taten. Wenn es heißt: Man versteht es ja, er tat es aus größter Liebe. Eine ‚Beziehungstat‘ eben. Und: „Sie wird’s ja schon verdient haben.“ Für die

Begründung eines mildereren Urteils müssen ‚psychische Probleme‘, ‚Arbeitslosigkeit‘, ‚Alkoholabusus‘ erhalten und nicht zuletzt: Der Täter habe ‚nur‘ versucht, aus nachvollziehbarer Eifersucht, sich ‚in Besitz dessen zu halten, was er besaß‘.

Daher wird diese Tat oft immer noch als Totschlag und nicht als Mord verurteilt. Männliches Besitz-Denken in Partnerschaften ist hier jedoch das Problem: „Weil du mir gehörst!“ Ein solches Denken darf jedoch nicht auch noch juristisch legitimiert werden. Deshalb werden entsprechende Fortbildungen für Richter (und Richterinnen) gefordert. Die Fortbildungen sollen helfen zu erkennen, welches Frauen- und Männerbild ein Urteil beeinflussen könnte.

Die Film-Reportage schloss ab mit dem Hinweis, es gehe nur um dies: Macht und Machtgefälle. Es geht dabei nicht so sehr um Einzelschicksale, sondern um die Gesellschaft und das Klima in ihr den Geschlechtern gegenüber. Es gibt Präventi-

onszentren für Gewalt gegen Frauen. Doch das Umdenken muss in allen gesellschaftlichen Bereichen erfolgen – auch im Kreuzbund.

Alkoholkonsum senkt die Schwelle für Gewalt gegen Frauen. Häusliche-Gewalt-Erfahrungen sind unter Sucht-Betroffenen und Angehörigen weit verbreitet. Die Diskussionen zu diesem Thema verliefen während unseres Video-Treffens engagiert und lebhaft. Es ist Anspruch unseres Arbeitsbereichs, innerhalb des Kreuzbundes immer wieder auf das Thema „Gewalt gegen Frauen“, aber auch „Gewalt gegen Männer“ und „Gewalt in Partnerschaften“ Offenheit und Gesprächsbereitschaft zu signalisieren.

*Andrea Thimm / Michael Tremmel,  
Leitung des Arbeitsbereichs „Frauen- und Männerarbeit / Gender“*

\* Mit „Ja“ antworteten 32,6% der Männer und 19,6% der Frauen.

## Die erste digitale Bundesdelegiertenversammlung

Rund 80 Delegierte aus den Kreuzbund-Diözesanverbänden und der Bundesvorstand haben sich am 17. April 2021 nicht wie ursprünglich geplant im Katholisch-Sozialen Institut in Siegburg getroffen, sondern per ZOOM-Konferenz. Die technische und organisatorische Abwicklung hat gut funktioniert, es gab weder PC- oder Übertragungs-Pannen noch sonstige Störungen.

Die Tagesordnung war dieses Mal recht überschaubar – im Mittelpunkt stand zum einen der Jahres- und Geschäftsbericht des Bundesvorstandes und des Bundesgeschäftsführers. Darüber hinaus haben die Arbeitsbereichsleiter\*innen ihre Jahresberichte vorgetragen. Die kompletten Berichte finden Sie unter [www.kreuzbund.de](http://www.kreuzbund.de) in den Downloads unter „Informationen für Gruppen und Mitglieder“.



Ein Thema, das in allen Berichten vorkam, waren die Auswirkungen der Corona-Pandemie: Viele Seminare und Arbeitstagungen sind ausgefallen oder konnten nur mit deutlich weniger Teilnehmenden stattfinden. Durch abgesagte Veranstaltungen und Dienstreisen konnte der Bundesverband Kosten einsparen – das Geschäftsjahr 2020 endete

mit einem Überschuss von 31.000 €. Leider überwiegen aber die negativen Konsequenzen der Corona-Krise. Der Kreuzbund hat im Jahr 2020 per Saldo 354 Mitglieder verloren.

Es wird sich in diesem Jahr zeigen, ob der Mitgliederschwund gestoppt werden kann. Dafür sind Anstrengungen auf allen Ebenen und in

allen Untergliederungen des Verbandes notwendig. In diesem Zusammenhang soll auf der Herbst-Arbeitstagung im September 2021 in Leitershofen bei Augsburg eine Digitalisierungsstrategie erarbeitet werden.

*Gunhild Ahmann,  
Referentin für Öffentlichkeitsarbeit*

# „Hallo – könnt Ihr mich hören ...?“

## Nachdenkliches zu den Videokonferenzen

**E**in Jahr liegt hinter uns, in dem wir aufgrund der Einschränkungen im zwischenmenschlichen Miteinander neue Formen der Begegnung ausprobiert und erlernt haben. Vieles von dem, was zunächst nur ein digitaler Notnagel zu sein schien, ist uns zur Routine geworden und wird auch nach der Corona-Krise Bestand haben – in Büros, in Bildungseinrichtungen, im Freundeskreis und nicht zuletzt in der Sucht-Selbsthilfe. Schließlich haben wir durch die Möglichkeit der digitalen Zusammenkünfte Zeit und Ressourcen gespart. Wenigstens virtuell konnten wir während der belastenden Kontaktbeschränkungen miteinander in Kontakt bleiben! Neben diesen optimistisch-erfreulichen Tönen ist jedoch auch Kritisches zu hören:

- Ich fühle mich entfremdet, irgendwie entkoppelt, von dem was mir wichtig ist.
- Es ist, als spräche ich in eine Blackbox.
- Ich fühle mich angestrengt, genervt, misstrauisch...
- Ich bin vergesslich geworden: Wie war noch mal die Verabredung?

Wenn sich Menschen in einem eindimensionalen virtuellen Raum begegnen, hat das einen Preis: Wir sind zwar in Bild und Wort präsent. Zugleich ist die intuitive Wahrnehmung von Stimmungen und Schwingungen nur reduziert möglich. Man spürt den gemeinsamen Raum nicht. Wir nehmen kaum wahr, was der Körper erzählt und bleiben „leibhaftig“ auf der Strecke: Wir schauen einander nicht wirklich an, geben uns nicht wertschätzend die Hand und klopfen uns nicht anerkennend auf die Schulter... Wenn wir unseren Körper in der Kommunikation nicht mitnehmen können, fällt es uns auch im übertragenen Sinne des Wortes schwer einander zu berühren. Offensichtlich wird dies bei den virtuellen Begegnungen mit kleinen Kindern. Die Skype-Treffen meiner Schwester mit ihrem 4-jährigen Enkelkind enden schon nach kurzer Zeit mit Klau-



Marianne Holthaus

mauk seitens des Kindes. Die Kleine hat die Nase von der virtuellen Oma schnell voll. Im leibhaftigen Kontakt hingegen bleibt das Kind neugierig und zugewandt.

Vergleichbares habe ich im Rahmen einer hybriden Kreuzbund-Sitzung erlebt: Ein Teil der Teilnehmenden saß traditionell miteinander in einem Raum, ein anderer Teil war virtuell dazu geschaltet. Zwei Mal gab es während der Arbeitssitzung humorvolle Unterbrechungen aus der Teilnehmer-Runde. Die Analog-Anwesenden haben – gut im Kontakt miteinander – geschmunzelt. Die virtuell Teilnehmenden haben freundlich erstarrt in ihre Kameras geschaut. Es war keine Regung zu sehen. Das feinsinnig Humorige war bei ihnen offensichtlich, trotz visueller und akustischer Präsenz, nicht angekommen. Auch wenn sich alle Beteiligten über das gute Arbeitsergebnis zufrieden zeigten, blieb der Kontakt zu den virtuell Teilnehmenden steril und vereinzelt.

Videokonferenzen verlaufen in der Regel entsprechend des Eisbergmodells – lediglich oberhalb der Wasseroberfläche, also rein sachorientiert. Der größere unsichtbare Teil des Eisberges unterhalb der Wasseroberfläche, also die Kommunikation mit Mimik, Gestik, Tonfall, mit dem, was möglicherweise die „Energie“ zwischen den Kommunikationspartnern ausmacht, ist lediglich reduziert spürbar. Hängt der Sauerstoff für ein wirklich zu-

friedenstellendes Gespräch von der leibhaftigen Präsenz der Anderen ab?

Eine weitere Erschwernis, z.B. mit Auswirkungen auf unsere Konzentrationsfähigkeit, ergibt sich aus dem bildschirmfixierten Blick. Vielen ist dieses Phänomen aus ihrem Alltag bekannt. Wir erinnern uns in der Regel recht lange an den Kinofilm, den wir gesehen haben. Den Film auf dem viel kleineren Fernsehbildschirm vergessen wir oft schneller. Dies hat nicht nur mit dem sorgfältiger geplanten Kino-Event zu tun. Das Bild auf der großen Kino-Leinwand müssen wir, anders als auf dem kleinen Fernsehschirm, mit unseren Augen absuchen. Die reduzierten Augenbewegungen – also das „Glotzen“ am kleinen Bildschirm – beeinträchtigt unsere Merk- und Denkfähigkeit.

Die Beweglichkeit unserer Augen hat auch etwas mit unserer Stimmung, unserer Kontaktfreudigkeit, mit Interesse und Kreativität zu tun. Wir sind munter und zugewandter, wenn die Augen in lebhafter und vielfältiger Bewegung sind. Sind sie starr, fühlen wir uns eher ängstlich, motivationslos und deprimiert.

Einige embodiment-orientierte Psychotherapieverfahren machen sich die wechselseitige Abhängigkeit von Augenbewegungen und Psyche zunutze: Wenn durch den behandelnden Therapeuten Augenbewegungen angeregt werden, trägt dies dazu bei, belastende emotionale Gedächtnisspuren zu schwächen und das Erlebte besser zu verarbeiten.

Last not least: Die Selbsthilfe und ihre Kontexte sind nicht nur Orte der geplanten Zusammenkünfte. Auch das ungeplante Miteinander in den Kaffeepausen oder an den Abenden nach den Sitzungen ist für die Qualität der Kontakte, des Erlebens und der Bildung von großer Bedeutung. Selbst sachliche oder zwischenmenschliche Konflikte ruckeln sich – im tastenden und ungeplanten Miteinander auf den Fluren – mitunter fast wie von

selbst zurecht. Den digital eingerichteten Gruppen fehlen diese vieldimensionalen Begegnungen, in denen wir irritiert und überrascht werden, nachhaken und dazulernen können.

Nein – es geht keinesfalls darum, analoge und digitale Zusammenkünfte gegeneinander auszuspielen. Gleichwohl gilt es, allzu viel der digitalen Euphorie zu dämpfen und sobald wie möglich wieder Räume echter Begegnung zu schaffen

und zu pflegen. Mir jedenfalls fehlen diese Räume.

Marianne Holthaus, Suchtreferentin  
des Kreuzbund-Bundesverbandes

Literatur:

- Giammarco, Francesco: Können wir euch hören?“ Die Zeit: S. 36/37 Ausgabe 22.12.2020
- Hartung, Scholz: Universität in Coronazeiten. Die Zeit, Nr. 46, 5. Nov.

2020, S. 36/37

- <https://pohltherapie.de/behandelbare-beschwerden/kopf/augenbeschwerden.html>

<sup>1</sup> Das Eisbergmodell gehört zu den Säulen der Kommunikationstheorie und veranschaulicht die bewussten und unbewussten Inhalte zwischenmenschlicher Kommunikation.

<sup>2</sup> Diese Verfahren berücksichtigen Wechselwirkungen zwischen Körpersignalen und psychischer Befindlichkeit.

## Verbandsgebet und -Lied als Flyer

Das im Jahr 2019 von der Konferenz der Geistlichen Beiräte überarbeitete Kreuzbund-Lied zur Melodie des Chorals „Großer Gott, wir loben dich“ und das 2020 entworfene Verbandsgebet ist nun in einem hand- bzw. brieftaschentauglichen Format (DIN A6) als Faltblatt gedruckt worden. Das Titelblatt ziert ein Ausschnitt aus unserem Kreuzbund-Banner mit dem Namenszug und Brustportrait Johannes des Täufer. Im Inneren ist der Text des Kreuzbund-Liedes mit Noten und Gitarren-Akkorden dem Text des Verbandsgebetes gegenübergestellt.

Ein „Basis-Set“ mit je 50 Exemplaren ist bereits an die Geistlichen Beiräte der Diözesanverbände und des Landesverbandes zugestellt worden, damit sie es bei Gottesdiensten und Geistlichen Impulsen einsetzen können. Auf Dauer wäre es natürlich schön und begrüßenswert, wenn alle Weggefährtinnen und Weggefährten ein Exemplar dieses Flyers bei sich tragen würden, um es privat nutzen zu können bzw. um es bei gemeinsamen Veranstaltungen zur Hand zu haben. Weitere Exemplare können über die Bundesgeschäftsstelle kostenlos bezogen werden.

Lied und Gebetstext sind als pdf-Dokumente auch auf der Internetseite des Bundesverbandes (Info & Material > Downloads > Informationen für Gruppen und Mitglieder) eingestellt und können dort heruntergeladen bzw. ausgedruckt werden.

Thorsten Weßling,  
Geistlicher Beirat des Bundesverbandes



Kreuzbund-Lied	Verbandsgebet
 <p>1. Gro - ßer Gott, wir lo - ben dich, Vor dir neigt die Er - de sich</p>  <p>Herr, wir prei - sen dei - ne Stär - ke; und be - wun - dert dei - ne Wer - ke.</p>  <p>Wie du warst vor al - ler Zeit,</p>  <p>so bleibst du in E - wig - keit.</p>	<p>Guter Gott, in Jesus Christus hast du uns deine barmherzige Liebe gezeigt.</p> <p>Erfüllt von deinem Geist hat er: * Gefesselten die Befreiung verkündet; * Blinden das Augenlicht geschenkt; * Friedlose mit sich versöhnt; * Verzweifelte ermutigt und * Trauernde getröstet.</p> <p>Lass alle Weggefährtinnen und Weggefährten spüren, dass sein liebevoller Blick auch auf uns gerichtet ist.</p> <p>Erfülle uns mit deinem Geist, und lass die Früchte eines abstinents Lebens in unserer Gemeinschaft reifen: * die Freiheit von den Fesseln der Abhängigkeit; * die wiederentdeckte Lebensfreude und Zufriedenheit; * die Aussöhnung mit uns selbst, mit unserem Umfeld und mit dir.</p> <p>Wir sind dankbar für all das, was uns auf diesem Weg des gegenseitigen Nehmens und Gebens bereits geschenkt wurde, und wollen es achtsam bewahren.</p> <p>Der Schutzpatron des Kreuzbundes, Johannes der Täufer, begleite uns auf unseren Wegen.</p> <p>Darum bitten wir dich durch deinen Sohn Jesus Christus, der in der Einheit des Heiligen Geistes mit dir lebt und wirkt, heute und in Ewigkeit. Amen.</p>
<p>2 Gott, du sandtest deinen Sohn, / 3 Sende deinen Heil'gen Geist, / um die Freiheit uns zu schenken. / lass Versöhnung uns gelingen. / Mit Johannes als Patron / Weggefährten stehn bereit, / wilst du unsre Schritte lenken, / die einander Hilfe bringen. / auf den Wegen dieser Zeit / Gib dem Kreuzbund allezeit / durch das Kreuz zur Ewigkeit. / Frieden und Barmherzigkeit.</p>	
<p>T: 1. Strophe: Ignaz Franz 1768 nach dem „Te Deum“ (4. Jh.) T: 2.-3. Strophe: Konferenz der Geistlichen Beiräte, Würzburg 2018 M: Wien um 1776 / Leipzig 1819 / Heinrich Bone 1852</p>	

# Wir brauchen einen Zusammenschluss

**P**rof. Ulrich John beschäftigt sich seit vielen Jahren in der Universitätsmedizin Greifswald mit Prävention im Gesundheitsbereich – dabei geht es auch um den Alkoholkonsum, der in Deutschland seit Jahren auf einem hohen Niveau liegt. Gunhild Ahmann hat sich mit ihm darüber unterhalten, wie die Alkoholindustrie ihre Interessen gegenüber der Politik vertritt und was dagegen zu tun ist.

**WEGGEFÄHRTE:** Warum wird der hohe Alkoholkonsum in Deutschland hingenommen – trotz der hohen gesundheitlichen, sozialen und wirtschaftlichen Folgen?

**Prof. Ulrich John:** Es fehlt an Initiativen, soziale Normen von der Orientierung auf Alkoholkonsum hin zu einer Orientierung auf Gesundheit zu ändern. Die Frage lautet praktisch: Wie schafft man es, den Alkoholkonsum in der Bevölkerung zu reduzieren, also den Verbrauch von 10,7 Litern Reinalkohol pro Bundesbürgerin oder -bürger im Alter ab 15 Jahren? Wir können die Menschen motivieren, weniger Alkohol zu trinken, indem Alkoholkonsum unattraktiver gemacht wird, z.B. durch wirtschaftliche Maßnahmen wie Steuererhöhungen. Die Wissenschaft hat gezeigt, dass die Zahl der Alkoholabhängigen zurückgeht, wenn die gesamte Konsummenge der Bevölkerung sinkt. Der Pro-Kopf-Konsum ist ein entscheidender Indikator für die Zahl der Alkoholabhängigen. Das gilt aber auch für andere Krankheiten, die durch Alkoholkonsum gefördert werden, z. B. Krebs.

Wir brauchen soziale Normen in der Gesellschaft mit der klaren Aussage: Alkohol schadet deiner Gesundheit. Du solltest weniger Alkohol trinken, am besten gar keinen Alkohol, und das Rauchen beenden. Ca. zwei Drittel der Bevölkerung sind dafür scheinbar nicht zugänglich.



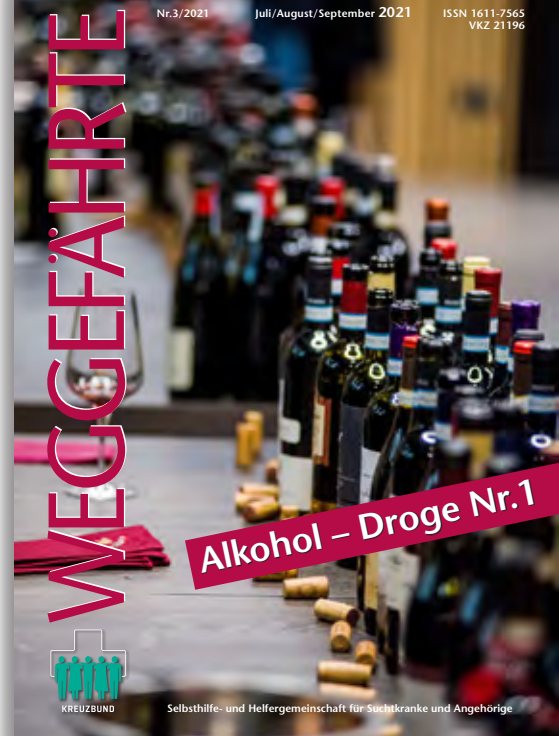
Prof. Ulrich John

Forschung hat aber gezeigt, dass auch sie zu einer Änderung ihres Verhaltens motiviert werden können.

Abstinenz von Alkohol ist grundsätzlich das Beste. Immer mehr Studien zeigen, dass die sogenannte J-Kurve nicht zutrifft. Sie besagt, dass Menschen, die wenig Alkohol trinken, gesünder seien als die Abstinenten. Dabei ist allerdings nicht berücksichtigt worden, dass unter den abstinenten Menschen u. a. viele trockene Alkoholabhängige sind, die noch eine höhere Krankheitslast mit sich tragen. Außerdem sind viele Alkoholabhängige auch starke Raucher\*innen.

**Kann mit der derzeitigen Ausrichtung der Alkoholpolitik der Konsum in der Gesamtbevölkerung reduziert werden? Was ist dafür nötig?**

Hier stehen sich zwei Wirkkräfte gegenüber: Zum einen die soziale Norm im Gesundheitsbereich mit dem Ziel, alkoholbedingte Krankheiten und Alkoholabhängigkeit zu reduzieren. Diese Norm ist in unserer Gesellschaft leider nur schwach ausgeprägt. Auf der anderen Seite steht die Norm der Produzenten, Menschen zum Alkoholkonsum zu motivieren. Dabei geht es schlicht um Gewinnmaximierung. Und das Kräfteverhältnis ist sehr ungleich verteilt: Die Produzenten versuchen sich reinzuwaschen, indem sie den genussvollen Alkoholkonsum in den Vor-



dergrund stellen und zu einem moderaten Konsum aufrufen, sie schaffen damit ein alkoholfreundliches Klima. Ein zentrales Instrument der Alkoholindustrie ist in diesem Zusammenhang die Werbung.

Wir sind einem permanenten Beeinflussungsprozess ausgesetzt durch die Alkoholwerbung – und das schon im Kindesalter. Die Botschaft, die uns jahrzehntelang in unserem Leben vermittelt wird, lautet: „Du sollst Alkohol trinken, damit Du Dich wohlfühlst“. Vor allem bei jungen Menschen wirkt Alkoholwerbung – sie definieren sich als frei und selbstbestimmt, und dazu gehört der Alkohol. Dazu kommt häufig noch der soziale Druck der Gleichaltrigen in der Clique. Die Norm der Produzenten stößt also auf offene Ohren, dagegen hat es die Norm der Gesundheit scheinbar schwerer.

Notwendig sind mehr Aktivitäten in Richtung Prävention. Deren Effekte sind nicht sofort messbar und daher schwer zu vermitteln. Die Wissenschaft zeigt aber eindeutig ihren Gewinn für die Erhöhung von Lebensqualität und -dauer. Für Präventionsarbeit sollten deutlich mehr Ressourcen zur Verfügung gestellt werden, etwa soviel wie für die Versorgung und Therapie von Suchtkranken. Die Ausrichtung der Suchtkrankenhilfe sollte verlagert werden von der starken Konzentration auf Therapie in Richtung Prävention, damit von vornherein weniger Suchterkrankungen entstehen. Langfristig werden wir durch den stärkeren Fokus auf Prävention weniger Alkoholtodesfälle zu

beklagen haben als bei der gegenwärtig weitgehenden Begrenzung unserer Kräfte auf Therapie und Nachsorge. Alkoholpolitik ist neben persönlichen Motivierungen der Menschen zur Alkoholreduktion ein unverzichtbarer Teil der Prävention. Fünf konkrete Maßnahmen benötigen wir:

- Steuer- bzw. Preiserhöhungen
- Einschränkung der Verfügbarkeit und Erhältlichkeit
- Werbung für alkoholfreies Leben, Verbot von Werbung für Alkoholkonsum
- Schutz von Dritten, z.B. von Kindern und Jugendlichen
- Verschärfung der alkoholbezogenen Regeln im Straßenverkehr

Auch Bildung ist ein wichtiger Faktor. Je höher die Bildung, desto geringer sind riskante Verhaltensweisen ausgeprägt. Menschen mit einem höheren Bildungsgrad rauchen weniger, trinken weniger Alkohol und haben seltener Übergewicht.

### **Wie groß ist der Einfluss der Alkoholindustrie auf politische Entscheidungen?**

Der Einfluss ist sehr groß. Ich kann nicht sagen, wie viele Lobbyisten der Alkoholindustrie vor den Büros der Bundestagsabgeordneten sitzen. Sie haben sehr subtile Methoden, die Politiker\*innen zu beeinflussen. Die Produzenten und Vermarkter machen sicherlich mehr als 99 Prozent des Lobbyismus zum Alkoholkonsum aus, während wir als Akteure für Gesundheit mit dem restlichen einen Prozent uns zu wenig Gehör verschaffen. Die politische Situation zeichnet sich also durch ein extremes Ungleichgewicht aus. Die Alkoholindustrie gibt viele Millionen für Werbung aus, die auch wirkt. Das Prinzip der Gewinnmaximierung funktioniert hier sehr gut. Die Stimmen, die Alkoholwerbung verbieten wollen, werden kaum gehört.

### **Wie nimmt die Alkoholindustrie Einfluss auf politische Entscheidungsträger\*innen? Wie läuft das konkret ab? Bitte nennen Sie ein Beispiel.**

Vor ca. zehn Jahren war ich Mitglied einer Arbeitsgruppe, die für die Gesundheitspolitik des Bundes definieren sollte, wie das Gesundheitsziel "Alkoholkonsum in

der Gesellschaft reduzieren" zu erreichen sei. Dazu waren Experten u. a. aus Wissenschaft und Suchtkrankenversorgung eingeladen. Die Arbeitsgruppe sollte einen Bericht erstellen mit Empfehlungen an die Bundesregierung, als Wegweiser für politische Entscheidungen. Alle beteiligten Bundesministerien waren einbezogen: Wirtschafts-, Gesundheits-, Verkehrs- und Landwirtschaftsministerium.

Im Bereich der Alkoholpolitik sind von Mitgliedern der Arbeitsgruppe Steuererhöhungen vorgeschlagen worden. Die Ministerien haben dann den Entwurf des Berichts an Vertreter der Alkoholindustrie geschickt. Die Kommentare der Alkoholindustrie schwächten das Vorhaben natürlich ab und wurden allesamt berücksichtigt. Steuererhöhungen waren einfach nicht durchsetzbar. Das zeigt wahrscheinlich auch, dass das Wirtschaftsministerium deutlich mehr Gewicht hat als das Gesundheitsministerium. So erreicht man keine Gesundheitsziele für ein besseres und längeres Leben der Bevölkerung. Empirisches Wissen wird bewusst unter den Teppich gekehrt. Die Arbeitsgruppe ist inzwischen nicht mehr aktiv, ihre Arbeit liegt brach. Wir lernen daraus, dass wir Interessen der Reduktion von Suchtkranken in der Bevölkerung selber in die Hand nehmen müssen.

### **Welche politischen Parteien sind besonders anfällig für Lobbyisten der Alkoholindustrie, welche eher weniger?**

Eine schnelle Verständigung über Maßnahmen der Konsumreduktion ist m.E. mit keiner der gegenwärtigen Parteien möglich, hier zeigt sich die Verwobenheit der Politik mit der Industrie. Bei den Grünen und Linken ist das Verständnis etwas größer. Ohne politische Arbeit kommen wir nicht weiter bei der Senkung des Alkoholkonsums. Wir müssen einerseits informieren und aufklären, und darüber hinaus brauchen wir Lobbyarbeit, um Zugang zu den Parteien zu finden und letztendlich Einfluss auf ihre Wahlprogramme nehmen zu können. Das braucht einen langen Atem.

### **Wie könnte der Einfluss der Lobbyisten eingeschränkt werden? Was könnten erste Schritte zur Veränderung sein?**

Wir müssen der Lobby der Alkoholindustrie etwas entgegensetzen. Sinnvoll wäre ähnlich wie beim „Aktionsbündnis Nicht-rauchen“ ein Zusammenschluss von Fachverbänden, insbesondere aus dem Suchtbereich und der Medizin. Der Zusammenschluss sollte eine starke Interessenvertretung für Gesundheit bilden. Wir brauchen Lobbyarbeit gegen die Lobbyarbeit der Alkoholindustrie. Dazu benötigen wir eine Professionalisierung. Damit meine ich, dass wir uns eine Struktur schaffen, z. B. mit einem eingetragenen Verein und Personal, am besten mit einer Geschäftsstelle. Sie kann die Kompetenzen und Kräfte bündeln, Initiativen organisieren und sich in die politische Arbeit einmischen.

### **Ändert sich die Ausrichtung der Alkoholpolitik durch die Corona-Krise?**

Die Corona-Krise bringt uns tatsächlich etwas weiter, denn plötzlich wird auf die Wissenschaft gehört. Inzwischen wird von über 89.000 Menschen berichtet, die an oder mit Corona gestorben sind. Die Zahl der Menschen, die allein in einem Jahr an den Folgen ihres Alkoholkonsums sterben, ist mindestens so hoch. Die bisherige Schätzung von jährlich 74.000 alkoholbedingten Todesfällen liegt wahrscheinlich zu niedrig. Das lassen neuere Befunde von Untersuchungen zu Todesfällen vermuten.

Jedenfalls ist es während der Corona-Krise gelungen, dass Wissenschaft gehört wurde und starke Einschränkungen und Eingriffe in die Grundrechte akzeptiert wurden. Das macht Hoffnung, dass die Politik sich auch in Zukunft stärker für klar definierte und teilweise unbeliebte Gesundheitsziele einsetzt.

### **Weitere Informationen:**

Prof. Ulrich John  
Abteilung für Präventionsforschung  
und Sozialmedizin  
Institut für Community Medicine  
Universitätsklinikum Greifswald  
Tel. 03834 / 867720  
E-Mail:  
ulrich.john@med.uni-greifswald.de

IM BLICKPUNKT

# Alkohol darf kein Muss sein

**G**emeinschaftlicher Alkoholkonsum ist Teil des Brauchtums und festigt soziale Kontakte. Ist diese Auffassung noch fest in unserer Gesellschaft verankert? Oder ist sie veraltet und sollte überwunden werden? Es gibt Formulierungen, die bedenklich stimmen, z.B. „Alkohol gehört beim Feiern einfach dazu“. Das wird dann problematisch, wenn ohne Alkohol etwas fehlt. Er sollte nicht zwingender Bestandteil von Veranstaltungen sein, so Dr. Peter Raiser, stellvertretender Geschäftsführer der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen (DHS). Gunhild Ahmann hat sich mit ihm über Alkoholpolitik unterhalten.



Dr. Peter Raiser

**WEGGEFÄHRTE:** *Warum wird der hohe Alkoholkonsum hingegenommen, obwohl er große gesundheitliche, soziale und ökonomische Schäden verursacht?*

**Dr. Peter Raiser:** Bezüglich der Schäden hat die Gesellschaft einen blinden Fleck. Das hängt v.a. damit zusammen, dass die Folgen des Alkoholkonsums häufig erst nach einem längeren Zeitraum entstehen. Die physische und psychische Abhängigkeit sowie gesundheitliche und soziale Probleme entwickeln sich meist langsam, sind zunächst nicht so offensichtlich, werden häufig nicht wahrgenommen oder nicht mit dem Alkoholkonsum in Verbindung gebracht. Auf gesellschaftlicher Ebene ist es ähnlich: Der Zusammenhang zwischen missbräuchlichem Alkoholkonsum und den sozialen Schäden wie Kriminalität und Arbeits- und Verkehrsunfälle wird häufig übersehen. Von daher gibt es oberflächlich gesehen keinen Grund, den Konsum einzuschränken.

**Welche Institutionen warnen vor den Risiken des Alkoholkonsums und welche verarmen sie? Warum sind die Maßnahmen gegen den Alkoholkonsum so zögerlich?**

Die DHS und ihre Mitgliedsverbände, die Wohlfahrtsverbände und die Sucht-Selbst-

hilfeverbände machen regelmäßig auf die Folgen des hohen Alkoholkonsums aufmerksam und formulieren auch entsprechende Forderungen. Auch die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) und die Präventionsfachstellen auf Landesebene warnen vor den Risiken.

Auf der anderen Seite stehen alle, die mit der Produktion und dem Verkauf von Alkohol zu tun haben, also Hersteller, Handel, Werbetreibende. Sie möchten natürlich verhindern, dass weniger getrunken wird, denn sie wollen ihre Produkte verkaufen. In der Alkoholindustrie herrscht die Meinung vor: Wir brauchen keine Verbote, sondern Aufklärung. Dabei führen solche Aussagen schon absichtlich in die Irre. Denn von Alkohol- oder Konsumverboten ist in der Prävention gar keine Rede.

Die Gesellschaft blendet die Folgen des hohen Alkoholkonsums aus, wir wollen das Thema nicht angehen, denn wir lassen uns nicht gern etwas verbieten. Die meisten Menschen wünschen sich keine Beschränkungen, das sind immer unbeliebte Maßnahmen. Deswegen ist auch in der Politik die Bereitschaft gering, auf diesem Gebiet aktiv zu werden. In den politischen Parteien war sehr lange kein Wille erkennbar, eine effektive alkoholpolitische Strategie zu entwickeln. Die Grünen schieben aber zumindest offen für die Diskussion. Und auch die großen Volksparteien zeigen mittlerweile ein gewisses Verständnis für die Situation.

**Welche Maßnahmen wirken gegen den hohen Alkoholkonsum? Was sind die alkoholpolitischen Forderungen der DHS?**

Alkohol ist selbstverständlich in unserer Gesellschaft, problematisch ist der Alkoholkonsum in der Breite, erkennbar an dem hohen Durchschnittskonsum. Deswegen fordern wir Maßnahmen, die den Konsum insgesamt reduzieren und damit gleichzeitig die Folgeschäden und die Folgekosten.

Es gibt zwei Ansatzmöglichkeiten: Die Verhaltensprävention zielt auf das Verhalten der einzelnen Person ab, sie soll über die Risiken des Alkoholkonsums informiert und aufgeklärt werden. Die Aufklärungsmaßnahmen richten sich direkt an die Person und sollen ein bewusstes und verantwortungsvolles Konsumverhalten herbeiführen.

Die Verhaltensprävention sollte durch die Verhältnisprävention ergänzt werden. Wir sind der Meinung, wir brauchen sowohl Aufklärung als auch Maßnahmen, die einen Rahmen setzen für die Herstellung, die Werbung und den Verkauf von Alkohol. Dadurch werden die Konsumbedingungen reguliert. Konkrete Maßnahmen sind z.B. die Einschränkung bzw. das Verbot von Alkoholwerbung, die Preispolitik und Besteuerung sowie die Verfügbarkeit. Die Schäden könnten schon allein dadurch begrenzt werden, dass Alkohol nicht rund um die Uhr verkauft würde. Die Wirksamkeit dieser Maßnahmen ist wissenschaftlich erwiesen.

**Was halten Sie von Alkoholverboten?**

Grundsätzliche Alkoholverbote sind nicht sinnvoll, weil sie mit dem Konsum verbundene Folgeschäden nicht reduzieren. So ist z.B. die Prohibition in den USA von 1920 bis 1933 gescheitert: Sie führte zur heimlichen Produktion von hochprozentigem Alkohol, es entstanden illegale Märkte. Das bringt zusätzliche Risiken für die Gesundheit mit sich und eine erhöhte Kriminalität. In erster Linie profitierten Gangster und Schmuggler, die die illegale



le Alkoholversorgung der Bevölkerung sicherstellten. Korruption und Schwarzmarkt blühten.

Punktuelle Alkoholverbote an bestimmten Orten oder in bestimmten Situationen können aber durchaus den Konsum und die Folgeschäden reduzieren, z.B. in Bus und Bahn, am Arbeitsplatz, im Straßenverkehr oder im Umgang mit Kindern.

In einigen Städten gibt es Modellversuche, den Alkoholkonsum an bestimmten öffentlichen Plätzen zu verbieten. Solche Maßnahmen sollten möglich sein, es hat sich gezeigt, dass sie funktionieren können.

**In welchen Ländern gibt es eine vorbildliche Alkoholpolitik?**

In den skandinavischen Ländern ist die Verhältnisprävention stark ausgebaut, d.h. sie greifen mit strengeren Regeln in den Markt ein. Der extreme Alkoholkonsum auf den Fähren zwischen Deutsch-

land und Skandinavien ist übrigens nicht aussagekräftig für den Durchschnittskonsum in den nordischen Ländern.

Auch in den USA und Großbritannien ist die Verhältnisprävention übrigens stärker ausgeprägt als in Deutschland. In den USA ist man der Auffassung, dass die Freiheiten des einzelnen gegenüber der gesamtgesellschaftlichen Aufgabe der Gesundheitsprävention an Gewicht verlieren. Es gilt ein einheitliches Alkoholverkaufsverbot für junge Menschen unter 21, und die Verfügbarkeit ist streng kontrolliert. Demzufolge sind auch der gesamtgesellschaftliche Pro-Kopf-Konsum und dessen Folgen niedriger als in Deutschland.

**Wie hat sich der Alkoholkonsum in der Corona-Krise entwickelt?**

Durch die Schließung der Gastronomie und den Wegfall von Feierlichkeiten gibt es weniger Gelegenheiten auswärts zu trinken, gleichzeitig wird aber im häuslichen Bereich mehr getrunken. Die Grün-

de im privaten Bereich zu trinken sind häufig andere als in geselligen Runden. Der Konsum zu Hause ist oft problembehaftet, wenn er z.B. dem Stressabbau, der Entspannung oder der Überwindung von Einsamkeitsgefühlen dient. Entscheidend ist also, ob der Alkoholkonsum eine Funktion übernimmt.

Insgesamt haben wir aber noch zu wenig Kenntnisse und zu wenig verlässliche Daten, um den Einfluss der Corona-Krise auf den Alkoholkonsum richtig einschätzen zu können.

**Weitere Informationen:**

Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V. (DHS)  
 Dr. Peter Raiser  
 Westenwall 4, 59065 Hamm  
 Tel. 02381 / 9015-0, Fax 02381 / 9015-30  
 E-Mail: info@dhs.de  
 Internet: www.dhs.de



# Antiken Trinkgewohnheiten auf der Spur

Seit mehreren Jahren bieten auf Initiative von Brigitte Klute die Drogenhilfe der Stadt Münster und das Archäologische Museum der Universität Münster Veranstaltungen an, die das Trinkverhalten der Antike mit dem heutigen vergleichen, und zwar auf unterhaltsame Art. Dabei wird im Rahmen von Suchtprävention der Alkohol nicht verurteilt, sondern es soll zu einem verantwortungsvollen Umgang mit Alkohol angeregt werden. Der Archäologe Dr. Helge Nieswandt engagiert sich in seiner Freizeit im Karneval und kämpft auch dabei gegen das Bild des „sauftenden Brauchtumpflegers“. Gunhild Ahmann hat sich mit ihm über Alkohol im Altertum unterhalten.

**WEGGEFÄHRTE:** War Alkohol von Anfang an ein Mittel zum Rausch oder wurde er



Dr. Helge Nieswandt

**überwiegend bei rituellen Kulthandlungen getrunken?**

**Dr. Helge Nieswandt:** Wein ist wahrscheinlich durch Zufall entdeckt worden, also durch Beobachtung von Gärung

überreifer Früchte und deren berauschender Wirkung. Die Menschen haben dann versucht, diesen Prozess zu imitieren, z.B. durch den Zusatz von Zucker oder Hefepilzen.

Der Konsum von Wein ist schon von den Griechen mythologisch verklärt worden, Dionysos, der Gott des Weines, gehörte zu ihren zentralen Göttern. Er war übrigens gleichzeitig auch der Theatergott. Der Konsum von Alkohol spielte von Anfang an im Kult eine große Rolle und außerdem in der Heilkunst, man ging damals davon aus, dass Alkohol eine heilsame Wirkung hat, wenn er dosiert angewendet wird. Der griechische Begriff „Enthusiasmos“ wurde damals anders verwendet und bedeutet wörtlich „Den Göttern nahe sein“ – und die Annäherung an Gott sollte erreicht werden durch den dosierten Konsum von Alko-

hol bei rituellen Kulthandlungen. Das zeremonielle Trinken stand im Vordergrund, nicht das Rauschtrinken.

Der Rausch und seine negativen Folgen waren unter diesen Umständen nicht beabsichtigt, wurden aber hingenommen – daran hat sich bis heute kaum etwas geändert. Der Alkoholkonsum wurde aber schon damals von zwei Seiten betrachtet, es galt jedenfalls als unschicklich, betrunken zu sein. Die Empfehlung lautete: Nichts im Übermaß!

Dass sich die Funktionen des Alkoholkonsums im Laufe der Zeit änderten, wird auch an den verschiedenen Trinkgefäßen deutlich: Es gibt flache Trinkschalen, Trinkbecher und Trinkhörner, die man gar nicht abstellen kann, d.h. man trinkt sie schneller aus.

**Welche Trinksitten gab es bei den verschiedenen Völkern in unterschiedlichen Regionen, z.B. bei den Griechen und Römern?**

Die Trinksitten der Griechen und Römer unterscheiden

sich nicht gravierend. Zunächst wurde Alkohol auf eine zeremonielle Art konsumiert, z.B. auch von Priestern, v.a. bei den Griechen lief das sehr zeremoniell ab.

Darüber hinaus gehörte Alkohol zum Genuss beim Tafeln dazu. Ess- und Trinkgenüsse waren fester Bestandteil des Tafelluxus, Wein war ein Statussymbol, der auf Wohlstand hinwies. Wenn jemand wohlgenährt war, galt das lange Zeit als Zeichen des Reichtums und wies ihm einen entsprechenden Platz in der Sozialhierarchie zu.

Außerdem diente Alkoholkonsum zur Gemeinschaftsförderung, z.B. auf den Symposien. Hier versammelten sich freie Bürger in privater Atmosphäre, um über

politische Themen zu diskutieren und Beschlüsse zu fassen. Gemeinsamer Alkoholkonsum diente dem Aufbau und der Festigung sozialer Kontakte, der gemeinschaftliche Genuss hatte eine verbindende Wirkung. Der Rausch war dabei gar nicht beabsichtigt, ließ sich aber kaum vermeiden. In Persien war das eine Zeit lang so geregelt, dass man sich am nächsten Morgen gleich nochmal getroffen hat, um möglicherweise die Beschlüsse, die unter Alkoholeinfluss gefasst wurden, direkt wieder revidieren zu können.

Aus klimatischen Gründen wurde in den nordischen Ländern statt Wein Honigmet getrunken, wir wissen aber relativ wenig über die Trinksitten im Norden, weil es kaum Schriftquellen darüber gibt.

**Wann gab es die ersten Alkoholexzesse? Und welche Auswirkungen hatten sie?**

Alkoholkonsum ist eine lang eingeübte Tradition, die von Anfang an auch mit negativen Konsequenzen verbunden war. Ein großer Zecher war schon Alex-

ander der Große, er neigte zu Alkoholexzessen, er veranstaltete Wetttrinken, und es ist überliefert, dass er häufig die Kontrolle verloren hat und im Suff jähzornig wurde. Er hat in diesem Zustand sogar mal jemanden ermordet. Manchmal hat er nach den Alkoholgien mehrere Tage im Koma gelegen. Heute können wir vermuten, dass er Alkohol brauchte, um den großen Druck auf ihn, den genialen Feldherrn, zu verarbeiten. Er ist vermutlich auch an den Spätfolgen seiner übermäßigen Alkoholkonsums gestorben. Grundsätzlich sind solche Auswüchse schon in der Antike kritisiert worden, aber im Umfeld von Alexander dem Großen hat sich dazu natürlich niemand getraut Kritik zu üben.

In Anekdoten wird auch über die Schandtaten jugendlicher Banden nach exzessivem Alkoholgenuss berichtet. Die Gerichte konnten z.B. für Vandalismus hohe Strafen verhängen. Diese Auswüchse hat man aber in Kauf genommen, denn die Funktion des Alkohols, die Gemeinschaft zu festigen und die sozialen Bindungen zu vertiefen, war vorrangiger.

**Haben Frauen auch Alkohol getrunken? Und wie hat die antike Gesellschaft das gesehen?**

Grundsätzlich hatten Frauen eine andere Stellung in der Antike, im Prinzip galten sie gar nicht als juristisch eigenständige Personen. Bei den Symposien waren sie gar nicht zugelassen, nur die sogenannten Hetären, vergleichbar mit den japanischen Geishas: Sie waren belesen, musisch und akrobatisch geschult. In Situationen des übermäßigen Alkoholkonsums konnten sie sich auch wie Prostituierte verhalten.

Die Hetären waren neben den Ammen die einzigen berufstätigen Frauen, die im 4. Jahrhundert als typische Trinkrinnen verballhornt wurden, weil viele



IM BLICKPUNKT

von ihnen wegen ihrer verblassenden Schönheit und ihres zunehmenden Alters ihrer Tätigkeit nicht mehr nachgehen konnten und dann aus Frust zum Alkohol griffen.

**Wann sind die Risiken des Alkohols erkannt und angesprochen worden?**

Die gesundheitsschädigende Wirkung von Alkohol blieb lange unerkant, sie konnte erst durch den medizinischen Fortschritt entdeckt und bewiesen werden. In der Antike kommt allerdings noch die niedrige Lebenserwartung dazu: Das Durchschnittsalter lag bei ungefähr 40 Jahren. Und die schädlichen Folgen eines missbräuchlichen Alkoholkonsums zeigen sich häufig erst nach langjährigem Konsum im höheren Lebensalter.

Auch die Tatsache, dass übermäßiger Alkoholkonsum zur Abhängigkeit führen

kann, ist lange Zeit nicht erkannt worden. Gleichwohl gab es schon in der griechischen und römischen Gesellschaft einen Zwiespalt: Alkoholkonsum nahm eine wichtige Stellung ein in der Zeremonie des Menüs und wurde als alte Tradition gepflegt. Auf der anderen Seite war der Gesellschaft durchaus bewusst, welche fatalen Folgen Alkoholexzesse haben können.

Immerhin gab es schon im 4. Jahrhundert v. Chr. eine philosophische Bewegung, die die Askese predigte und das Zechen und Prassen mit Lebensmitteln verbot. Das ging sogar so weit, dass Fleischopfer verboten wurden. Allerdings wurde dem Wein hohe medizinische Wirkung zugesagt, so dass Schriftsteller Plutarch im 2. Jh. n. Chr. Wein als angenehmste Medizin bezeichnete.

Bis in die Neuzeit war Bier ein Lebensmittel und Heilmittel, ein kalorienreicher Durst-

löscher und ein Arzneimittel bei Fieber und Infektionen. Bier galt lange Zeit als gesund und war auch definitiv gesünder als das verseuchte Trinkwasser. Wie wichtig Bier als Lebensmittel war, zeigt sich auch daran, dass die örtlichen Bürgermeister die Braugerätschaften verliehen haben.

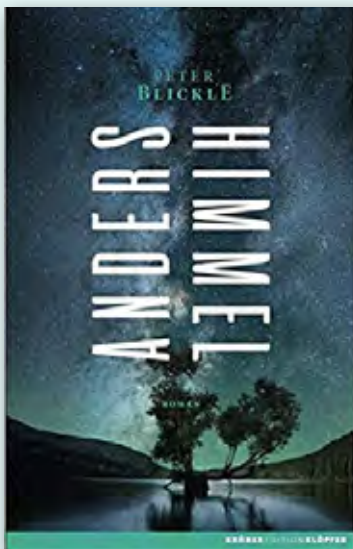
Auch in der katholischen Kirche gab es einen Richtungsstreit, nicht zuletzt, weil in vielen Klöstern Bier gebraut wurde.

**Weitere Informationen:**

Dr. H.- Helge Nieswandt  
Kustos des Archäologischen Museums der Westfälischen Wilhelms-Universität Münster  
Domplatz 20-22, 48143 Münster  
Tel. 0251 / 83 25 412  
Fax 0251 / 83 25 422  
E-Mail: hnieswan@uni-muenster.de



B U C H T I P P



Peter Blicke

**Andershimmel**

320 Seiten, 24 €  
ISBN: 978-3-520-75101-0  
Alfred Kröner Verlag, Stuttgart 2021

**Zum Buch:**

Aufwühlend und intensiv erzählt Peter Blicke vom Aufwachsen eines Zwillingspaars in einer streng pietistischen Gemeinde im Oberschwäbischen. Während der junge Mann früh seiner Herkunft entflieht und in den USA eine akademische Karriere ergreift, bleibt die Schwester in der Enge ihrer religiösen Gemeinde zurück. Erst als sie im Erwachsenenalter in die Psychiatrie kommt, treffen sich die Geschwister wieder – und es beginnt eine Spurensuche nach der gemeinsamen Vergangenheit. Es geht um ihr Ringen nach Liebe und Verbundenheit, ihre Sehnsucht nach Erlösung, aber auch ihre Befreiung aus der religiösen Umklammerung und zwei Wege aus der Enge ihrer Kindheit und Jugend. Der anrührende, poetisch-sensible Roman von starker erzählerischer Kraft erinnert an Deborah Feldmans „Unorthodox“. Er kann eine Grundlage für Diskussionen über Jugend und Identität-

tätsfindung im religiösen Kontext sein.

Es ist ein Roman über das Andere in uns – das andere Geschlecht, die anderen Heimaten, die anderen Religionen, die anderen Himmel. Welten prallen aufeinander – christliche und muslimische, amerikanische und deutsche, pietistische und weltliche, wissenschaftliche und spiritistische.

**Zum Autor:**

Peter Blicke, 1961 in Ravensburg geboren, aufgewachsen im oberschwäbischen Wilhelmsdorf, studierte Medizin, Alt Sprachen und Germanistik. Er ist Professor emeritus für deutschsprachige Literatur und Gender and Women's Studies an der Western Michigan University in Kalamazoo/USA. Ausgezeichnet mit zahlreichen Preisen und als Mitglied von PEN International veröffentlichte er 2014 den Roman „Die Grammatik der Männer“.

# Josef Neumann – ein Aktivist im Zeichen seiner Zeit

Von Marianne Holthaus

Josef Neumann, Begründer des Kreuzbündnisses, hat in einer Zeit gelebt (1856 – 1912), die als die sogenannte zweite Anti-Alkoholbewegung in die Geschichte eingegangen ist. Dieser Text versucht – selbstverständlich ohne Anspruch auf Vollständigkeit – Neumanns Leben in zeitliche Bezüge zu stellen und seine Bedeutung für diese Bewegung nachzuzeichnen. Etliche der Forderungen der damaligen Abstinenzbewegung muten hinsichtlich der wissenschaftlich erwiesenen Wirksamkeit von verhältnispräventiven Maßnahmen erstaunlich aktuell an.

Deshalb lohnt es sich, in dieser Ausgabe des WEGGEFÄHRTE, in der wir den Alkoholkonsum in seinen gesellschaftlich-kulturellen Zusammenhängen beleuchten, auch kurz einen Blick in die Geschichte werfen: Nicht zuletzt auch, weil wir in diesem Jahr das 125-jährige Jubiläum des Kreuzbundes begehen.

Etwa zum Zeitpunkt der Gründung des Deutschen Kaiserreichs 1871 war eine (zweite) Anti-Alkoholbewegung entstanden. Aus dem Agrarland Deutschland hatte sich eine moderne Industrienation entwickelt. Das Arbeitsleben stellte neue Anforderungen an die Lebensweise der Menschen. Das teils sehr ungezügelte Trinkverhalten aus der vorindustriellen Zeit ließ sich mit den bürgerlichen Idealen der kontrollierten Lebensführung nicht mehr vereinbaren. Das Trinkverhalten geriet zunehmend in den Fokus bürgerlicher Kritik.

1883 wurde von einer Gruppe bürgerlicher, weltanschaulich und konfessionell unterschiedlich geprägter Sozialreformer der „Deutscher Verein gegen den Missbrauch geistiger Getränke (DVMG)“ gegründet. Die Absicht des Vereins war nicht, den einzelnen Alkoholiker zu „therapieren“ oder durch „Gelübde“ vom Alkoholkonsum abzuhalten. Es ging dem



DVMG darum, durch verschiedene Maßnahmen auf die Rahmenbedingungen zur Abwehr der Alkoholgefahren einzuwirken, z.B. mit repressiven Gesetzesinitiativen, mit einer Förderung von alkoholfreien Trinkhallen und Kaffeehäusern, durch kürzere Öffnungszeiten der Alkoholschank- und Verkaufsstätten sowie Trinkverbote bei der Arbeit, durch Vorsorge und eine Förderung der Alkoholforschung sowie mithilfe einer lebhaften publizistischen Tätigkeit (Plakate, Flugblätter, Postkarten u.a. in Millionenaufgaben). Auf regionaler Ebene konnte der „Deutscher Verein gegen den Missbrauch geistiger Getränke“ durchaus Erfolge verbuchen. Auf nationaler Ebene blieb die Einflussnahme begrenzt.

Vertreter der sozialistischen Anti-Alkohol-Bewegung hielten sich aufgrund weltanschaulicher Differenzen von der bürgerlich geprägten Abstinenzbewegung fern: Enthaltensamkeit von Alkohol sollte den Klassenkampf unterstützen und die Befreiung der Arbeiterschaft von

der kapitalistischen Gesellschaft ermöglichen. Schließlich sei die Ursache übermäßigen Trinkens vor allem in den ungerechten gesellschaftlichen Verhältnissen zu finden. Die Motive der bürgerlichen Bewegung waren jedoch gerade in der Abmilderung des Klassenkampfes begründet. Den Vertretern des „Deutschen Vereins gegen den Missbrauch geistiger Getränke“ lag das Wohl der Arbeiterklasse und eine Verbesserung ihres Lebensstandards sehr wohl am Herzen. Jedoch sei Alkoholkonsum keine Privatsache, weil das Trinkverhalten des neu entstandenen Industrieproletariats letztlich die Arbeitsleistung und damit die wirtschaftliche Konkurrenzfähigkeit in Deutschland verringere. Vor allem staatliche Maßnahmen seien dazu geeignet, den Alkoholkonsum in der Arbeiterschaft einzuschränken.

Es gehörte zum guten Ton, innerhalb der Bürgerschaft dem „Deutschen Verein gegen den Missbrauch geistiger Getränke“ anzugehören. Bald stellte er den wichtigsten bürgerlichen Mäßigkeitsverein im deutschen Kaiserreich dar. Die Mitglieder des Vereins gehörten überwiegend den höher- und höchstgestellten Schichten an: gebildete Unternehmer, Beamte, Juristen, Ärzte, Theologen, aber auch Geschäftsleute und Handwerker. Der Beitritt wurde sicherlich auch dadurch erleichtert, dass die persönliche Abstinenz keine Voraussetzung für die Mitgliedschaft war. Lediglich den Missbrauch galt es zu bekämpfen.

Auch der Priester Josef Neumann war Mitglied im DVMG. Er kannte die Sucht aus seiner eigenen Familie. Sein Bruder verstarb an den Folgen seiner Alkoholsucht. „Dieser eine Fall mit all den Bemühungen in den Geschäften, Vormundschaftsgericht, Irrenanstalt usw. war gut als Einführung für die Seelsorge in der schnapsdurchsuchten Arbeiterbevölkerung“.

Im Gründungsjahr des „Deutschen Vereins gegen den Missbrauch geistiger Getränke“ war Neumann 27 Jahre alt. Später wurde er Vorstandsmitglied des Vereins. Man darf vermuten, dass sich Neumann durchaus entmutigt dem DVMG zugewandt hat. Mit recht wenig Erfolg hatte er immer wieder versucht, auf den Generalversammlungen der Katholiken (den späteren Katholikentagen) den massiven Alkoholmissbrauch in Deutschland auf die Tagesordnung zu setzen. Die Haltung der katholischen Kirche gegenüber der frühen Mäßigkeits- und Abstinenzbewegung in Deutschland war jedoch recht zögerlich-ambivalent: Schließlich war die Herstellung und der Vertrieb von Wein, Bier und Schnaps eine der Haupteinnahmequellen der katholischen Orden.

Während der „Deutsche Verein gegen den Missbrauch geistiger Getränke“ für Mäßigkeit eintrat, entstanden in den Folgejahren viele weitere Vereine, die für völlige Abstinenz standen, u.a. der protestantische Blaukreuz-Verein (1885), der Deutsche Guttempler-Orden (1889) und die Heilsarmee (1891).

Auf dem Katholikentag 1895 in Aachen forderte Pfarrer Neumann mit dem Geschäftsführer des „Deutschen Vereins

gegen den Missbrauch geistiger Getränke“, dem Arzt Dr. Wilhelm Bode, eine planmäßige Abwehrarbeit der deutschen Katholiken gegen den Alkoholismus. Besonders die Familien von Alkoholikern sollten unterstützt werden. So entstand – nach vielen Widerständen seitens der Kirchenbehörden – der „Katholische Verein gegen den Missbrauch geistiger Getränke“, der sich 1896 „Katholisches Kreuzbündnis“ nannte und ein Mäßigkeitsverband war. Kreuzbündnis – dieser Name wurde von Neumann bewusst gewählt, als Ergänzung zu Ligue de la Croix, Croix blanche, League of the cross, Kruisverbond. Der Wunsch Neumanns, dass sich die Kreuzvereine der verschiedenen Länder irgendwann zu einem großen internationalen Bund zusammenschließen würde, wurde nicht in die Tat umgesetzt.

1897 wird der sogenannte „Volkshausfreund – gegen den Alkoholismus und für Gesundheitspflege“ herausgegeben, ein „Verbands-, Informations- und Aufklärungsblatt“ des Kreuzbündnisses. Er erschien zunächst mit einer Auflage von 274.000, ein Jahr später mit 487.000. Das vier Seiten starke Monatsblatt kostete als Jahresabonnement 50 Pfennige frei Haus. Ab 1899 erschien auch eine polnische Ausgabe.

Am 9. November 1897 gründete der Priester Lorenz Werthmann, ermutigt durch katholische Sozialpolitiker, in Köln den "Charitasverband für das katholische Deutschland". Motiv der Gründung war es, die katholische soziale Arbeit, die zu zersplittern drohte, zu bündeln und politisch wirksam zu machen. Der neue Verband engagierte sich auf vielen Gebieten sozialer Not, u.a. für Seeleute, "Tippelbrüder" und Trinker.

Ein Jahr zuvor wurde auf dem 1. Caritastag in Schwäbisch-Gmünd auf Anregung Josef Neumanns ein „Zentralkomitee zur Errichtung katholischer Trinker-Heilanstalten“ gegründet. Allerdings gab es in Kirche und Caritas auch genügend Kleriker, die die Fürsorgearbeit für Trinker nicht zu den kirchlichen oder karitativen Aufgaben zählten. Neumann wird nicht wenigen als Sonderling gegolten haben. So wurde er von einem Priesterkollegen konfrontiert: „Neumann, es tut mir leid, dass du dein Leben für eine Utopie vergeudest“. Von Neumann war auf dem 1. Caritastag zu hören: „Wenn unserer Frage nicht mehr Zeit gewidmet wird, ist und bleibt die Alkoholfrage ein Stiefkind des Caritasverbandes“. Neumann vertrat seine

IM BLICKPUNKT



Das Kamillus-Haus in Essen-Heidhausen

Anliegen auf allen Katholiken- und Caritastagen und beklagte, dass die Mehrheit des Klerus über den Alkoholismus nicht aufgeklärt sei. Ihm war die Bedeutung gesellschaftspolitischer Maßnahmen im Kampf gegen den Alkohol bewusst, er legte großen Wert auf Vorsorge. Darüber hinaus war ihm die Schaffung von Trinkerheilstätten ein Herzensanliegen. Allerdings gab es auch auf dem 2. Caritastag 1898 in Köln keine Empfehlung seitens des Zentralkomitees zur Errichtung von Trinkerheilstätten.

Die Frage, ob dem „Alkoholproblem der Gesellschaft“ mit Abstinenz oder Mäßigkeit beizukommen sei, polarisierte die Anti-Alkohol-Bewegung enorm. Die Ringkämpfe wurden zwischen und innerhalb der Verbände – zum Teil mit größter Verbissenheit – geführt. Auf dem „Internationalen Kongress gegen den Alkoholismus“ in Bremen im Jahre 1903 erreichte der Konflikt zwischen den Vertretern der Mäßigkeitsbewegung und der Abstinenzbewegung einen Höhepunkt: Es kam zu wüsten Beleidigungen und Schlägereien der Parteien.

Zwischen 1888 und 1918 entwickelte sich zunehmend ein wissenschaftliches Verständnis von Sucht und ihren gesundheitlichen und sozialen Folgen. Religiös-moralisierende Schuldzuweisungen, wonach Alkoholiker minderwertig und lasterhaft seien, traten zugunsten einer medizinischen Sichtweise zurück. Danach wurde die Alkoholsucht als fortschreitende Krankheit definiert, aus der es für den Alkoholiker kein Entrinnen gibt – es sei denn, durch konsequente Abstinenz.

Diese Entwicklungen stellten die Argumente der Anti-Alkohol-Bewegung auf ein rational abgesichertes Fundament und wurden von ihren Verbänden, so auch dem Kreuzbund, entsprechend vertreten.

Allerdings entwickelte sich im Zuge zunehmender Verwissenschaftlichung um 1900 auch erstmals die sogenannte „Degenerationstheorie“, die besagte, dass der Alkohol das Erbgut schädige und

somit die Chancen der deutschen Rasse im evolutionären Kampf um das Dasein schmälere. Diese Theorie fand mit der Zunahme völkisch-nationalistischen Gedankenguts in der Weimarer Republik und später während der Zeit des Nationalsozialismus vermehrt Anhänger.

1904 wurden in der ersten Satzung des Kreuzbündnisses u.a. folgende Ziele benannt: die Trinkerrettung und –fürsorge, die Unterstützung von Heilanstalten für beide Geschlechter sowie die Aufklärung über die Gefahren und Schäden des Alkoholmissbrauchs.

In den Jahren zwischen 1901 und 1908 – in dieser Zeit war Neumann Pfarrer in einem Ort bei Jülich – gründeten Neumann und seine Mitstreiter zahlreiche Initiativen und Trinkerheilstätten:

- den Priesterabstinenten-Bund
- die erste katholische Trinkerheilstätte St. Kamillus-Haus in Essen-Heidhausen; die Gründung erfolgte mit Hilfe der aus Holland stammenden Kamillianer, die sich gemeinsam mit Neumann um den Aufbau von Gruppen bemühten. Das Kamillushaus wurde der Zentralsitz des Kreuzbündnisses.
- das St. Anna-Haus als erste katholische Trinkerheilanstalt für Frauen in Mündt. Hier blieb Neumann zeitlebens Präses und hatte ein Mitspracherecht bei der Belegung.
- die Katholische Trinkerheilstättenarbeit mit ihren Heilstätten in Nassau, Michowitz und Leutesdorf
- Es entstanden mit dem sogenannten „Schutzengelbund“ Kindergruppen, die zur Abstinenz hinführen sollten.
- Der neu gegründete Zusammenschluss der Frauen im Kreuzbündnis nannte sich Anna-Bund.

1905 wurde in Hamburg der Verein abstinenter Katholiken gegründet, dem rund 400 frühere Guttempler beitraten. Als Katholiken war es ihnen durch ein päpstliches Edikt verboten worden, weiterhin dem Guttempler-Orden anzugehören. 100 weitere ehemalige Guttempler hatten sich direkt dem Kreuzbündnis um Neumann angeschlossen. Vier Jahre

später schloss sich der Verein abstinenter Katholiken dem Kreuzbündnis an. Dieser Prozess hatte die Abstinenzbefürworter in der katholischen Bewegung befeuert: Auf einer Generalversammlung des Kreuzbündnisses 1908 wurde der Beschluss gefasst, nur noch Abstinente aufzunehmen.

Zwischen den Jahren 1909 und 1912, dem Todesjahr Neumanns, stieg die Mitgliederzahl des Kreuzbündnisses von ca. 5.500 auf ca. 48.500 Mitglieder! Dieser rasante Anstieg wird auf die aufsehenerregenden öffentlichen Auftritte des Franziskaner-Pater und Kreuzbund-Mitgliedes Elpidius Weiergans zurückgeführt sowie auch auf das Bekenntnis des Verbandes zur Vollabstinenz.

Josef Neumann trat 1909 dem Dominikaner-Orden bei. Von manchen Zeitgenossen wurde dieser Beitritt als übereilt empfunden: Neumann wollte sich – so die Deutung – nicht mehr im erbitterten Streit zwischen den Mäßigkeitsvertretern und den Abstinenzbefürwortern aufreiben. Sein Nachfolger für die nächsten vier Jahre wurde der Sanitätsrat Dr. Schmüderrich, erster Nicht-Kleriker, ehemaliger Guttempler und bereits seit über zehn Jahren einer der engsten Mitarbeiter Neumanns. Am 12. Mai 1912 verstarb Pater Neumann im Alter von nur 56 Jahren.

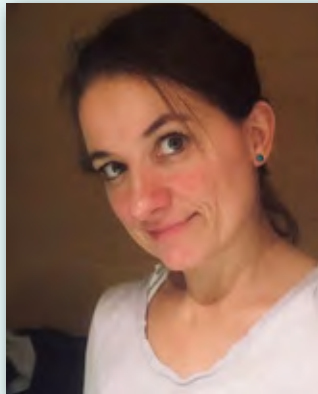
Die zweite deutsche Anti-Alkohol-Bewegung erreichte vor Ausbruch des Ersten Weltkrieges ihren Höhepunkt: Ca. 400.000 Mitglieder in ca. 70 Organisationen repräsentierten die Abstinenzbewegung – eine Zahl, die seitdem nicht wieder erreicht wurde. Fast jede Berufsgruppe hatte ihren eigenen Abstinenz-Verband gegründet: Kaufleute, Eisenbahner, Schüler, Studenten, Arbeiter, Pfarrer, Juristen, Lehrer, Ärzte Postbeamte u.a.. Immer noch waren das Kreuzbündnis, das Blaue Kreuz und die Guttempler die wichtigsten Vereine der Bewegung. Während der Kriegszeit reduzierten sich die Mitgliederzahlen aller Abstinenzverbände, auch die des Kreuzbundes, in erheblichem Ausmaße.

*Literatur- und Quellennachweise können bei der Autorin angefragt werden.*



B U C H T I P P

„Wachgerüttelt und trockengelegt. Gemeinsam sind wir stark“ – unter diesem Titel hat der Kreuzbund-Landesverband Oldenburg ein Buch herausgegeben. Darin erzählen zehn Mitglieder von Kreuzbund-Gruppen von ihren Erfahrungen mit Sucht und Selbsthilfe. Die Autorin Sonja Bullen (44) aus dem Teufelsmoor bei Bremen ist Autorin, Logopädin und Poesietherapeutin, d.h. sie arbeitet mit dem Wort als heilsames Mittel. Gunhild Ahmann hat sich mit ihr über das Buch unterhalten.



Sonja Bullen

**WEGGEFÄHRTE: Wie ist die Idee zu dem Buch entstanden?**

**Sonja Bullen:** Es gab ein Vorgänger-Projekt, das ich betreut habe, dabei haben Mitglieder der Parkinson-Selbsthilfegruppe Dinklage von ihrem Leben und Leiden erzählt. Herausgekommen ist ein 216-seitiges Buch mit der Überschrift „Durcheinandergerüttelt“. Der Kreuzbund-Landesverband Oldenburg hat sich dieses Projekt zum Vorbild genommen. Die Idee war, dass Betroffene und Angehörige klar und ungeschminkt von ihrer Suchterkrankung, ihrer Einsicht und ihrem Weg in die Selbsthilfe berichten. Es geht nicht um eine wissenschaftliche Abhandlung, sondern um authentische Erzählungen. Auch die Irrwege und Umwege zur Abstinenz werden nicht ausgelassen.

**Was haben die zehn Erzähler\*innen gemeinsam und welche Unterschiede gibt es?**

Die Erzähler\*innen unterscheiden sich von ihren Ausgangs- und Lebensbedingungen. Was sie gemeinsam haben: Sie wünschen sich eine authentische Gemeinschaft und zeigen ein starkes Bedürfnis nach sozialer Zusammengehörigkeit und Integration in eine Gruppe. Die Bewältigung der Suchterkrankung ist sozusagen die Klammer für die Gruppenmitglieder, die teilweise doch sehr unterschiedliche Lebenswege haben. Viele von ihnen haben ungeahnte Kräfte freige-

setzt und bei allen Veränderungen auch ihren Humor nicht verloren.

**Sie haben die einzelnen Beiträge auf der Grundlage von persönlichen Interviews geschrieben. Was haben Sie gefragt?**

Ich habe mit den zehn Protagonisten ca. 60 bis 90-minütige persönliche Interviews geführt. Dabei ging es nicht darum, vorbereitete Fragen abzufragen, sondern miteinander ins Gespräch zu kommen. Die Gespräche habe ich aufgezeichnet. Ich hatte zwar einen Fragenkatalog, z.B. nach schwierigen Momenten, Wendepunkten, einer persönlichen Definition von Sucht, sogenannten „Bergauf-Hilfen“, also unterstützenden Kräften, und Zukunftswünschen. Daneben konnten aber alle ihre individuellen Schwerpunkte aus ihrer eigenen Geschichte einbringen. Aus den Aufzeichnungen habe ich dann die Essenz, den roten Faden und die Botschaft der jeweiligen Geschichte herausgearbeitet. Das Buch ist bewusst in gesprochener Sprache geschrieben, eine andere Art des Erzählens. So sind sehr authentische Geschichten entstanden, die wirklich so erzählt worden sind.

**Was ist die Hauptaussage des Buches? Welche Absicht steht dahinter?**

Die Absicht ist es, die Arbeit des Kreuzbundes sichtbar zu machen anhand der persönlichen Geschichten. Die zehn Geschichten sind sehr individuell und einzigartig. Das Verbindende zwischen ihnen ist, dass alle Erzähler\*innen den Kreuz-

bund als großen Halt und wertvolle Stütze beschreiben. Die Kreuzbund-Gruppe ist das stützende Netzwerk für alle, sie ist eine Anlaufstelle, wo suchtbetroffene Menschen ohne viele Worte verstanden werden. Daraus können sie viel Kraft schöpfen. Es geht darum, die Selbsthilfegruppe als Kraftquelle deutlich zu machen. Das Gefühl, nicht allein mit seinen Problemen zu sein, wirkt ermutigend und der Einsamkeit entgegen – das ist die Hauptaussage.

Auf diese Weise soll das Buch Suchtkranken und Angehörigen den Weg in die Selbsthilfegruppe erleichtern. Die Berichte sollen auf die Gruppe neugierig machen und Berührungsängste nehmen. Die Leser\*innen erfahren, wie suchtbetroffene Menschen einen Ausweg gefunden haben und wie ihnen dabei die Kreuzbund-Gruppe geholfen hat.

**Ist das Buch absichtlich so schlicht und ohne Fotos?**

Das Projekt ist möglich geworden durch die finanzielle Unterstützung der IKK-classic, der AOK Niedersachsen und der Josef-Neumann-Stiftung. Es standen begrenzte Mittel zur Verfügung. Wir mussten also klären, was in diesem Rahmen bzw. unter diesen Bedingungen möglich ist und haben uns entschieden, den Schwerpunkt auf den Inhalt zu legen. Außerdem ist das Buch in einer kleinen Auflage von 200 erschienen, d.h. es richtet sich v.a. an Interessierte aus den eigenen Reihen. Es ist für die Beteiligten ein Herzensprojekt.

**Weitere Informationen:**

Das Buch ist für 5 € über den Kreuzbund-Landesverbandes Oldenburg zu beziehen, und zwar in der Geschäftsstelle bei

Karin Evers  
Holbeinstr. 16, 49377 Langförden  
Tel. 04447 / 96 99 0  
Fax 04447 / 96 99 19  
E-Mail: karin.evers@evers-schalung.de

# Mein Hobby und ich sind unzertrennlich

Vor vielen Jahren, als niemand so richtig zuhören wollte, entwickelte sich eine andere Art der Kommunikation, eine andere Art des „Druckreduzierungs-Ventils“ in mir. Zunächst zeichnete ich sehr viel, um meine Emotionen aus mir heraus zu bekommen. Mit der Zeit veränderte sich jedoch das Medium, und ich stieg um auf die Fotografie.

Fotografieren ist für mich nicht das Festhalten der Momente, sondern vielmehr das Erleben im Hier und Jetzt. Wenn jeder von uns ein und dieselbe Blume fotografiert, so ist dennoch jedes Bild anders. Mit einer einfachen Kompaktkamera lief ich stundenlang durch die Gegend und fotografierte Seen, Wälder, Natur usw. Die Nachbearbeitungen der Bilder waren dann immer mein Fenster zur Seele. Oft kam es vor, dass ich ein und dasselbe Motiv an verschiedenen Tagen neu bearbeitete, und es kamen immer ganz andere Ansichten zu Tage.

Während meiner letzten Therapie im Jahr 2014, lernte ich einen „echten“ Hobbyfotografen kennen, dessen Bilder heute noch in der Therapie-Einrichtung zu sehen sind. Viele Stunden liefen wir



gemeinsam durch die angrenzenden Wälder, um Momente in Bildern festzuhalten. Ein Hobby wurde geboren und verfestigt.

Heute nutze ich dieses Hobby auch zu meiner eigenen Spiegelung. Wo stehe ich, wo will ich hin und vor allem wo will ich nicht hin? Bilder sprechen mit mir, und die Eindrücke, die ich festhalte, zei-

gen mir meinen Standpunkt. Sollte ich meine Fotografien mal wieder in schwarz-weiß gestalten, so weiß ich, dass ich nicht unbedingt in fröhlicher Stimmung bin. Wird es mir zu bunt, so kann ich mir überlegen, etwas auf die Bremse zu treten.

Die Fotografie ist die Telefonverbindung in mein inneres „Ich“. Sobald ich den Auslöser bediene, halte ich für einen kurzen Augenblick die Gegenwart fest, die dann aber auch umgehend zur Vergangenheit wird. Wie stehe ich in meinem Hier und Jetzt? Kann ich darauf eine







positive Antwort finden? Oder muss ich ein paar Stellknöpfe meiner seelischen Feinjustierung drehen, um für mich ein optimales Ergebnis zu bekommen? Wie wird es morgen sein, wenn ich dasselbe Motiv erneut fotografiere? Für mich ist mein Hobby mehr und mehr zu meiner eigenen Therapie geworden.

Heute fotografiere ich nicht mehr mit einer Kompaktkamera, sondern mit einer guten Spiegelreflex-Kamera. Allein dieser Begriff zeigt mir, dass ich mit meiner Erklärung zumindest sehr nahe an meiner Wahrheit stehe: Ich reflektiere durch meine Fotografien mein Spiegelbild. Leichte Veränderungen in Farbe, bei den Kontrasten und bei Licht und Schatten stellen meine Sichtweise dar. Keinem anderen muss die Fotografie gefallen, es ist wichtig, dass sie mir gefällt.

Durch meine Rückfälle habe ich großen Respekt vor meinen Emotionen bekommen. Kleinste Veränderungen nehme ich mittlerweile wahr und versuche dann, sehr oft auch mit meiner Kreuzbund-Gruppe, dagegen zu steuern, um eine gesunde Richtung zu behalten.

Entscheidend sind auch meine Gedanken während meiner Fotosafari, wenn ich vor alten Gemäuern stehe und mich frage, wie viele Menschen hier schon an der Mauer gestanden haben. Wie die Menschen gelebt haben, wie sie



ihre Probleme gelöst haben, welche Schicksale hier erlebt wurden, das alles wirkt in mir. Alles wird irgendwo festgehalten, und erst Tage später ergeben sich lösende Gedanken.

Zurzeit befinden sich etwa 16 GB an Bildmaterial auf meinem Rechner. Viele Bilder sind unwiderruflich durch Crash meiner Festplatten verschwunden. Auch im wahren Leben haben wir es mit Abschied zu tun, aber uns geht jeden Mor-

gen die Sonne auf. Sonnenaufgänge sind im Übrigen ein wunderschönes Motiv. Irgendwann werde ich mich auch an die Portrait-Fotografie heranwagen, aber noch habe ich nicht das Gefühl dazu. Bisher habe ich nur Portraits fotografiert, um eine Vorlage zum Zeichnen zu haben. Einige Weihnachtsgeschenke sind dadurch entstanden.

Mein Hobby gibt mir sehr viel Ruhe und innere Zufriedenheit, wenn ich mit meiner „Verlobten“ (Kamera) durch die Gegend ziehe. Die Zeit mit mir ist ein sehr schönes Gefühl, das mich mir selbst etwas näherbringt. Früher hielt ich es mit mir nicht aus, ich mochte mich nicht und trank mich oft aus diesem Gefühl heraus. Heute will ich nicht mehr trinken, was aber auch bedeutet, mit mir selbst klarzukommen. Deswegen sollte ich mit mir Frieden schließen. Mein Hobby und die Zeit, die ich damit verbringe, ist wertvolle Zeit mit mir.

Über viele Jahre hinweg lief ich nur neben mir her, heute laufen wir gemeinsam. Mein Hobby und ich sind nun unzertrennliche Freunde.

*Reinhard Petz (54) aus Hückelhoven,  
Beauftragter für Öffentlichkeitsarbeit  
im DV Aachen*



DV Köln

## Corona macht flexibel

Die Corona-Pandemie und die damit verbundenen Einschränkungen machen auch uns in der Selbsthilfe schwer zu schaffen. Viele Gruppenräume sind geschlossen, und auch unsere Darstellung nach außen leidet darunter, wie z.B. die Vorstellung der Selbsthilfe in den Sucht- bzw. Rehakliniken. Das ließ unserer DV-Vorsitzenden Andrea Stollfuß keine Ruhe. Sie setzte sich mit verschiedenen Kliniken zwecks digitaler Vorstellungen in Verbindung. Aber leider scheiterte dieses Vorhaben bei einigen Kliniken an den technischen Voraussetzungen. Doch dann fragte unverhofft die LVR Klinik Langenfeld an, ob der Kreuzbund ein solches Angebot bedienen könnte.

Beim nächsten "Kölner Selbsthilfe Treff" fanden sich gleich vier Weggefährt\*innen, die diese Aufgabe gerne übernehmen wollten. Idealerweise liegen ihre Gruppen im Einzugsbereich der LVR Klinik Langenfeld, so dass nach Corona Vorstellungen in Präsenz fortgeführt werden können.

In einem Vorgespräch am 14. April 2021 wurde geklärt, wie und wann man digitale Selbsthilfe-Vorstellungen an der Klinik durchführen kann. An dem Informations-Meeting nahmen die Sozialarbeiterin der Klinik Christiane Wesselhoeft, Andrea Stollfuß, Willi Denkert (KB-Wuppertal), Detlef Bickert (KB-Wülfrath), Gudrun Schmittat (KB-Mettmann) und ich, Hans Aretz (KB-Grevenbroich), teil. Wir waren alle an dem Vorhaben interessiert und freuten uns, endlich wieder etwas in Richtung Selbsthilfe tun zu können. Als stetiger Termin wurde jeder vierte Freitag im Monat um 14:30 Uhr vereinbart, und am 23.04. sollte es losgehen.

Gesagt, getan, wir waren gespannt: Am 23. April 2021 saßen wir alle pünktlich vor unseren Bildschirmen und harrten der Dinge, die da kommen würden. Und pünktlich um 14:30 Uhr ging es los. Es waren sechs Patienten anwesend, natürlich mit Maske und gebührendem Abstand. Wir waren zu fünft. Anfangs hatten wir Angst, dass wir zu viele sind und die Patienten sich dadurch erschlagen fühlen. Aber das war absolut nicht der Fall. So stellten wir uns zuerst mal vor und erzählten, wie es jedem einzelnen mit der Sucht ergangen ist. Und dass die Selbsthilfe bei unserem Trockenbleiben eine große, wenn nicht sogar die größte Hilfe war.

In diesem Rahmen wurde natürlich auch der Kreuzbund erwähnt und vorgestellt. Es wurde aber auch gesagt, dass es am wichtigsten sei, überhaupt eine Selbsthilfegruppe aufzusuchen, egal welche. Wichtig ist, dass das Zwischenmenschliche, die „Chemie“, in der Gruppe passt, und ich mich dort gut aufgehoben fühle. Denn wenn Vertrauen da ist, kann ich mich auch öffnen und ganz persönliche Dinge preisgeben.

Es gab dann tatsächlich einige Rückfragen zu unseren Ausführungen: "Wieso Kreuzbund? Das hört sich so nach Sekte oder

Kirche an." Wir erklärten, dass der Kreuzbund ein katholischer Verband und Fachverband der Caritas ist und dass die Caritas unser Wohlfahrts- und Spitzenverband ist. Wir versicherten, dass dies aber keine direkten Auswirkungen auf unsere Gruppenarbeit hat und dass der Kreuzbund für alle Menschen, die Hilfe suchen, offen ist, unabhängig von Konfession, Nationalität oder sozialem Stand.

Es kamen noch weitere Fragen, z.B. ob in den Gruppen nur Abhängige sind oder auch Angehörige. Gibt es Gruppen nur für Angehörige oder reine Frauengruppen? Wird in den Gruppen auch auf andere Suchtmittel eingegangen? Und gibt es spezielle Gruppen dafür? Wie erkläre ich meinem persönlichen Umfeld, ohne mich zu outen, dass ich nichts mehr trinke?

Ich war auf jeden Fall froh, dass wir zu fünft waren und so zufriedenstellend Rede und Antwort geben konnten. Wir haben uns perfekt ergänzt. Es hat jedem von uns Spaß gemacht. Und ich hatte den Eindruck, dass auch die Patienten zufrieden waren

Dann war auch schon die Zeit um. Wir waren zufrieden, endlich wieder etwas aktiv machen zu können - und sei es "nur" digital.

*Hans Aretz, Beauftragter für Öffentlichkeitsarbeit im DV Köln*

KB Bingen

## Telefon-Hotline geschaltet

Durch den Ausfall der Gruppenstunden wegen der Corona-Pandemie haben wir nach Möglichkeiten gesucht, wie uns suchtbetroffene Rat- und Hilfesuchende besser erreichen können. Wir haben uns zur Einrichtung einer Telefon-Hotline entschlossen.

Unser geplantes Projekt wurde der IKK Südwest vorgestellt, sie war von der Idee begeistert und sagte spontan eine Projektförderung zum Kauf eines Handys mit Vertrag und zum Druck von Materialien zur Öffentlichkeitsarbeit zu. Die Hotline ist seit dem 12. April 2021 täglich von 18 bis 20 Uhr für Rat- und Hilfesuchende geschaltet. Acht Mitglieder des Stadtverbandes sind aktuell am Telefondienst beteiligt. Das Projekt ist langfristig ausgelegt und soll auch nach Ende der Pandemie bestehen bleiben. Wünschenswert ist, dass viele neue Gruppenmitglieder durch die Telefonaktion gewonnen werden.

Das Handy wird im wöchentlichen Wechsel von erfahrenen Kreuzbund-Mitgliedern betrieben. Der Einsatzplan der Helfer\*innen berücksichtigt ihre Wohnorte, damit die Weitergabe des Handys mit keinen hohen Fahrtkosten verbunden ist. Zusammen mit dem Handy wird auch ein Ordner mit wichtigen Unterlagen (u.a. Notfallnummern, andere Institutionen etc.) übergeben. Über eingehende Anrufe wird ein Nachweis

geführt. Festgehalten werden sollten Tag, Uhrzeit, Dauer, m/w, Betroffener/Angehöriger, Erreichbarkeit, Inhalt des Gesprächs und ggfs. eingeleitete Maßnahmen.

Wichtig: Wenn Fragen nicht beantwortet werden können, soll auf keinen Fall eine falsche Antwort gegeben werden. Man kann sich informieren und einen Rückruf zusagen oder an eine andere Stelle vermitteln. Eine Schulung der Telefon-Helfer\*innen ist geplant.

Das Projekt startete mit einer breit angelegten Öffentlichkeitsaktion in den Binger Zeitungen und Mitteilungsblättern der umliegenden Verbandsgemeinden. Hierbei machten wir darauf aufmerksam, dass sich Anrufer\*innen im vertraulichen und anonymen Gespräch mit Menschen austauschen können, die das Gleiche durchgemacht haben, und so viel Wissenswertes über die Suchterkrankung und Behandlungsmöglichkeiten erfahren. Auch kann man mehr über einen angemessenen Umgang mit dem Suchtproblem eines Nahestehenden erfahren und wie man für sich selbst sorgen kann.



Daneben machten wir mit Plakaten und Visitenkarten u.a. in Arztpraxen, Apotheken, Gemeindeverwaltungen, Kirchengemeinden und Lebensmittelmärkten auf die Hotline aufmerksam. Mit dieser Aktion wird der Kreuzbund so intensiv wie noch nie zuvor der Öffentlichkeit vorgestellt.

*Hartmut Zielke*

## KB Rheine

### Digitale Kreuzbund-Welten

In Zeiten von Corona ist alles anders: Arbeit, Freizeit, Einkaufen und auch unser Gruppentreffen. Präsenztreffen sind nicht möglich, dennoch wollen wir uns treffen - und jetzt sind wir digital aktiv.

Am Anfang standen zahlreiche WhatsApp-Gruppen, doch den meisten Gruppen wurde mit zunehmender Pandemiedauer klar, das reicht uns nicht. Sucht-Selbsthilfe lebt davon, einen persönlichen Kontakt mit den Gruppenmitgliedern zu haben.



Gremiensitzungen wie Vorstandsrunden und virtuelle Treffen mit den Gruppensprechern wurden etabliert, doch die vielen Mitglieder in den Gruppen hatten wenig davon. Der anfängliche Unmut über Verbote und Vorschriften wich langsam einer Form von Verzweiflung. Schließlich sind die wöchentlichen Treffen mit der Gruppe für viele ein fester Baustein in ihrem Bestreben nach einer zufriedenen Abstinenz geworden.

Das Resultat war für eine ganze Reihe von Gruppen die digitale Ebene: Zoom, Team Link usw.- nicht wenige machten sich auf den digitalen Weg und verlagerten ihre Gruppentreffen ins Internet. Anfangs gab es technische Schwierigkeiten, hier haben sich die Weggefährten gegenseitig geholfen und selbst Gruppenmitglieder jenseits der 70 durch Hardware-Spenden oder das Einrichten der entsprechenden Software unterstützt. Es machen nicht alle mit, aber für alle, die möchten, ist ein Angebot vorhanden.

Gerade für Menschen, die „frisch“ aus einer Therapie zurückkommen oder die einfach abstinent werden wollen, ist es momentan besonders schwierig. Um ihnen und allen Mitgliedern des Kreuzbundes in Rheine die Möglichkeit zum Gespräch zu bieten, hat sich eine offene Gruppe gebildet, und zwar über die Plattform Team Link. Jeden Sonntag von 11 bis 12 Uhr gibt es einen offenen Treff, bei dem jeder herzlich eingeladen ist zum Reden über seine Sorgen und Nöte. Wir wollen unsere Kontakte aufrechterhalten und füreinander da sein. Es geht nicht um den Ersatz einer Therapie, sondern um ein niederschwelliges Angebot für Hilfesuchende. Wer einmal zuhören oder mitmachen möchte, kann einfach eine E-Mail an den Kreuzbund-Stadtverband Rheine schreiben und erhält auf Nachfrage die Zugangsdaten und ggf. eine Hilfestellung bei der Einwahl.

Wir bleiben im Gespräch, wir bieten Unterstützung und Hilfe für Suchtkranke und Angehörige.

*Klemens Holthaus, Kreuzbund-Stadtverband Rheine,  
www.kreuzbund-rheine.de*

## Wir begrüßen die neuen Gruppenleitungen

### Die neuen Gruppenleiterinnen und Gruppenleiter:

<b>Aachen</b>	
Doris Detriche	Aachen 4
Patrick Schwan	Aachen 5
<b>Augsburg</b>	
Petra Spiller	Augsburg - die Aussteiger
<b>Freiburg</b>	
Bernard Henze	Oberkirch
Martina Stoll	Bad Saulgau
<b>Mainz</b>	
Roland Libert	Rüsselsheim 1
<b>Münster</b>	
Carola Oelgeklaus	Hörstel 2 - St. Antonius
Peter Pohl	Ahaus 4
Ulrike Rieskamp	Ibbenbüren 11 - St. Barbara
<b>Osnabrück</b>	
Berthold Heitmann	Lingen-Brögbern
<b>Regensburg</b>	
Alexander Runz	Teublitz



*Du bist nicht mehr dort, wo du warst.  
Aber du bist überall, wo wir sind*



Der Kreuzbund DV Freiburg trauert um seinen langjährigen Diözesanvorsitzenden und Gruppenleiter

### **Helmut Wienecke**

der am 2. Juni 2021 im Alter von 77 Jahren verstorben ist.

Helmut Wienecke trat 1986 in den Kreuzbund ein und leitete bis zu seinem Tod die Gruppen Bruchsal 3 und Pforzheim 1. 2000 wurde er in den Vorstand gewählt und hatte von 2003 bis 2015 das Amt des Vorsitzenden inne.

Durch seine offene Art auf andere zuzugehen, Beziehungen aufzubauen und Freundschaften zu schließen, konnte er Menschen für den Kreuzbund begeistern. Besonders am Herzen lag ihm die Gründung neuer Kreuzbund-Gruppen und eine suchtmittelfreie Freizeitgestaltung. Für ihn gab es keine halben Sachen. Er hat Weggefährtschaft mit ganzer Kraft vorgelebt.

Für seine besonderen Verdienste wurde ihm 2015 das Ehrenzeichen der Caritas in Silber verliehen.

Unser Mitgefühl gilt besonders seiner Frau Rosi, seinen Kindern und Enkeln.

Wir werden ihn immer in besonderer Erinnerung behalten.

*Klaus Querbach für den Kreuzbund-Diözesanverband Freiburg e.V.*

## In Erinnerung an unsere verstorbenen Weggefährten

<b>Ernst-Udo Stoffel</b> Overath 8. Dez. 2020	<b>Jürgen Hübner</b> DV Berlin – Einzelmitglied 15. März 2021
<b>Hermann Stocker</b> Traunstein 1 1. Jan. 2021	<b>Oswald Hättich</b> Titisee-Neustadt 1. April 2021
<b>Uli Ehmke</b> Düsseldorf 12. Jan. 2021	<b>Günther Faber</b> Prüm 3 10. April 2021
<b>Lothar Lindner</b> Wülfrath 30. Jan. 2021	<b>Irmgard Strobl</b> Karlsfeld St. Josef 12. April 2021
<b>Iris Wünsch</b> Frankfurt / Oder 5. Febr. 2021	<b>Karl-Heinz Brosch</b> DV Berlin – Einzelmitglied 14. April 2021
<b>Ralf Mäder</b> Dormagen 1 18. Febr. 2021	<b>Wilfried Dünzer</b> Waldröhl 23. April 2021
<b>Hans Promberger</b> Bad Tölz 1 1. März 2021	<b>Richard Kennin</b> DV Berlin – Hasselwerderstr. 24. April 2021
<b>Alois Götz</b> Kitzingen 1 5. März 2021	<b>Karl-Heinz Lugmayr</b> Traunstein 6 St. Oswald 1. Mai 2021
<b>Dieter Landwehr</b> Melle 3 7. März 2021	<b>Kurt Schramm</b> Nürnberg 1 2. Mai 2021
<b>Josef Lochner</b> Berchtesgaden St. Franziskus 7. März 2021	<b>Bernhard Heymann</b> Sögel 16. Mai 2021
<b>Detlef Erfurt</b> Speyer 5 9. März 2021	<b>Irene Schenk</b> München Giesing 1 26. Mai 2021
<b>Johann Kürzinger</b> Indersdorf Kreisklinik 11. März 2021	<b>Thilo Neiß</b> Groß-Gerau 2 2. Juni 2021
<b>Thomas Schmidt</b> Kaiserslautern 3 12. März 2021	<b>Helmut Wienecke</b> Bruchsal 3 u. Pforzheim 1 2. Juni 2021

**Es bleiben Glaube, Liebe,  
Hoffnung**

# Alkoholfreies im Rampenlicht

**B**erlin ist immer gut für etwas Neues: In Kreuzberg hat vor einigen Monaten der erste alkoholfreie „Späti“ Deutschlands geöffnet. Im Angebot sind alkoholfreie Alternativen zu Bier und Wein. Auf der dazugehörigen Internetseite <https://nuechtern.berlin/> gibt es außerdem Rezepte aus der Nullpromille-Bar.

Die Gründerinnen sind Katja Kauf (29) und Isabella Steiner (32): Katja, gebürtige Augsburgerin mit betriebswirtschaftlichem Hintergrund, hat bei einem Start-up für Retouren und Logistik in Berlin gearbeitet. Isabella aus Lörrach hat einige Jahre Soziologie hinter sich. Die Lifestyle PR hat sie nach Berlin verschlagen. Uwe Broszcy hat sich mit Isabella über ihre Initiative unterhalten.

**WEGGEFÄHRTE:** *Sind alle Eure Getränke wirklich zu 100 Prozent alkoholfrei? Plant Ihr eine Sortimentserweiterung, z.B. Käse oder Knabberzeug?*

**Isabella:** Ja, unsere mittlerweile 200 Getränke sind alle alkoholfrei. Wir haben uns hauptsächlich auf Getränke fokussiert. Demnächst machen wir einen Testlauf mit einer bekannten Berliner Popcorn-Marke und schauen, wie das angenommen wird.

**Wie seid Ihr auf Nüchtern.Berlin gekommen? Was ist der Grundgedanke dahinter?**

Berlin wird seinem Ruf gerecht, dass die Stadt niemals schläft - zumindest vor der Pandemie. Hier wird rund um die Uhr gefeiert, getrunken, geschlafen und wieder von vorn. Mit der Ankunft in Berlin hat sich nicht unbedingt mein Konsum verändert – er war eigentlich immer hoch, aber es war ein neues Umfeld. Ich hatte mich dann entschlossen, statt Kalorien einfach mal meine Kater zu zählen. Über die App „Trinktagebuch“ die ein einfaches Ampelsystem darstellt, war das einfach – aber auch zäh.

Der Trend „Mindful Drinking“ (verantwortungsvolles Trinken), für den wir mit



Isabella Steiner (links) und Katja Kauf

nüchtern.berlin stehen, ist im Prinzip eine weitere Facette des achtsamen Lebens. „Mindfulness“ hat sich in fast allen Lebensbereichen eingeschlichen – nur nach Feierabend war Schluss damit, dann wird das erste Bier getrunken oder die nächste Flasche Wein geköpft.

Wir selbst haben auch gerne über die Stränge geschlagen – im Sommer 2019 haben wir uns auf einer Parkbank verkauert gefragt: „Was trinke ich, wenn ich nicht trinke?“ Bis heute ist das unsere Leitfrage, und sowohl unser alkoholfreier Späti, als auch unsere Onlineplattform ist eine Antwort auf diese Frage. Und ja – privat trinken wir gerne noch ein Glas Wein.

**Was ist Eure Absicht? Was wollt Ihr erreichen?**

Es geht uns primär darum, einen neuen Blick auf das Thema „Trinken“ und den eigenen Alkoholkonsum zu werfen. Generell hängen alkoholfreien Getränken sehr hartnäckige Vorurteile an. Wer alkoholfrei bleiben will, wird in der Regel als Spaßbremse, Langweiler und Spielverderber abgestempelt. Bei Alternativen wird grundsätzlich erst mal von Saft ausgegangen. Unsere Vision ist ein Umdenken anzuregen und alkoholfreien Geträn-

ken den Platz zu schaffen, den sie schon lange hätte einnehmen müssen: Im Rampenlicht! Wir wollen mit Vorurteilen aufräumen, Alternativen aufzeigen und der Gastronomie, den Bars und den Menschen klarmachen, dass sie eine Wahl haben. Und die darf alkoholfrei sein. Alkoholfrei gesellschaftsfähig zu machen – das ist unser Ziel!

**Wer sind Eure Kunden?**

Wir dachten ja immer, wir sind unsere Zielgruppe. Nach sechs Monaten wissen wir aber, dass unsere Kundschaft sehr breitgefächert ist - von 18 bis 80 Jahren, Männer und Frauen gleichermaßen.

**Wie kommt der alkoholfreie Späti bei den Kunden an?**

Super! Die erste Reaktion ist immer die gleiche Frage: „Ist das wirklich alles alkoholfrei?“ Wir haben mittlerweile viele Stammkunden, die mindestens einmal die Woche zu uns kommen, sich die neusten alkoholfreien Alternativen anschauen und kistenweise in ihr Auto laden. Viele kommen auch vom Rande der Stadt in den Bergmannkiez gefahren, z.B. aus Königs Wusterhausen, Pankow oder Spandau. Innerhalb der Stadt wird aber auch viel online bestellt.

*Kommen zu Euch auch suchtkranke Menschen, die nach einer Therapie alkoholfreie Getränke probieren?*

Auf jeden Fall, wir haben einige Kunden mit Sucht-Vergangenheit. Wir gehen sehr offen, aber auch klar mit der Problematik um. Generell empfehlen wir alkoholabhängigen Menschen keinerlei unserer Produkte. Wenn es aber für eine Person seit Jahren gut funktioniert und eine Lösung darstellt, stehen wir nicht im Weg. Am Ende trifft jeder die Entscheidung für sich selbst. Wir können nur Hilfestellung geben und mit Rat und Tat zur Seite stehen.

*Für einen Späti sind die Öffnungszeiten ein wenig ungewöhnlich. Mittwoch bis Samstag 12 bis 20 Uhr. Ist eine längere Öffnungszeit geplant?*

Das wird uns ständig um die Ohren gehauen. Wir haben während der Pandemie eröffnet, und entsprechend sind auch unsere Öffnungszeiten. Kein Späti hatte die gängigen Öffnungszeiten – deswegen finden wir die Kritik absolut unberechtigt. Wir sind mittlerweile ein Team von sieben Leuten, die sowohl den Späti als auch den Onlineshop abwickeln. Katjas und mein Stundenpensum liegt locker bei 70 Stunden plus in der Woche – da

wir demnächst europaweit verschicken werden, kommt da sicherlich noch ein bisschen was drauf. Unsere Öffnungszeiten werden wir dann ausweiten, wenn es die Pandemie zulässt.

*Ihr bietet vor Ort keine Barzahlung an, hat das einen besonderen Grund?*

Wir haben uns sehr bewusst entschieden, nur mit Kartenzahlung zu arbeiten. Als Startup versuchen wir, Prozesse schlank zu halten, und es ist buchhalterisch einfacher. Die Zukunft ist eben alkoholfrei und bargeldlos.

## Hoher Alkoholkonsum – Mehrausgaben für Tabakwaren

**W**elche Trends gibt es beim Konsum von Alkohol, Tabak und illegalen Drogen in Deutschland? Welche Tendenzen zeichnen sich beim Missbrauch von Medikamenten ab? Wie entwickelt sich der Glücksspielmarkt? Das DHS Jahrbuch Sucht 2021 der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen e.V. (DHS) fasst die neuesten Zahlen, Daten und Fakten zu legalen und illegalen Suchtstoffen sowie zum Thema Glücksspiel zusammen und informiert über die Suchthilfe in Deutschland.

### Alkohol

Ein Gläschen Wein zum Essen, ein Bier zum Feierabend: Für die meisten Deutschen gehört Alkoholkonsum zum Alltag. Doch schon niedrige Trinkmengen sind mit Erkrankungsrisiken behaftet, wie neue wissenschaftliche Erkenntnisse belegen. Was viele nicht wissen: Mehr als 200 einzelne Krankheiten, darunter Krebs- und Herz-Kreislaufkrankungen, können durch Alkohol verursacht werden.

„Menschen müssen die Risiken von Alkoholkonsum kennen, das ist Aufgabe



der Gesundheitspolitik. Dies gilt in Pandemie-Zeiten umso mehr. In belastenden Situationen wird Alkohol häufig als vermeintlicher Stresslöser genutzt. Das kann schnell zur Gewohnheit werden und birgt langfristig die Gefahr einer Abhängigkeit“, sagt Dr. Peter Raiser, stellvertretender Geschäftsführer der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen (DHS).

### Deutschland ist Alkohol-Hochkonsumland

Im internationalen Vergleich zählt Deutschland beim Alkohol nach wie vor zu den Hochkonsumländern, mit entsprechend hohen gesundheitlichen Folgen in der Bevölkerung. „Es besteht ein dringender Handlungsbedarf, den natio-

„nalen Alkoholkonsum zu reduzieren“, betont DHS-Experte Dr. Peter Raiser. „Während der Corona-Pandemie gibt es Hinweise auf veränderten Alkoholkonsum. In Zeiten von Kontaktbeschränkungen wird zuhause mehr getrunken. Bislang liegen jedoch kaum belastbare Studien zu diesem Thema vor. Der Forschungsbedarf zu den Auswirkungen der Pandemie auf das Suchtverhalten ist groß.“

Die Entwicklung des Pro-Kopf-Konsums für die zurückliegenden Jahre nennt das neue DHS Jahrbuch Sucht: 10,7 Liter Reinalkohol konsumierte jede und jeder Deutsche im Alter ab 15 Jahren im Jahr 2018. Damit stieg der Konsum im Vergleich zum Vorjahr wieder. Zuvor war er von 14,4 Litern Reinalkohol im Jahr 1970 auf 10,5 Liter im Jahr 2017 gesunken. Zwischen 2010 und 2018 stagnierte der Alkoholkonsum weitgehend auf vergleichsweise hohem Niveau. Gerade der Vergleich mit europäischen Nachbarn zeigt, dass die Deutschen mit ihrem Alkoholkonsum weit vorne liegen. In Deutschland sind Hochrechnungen zufolge rund 1,6 Mio. Menschen im Alter von 18 bis 64 Jahren alkoholabhängig. Etwa 1,4 Mio. Menschen konsumieren Alkohol missbräuchlich, d.h. sie trinken große Mengen oder zeigen unter Alkoholeinfluss riskantes Verhalten.

## Tabak

Der Anteil der Raucherinnen und Raucher ist in Deutschland seit einigen Jahren rückläufig. Im Jahr 2017 rauchten 26 Prozent der Männer und 19 Prozent der Frauen (ab 15 Jahre und älter). Bei Jugendlichen zeichnet sich seit rund 15 Jahren ein Trend zum Nichtrauchen ab. Dennoch ist das Rauchen in den Industrienationen das bedeutendste einzelne Gesundheitsrisiko und die führende Ursache vorzeitiger Sterblichkeit. Rund 127.000 Menschen starben im Jahr 2018 allein in Deutschland an den Folgen des Rauchens. Das waren 13,3 Prozent aller Todesfälle.

Deutlich gestiegen ist im Jahr 2020 der Verbrauch von Feinschnitt: Er lag bei 26.328 Tonnen (plus 10,6 Prozent gegenüber dem Vorjahr). Das entspricht

etwa 39,5 Mrd. selbstgedrehten Zigaretten. Möglicherweise ist dies auf die besonderen Handelsbedingungen und Maßnahmen zur Eindämmung der Coronapandemie zurückzuführen: Da viele Urlaubsreisen in Nachbarländer pandemiebedingt ausfielen, griff ein Teil der Raucherinnen und Raucher auf der Suche nach Alternativen zu den preisgünstigeren Zigaretten im Ausland wohl vermehrt zum Feinschnitt, um selbst Zigaretten zu drehen, so die Einschätzung der Expertinnen und Experten im DHS Jahrbuch Sucht 2021.

Der Konsum von (Wasser-)Pfeifentabak schnellte im Jahr 2020 gegenüber 2019 um 44,3 Prozent auf 5.989 Tonnen in die Höhe. „Dies dürfte insbesondere auf die seit einigen Jahren anhaltende Beliebtheit des speziellen Wasserpfeifentabaks zurückzuführen sein, der vor allem von Jugendlichen und jungen Erwachsenen Zuhause oder in sogenannten Shisha-Bars geraucht wird“, berichten die Expertinnen und Experten im DHS Jahrbuch Sucht 2021. Auch der Verbrauch von Zigarren/Zigarillos stieg in 2020 gegenüber dem Vorjahr um 3,7 Prozent auf 2,7 Mrd. Stück.

Dahingegen ist der Konsum von Fertigzigaretten seit Beginn der 2000er Jahre nach und nach gesunken. 73,8 Mrd. Fertigzigaretten verbrauchten die Deutschen im Jahr 2020. Dies entspricht einem Rückgang von 1,1 Prozent gegenüber dem Vorjahr. Der Pro-Kopf-Verbrauch betrug 888 Zigaretten.

Rund 28,8 Mrd. Euro (plus 5,0 Prozent) gaben Konsumierende im Jahr 2020 für Tabakwaren aus. Die Nettoeinnahmen aus der Tabaksteuer stiegen im Vergleich zum Vorjahr um 2,7 Prozent auf 14,6 Mrd. Euro.

## Medikamente

Schätzungen zufolge sind etwa 1,5 bis 1,9 Millionen Menschen in Deutschland medikamentenabhängig, insbesondere von Schlaf- und Beruhigungsmitteln (Benzodiazepine und Z-Substanzen) sowie von opioidhaltigen Schmerzmitteln. Betroffen sind vor allem ältere Frauen, weil sie häufig über einen langen Zeit-

raum Psychopharmaka verschrieben bekommen.

Der Missbrauch und die Abhängigkeit von Medikamenten erhöhen sich weiter, wie Studien zeigen. Vor allem die missbräuchlich häufige oder unnötig hoch dosierte Anwendung, teils auch die Gewöhnung an nicht-opioidhaltige Schmerzmittel, ist bei hochgerechnet 1,6 Mio. bis 3,9 Mio. der 18- bis 64-jährigen in Deutschland zu beobachten.

## Illegale Drogen

Rund 15,2 Mio. Erwachsene im Alter von 18 bis 64 Jahren und etwa 481.000 Jugendliche zwischen 12 und 17 Jahren haben aktuellen Schätzungen zufolge zumindest einmal in ihrem Leben eine illegale Droge konsumiert.

Cannabis nimmt sowohl bei den Erwachsenen als auch bei den Jugendlichen die prominenteste Rolle ein: 368.000 Jugendliche im Alter von 12 bis 17 Jahren haben in den letzten 12 Monaten Cannabis konsumiert. Bei den 18- bis 64-jährigen Erwachsenen waren es ca. 3,7 Millionen. Nach Hochrechnungen des epidemiologischen Suchtsurveys aus dem Jahr 2018 sind 309.000 Personen in Deutschland abhängig von Cannabis. Eine Kokainabhängigkeit liegt bei 41.000 und eine Amphetamin-Abhängigkeit bei 103.000 Personen vor.

1.581 drogenbedingte Todesfälle wurden im Jahr 2020 in Deutschland registriert (2019: 1.398 Drogentote).

Hilfe bei Suchtproblemen finden Betroffene und ihre Angehörigen, Fachleute und Interessierte im DHS-Suchthilfeverzeichnis unter: [www.suchthilfeverzeichnis.de](http://www.suchthilfeverzeichnis.de) Mit verbesserten Suchfunktionen bietet das Serviceangebot nach einer grundlegenden Überarbeitung jetzt umfassende Informationen zu über 1.600 Einrichtungen der ambulanten und stationären Suchthilfe in Deutschland.

*Aus: Pressemitteilung der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen e.V. (DHS) vom 14. April 2021*

# Sucht-Selbsthilfe verstärkt digitale Angebote in Corona-Zeiten

**A**lkohol als vermeintlicher Sorgenlöser und Mittel gegen den Pandemie-Stress: Damit schaden Menschen ihrer Gesundheit und riskieren, in eine Suchterkrankung abzugleiten. „Es ist wichtig, sich frühzeitig Hilfe zu suchen, wenn man die Kontrolle über den eigenen Alkoholkonsum verliert. Besonders gefährdet sind Personen, die bereits vor der Corona-Krise einen höheren Alkoholkonsum oder eine Suchtproblematik hatten“, so Dr. Peter Raiser, stellvertretender Geschäftsführer der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen (DHS) anlässlich der Veröffentlichung des DHS Jahrbuchs Sucht 2021.

## Sucht-Selbsthilfegruppen verbessern Lebensqualität

Innerhalb des Suchthilfesystems in Deutschland spielen die rund 5.100 Sucht-Selbsthilfegruppen der DHS-Mitgliedsverbände eine wichtige Rolle. Die Gruppen ermöglichen Begegnungen auf Augenhöhe ohne bürokratische Hürden und verbessern die persönliche Lebensqualität der Teilnehmenden. „Der regelmäßige und selbstbestimmte Austausch mit anderen Betroffenen ist ein wichtiges Prinzip der Sucht-Selbsthilfe und trägt zur Stabilisierung suchtkranker Menschen bei. Etwa 70 bis 80 Prozent der suchtkranken Gruppenmitglieder schaffen es mithilfe eines dauerhaften Gruppenanschlusses abstinent zu bleiben und gewinnen deutlich an Lebensqualität“, erläutert Jürgen Naundorff, Mitglied der Geschäftsleitung beim Sucht- und Selbsthilfverband Blaues Kreuz Deutschland e.V.

## Vielfältige digitale Angebote der Sucht-Selbsthilfe

Weil die regelmäßigen Präsenztreffen der Sucht-Selbsthilfe coronabedingt vielerorts nur eingeschränkt stattfinden, gibt es zahlreiche neue digitale Selbsthil-



Heinz-Josef Janßen

fe-Angebote. Mit virtuellen Gruppentreffen per Videokonferenz, Hybridmeetings, Chats, Podcasts und Selbstbetreffenen, die als digitale Ansprechpersonen zur Verfügung stehen, begegnet die Sucht-Selbsthilfe in Deutschland den Herausforderungen der Corona-Krise. Denn: In Pandemiezeiten begünstigt vor allem Einsamkeit den Suchtmittelmissbrauch und lässt einen Anstieg von Suchtproblematiken befürchten. „Wenn die Gruppen sich nicht treffen können, erhöht das die Gefahr von Rückfällen. Dies hat eine aktuelle nicht-repräsentative Umfrage unter Kreuzbund Gruppenleitungen bestätigt“, sagt Heinz-Josef Janßen, Bundesgeschäftsführer des Sucht-Selbsthilfeverbandes Kreuzbund e.V.

## Mehr Erstkontakte während der Pandemie

Viele Betroffene und ihre Angehörigen erleben die digitalen Möglichkeiten während der Corona-Pandemie als sehr hilfreich. Sucht-Selbsthilfeverbände berichten über eine deutlich erhöhte Zahl von Erstkontakten; beim Kreuzbund meldeten sich in den zurückliegenden Monaten schwerpunktmäßig 20- bis 40-jährige. „Diese Altersgruppe erreichen wir mit unseren herkömmlichen Gruppenangeboten nur schwer“, stellt Sucht-Selbsthilfe Experte Janßen fest.



Jürgen Naundorff

Dennoch können digitale Kommunikationsmöglichkeiten die persönlichen Begegnungen von Angesicht zu Angesicht nicht 1:1 ersetzen. „Nach dem ersten Lockdown 2020 haben die DHS und ihre Mitgliedsverbände sowie die Verbände der Sucht-Selbsthilfe sich mit einer Stellungnahme erfolgreich für die Anerkennung der Systemrelevanz der Sucht-Selbsthilfe eingesetzt“, so der stellvertretende DHS Geschäftsführer Dr. Peter Raiser.

In Corona-Zeiten sind die Treffen der Sucht-Selbsthilfegruppen für die Ehrenamtlichen vor Ort allerdings mit großem organisatorischem Aufwand verbunden. Konzepte müssen laufend an die aktuelle Situation angepasst werden. „Die Teilung der Gruppen, Voranmeldung und die strikte Einhaltung der Hygiene- und Abstandsregelungen führte bei einigen Gruppen zu einer größeren Verbindlichkeit der Mitglieder untereinander. Andere beklagen hingegen, dass vor allem ältere Gruppenmitglieder aus Furcht vor einer Ansteckung mit dem Corona-Virus nicht zu den Vor-Ort-Gruppen kommen“, berichtet Heinz-Josef Janßen.

## Digitale Angebote der Sucht-Selbsthilfeverbände (Auswahl)

- „SoberRadio“, ein Angebot der Guttempler in Deutschland, sendet wö-



- chentlich neue Podcasts mit Interviews rund um die Themen Sucht, Sucht-Selbsthilfe und gelebte Nüchternheit: [www.soberguides.de](http://www.soberguides.de)
- Online-Chats des Kreuzbundes für Suchtkranke und Angehörige auf der Online-Beratungsplattform des Dt. Caritasverbandes im Sinne eines Blended Counseling: [www.kreuzbund.de/chat](http://www.kreuzbund.de/chat)
- Digitale Selbsthilfe bietet das Blaue Kreuz in der Evangelischen Kirche NRW unter [www.mog-bke.de](http://www.mog-bke.de) an. In virtuellen Gruppen tauschen sich Betroffene, Angehörige und Interessierte per Videokonferenz über ihre Sucht aus.
- Online-Selbsthilfegruppen im Blauen Kreuz in Deutschland treffen sich über das Online-Tool „BlueMeeting“: [www.blaues-kreuz.de/selbsthilfe-online](http://www.blaues-kreuz.de/selbsthilfe-online)
- Sucht-Chat: Ein Hilfeangebot der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe bei Alkohol-, Medikamenten-, Drogen- und Glücksspielsucht: [www.sucht-chat.de](http://www.sucht-chat.de)

*Aus: Pressemitteilung der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen e.V. (DHS) vom 14. April 2021*

## Nur etwas Wein in der Soße....

**F**rank Hübner (Vorsitzender des Kreuzbund-Diözesanverbandes Erfurt und Koordinator des Lotsennetzwerks Thüringen) sieht sich manchmal im ZDF die „Küchenschlacht“ an. Seit einiger Zeit hat die Sendung die Vegetarier\*innen für ihr Konzept entdeckt. In Deutschland bezeichnen sich rund 6,5 Millionen Menschen selbst als Vegetarier bzw. als Personen, die weitgehend auf Fleisch verzichten.



Frank Hübner

Dementsprechend wäre es für viele Menschen sicherlich auch gut, wenn man ab und zu das Kochen ohne Alkohol zelebrieren würde. Diesen Vorschlag hat Frank Hübner dem ZDF in der folgenden Mail vom 6. April 2021 gemacht.

Hallo zusammen,

ich bin seit 31 Jahren ein abstinent lebender alkoholkranker Mann. Gegen Alkohol bin ich garantiert nicht, ich bin für Abstinenz für die Menschen, die keine andere Wahl haben!

Und hier beginnen die Probleme, ich komme immer an Grenzen, wenn wir mal mit Freunden essen gehen, und z.B. in der Karte der Alkoholgehalt nicht angegeben ist. Also bin ich gezwungen, mich auf eine Diskussion mit Kellner und Koch einzulassen. Die Antworten, die ich dann bekomme, sind für mich in der Regel nicht akzeptabel. Da bekomme ich gesagt, dass ja nur ein bisschen Wein in

der Soße sei, und das merkt man doch gar nicht.

Diese Gespräche führen dann immer dazu, dass ich mich öffentlich im Restaurant outen muss, dass ich alkoholkrank bin. Das finde ich schlimm und unnötig! Reicht es nicht zu sagen: „Ich möchte keinen Alkohol in meinem Essen haben“! - ohne dass ich hinter vorgehaltener Hand belächelt werde?

### Abschließend einige Zahlen und Fakten zum Alkoholkonsum:

- Im Jahr 2019 betrug der Pro-Kopf-Konsum an alkoholischen Getränken in der Bundesrepublik 128,5 Liter. Das entspricht 10,7 Liter reinem Alkohol.
- Etwa 1,4 Millionen Männer und Frauen im Alter zwischen 18 und 64 Jahren trinken missbräuchlich Alkohol. Sie

nehmen körperliche, psychische und soziale Folgen in Kauf. Männer trinken durchschnittlich deutlich mehr als Frauen.

- Rund 1,6 Millionen Männer und Frauen im Alter zwischen 18 und 64 Jahren sind alkoholabhängig.
- Schätzungen für Deutschland belaufen sich auf etwa 74.000 Todesfälle, die durch riskanten Alkoholkonsum oder durch den kombinierten Konsum von Alkohol und Tabak verursacht werden.



**Das ZDF hat folgendes geantwortet:**

Sehr geehrter Herr Hübner,

vielen Dank für Ihre E-Mail an das ZDF.

Wir freuen uns über Ihr Interesse an unserer Sendung „Die Küchenschlacht“.

Ihre Anregung haben wir der zuständigen Redaktion zukommen lassen. Bitte beachten Sie aber, dass uns jeden Tag zahlreiche Hinweise und Wünsche zu den Sendungen und der Programmgestaltung erreichen. Daher können wir Ihnen heute nicht sagen, ob bzw. wann Ihre Anregung realisiert werden kann.

Mit freundlichen Grüßen  
Ihr Zuschauerservice

# Corona-Krise drückt Alkoholkonsum

In der Corona-Krise haben die Menschen in Deutschland weniger Alkohol getrunken als zuvor, gleichzeitig aber mehr geraucht. Auch während der Corona-Pandemie ist der seit Jahren sinkende Verbrauch alkoholhaltiger Getränke weiter zurückgegangen. Das ist vor allem auf die Maßnahmen zur Eindämmung der Corona-Pandemie zurückzuführen, also die zeitweilige Schließung der Gastronomie, die Absage von Großveranstaltungen sowie die Einschränkungen des grenzüberschreitenden Verkehrs. Das wurde offenbar nicht vollständig durch den Konsum im häuslichen Bereich kompensiert. Das geht aus Zahlen des Statistischen Bundesamtes hervor.

Vor allem der Bierabsatz ist seit März 2020 aufgrund der getroffenen Maßnah-

men zur Bekämpfung der Corona-Pandemie überdurchschnittlich stark eingebrochen. Besonders hoch fiel das Minus während der jeweiligen Lockdown-Monate aus. Der jahrelange Zuwachs an Braustätten in Deutschland wurde gestoppt.

Insgesamt konsumierte jeder Einwohner und jede Einwohnerin im Corona-Jahr 2020 im Durchschnitt knapp fünf Liter Bier weniger als im Vorjahr. Vor diesem Hintergrund sanken die Verbraucherpreise für Bier im Pandemie-Jahr um knapp ein Prozent, während sie in den Vorjahren zum Teil überdurchschnittlich angestiegen waren. Preissenkend hat sich neben den Absatzrückgängen für Bier auch die temporäre Senkung der Mehrwertsteuersätze im zweiten Halbjahr 2020 ausgewirkt.

Beim Tabakverbrauch führte die Corona-Pandemie dagegen zum Teil zu gegenläufigen Entwicklungen. Hier kam es für die verschiedenen Tabakwaren – mit Ausnahme der Zigaretten – zu einem Anstieg des Verbrauchs. So nahm während der Corona-Pandemie, entgegen dem langfristigen Trend, der Absatz von Feinschnitttabak zu. Dieser diente vielen Raucher\*innen offenbar als Ersatz für die im Lockdown nur schwer erhältlichen, preisgünstigeren Zigaretten aus dem Ausland. Die Verbraucherpreise für Tabakwaren stiegen im Jahr 2020 noch deutlicher als in den Vorjahren. Unter den Tabakprodukten hat sich der verstärkt nachgefragte Tabak-Feinschnitt am kräftigsten verteuert.

*Aus: Pressemitteilung des Statistischen Bundesamtes vom 25. März 2021*

# Corona-Pandemie verstärkt Suchtgefahr

Fehlende Strukturen, weniger Sozialkontakte, zunehmende Langeweile: Die Corona-Beschränkungen verstärken die Gefahr von Suchterkrankungen. Vor allem die Rückfallgefahr ist hoch. „Bei vielen Beratungsstellen ist die Nachfrage vor allem seit dem zweiten Lockdown gestiegen“, sagte der Leiter der Landesfachstelle Suchtprävention NRW, Hans-Jürgen Hallmann, der Deutschen Presse-Agentur. „Die fehlende Tagesstruktur, Überforderung durch Kurzarbeit oder Homeoffice, mangelnde soziale Kontakte und Langeweile wirken wie Problembeschleuniger.“

Dabei geht es um Alkohol und Cannabis, aber auch um exzessiven Medienkonsum. Gefährdet seien besonders Menschen, die bereits vor der Pandemie suchtkrank waren und weiterhin Unter-

stützung benötigen. „Ihnen fehlt nun der Halt“, sagt Hallmann. „Rückfälle drohen vor allem bei Menschen, die in Selbsthilfegruppen integriert sind, die sich coronabedingt nicht treffen können.“ Beratungen erfolgen zurzeit überwiegend telefonisch oder per Video.

Gerade für Menschen, die nach einer Sucht abstinent leben, sei der Lockdown problematisch, bestätigt Angelika Schels-Bernards, Referentin für Suchthilfe beim Diözesancaritasverband des Erzbistums Köln. „Frustration und Einsamkeit, aber auch Kurzarbeit und Entlassungen können Menschen zurück in die Abhängigkeit treiben“.

Die Caritas-Beratungsstellen im Erzbistum Köln hatten 2020 doppelt so viele Anfragen erhalten wie im Vorjahr. Oft

sind es Angehörige von Suchtkranken, die nach Hilfen fragen. Da Familien wegen Corona mehr Zeit zusammen zuhause verbringen, falle Suchtverhalten eher auf, so Schels-Bernards. „Vor dem Lockdown boten Schule und Arbeit eine Menge Nischen, um heimlich zu konsumieren.“

Auch bei der Arbeiterwohlfahrt (AWO) gab es sowohl Erstkontakte zu Personen, die im Zusammenhang mit Corona eine Suchtproblematik entwickelten, als auch Kontakte zu Klienten, die in Folge des Lockdowns rückfällig wurden. Die Zahl der Beratungen sei dabei nicht gestiegen, erläutert eine Sprecherin der AWO. Jedoch hätten die Substitutionsambulanzen mehr Abhängige aufgenommen.

*Aus: dpa vom 3. April 2021*

# TERMINE

Unter Vorbehalt finden folgende Veranstaltungen statt:

**23. bis 25. Juli 2021:**

Seminar für alle im Kreuzbund: „Die Kunst der Rede – Menschen verstehen und überzeugen“, Erfurt

**13. bis 15. August 2021:**

Multiplikatoren-Arbeitstagung „Kreuzbund-kompakt“, Bad Soden-Salmünster

**24. bis 26. September 2021:**

Herbst-Arbeitstagung, Stadtbergen bei Augsburg

**26. bis 28. September 2021:**

Konferenz zur Seelsorge im Kreuzbund, Würzburg

**1. bis 9. Oktober 2021:**

Aktivseminar für alle im Kreuzbund: „Wanderexerziten auf dem Hildegard-von-Bingen-Pilgerwanderweg von Idar-Oberstein nach Bingen“ (ausgebucht)

**8. bis 10. Oktober 2021:**

Multiplikatoren-Arbeitstagung „Familie als System“, Osnabrück

**21. bis 24. Oktober 2021:**

Multiplikatoren-Arbeitstagung „Senioren / 55 plus“, Münster

**22. bis 24. Oktober 2021:**

Multiplikatoren-Arbeitstagung „Öffentlichkeitsarbeit“, Magdeburg

**5. bis 7. November 2021:**

Seminar für alle im Kreuzbund: „Dem Gehenden schiebt sich der Weg unter die Füße – Vom Umgang mit Tod und Trauer“, Münster

**20. bis 21. November 2021:**

Bundeskongress, Mülheim / Ruhr

**Hinweis:**

Redaktionsschluss für die Ausgabe 4/2021 ist am 31. August 2021.

trinken kiffen pillenschlucken sniffen zocken  
dauersurfen rauchen spritzen ...

## GIB ORIENTIERUNG!

- Im Internet kennst Du Dich aus.
- Du lebst suchtmittelfrei oder bist Angehörige(r).
- Du bist seit Jahren Kreuzbund-Mitglied.
- Du willst weitergeben, was Du bekommen hast!
- Du möchtest unser Moderator\*innen-Team für den Kreuzbund-Chat verstärken!

Gib ein Signal und melde Dich!  
Wir freuen uns auf Dich!

☎ 02381-67272-21 ✉ tremmel@kreuzbund.de

Werde Moderator\*in  
im Kreuzbund-Chat !

## IMPRESSUM

**Herausgeber/Redaktion:**

Kreuzbund e.V., Selbsthilfe- und  
Helfergemeinschaft für Suchtkranke  
und Angehörige  
Münsterstraße 25, 59065 Hamm  
Tel.: 02381/67272-0  
Fax: 02381/67272-33  
E-Mail: presse@kreuzbund.de  
Internet: www.kreuzbund.de

**Verantwortlich für den Inhalt:**

Gunhild Ahmann

**Redaktionsteam:**

Gunhild Ahmann  
Marianne Holthaus  
Heinz-Josef Janßen  
Paul-Michael Leißner  
Dr. Michael Tremmel  
Ludger Wolff

**Druck:**

Thiekötter Druck GmbH & Co. KG, Münster

**Titelbild:**

Frank Hübner

Auflage: 13.500

Bei unverlangt eingesandten Manuskripten und Leserbriefen besteht kein Anspruch auf Abdruck und Rücksendung. Die Redaktion behält sich Kürzungen vor.

Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben die Meinung des Verfassers wieder, die sich keineswegs mit der Auffassung des Verbandes decken muss.

**Hinweis:**

Wenn Sie uns Artikel schicken, beachten Sie bitte, dass wir nur digitale Fotos in möglichst hoher Auflösung berücksichtigen können. Diese sollten wenn möglich als separate Datei angehängt werden.

Bei Fotos hat der Einsender die Bildrechte und das Einverständnis der abgelichteten Personen sicherzustellen. Soweit nicht anders angegeben, ist der Autor auch für die Fotos verantwortlich.

*Die Redaktion*

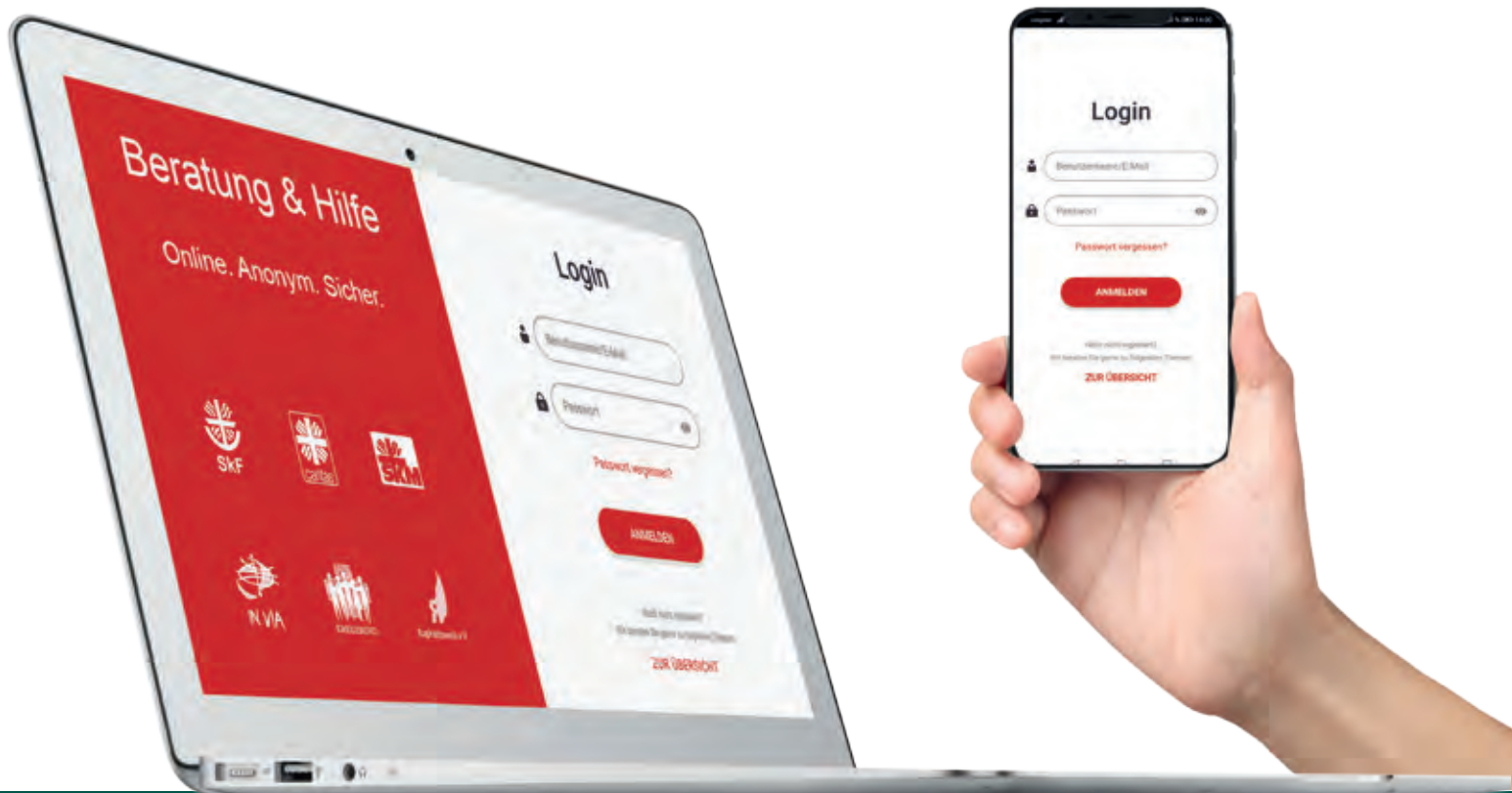
Ein Jahres-Abonnement des WEGGEFÄHRTE kostet 12,50 Euro einschl. Porto.

Diese Zeitschrift ist auf chlorfrei gebleichtem Papier gedruckt.

# NEU!



## Deine Selbsthilfegruppe online. Hilfe für Suchtbetroffene & Angehörige.



MIT ABSTAND AM NÄCHSTEN  
TAUSCH DICH MIT GLEICHGESINNTEN AUS – ES HILFT.



- ✓ Wir sind deine Online-Selbsthilfegruppe, anonym und datengeschützt!
- ✓ Sowohl für Mitglieder der Kreuzbund-Gruppen, als auch für Neue auf ihrem Weg aus der Sucht.
- ✓ Moderiert von Betroffenen & Angehörigen mit langjähriger Selbsthilfe-Erfahrung.
- ✓ Wir sind für alle Suchtthemen offen.
- ✓ Der Chat ist kostenlos.

[kreuzbund.de/chat](https://kreuzbund.de/chat)