



Suchtselbsthilfe Kreuzbund

Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft für Suchtkranke und deren Angehörige

Der Kreuzbund ist ein Fachverband der deutschen Caritas; er arbeitet ehrenamtlich. Wöchentlich treffen sich Betroffene und Angehörige zu Gruppenstunden, um sich von ihrer Sucht zu befreien. Die Suchtselbsthilfe Gruppe Raunheim ist eine offene Gruppe, in der jederzeit Menschen mit einer Suchtproblematik oder einem riskanten Verhalten willkommen sind. In diesem Gesprächskreis geht es um Ursachen und Hintergründe, die zu der jeweiligen Abhängigkeit geführt haben. Wichtig ist der Blick nach vorn und der Mut und die Kraft mit einer persönlichen Veränderungen zu beginnen. In der Kreuzbund-Selbsthilfegruppe gibt es den notwendigen Halt und die Unterstützung der Mitglieder, damit sie auf einen guten Weg gelangen, der sie wieder in ein eigenständiges Leben (ohne die immerwährenden Gedanken an den Alkohol) führt. „Freiheit beginnt, wo Sucht endet“, das ist ihr Slogan und es geht darum, wieder Lebensqualität zu spüren und neu zu leben.



Die Mitglieder wissen genau, wovon sie reden. Sie geben durch ihre eigenen Erfahrungen und eine qualifizierte Hilfestellung auf dem Weg zur Abstinenz. Außerdem werden Bildungsangebote zum Umgang mit der Suchterkrankung und zur Persönlichkeitsentwicklung angeboten. Auch Begegnungen und der Austausch mit anderen Gruppen werden organisiert. Sinn und Ziel ist es, wieder ein zufriedenes, selbstbestimmtes Leben zu führen.

Die Kreuzbundgruppe Raunheim trifft sich jeden Montag von 19.00 bis 20.30 Uhr in der Evangelischen Paulusgemeinde in der Niddastr. 15 in 65479 Raunheim.

Seit Februar 2016 ist eine neue Gruppe für Angehörige durch den Kreuzbund ins Leben gerufen worden. Geleitet wird die Gruppe durch die ausgebildete Suchtkrankenhelferin Christine Müller. Die Gruppe trifft sich am ersten und dritten Montag im Monat ebenfalls im evangelischen Gemeindezentrum in Raunheim. In der Selbsthilfegruppe haben Angehörige wie Lebenspartner, erwachsene Kinder, Verwandte und Freunde, aber auch Arbeitskollegen und Vorgesetzte die Möglichkeit sich über Sucht und Suchtentstehung sowie deren Auswirkungen aufklären zu lassen und sich auszutauschen. Wichtig sei der Hinweis, so Gesundheits- und Suchtberaterin Christine Müller, dass Alkoholsucht seit 1968 eine

anerkannte Krankheit ist und Betroffene einen Anspruch auf ärztliche Hilfe haben. Von den Auswirkungen der Abhängigkeit sind nicht nur die Erkrankten selbst, sondern immer auch die Familie, der Freundeskreis und Arbeitskollegen betroffen. Ganz besonders schlimm kann sich die Sucht eines Elternteils auf die Kinder auswirken, die sich oft schuldig fühlen und die ständigen Stimmungswechsel nicht verstehen. „Mal sind Vater und Mutter gut gelaunt und beschäftigen sich mit dem Kind, doch im nächsten Moment ist alles wieder hinfällig, wird das Kind beschimpft, müssen Aufgaben erledigt werden oder Freunde können nicht mit nach Hause gebracht werden, weil man sich schämt. Es sei deshalb wichtig, sagt Christine Müller, Angehörige anzuleiten sowie Kinder zu entlasten und aufzuklären, um Schaden von ihnen abzuwenden und sie zu stärken. Besonders wichtig sei deshalb, dass auch Angehörige gut darüber informiert seien, wie betroffenen Personen geholfen werden könne. Ebenfalls sehr problematisch wird von Christine Müller Suchtverhalten bei Senioren gesehen, unabhängig davon, ob sie alleine leben oder etwa in einer Senioreneinrichtung. Auch dort müsse hin- und nicht weggeschaut werden, erklärt die Suchtkrankenhelferin, die zu einem unverbindlichen Besuch der Selbsthilfegruppe einlädt.

Kontakt Kreuzbund Gruppe für Angehörige:



Christine Müller

Telefon 06142 21563
Mobil 0151 5152033173
E-Mail
ch.mueller557@gmail.com

Kontakt Kreuzbund Gruppe für Betroffene:



Hajo Müller

Telefon 06142 21563
Mobil 0177 3201804
E-Mail
hajomueller1949@yahoo.com