



hinsehen.

ansehen.

mehr sehen.

Jahresbericht 2023

 **Blaues Kreuz**

Vorwort

Liebe Leserin, lieber Leser,

es ist erstaunlich, durch einen Jahresbericht wie diesen, die Dynamik, die Bewegung und die Veränderungen in einem Werk wie dem Blauen Kreuz zu erspüren. Nach drei angespannten Krisenjahren waren wir gespannt, wie das Jahr 2023 laufen würde. Zwei Coronajahre, dann der Kriegsbeginn in der Ukraine – das drückt auf die Seele.

Dennoch, und das hat auch das Jahr 2023 bestägt, ist vieles in Bewegung. Alles ist von schnellem Wandel gekennzeichnet. Die Digitalisierung schreitet fort und das Blaue Kreuz versucht, gute Möglichkeiten zu nutzen. Einige neue und brauchbare „Werkzeuge“ wurden entwickelt, darunter unsere interne Plattform „Freiraum“, die es ermöglicht, auf einfache Weise sicher zu kommunizieren. Immer mehr Selbsthilfegruppen können sich online über Computer oder Handy von überall aus treffen. Das hätte man sich vor Jahren noch nicht träumen lassen. Und wenn diese Möglichkeiten uns auch immer wieder daran erinnern, über den Mediengebrauch nachzudenken, haben sich zweifelsohne viele Erleichterungen dadurch ergeben.

Der Perspektivprozess hat viele Ergebnisse und auch innovative Ideen zu Tage gefördert. Viele haben daran mitgewirkt. Nun haben wir die so bezeichnete Qual der Wahl. Es muss entschieden werden, welchen Veränderungen Priorität bei der Umsetzung eingeräumt werden soll. Lesen Sie mehr darüber auf den nächsten Seiten dieses Berichtes.

Was wir wohl kaum zu hoffen gewagt hatten, ist eingetreten. Das Jahr 2023 ist eines der erfolgreichsten Jahre des Blauen Kreuzes geworden. In vielerlei Weise, aber auch in wirtschaftlicher Hinsicht. Es macht uns zutiefst dankbar. Und erinnert uns an die Jahreslosung von 2023: „Du bist ein Gott, der mich sieht“!

Ein besonderer Dank gilt allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, unabhängig davon ob ehrenamtlich oder beruflich. Jede und jeder hat beigetragen, dass wir dankbar auf das Jahr 2023 zurückblicken und hoffnungsvoll nach vorne schauen dürfen und die Zukunft getrost anpacken können. Danke auch für viel Unterstützung durch Spenden oder auch größere Beiträge in der Stiftung. Es geht voran. Auch im Jahr 2024!

Im Namen der gesamten Geschäftsleitung grüßen Sie herzlich und dankbar,

Ihr
Reinhard Jahn
und **Matthias Vollgrebe**



Inhalt



- 6 **Vision
Über uns**
- 8 **Jahresthema
„hinsehen. ansehen.
mehr sehen.“**
- 10 **Was uns
bewegt hat**
- 16 **Zahlen, Daten, Fakten**



18



46



36

18 Einblicke
in unsere Arbeit

36 Perspektivprozess 2023

40 Suchtprävention

46 Öffentlichkeitsarbeit

55 Impressum

Wir wollen, dass Menschen suchtfrei und in gesunden Beziehungen leben können. Dafür nehmen wir jeden Menschen bewusst wahr und bieten die bestmögliche Begleitung.

Seit über 135 Jahren helfen wir Menschen, die von Sucht betroffen sind. Unser Auftrag und unser Herzensanliegen ist, Menschen zu begleiten und ihnen zu helfen, einen Weg ohne Suchtmittel zu finden. Langfristig wünschen wir uns für jeden Menschen ein Leben in Freiheit. Mit unseren innovativen und vielfältigen Angeboten möchten wir möglichst viele Menschen erreichen und ihnen kompetent beratend und begleitend zur Seite stehen. Unsere jahrzehntelange Erfahrung und Vernetzung helfen uns dabei.

Wir begleiten durch ehrenamtlich Engagierte und berufliche Fachkräfte. Wir hören Menschen zu, um mit ihnen gemeinsam nach geeigneten Wegen in ein suchtfreies Leben zu suchen. Wir ermutigen, auf Suchtmittel zu verzichten, und laden zum christlichen Glauben ein. Dies geschieht in der Sucht-Selbsthilfe in unseren Landes- und Kreisverbänden, Gruppen- und Vereinen sowie in unseren fachlichen Suchthilfe-Einrichtungen und in der Suchtprävention.



Für Freiheit.
Für mehr LEBEN.

hinsehen.
ansehen.
mehr sehen.

Das Jahresthema 2023 des Blauen Kreuzes Deutschland forderte in vielfältiger Weise heraus



Hinzusehen und nicht wegzusehen war 2023 herausfordernd wie lange nicht. Kaum zu ertragen sind die Bilder aus der Ukraine, die Videos der Geiselnahme in Israel, der Beschuss des Gazastreifens und Israels, die Hungersnot in Afrika. Um nur einige der Katastrophen des Jahres zu benennen.

Wir im Blauen Kreuz Deutschland hatten uns vorgenommen, genau hinzusehen, was Menschen bewegt, was sie sich wünschen, worunter sie leiden, wie sie ihr Leben und ihre Beziehungen bisher gestalteten. Die Not zu sehen – und zugleich die Ressourcen. Oft waren sie „verschüttet“, scheinbar verloren gegangen. Wir entdeckten: Sie sind da. Vielfältig. Manchmal schwer zu bergen. Wir haben hingesehen, um sie nutzen zu können. Die Ressourcen für mögliche Veränderungen.

Wir haben Menschen angesehen. Das tun wir nicht erst seit 2023, sondern seit über 135 Jahren. Und dennoch wollten wir das im vergangenen Jahr noch bewusster tun als bisher – in den Gesprächen der Suchtberatung, bei der Begleitung in unseren Wohneinrichtungen und im ambulant betreuten Wohnen, in den Veranstaltungen der Selbsthilfe, in den Reha-Maßnahmen der Suchtfachkliniken, in den Begegnungen auf der Straße, in der Jugendeinrichtung, den Schulen, den Angeboten im Internet und nicht zuletzt im Knast. Menschen bewusst ansehen, damit sie sich angesehen fühlen können.

Schließlich wollten wir mehr sehen. Das gelang, indem wir gemeinsam mit Menschen, die wir begleiteten, mit Menschen, die uns unterstützten und förderten, genau hingesehen und einander angesehen haben. Plötzlich konnten wir mehr



sehen, nach vorne sehen. Wo bisher nur Barrikaden im Blickfeld standen, eröffneten sich Wege.

Im bundesweiten Perspektivprozess 2022/2023 des Blauen Kreuzes Deutschland schauten wir genau hin: Wo stehen wir? Was lief gut bzw. weniger gut? Was brauchen Menschen, die wir begleiten? Was können wir ihnen bieten? Wir sahen einander an, Mitarbeitende aus verschiedenen Handlungsfeldern auf unterschiedlichen Ebenen. Was bringt jede und jeder mit? Wer einander ansieht, kann aufeinander hören. Das haben wir getan. Gemeinsam konnten wir mehr sehen. Wege in die Zukunft.

Auch vor Ort sahen wir genau hin und sahen die Herausforderungen, die nicht selten zu groß erschienen, als dass sie bewältigt werden könnten. Doch immer dann, wenn wir die Frage stellten

„Was können wir als Blaues Kreuz Deutschland für die Stadt bzw. Region tun?“, und dabei einander ansahen, konnten wir mit den Akteuren vor Ort mehr sehen. Türen öffneten sich, Menschen entdeckten, dass genau diese Herausforderung für sie das Richtige ist, neue Wege konnten beschritten werden. Ein Jahr, das uns zu neuer Sehschärfe verholfen hat. Gott sei Dank!



Jürgen Naundorff,
Leiter des Bereiches
Ideelles und Grundlagen des
Blaues Kreuzes Deutschland

Was uns bewegt hat





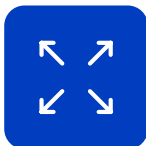


Jahresthema 2023: hinsehen. ansehen. mehr sehen.

Mit unserem Jahresthema „hinsehen. ansehen. mehr sehen“ sind wir ins Jahr 2023 gestartet. Ein Teaser zum Jahresthema gab Inspiration und lud ein, sich mit dem Thema zu beschäftigen. Die Ausgabe 1/2023 des Magazins BLAU erschien zum Jahresthema und gab vielfältige Anregungen und Impulse. Viele Landesverbände und Gruppen griffen das Thema auf und entfalteten es kreativ.



Alle Impulse zum Jahresthema sind zu finden unter www.blaues-kreuz.de/jahresthema-2023



Wie geht Zukunft? – Perspektivprozess 2022/23

Welche Organisationsform und welche Angebote braucht das Blaue Kreuz zukünftig?

Wie sollen sein Profil und seine Qualifikation aussehen? Und wie wollen wir kommunizieren, um gehört und gesehen zu werden? Diesen und weiteren Fragen stellte sich das Blaue Kreuz Deutschland auch 2023 in seinem Perspektivprozess, der im November 2023 seinen offiziellen Abschluss fand. Alle Ergebnisse des Perspektivprozesses wurden in einem Abschlussbericht festgehalten. Mehr dazu erfahren Sie auf den Seiten 36-39 und auf www.blaues-kreuz.de/perspektivprozess



Erfolgreicher Start des Dry January 2023

Dry January ist in aller Munde. In sämtlichen Medien ist Dry January präsent, Eckhard von

Hirschhausen sprach in einem YouTube-Beitrag sogar von einem Megatrend. Erstmals hat das Blaue Kreuz im Jahr 2023 diese Kampagne in Deutschland durchgeführt und über Social Media, die eigene Webseite und Newsletter die Dry January-Community begleitet. Dies geschah mit thematischen Beiträgen, täglichen Social-Media-Posts, Gewinnspielen und wöchentlichem Newsletter. Einen Monat keinen Alkohol zu trinken, war das Ziel. Viele haben mitgemacht und damit nachweislich ihre Gesundheit gefördert.



Blaues Kreuz Deutschland tritt dem Bündnis gegen Sportwetten bei

Das Blaue Kreuz Deutschland ist dem Bündnis gegen

Sportwetten (BgSwW) beigetreten. Schirmherr des Bündnisses ist Burkhard Blienert, Beauftragter der Bundesregierung für Sucht- und Drogenfragen. Das BgSwW setzt sich für die weitestgehende Einschränkung von Sportwettenwerbung ein und fordert die beteiligten Institutionen im Sport zur Wahrnehmung ihrer gesellschaftlichen Verantwortung und zur Stärkung von Forschung und Prävention auf. „Mit unserem Beitritt wollen wir dieses Bündnis stärken. Denn Gesundheitsförderung und Sportförderung sollten wie zwei Seiten einer Medaille sein, aufs engste miteinander verbunden. Deshalb schaden sowohl die Werbung für potentielle Suchtmittel wie Alkohol als auch die Werbung für süchtige Verhaltensweisen wie Sportwetten dem primären Anliegen von Sport, Gesundheit zu fördern,“ erläutert Jürgen Naundorff, Mitglied der Geschäftsleitung. Mehr zum Bündnis erfahren: <https://buenndnis-gegen-sportwettenwerbung.de/>



Design der Marke Blaues Kreuz Deutschland erhält Auszeichnung

In der Kategorie Corporate Design Redesign hat das Design der Marke Blaues Kreuz Deutschland eine Auszeichnung beim Corporate Design Preis erhalten. Unsere Agentur Yellow Tree (Siegen) konnte sich damit gegen viele Mitbewerber durchsetzen. Die Marke Blaues Kreuz steht seit über 135 Jahren für ein Versprechen: Menschen bewusst wahrzunehmen und sie auf ihrem individuellen Weg in ein suchtfreies Leben zu begleiten. In mehreren Workshops wurde der Herzschlag der Marke in Zusammenarbeit mit Yellow Tree zu neuem Leben erweckt. Das zentrale Thema „Freiheit“ wurde in der Gestaltung mit signifikanter Farbgebung und klarem Schriftbild zum Ausdruck gebracht. Als weitere Stilmittel dienten reale, mutmachende Handschriften von Mitarbeitenden, individuelle Icons und eine markante Headline-Gestaltung. Als Blaues Kreuz freuen wir uns sehr über die Auszeichnung für das gelungene Design.



Mehr erfahren:
<https://www.corporate-design-preis.de/preistraeger/2023/projekt/2842/blaus-kreuz-fuer-mehr-leben/>



Online-Selbsthilfe ist aus dem Blauen Kreuz nicht mehr wegzudenken

Fünf neue Online-Gruppen sind 2023 entstanden, darunter eine Gruppe für junge Suchtkranke, eine Gruppe zum Thema Sucht und Straffälligkeit und eine Gruppe zum Thema Sucht und Depressionen. Wir machen die Erfahrung, dass diese Themenschwerpunkte gut für die Menschen sind, die teilnehmen. So kann ein hohes Maß an Verständnis und Erfahrungswissen für die Teilnehmenden erreicht werden. An einer Online-Gruppe teilzunehmen soll leicht sein. Auf www.blaues-kreuz.de/selbsthilfe-online finden Hilfesuchende eine Liste der Online-Gruppen zu unterschiedlichen Terminen und Themenschwerpunkten. Über die Webseite kann direkt mit den Gruppen Kontakt aufgenommen werden. Die Nachfrage nach unseren Gruppenangeboten ist groß, deshalb wünschen wir uns noch mehr Menschen, die den virtuellen Raum für hilfesuchende Menschen öffnen. Wie das geht, wird mit den interessierten Gruppen-Startern individuell besprochen. In regelmäßig stattfindenden Netzwerktreffen haben Gruppenleitende zudem Raum für Austausch, Vernetzung und Weiterbildung. Außerdem fanden eine Schulungsreihe zum Thema Online-Gruppe moderieren, organisieren und begleiten sowie weitere Online-Seminare statt, die auch im nächsten Jahr wieder angeboten werden. Das Projekt Digimeet unterstützt Ehrenamtliche beim Aufbau von Online-Sucht-Selbsthilfegruppen und wird von der BARMER Krankenkasse gefördert.



Mehr erfahren unter
www.blaues-kreuz.de/digimeet

Was uns bewegt hat

Stimmen aus dem haupt- und ehrenamtlichen Bereich des Blauen Kreuzes

Einführungskurs zu den Grundlagen des Glaubens

Mein persönliches Highlight im Jahr 2023 war die Durchführung eines Einführungskurses zu den Grundlagen des christlichen Glaubens. Auf Wunsch der Kirchengemeinde Krakow am See (Mecklenburg-Vorpommern) bot ich von Mitte April bis Ende Juni 2023 im Rahmen meiner ehrenamtlichen Mitarbeit zehn Abende im Gemeindehaus an, die im Schnitt von ca. 20 interessierten Zuhörerinnen und Zuhörern besucht wurden. Vom Teenie bis zum Senior waren alle Altersgruppen vertreten. Fast an jedem der Abende kam mindestens die Hälfte aller Interessierten aus der Reha-Klinik in Serrahn. Neben dem Input zu den Grundfragen des christlichen Glaubens kamen die persönlichen Fragen und die Begegnungen zwischen Menschen in der Einrichtungsdiakonie und aus dem Gemeindekontext nicht zu kurz. Es zeigte sich, dass gerade die suchtkranken Teilnehmenden sehr aufgeschlossen für das waren, was das Evangelium als Möglichkeit für eine Neuorientierung im Leben bereithält. Am Ende des Kurses entschlossen sich einige Teilnehmende für einen Anfang im Christsein und ließen sich am 17. September 2023 im Rahmen eines Gottesdienstes in der Kirchengemeinde Serrahn taufen, andere feierten eine Taufferinnerung im gleichen Gottesdienst und bekräftigten damit

ihre Entscheidung für ein Leben mit Gott. Ohne das werbende Einladen der Ärztin in der Serrahner Klinik, Frau Dr. Zahn, ohne die Fahrdienste mit dem PKW durch Ehrenamtler der Serrahner Gemeinde und ohne die weiterführende seelsorgerliche Begleitung der Kursteilnehmer durch Mitarbeitende der Serrahner Kirchengemeinde wären diese schönen Ergebnisse der Kursabende nicht möglich gewesen. Erfreulich ist zudem, dass ich weiterhin einmal im Monat in einem freiwilligen Angebot für Rehabilitanden in der Klinik ein Thema gestalten kann, dass neben therapeutischen Aspekten eines Rehaprozesses auch den Beitrag des christlichen Glaubens bei der Neuausrichtung für ein Leben ohne Drogen und Alkohol berücksichtigt. Mir machen diese Erfahrungen sehr viel Mut, den Beitrag der praktischen Theologie weiter aktiv einzuspielen, denn Trost zu empfangen, Annahme und erste Liebe von Gott zugesprochen zu bekommen, Vergebung für Schuld zu erleben, Mut zu einem Leben in christlicher Gemeinschaft zu erhalten – all dies sind Aspekte in der Bewältigung einer Suchtmittelabhängigkeit, die so keine andere Disziplin im Rahmen des Hilfeprozesses bereitstellen kann.

Joachim Arnold



ERSCHÜTTERT DURCH TOD

Mich hat der Tod von Michael, meinem Chef und guten Freund, im Februar sehr bewegt, mich erschüttert, mich traurig gemacht.

Liane

Mutig sein

Das Thema des Leitartikels, den ich schreiben durfte für die BLAU 1/24, hat mir gezeigt, wie MUTIG ich sein kann.

Liane

Hinsehen und Anteil nehmen

Eine lebensbedrohliche Krankheit in der Familie beschäftigt mich sehr. Es beeindruckt mich, wie Kolleginnen und Kollegen nicht wegsehen, sondern hinsehen und Anteil nehmen. Nicht nur wie Roboter nebeneinander herzuarbeiten, sondern uns als Menschen gegenseitig wertzuschätzen, durfte ich 2023 erleben. Herzlichen Dank euch dafür!

Anonym

Zahlen, Daten, Fakten*



825.000 Minuten

In 2023 haben wir insgesamt über **825.000 Minuten** am Telefon, digital oder persönlich von Sucht betroffene Menschen beraten. Das sind insgesamt über **18.500** Beratungen deutschlandweit. Zusätzlich betreuen wir jedes Jahr über **1.000** Menschen ambulant und über **920** stationär.



■ Ehrenamtliche
▨ Hauptamtliche

Im Blauen Kreuz Deutschland engagieren sich über

470

hauptamtlich Mitarbeitende

und über

1.400

 Ehrenamtliche.

Mehr als **135 Jahre** **Geschichte**

Seit mehr als 135 Jahren helfen wir Menschen, die von Sucht betroffen sind. Unsere jahrzehntelange Erfahrung und Vernetzung unterstützen uns dabei.



20.000

Gruppenbesucher an über 330 Orten analog und 14 digitale Gruppenangebote.

<https://www.blaues-kreuz.de/selbsthilfe-online>

Durch unsere blu:app, unsere sozialen Medienkanäle und Websites schauen wir auf über

300.500

Interaktionen im vergangenen Jahr zurück.



In 2023 konnten wir auch dank Ihrer

800 T

EURO Spenden an über **360 Standorten** haupt- und ehrenamtliche Suchthilfe leisten.

Einblicke in unsere Arbeit





Hilfe für suchtkranke Menschen in Serrahn

Seit 1971 finden suchtkranke Menschen hier vielschichtige Angebote



Das Serrahner Diakoniewerk (Mecklenburg-Vorpommern) ist seit 2021 fester Bestandteil des Blauen Kreuzes Deutschland. Seit 1971 finden suchtkranke Menschen vielschichtige Hilfen in Serrahn. Inzwischen bilden eine Rehabilitationsklinik, stationäre und ambulante Wohn- und Therapieangebote sowie eine Beratungsstelle ein modernes Netz unterschiedlicher Hilfen. In enger Kooperation mit anderen Trägern und Selbsthilfeorganisationen helfen hier über 50 Mitarbeitende Betroffenen, ihr Leben wieder selbstverantwortlich zu gestalten. Regelmäßig gibt es in Serrahn auch Thementage wie bspw. im Oktober 2023 zum Thema „Angst und Glaube“. Im Mai 2023 startete auch das beliebte Sommer Open-Air-Kino mit unterschiedlichen Filmen wieder auf dem Gelände am See.

Um zeitgemäß zu bleiben und sich stetig weiterzuentwickeln startete im Oktober 2023 das Projekt „Serrahn Roadmap 2028“ mit Haupt- und Ehrenamtlichen vom Diakonischen Zentrum Serrahn e. V., von der Serrahner Diakoniewerk gGmbH, dem Blaukreuz-Landesverband Mecklenburg-Vorpommern und dem Blauen Kreuz Deutschland. Beim ersten Perspektivtreffen wurden verschiedene Teilbereiche erarbeitet, die alle betreffen: Personal, Finanzen, Angebote, Organisationsformen und Öffentlichkeitsarbeit/Marke. In diesen Bereichen wollen sich die Mitwirkenden durch eine langfristige Planung gegenseitig unterstützen, ergänzen, begleiten, Anteil geben und die Einrichtung in Serrahn weiterentwickeln.



Mehr zur Einrichtung erfahren:
www.blaues-kreuz.de/
serrahner-diakoniewerk

Arbeitstherapie mit suchtkranken Menschen

Wiederherstellung und Verbesserung der Arbeits- und Leistungsfähigkeit in unseren stationären Einrichtungen

Die Arbeitstherapie ist ein zentraler Bereich im Rahmen der Rehabilitation suchtkranker Menschen. Sie dient der Überprüfung, Wiederherstellung und Verbesserung der Arbeits- und Leistungsfähigkeit unserer Klientinnen und Klienten. Dabei aktualisiert sie das in der Regel gestörte Verhältnis des Suchtkranken zum Berufsleben, zur Arbeit und zur Freizeitgestaltung. Auftretende Konflikte, beispielsweise hinsichtlich Kooperation, Schwierigkeiten im Umgang mit Mitpatienten oder Vorgesetzten,

Arbeitshaltung und der Leistungsfähigkeit sollen bewusst erlebt und konstruktiv bewältigt werden.

Angestrebt werden eine Förderung der Durchhaltefähigkeit, Sozialkompetenz, Selbständigkeit, Eigeninitiative und eine realistische Selbsteinschätzung der Fähigkeiten mit dem Ziel der beruflichen Wiedereingliederung. Selbstvertrauen und Belastbarkeit werden durch flexiblen Einsatz, steigende Leistungsanforderungen und zunehmende Erweiterung des Aufgabengebietes gefördert.

Arbeitsfelder, die ihre jeweils eigenen Zielsetzungen in der Therapie haben, können sein:

- Hausmeisterei, Hausreinigung und Küche
- Garten- und Landschaftspflege
- Holz- und Metallbearbeitung
- Spezifische arbeitstherapeutische Projekte

Der Kontakt mit der Natur begünstigt beispielsweise neben der Verbesserung der körperlichen Kondition und der Verantwortungsbereitschaft den Abbau seelischer Spannungszustände.

In unseren stationären Einrichtungen finden immer wieder kreative Projekte statt, darunter Mal- oder Holzarbeiten. Beim Weihnachtsmarkt im Dezember 2023 der Bundeszentrale konnten beispielsweise Arbeiten aus der Arbeitstherapie des Blaukreuz-Zentrums Wuppertal-Beyenburg erworben werden. Auch packen die Bewohnerinnen und Bewohner tatkräftig mit an, wo Hilfe nötig ist. So halfen innerhalb der Arbeitstherapie einige der Bewohner und Klienten der Wohneinrichtung in Wuppertal-Heckinghausen bei der Räumung der Parkplätze. Frei nach dem Motto „Wir machen den Weg frei“ wurden die Parkflächen mit vereinten Kräften vom Schnee befreit.



Schneeräumung im Rahmen der Arbeitstherapie in Wuppertal

Sexsucht

Das Blaukreuz-Zentrum München kann helfen

Sucht ist immer die Folge eines fehlangepassten Bewältigungsversuches in menschlichen Problemlagen, die mit einer Überforderung der Betroffenen einhergehen. In solchen Überforderungssituationen verlangt die menschliche Psyche nach geeigneter und rascher Kompensation, unerträgliche Gefühle müssen reguliert und abgewehrt werden. Neben dem abhängigen Substanzkonsum zeigen sich im therapeutischen Alltag zunehmend Verhaltenssuchte als Abhängigkeitserkrankungen mit erheblichem Leidensdruck bei den Betroffenen. Verhaltenssuchte sind Störungen bei alltäglichen Verhaltensweisen – etwa beim Arbeiten, beim Einkaufen, beim Essen, bei der Mediennutzung oder eben im Hinblick auf sexuelles Verhalten.

Die Sucht nach Sex scheint dabei unter dem Radar zu fliegen, weil sie meist nur schleppend Leidensdruck erzeugt und oftmals im Geheimen lebt. Und dennoch dürfte ihre Bedeutung für die Suchthilfe schon jetzt signifikant sein und eher noch weiter zunehmen, schließlich steigt auch die Verfügbarkeit von Sex in den westlichen Gesellschaften rapide an und Sex ist ein zentraler Bestandteil der modernen Konsumgesellschaft. Nach Roth, K. (2007) gehen Schätzungen bereits heute von einer halben Million Betroffener in Deutschland aus. Das intensive Gefühlserleben beim sexuellen Akt wurde seit jeher auch dazu genutzt, Gefühle zu regulieren und innere Spannungen abzubauen, deshalb kann angenommen werden, dass süchtiges Verhalten und Sex sich durch eine tiefe und natürliche Verbindung kennzeichnen. Sexsucht ist grundsätzlich ein vielschichtiges Phänomen, wodurch eine diagnostische Einordnung durchaus schwerfallen kann. So kann sich Sexsucht beispielsweise ohne jeden

persönlichen Kontakt zeigen, indem die sexuelle Erregung ausschließlich über technische Hilfsmittel, bspw. Onlinepornografie, hervorgerufen wird, oder aber Betroffene suchen hochfrequent anonyme oder bezahlte Sex-Kontakte auf.

Dennoch existieren im fachlichen Diskurs verbindende Kriterien, die zu jeder Sexsucht gehören sollen: Eine ausgeprägte Fantasietätigkeit, Onanie und Pornografie. Sexsüchtige ziehen sich noch mehr als andere Suchtkranke aus der Realität zurück, erschaffen in sich eine Art sexuelle Ersatz-Welt, in der eigene Defizite kompensiert und schmerzliche Gefühle abgewehrt werden. Die sexuellen Fantasien finden ihre Umsetzung dann stets in Onanie und Pornografie, die in der Sexsucht als permanente, ritualisierte Handlungen gebraucht werden, um durch ein pseudosexuelles Lustempfinden unangenehme Gefühle zu kontrollieren. Dies führt aber bei den Betroffenen in normalen sexuellen Beziehungen oftmals zu einer sexuellen Abstumpfung und letztlich zu sexueller Frustration und realer Sex-Abstinenz. Sexsüchtige sind deshalb meist nicht in der Lage, befriedigende reale Beziehungen zu führen und leben nicht selten in sozialer Isolation. Dazu kommt, wie bei allen Süchten, eine ausgeprägte Komorbidität (das gleichzeitige Vorkommen von zwei oder mehr verschiedenen Erkrankungen bei einer Patientin oder einem Patienten) bei Sex-Abhängigen, insbesondere das Auftreten von affektiven Störungen wie Depression und Persönlichkeitsstörungen, aber auch das Vorhandensein von weiteren Süchten.

Alkohol beispielsweise trägt zu einer Entthemung während des sexuellen Akts bei, beruhigt aber auch im Hinterher die exzessive Scham

und den permanent verletzten Selbstwert der Betroffenen. Das Ziel bei der Behandlung einer Sexsucht ist eine erfüllende, suchtfreie Sexualität. Anders als bei vielen anderen Süchten kann dabei keine allumfassende Abstinenz als Ziel gesetzt werden. Vielmehr geht es darum, abstinert von seelenlosem, anonymem und pornografischem Sex zu leben. Das entscheidende Kriterium für eine gesunde Sexualität erscheint dann die Einbettung des Sexuellen in eine liebevolle und tiefgehende Beziehung zu sein. Letztlich generiert sich die Sexsucht beinahe immer als Resultat von schädlichen Bindungsmustern und einem gestörten Beziehungsverhalten. Für ein gesundes Sexleben ist die gesunde, authentische Bindung unbedingte Notwendigkeit und Voraussetzung. Einen ersten Schritt können Betroffene unternehmen, wenn sie sich

an Beratungsstellen wenden, z. B. an das Blaukreuz-Zentrum München. Es umfasst Information, Vermittlung und die emotionale Unterstützung von Betroffenen, selbstverständlich unter Einhaltung der Schweigepflicht. Gemeinsam kann dann ein geeignetes Vorgehen überlegt werden und Therapieoptionen differenziert geprüft und geplant werden. Die Beratung kann persönlich in der Beratungsstelle, aber auch telefonisch oder per Video stattfinden.

Michael Thomann,
Pädagoge (M.A.) in der Außenstelle Ost
des Blaukreuz-Zentrums München



Neues wagen!

Gruppen-Angebot für junge Mütter und Väter in Solingen

Der Ortsverein Solingen des Blauen Kreuzes hat unter dem Motto „Neues wagen“ ein neues Selbsthilfeangebot ins Leben gerufen. „Neues wagen‘ steht für zweierlei“, erklärt Bernd Klapper, Leiter der neuen Gruppe. „Einerseits steht es für den Mut der Gruppenteilnehmenden, ein neues alkohol- und drogenfreies Leben zu beginnen, andererseits steht es aber auch für den Neustart der Treffen nach der langen Corona-Zeit.“ Mit dem Gruppenangebot nimmt das Blaue Kreuz Solingen eine neue Zielgruppe in den Fokus, die an den bisherigen Angeboten nicht teilhaben konnte, da diese abends um 19 oder 19:30 Uhr stattfinden: Junge (alleinerziehende) Mütter und Väter, die abends keine Möglichkeit haben, ihre Kinder beaufsichtigen zu lassen. Jungen Eltern kommt das Nachmittagsangebot, das um 16:30 Uhr beginnt, entgegen. Parallel wird eine hausinterne Kinderbetreuung angeboten. „Darüber hinaus wollen wir auch in Spät- oder Frühschichten beschäftigte Arbeitnehmende und andere Menschen ansprechen, die abends keine Zeit haben“, erklärt Bernd Klapper. Bereits um 16 Uhr dürfen Erstbesucher zum Kennenlernen vorbeikommen.

„Unsere Sucht-Selbsthilfegruppen sind nicht nur auf Alkoholabhängigkeit fixiert“, erläutert Willi Klapper, Vorsitzender des Solinger Ortsvereins. „Wir stellen uns zunehmend auch auf andere Süchte wie Medikamenten- und Cannabisabhängigkeit oder Spielsucht ein.“ Rund 80 von Sucht Betroffene, darunter auch Angehörige, besuchen die Selbsthilfegruppen in Solingen, die aktuell von 14 Mitarbeitenden ehrenamtlich betreut werden. In den Treffen geht es um konkrete Lebensbewältigung und praktische Selbsthilfe. Wichtig ist den Solingern auch das unmittelbare Erleben von Gemeinschaft und Freundschaft. Dies zeigt sich neben den Gesprächskreisen in gemeinsamen Freizeitaktivitäten wie Wandern, gemeinsamen Tagesausflügen, Bogenschießen und gemeinsamen Feiern.



Mehr erfahren:
www.blaues-kreuz.de/ov-solingen



„Lifeguard freestyle“ Spannend und gewinnbringend!

Neues Online-Gruppen-Angebot für straffällig
gewordene Suchtkranke

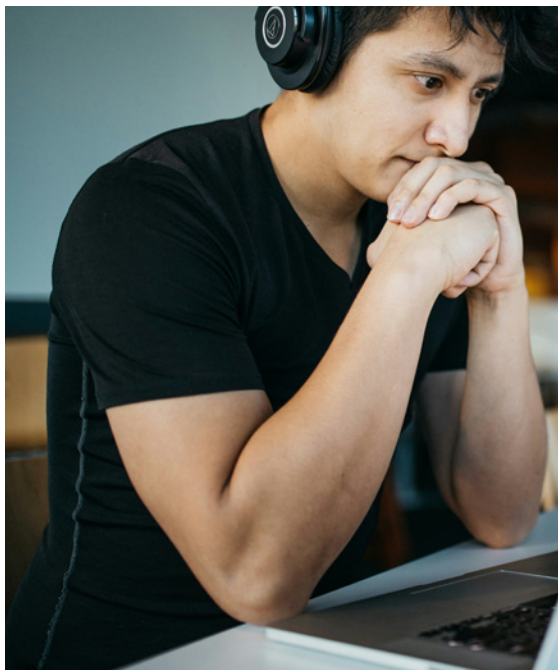
„Lifeguard freestyle“ – so nennt sich eine neue Online-Selbsthilfegruppe, die im Rahmen des Projektes „Digimeet“ entstanden ist (zu Deutsch: Lebensbegleiter in Freiheit). Christiane und Daniel Laqua öffnen einen Online-Raum für straffällige Suchtkranke. Mit Wertschätzung und Respekt wollen sie Haftentlassenen und Menschen, die vor der Haft stehen, begegnen. Christiane und Daniel haben bereits viele Jahre Erfahrung in der Begleitung von suchtkranken Straffälligen. In der JVA Burg (Sachsen-Anhalt) haben sie Inhaftierte besucht und begleitet, mit ihnen über Sucht und ein freies Leben, im doppelten Sinne, gesprochen. Und Daniel weiß, wovon er spricht. Weil gute Kontakte entstanden sind und sich Haftentlassene nicht im Umfeld einer JVA ansiedeln, haben sie online eine Möglichkeit geschaffen, sich gegenseitig zu unterstützen. Die Teilnehmenden der Selbsthilfegruppe haben das Ziel, wieder anerkannter Teil der Gesellschaft zu sein, suchtmittelfrei zu leben und keine neuen Straftaten zu begehen. Die Online-Gruppe startete im April 2023 und trifft sich dienstags 14-täglich von 20:00 bis 21:30 Uhr.



Weitere Infos und Kontakt auf
[www.blaues-kreuz.de/
selbsthilfe-online](http://www.blaues-kreuz.de/selbsthilfe-online)

Online-Seminare im Herbst 2023

Neben vielen Präsenzangeboten bietet die Bildungsarbeit des Blauen Kreuzes seit 2023 vermehrt Online-Seminare an. So wurden im Herbst 2023 sechs Online-Seminare zu verschiedenen Themen aus dem Suchtbereich durchgeführt: „Basiswissen Suchtformen“ und „Basiswissen Mediensucht“, aber auch Themen, die der Persönlichkeitsbildung dienen, beispielsweise „Resilienz“ und „Innere Antreiber“ sowie Themen für die Gruppenarbeit: Gewaltfreie Kommunikation und Gruppe leiten mit Methoden der themenzentrierten Interaktion. Alle Themen haben eine Relevanz für die Selbsthilfearbeit und sind auch



Inhalte der „Grundausbildung für die freiwillige Mitarbeit in der Suchthilfe“.

Es handelte sich für das Blaue Kreuz um ein Pilotprojekt, gefördert durch die IKK classic und die ev. Erwachsenen- und Familienbildung Westfalen Lippe (eEFB). Ziel dieses von Lukas Schülbe und Frank Meier geleiteten Projektes war es, Seminarinhalte mit digitaler Unterstützung anzubieten. Zum einen wurden die Seminare online als Videokonferenz durchgeführt. Zum anderen standen die Inhalte für die Teilnehmenden der Seminare auf der Lernplattform „Freistunde“ zur Verfügung. Dort konnten die Präsentation des Seminars, Arbeitsblätter und weitere vertiefende Inhalte gesichtet und genutzt werden. Zudem konnte die Teilnahmebescheinigung selbständig heruntergeladen und ein Feedback zum Kurs gegeben werden.

Die Online-Seminare wurden von den Teilnehmenden sehr gut bewertet. „Ich bin einfach begeistert und total angesprochen von allen bisher besuchten Seminaren. Die Leitung ist perfekt!“, so eine Aussage aus dem Feedbackbogen. „Wir ziehen ein positives Resümee und werden weitere Online-Seminare anbieten“, sagt Lukas Schülbe, Bildungsreferent im Blauen Kreuz. „Einige Themen werden wiederholt angeboten, aber auch neue Themen werden dazukommen.“



Alle Informationen dazu gibt es auf www.blaues-kreuz.de/veranstaltungen



Lass uns
reden.

Highlights des Blaukreuz-Zentrums Hagen

Klientinnen und Klienten sowie Kinder und Jugendliche erleben Ausflüge und machen bereichernde Erfahrungen

Aufgrund verschiedener Spendenbewilligungen, allen voran von der Boesken-Stiftung, konnten im Jahr 2023 viele tolle Aktionen für die Klientinnen und Klienten des Blaukreuz-Zentrums Hagen (NRW) durchgeführt werden, darunter eine Freizeit in Winterberg (Sauerland), Ausflüge für Kinder aus suchtbelasteten Familien sowie Klientinnen und Klienten des Ambulant Betreuten Wohnens. Zum Blaukreuz-Zentrum Hagen gehören die Wohneinrichtung „Falkenroth-Haus“, Ambulant Betreutes Wohnen, Drachenherz – ein Angebot für Kinder aus suchtbelasteten Familien und eine Suchtberatungsstelle.

Falkenroth-Haus-Freizeiten in Winterberg

Insgesamt 17 Klientinnen und Klienten sowie vier Mitarbeitende des Falkenroth-Hauses des Blaukreuz-Zentrums Hagen haben eine Woche in Winterberg verbracht. Die zwei Freizeiten waren je nach Fitness der Klienten konzipiert und brachten sehr viel Spaß. Der Besuch der Sommerrodelbahn, ein Tag im Freizeitpark Fort Fun, eine Schifffahrt auf dem Biggensee und natürlich der Skywalk in Willingen, der mit 665 m die längste Fußgängerhängebrücke Deutschlands ist, standen auf dem Programm.

Ein weiteres Highlight im Falkenroth-Haus war das jährliche Fest, in diesem Jahr unter dem Motto „Asiatisch“. Die Theatergruppe Szenewechsel führte eine Parodie der Mitarbeitenden des Falkenroth-Hauses auf, indem die Teilnehmenden die Szenen einer Vorstellung von neuen Bewohnern darstellten.

*Gemeinschaft
tut gut!*



Klientinnen und Klienten des Falkenroth-Hauses in Hagen beim Ausflug nach Winterberg auf der längsten Fußgängerhängebrücke Deutschlands



Drachenherz on Tour

Mit den Kindern und Jugendlichen der Drachenherz-Arbeit ging es 2023 zu verschiedenen Ausflügen. Neben Bowling, dem Erlebnispark in Gevelsberg, Lasermaxx und einem Tag in Köln fanden beide Gruppen ihren Abschluss bei einem gemeinsamen Essen mit chinesischem Buffet. Die Jugendgruppe hat zudem durch eine Zuwendung gemäß den Richtlinien zum Kinder- und Jugendförderplan des Landes NRW einige Tage in Berlin verbracht. Der Besuch der bekannten Berliner Monumente (Brandenburger Tor, Reichstagsgebäude, Alexanderplatz etc.) und die Erkundung der Stadt ermöglichten es ihnen, historische und kulturelle Aspekte kennenzulernen, die ihnen sonst möglicherweise nie begegnet wären. Auch die Auseinandersetzung mit der Geschichte Berlins und Deutschlands mit unter anderem ernsten Themen wie dem Nationalsozialismus wurde für die Jugendlichen greifbar.

Bei Drachenherz bekommen Kinder und Jugendliche aus suchtbelasteten Familien kostenkose Beratung und erleben Gemeinschaft in speziellen Gruppenangeboten



Ambulant Betreutes Wohnen (ABW) Hagen – „Mach Blau“

„Mach Blau“ ist eine Initiative des ABW in Hagen und beinhaltet ein von der Boesken-Stiftung finanziertes Freizeitangebot für die Klientinnen und Klienten. 2023 ging es unter anderem zu den Karl-May-Festspielen, ins Freilichtmuseum, Fußballmuseum in Dortmund, zum Weihnachtsmarkt in Oberhausen, in die Zoom Erlebniswelt in Gelsenkirchen und in den Sauerlandpark in Hemer. Da einige Klienten nur schwer zu motivieren waren, wurde das Konzept für 2024 geändert und eine regelmäßige Freizeitgruppe mit entsprechenden Highlights installiert, sodass eine entsprechende Bindung entsteht.

Fachstelle Sucht Hagen „zeigt Gesicht“

Die Fachstelle Sucht war auch im Jahr 2023 wieder aktiv am Aktionstag Glücksspielsucht mit dem Motto „Gesicht zeigen“ beteiligt. Am Vormittag wurde eine Infoveranstaltung für Studierende der Polizeihochschule Hagen durchgeführt und am Nachmittag gab es im Rahmen des Aktionstages eine Plenumsveranstaltung der Polizeihochschule im Ratssaal der Stadt Hagen. Außerdem gingen die Mitarbeiterinnen wieder durch die Hagener Innenstadt und auch in einzelne Spielhallen, um auf das Thema Glücksspielsucht aufmerksam zu machen.

Freizeit im Märkischen Kreis

Im ABW des Märkischen Kreises (NRW) sind die Freizeitangebote stetig gewachsen. Das Büro in Werdohl ist außerdem ein wichtiger Treffpunkt für die Klientinnen und Klienten geworden. 2023 gab es neben dem Osterbrunch, der regelmäßigen Kochgruppe, der Karnevalsparty und der Weihnachtsfeier auch Ausflüge, unter anderem an den Biggensee, ins Freilichtmuseum und auch eine mehrtägige Ferienfreizeit in Heidelberg.



Freizeitangebote werden von den Klientinnen und Klienten besonders geschätzt

Die U25-Sprechstunde

Das Beratungsangebot in Wuppertal richtet sich speziell an Jugendliche und junge Erwachsene bis 24 Jahre

Jedes 6. Kind in Deutschland ist indirekt durch den Konsum der Eltern von Sucht betroffen. Kinder, die in einer suchtbelasteten Familie aufwachsen, übernehmen sehr früh Verantwortung für sich, die Geschwister und auch die Eltern. Dazu haben sie ein höheres Risiko, selbst eine Abhängigkeit zu entwickeln. Das Angebot der U25-Sprechstunde der Beratungsstelle in Wuppertal richtet sich sowohl an Angehörige als auch an konsumierende Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene.

Wichtig in den Gesprächen ist uns ein wertschätzendes Feedback zu der jeweils persönlichen Lebenssituation. In manchen Fällen wurde auf weiterführende Hilfen wie Online-Angebote verwiesen.

Im Rahmen von Familienberatungen nahmen auch einige Eltern konsumierender Kinder und Jugendlicher über die U25-Sprechstunde einen ersten Kontakt zur Suchtberatungsstelle auf. Manche dieser angehörigen Eltern setzten die Gespräche in der allgemeinen Beratung fort und nahmen an den Indikationsgruppen teil.

Über das Stärkungspaket wurde die Stundenzahl für die U25-Arbeit für das Jahr 2023 von acht auf zwölf Stunden aufgestockt. Ein Teil dieses Zeitkontingents wurde für den Ausbau der Vernetzung mit anderen Angeboten verwendet. So fand neben den bereits bestehenden Kooperationen mit BELLADONNA und dem Vorbereitungskreis der NACOA-Suchtwoche ein Informationsaustausch mit Mitarbeitenden der Flexiblen Erziehungshilfe der Diakonie sowie der neuen Kinder- und Jugendpsychotherapeutischen



Hochschulambulanz statt. Auch am Werkstattgespräch „Frühe Hilfen/Suchthilfe“ beteiligte sich das Team. Vernetzungstreffen finden mit dem Arbeitskreis Jugendhilfe-Suchthilfe sowie der Jugendsuchtberatung in Wuppertal Elberfeld statt, die für die Mitarbeiterinnen im Juli 2023 eine Cannabis-Schulung durchgeführt hat.

Regelmäßiger Kontakt besteht zu den Jugendgerichts- und Bewährungshilfen, denn manche der jungen Erwachsenen haben eine gerichtliche Auflage zur Suchtberatung. Im Rahmen der U25-Beratung fand eine Präventionsveranstaltung mit



den FSJlern (Freiwilliges Soziales Jahr) des Internationalen Bundes statt. Eine Klientin und ein Klient aus der allgemeinen Beratung berichteten hier eindrücklich über ihre persönliche Suchtgeschichte.

Dank einer großen Sachspende der Firma IKEA konnte einer der Gruppenräume für Kinder und Jugendliche attraktiver gestaltet und eine gemütliche Sitzcke eingerichtet werden. In dieser entspannten Atmosphäre finden nun die Beratungsgespräche statt.

Die Sitzcke kann auch von Kindern, die ihre Eltern zu Einzelgesprächen oder in die Selbsthilfegruppe begleiten, als Spielecke genutzt werden. Mit der 14-täglich stattfindenden Dienstagsgruppe hält der Blaukreuz-Ortsverein Wuppertal unter der Überschrift „Eltern mit Kindern willkommen“ ein Gruppenangebot mit gleichzeitiger Kinderbetreuung vor.

Langfristig helfen

Das ist das Ziel der Stiftung Deutsche KinderSuchthilfe

Die Stiftung Deutsche KinderSuchthilfe will Kinder und Jugendliche vor Suchtgefahren bewahren, sie mit christlichen Grundwerten bekannt machen und ihnen soll dabei geholfen werden, für sich ein suchtmittelfreies Leben zu gestalten. (Auszug aus der Satzung)

Das ist der Zweck unserer Stiftung. Um diesen Zweck erfüllen zu können, generieren wir Kapitalerträge, werben um Spenden und freuen uns über erhaltene Bußgelder. Herzlichen Dank dafür! Um langfristig helfen zu können, ist es zudem wichtig, das Stiftungskapital zu erhöhen. Dafür sind wir auf sogenannte „Zustiftungen“ angewiesen. Im Jahr 2023 konnten auf diese Weise 41.059,00 Euro dem Stiftungskapital zugeführt werden. Je größer das Stiftungskapital ist, umso höher sind die jährlichen Kapitalerträge, mit denen wir wichtige Projekte fördern können. Herzlichen Dank für alle Zustiftungen!

Die Zahlen aus 2023:

Die Gesamtspenden betragen: 12.918,10 Euro
Zustiftungen: 41.059,00 Euro
Bußgeldzahlungen: 1.700 Euro
Zins- und Dividendenerträge: 2.765,42 Euro
Jahresüberschuss: 16.465,32 Euro

Ausschüttungen in 2023:
17.000 Euro gingen an drei Empfänger

Das Stiftungskapital betrug zum 31.12.2023:
573.906,70 Euro.

Die Rücklagen betragen zum Stichtag vor Gewinnverwendung 41.050,89 Euro.
Das Vermögen/Bilanzsumme der Stiftung beträgt zum 31.12.2023: 631.423,61 Euro.



**Stiftung Deutsche
KinderSuchthilfe**

Wenn Sie die Stiftung mit einer Zustiftung oder Spende unterstützen möchten oder wissen wollen, welche Projekte wir in 2023 gefördert haben, informieren Sie sich gerne unter
www.blaues-kreuz.de/kindersuchthilfe

Nehmen Sie mit uns Kontakt auf:
E-Mail: kindersuchthilfe@blaues-kreuz.de
Telefon: 0202 62003-30
Oder per Post:
Stiftung Deutsche KinderSuchthilfe,
Schubertstr. 41, 42289 Wuppertal

STIFTUNGSKONTO

KD-Bank eG – die Bank für Kirche
und Diakonie, Dortmund
IBAN: DE71 3506 0190 1013 5910 12
BIC: GENODED1DKD



Wie geht Zukunft?

Perspektivprozess des Blauen Kreuzes Deutschland

Welche Organisationsform und welche Angebote braucht das Blaue Kreuz zukünftig? Wie sollen sein Profil und seine Qualifikation aussehen? Und wie wollen wir kommunizieren, um gehört und gesehen zu werden? Diesen und weiteren Fragen hat sich das Blaue Kreuz Deutschland zwei Jahre lang in seinem Perspektivprozess gestellt. In den drei Teilprojektgruppen „Kommunikation und Markenbildung“, „Qualifikation und Profil“ sowie „Unternehmensorganisation und -entwicklung“ wurde in Teams zielstrebig gearbeitet. Entstanden sind Konzepte, wie das Blaue Kreuz in der Zukunft aufgestellt sein will.

In mehreren Online-Workshops unter Begleitung des externen Beraters Stefan Lingott ging es um Angebotsvielfalt, Parameter für das zukünftige Portfolio und die künftige Ausrichtung des Blauen Kreuzes. In der Kommunikation stand Heiko Rafflenbeul von der Agentur „Yellow Tree“ beratend zur Seite. Das große Thema „Digitalisierung“ wurde von Joachim Stängle begleitet.

Insgesamt wirkten circa 50 haupt- und ehrenamtlich Mitarbeitende am Perspektivprozess in rund 80 Arbeitspaketen, verteilt auf die Teilprojektgruppen, mit. In regelmäßigen Meetings gab es Abstimmungen zwischen den Leitungen der Teilprojekte sowie rund 20 Treffen des Lenkungs-kreises.





Kommunikation und Markenbildung

Die Teilprojektgruppe 1 „Kommunikation und Markenbildung“ beschäftigte sich neben der internen Kommunikation im Blauen Kreuz auch mit der externen Kommunikation. In einem Zielgruppenworkshop wurden die Zielgruppen des Blauen Kreuzes definiert und sogenannte Personas entwickelt. Entstanden sind ein Kommunikationsprinzip, Leitlinien für die Kommunikation, ein erstes Konzept für interne Veranstaltungen sowie eine Kommunikationsstrategie, in der alle Medien und Kanäle des Blauen Kreuzes bewertet wurden. Ein erstes Ergebnis des Perspektivprozesses war ein Relaunch des Magazins BLAU, das nun noch besser ins Corporate Design passt und sowohl inhaltlich als auch optisch verbessert wurde. In der Umsetzung ist nun auch eine Neugestaltung der Hauptwebseite www.blaues-kreuz.de, die im Juni 2024 abgeschlossen sein soll. Weitere Ergebnisse sollen nach und nach umgesetzt werden.

Profil und Qualifikation

Wo und wie sollen fachliches und geistliches Profil ineinandergreifen? Wie kann beides zeitgemäß gelebt werden? Welche gemeinsamen Werte und Leitlinien können Orientierung bieten? Worin drückt sich dies aus? Welche Qualifikationen benötigen wir in Zukunft? Und welche Schulungsangebote werden benötigt? Diesen und weiteren Fragen hat sich die Teilprojektgruppe 2 gestellt. Erarbeitet wurde, wie die Grundlagen des Blauen Kreuzes auf dem biblischen Menschenbild basierend zeitgemäß formuliert und ausgerichtet werden können. Ebenso, welche Megatrends unsere Arbeit von außen beeinflussen. Wir möchten verbindliche Zugehörigkeit fördern und so wurde ein Vorschlag für die Mitgliedschaft im Blauen Kreuz erarbeitet, der ermöglicht, dass noch mehr Menschen motiviert werden, Mitglied im Blauen Kreuz zu werden.



Weiter wurde das Thema „Abstinenz und Glaube“ beleuchtet, woraus mehrere Dokumente zu unterschiedlichen Themen, darunter theologisch-antropologische Überlegungen, entstanden sind. Auch wurden Auswirkungen auf die verschiedensten Bereiche (interdisziplinär) der Suchthilfe erarbeitet und welche Konsequenzen das für unsere Angebote hat. Erste Überlegungen zu einem Bildungscampus, der alle Weiterbildungen, Seminare und Veranstaltungen unter einem Dach vereint, wurden getroffen und sollen 2024 weiterentwickelt werden.



In mehreren Workshops begleitete Stefan Lingott (Bild oben links) den Projektprozess

Unternehmensorganisation und -entwicklung

Die Teilprojektgruppe 3 „Unternehmensorganisation und -entwicklung“ beschäftigte sich mit den grundlegenden Fragen, wie das Blaue Kreuz vom Organisationsdesign, der digitalen Struktur und dem Angebotsportfolio aufgestellt sein sollte, um zukunftsfähig zu sein. Entwickelt wurde ein Vorschlag zu einer Netzwerkorganisation und einer neuen Organisationsform, in der neben dem Bildungscampus auch ein Blaukreuz-Dienstleistungszentrum sowie ein -Kompetenzzentrum verankert sein soll. Manche geplanten Veränderungen sind alternativlos wie beispielsweise, dass unser Bildungs- und Begegnungszentrum eigenständig werden muss (steuerlich motiviert). Auch für blu:prevent, die Suchtpräventionsarbeit des Blauen Kreuzes soll nach Möglichkeiten gesucht werden, eine eigenständige Einheit zu werden.

Ein weiteres großes Thema war die Digitalisierung im Blauen Kreuz. Dazu wurde an einer Gesamtstrategie gearbeitet, aus der heraus bereits eine „Denkfabrik Digitalisierung“ ins Leben gerufen wurde. Das Thema Digitalisierung wird noch länger beschäftigen, das Blaue Kreuz steht hier in den Startlöchern.

Präsentation der Ergebnisse

In mehreren sogenannten „Sounding-Boards“ wurden die Ergebnisse zunächst Verantwortungsträgern und Führungskräften im Blauen Kreuz präsentiert und zum Dialog eingeladen. Im November 2023 endete der Perspektivprozess offiziell. In der Bundesversammlung (höchstes Gremium des Blauen Kreuz in Deutschland e. V.) wurden am 17. November 2023 die Ergebnisse des Perspektivprozesses in Dialogforen zu unterschiedlichen Themen, zu dem auch Führungskräfte aus den beruflichen Einrichtungen des Blauen Kreuzes eingeladen waren, nochmals vorgestellt und zum Austausch eingeladen. Abends gab es ein festliches Abendessen zur Feier des Abschlusses des Perspektivprozesses. Alle Ergebnisse wurden in einem Projektbericht festgehalten. Informationen an alle Mitarbeitenden im Blauen Kreuz erfolgten Anfang 2024. Nun geht es in einem Folgeprojekt, für das die Weichen im Frühjahr 2024 gestellt wurden, in die Umsetzung.



Mehr erfahren:
[www.blaues-kreuz.de/
perspektivprozess](http://www.blaues-kreuz.de/perspektivprozess)

VERSUCHUNG

SUCHT GRENZEN

„Auf eingefahrenen
Gleisen kommt man
an kein neues Ziel.“

Paul Mommertz

Acht Jahre Innovation in der Suchtprävention

Suchtprävention am Puls der Zeit

In einer Welt, die geprägt ist von schnellem Wandel, der rasanten Entwicklung neuer Technologien und in der jeglicher Konsum rund um die Uhr möglich ist, stellt sich die Frage: Wie muss eine effektive und relevante Suchtprävention aussehen?

Mit dieser Frage hat sich blu:prevent 2023 auf den Weg gemacht und bewusst seine StartUp-Mentalität neu oder wiederentdeckt. Doch was beinhaltet diese Mentalität? StartUps (neu gegründete Unternehmen) sind geprägt von einer Innovationsfreude, Dynamik und Risikobereitschaft. Sie sehen Probleme und schaffen neue Lösungen. Das Team eines StartUps lebt von der Leidenschaft jedes und jeder Einzelnen, der/die sich gemeinsam mit den Kolleginnen und Kollegen aktiv für die Vision der Organisation einsetzt.

Innovationsfreude

Dieses Merkmal wurde 2023 durch die neuartige Onlineplattform **blu:base** sichtbar. Durch diese Suchmaschine der Suchtprävention wurde ein neuer Ansatz für eine niederschwellige Suchtprävention geschaffen, der dank enger Zusammenarbeit mit der Zielgruppe ganz gezielt auf die Bedürfnisse der Generation Z abgestimmt ist.



Durch aktuell knapp 500 Medienbeiträge aus der Lebenswelt von Jugendlichen und mit der Unterstützung eines Chat-Roboters (Chatbot), der auf künstlicher Intelligenz (KI) basiert, hilft die blu:base ihnen bei der Entwicklung einer gesunden Suchtkompetenz und gibt Antworten auf Lebensfragen. Darüber hinaus wird die blu:base aktiv von Jugendlichen mitgestaltet und ist mit einem digitalen und analogen Hilfenetzwerk verknüpft.

Seit Ende November haben 2373 Besuchende die Plattform genutzt. Über 7000 einzelne Seiten wurden aufgerufen. Auch der für die Plattform eingeführte Podcast „X-Talk“ konnte in den ersten beiden Folgen schon 765 Aufrufe verzeichnen.



Hohe Dynamik und Agilität

Das eLearning-System **blu:interact** wurde 2023 stetig verbessert und an die Bedürfnisse der Anwenderinnen und Anwender sowie an neue gesellschaftliche Anforderungen angepasst. In den regelmäßig stattfindenden Workshops mit über 140 Fachkräften aus Schulen, Ämtern, gemeinnützigen Organisationen und aus der betrieblichen Suchthilfe hat das Team **blu:interact** erfolgreich in den Alltag der Multiplikatorinnen und Multiplikatoren implementieren können und gleichzeitig wertvolle Anregungen mitgenommen und umgesetzt. Herausgekommen sind unter anderem neue Themenreihen zu den Themen Cannabis und Selbstwert mit insgesamt zehn neuen Modulen. Auch wurde das Nutzungserlebnis (User-Experience) stetig verbessert, indem beispielsweise das Design angepasst wurde.

Auch die **blu:app** wurde auf das sich ändernde Nutzungsverhalten der Jugendlichen angepasst und optimiert. Leider musste das einstündige Livechat-Angebot aufgegeben werden und die 24/7 erreichbare Online-Plattform **blu:base** integriert, deren Chatbot Hilfesuchende automatisch zu Chat-Angeboten des **blu:prevent**-Netzwerks weiterleitet. Zudem bietet die App weiterhin den direkten Zugang zum eLearning-System

blu:interact und rundet damit das Toolangebot für eine moderne Suchtprävention ab. Durch diese dynamischen Änderungen bleibt die **blu:app** nicht nur zeitgemäß, sondern setzt Maßstäbe für die digitale Zukunft.

Im Jahr 2023 wurden durch die Einführung themenbasierter Kombi-Pakete im **blu:shop** die Angebote neu strukturiert. Speziell für Suchtpräventionsveranstaltungen konzipiert, ermöglichen diese Kombi-Pakete einen unkomplizierten Zugang zu passendem Material. Multiplikatoren und Multiplikatorinnen, die Veranstaltungen selbst durchführen, müssen nicht mehr mühsam nach Ressourcen suchen. Stattdessen können sie einfach das gewünschte Thema auswählen und das entsprechende Material kostenlos bestellen. Diese Neuerung vereinfacht nicht nur den internen Prozess, sondern trägt auch dazu bei, die Suche nach relevantem Material für Präventionsveranstaltungen effizienter und zielgerichteter zu gestalten.

Teamkultur

In einem StartUp ist die Teamdynamik entscheidend, da effektive Zusammenarbeit und Verständnis für die Kollegschaft den Erfolg maßgeblich beeinflussen. Auf drei Teamklausuren hat das Team **blu:prevent** daher intensiv an neuen Arbeitsweisen getüftelt, sich als Einzelpersonen besser kennengelernt und die Vielfalt seiner Persönlichkeiten verstanden. Die gemeinsam gesteckten Ziele, stärken nun die fokussierte und zielgerichtete Arbeit, während das bessere Verständnis füreinander die Zusammenarbeit im Team nachhaltig verbessert.





*Hier geht's zum
Teaser „Euphemia“*



Risikobereitschaft

In einem StartUp ist die Bereitschaft Risiken einzugehen von entscheidender Bedeutung. Diese Bereitschaft hat blu:prevent durch seinen **Kurzfilm „Euphemia“** gezeigt, der die klassischen Grenzen der Suchtprävention herausfordert. Mit seinem cinematischen Stil präsentiert sich Euphemia als unkonventionelles Konzept,

das besonders bei Jugendlichen Anklang findet. Diese Risikobereitschaft hat sich als lohnend erwiesen, wie die beeindruckenden Zahlen belegen: Insgesamt 14.506 Aufrufe, davon 4.937 auf YouTube und 9.569 auf Instagram. Die positive Resonanz unseres innovativen Ansatzes zeigt, dass das Eingehen von kontrollierten Risiken oft mit kreativen und erfolgreichen Ergebnissen verbunden ist.

Acht Jahre Innovation

Seit nun mehr acht Jahren lebt das Team blu:prevent Innovationsgeist und hat sich in der digitalen Suchtprävention einen Namen gemacht. Diese langjährige Erfahrung ermöglichte 2023 eine spannende **Kooperation mit dem Landschaftsverband Westfalen-Lippe (LWL)**. Bei diesem Projekt fusionieren eine etablierte analoge Suchthilfe mit moderner digitaler Suchtprävention. Im Fokus dieser Partnerschaft steht die Digitalisierung des bewährten FreD-

Programms. Durch die Integration auf das eLearning-System blu:interact wird eine innovative Plattform geschaffen, die FreD-Trainerinnen und -Trainer eine zeitgemäße Art der Suchthilfe bietet. „Diese Kooperation zeigt nicht nur unsere fortwährende Verpflichtung zur Innovation, sondern auch die Anerkennung unseres Expertenstatus auf dem Gebiet der digitalen Suchtprävention“, so blu:prevent.

*Motivierte Teilnehmende des Projekts FreD online
beim gemeinsamen Workshop in Dortmund*



Ein krönender Abschluss

Egal ob StartUp oder etablierte Einrichtung: Gemeinsam Erfolge feiern hat eine besondere Bedeutung bei blu:prevent. Einen Erfolg erlebte das Team, als es eine großzügige Spende der BMW Group Leipzig erhielt. Durch einen Spendenlauf sammelten die Mitarbeitenden 14.000 Euro, mit denen sie die blu:prevent-Arbeit unterstützen. „Über diese Wertschätzung und Anerkennung der Relevanz unseres Angebotes haben wir uns mehr als nur gefreut“, berichtet das Team.

Im November 2023 konnte das Team blu:prevent auf verschiedenen Events, unter anderem in Berlin und Leipzig, sein Angebot präsentieren und durchweg positive Resonanz erfahren. Diese Resonanz wurde gefeiert und motiviert das Team für das kommende Jahr.

Benjamin Becker, Leiter von blu:prevent, freute sich über die großzügige Spende der BMW Group Leipzig



Menschen begleiten und Präsenz zeigen

Entwicklungen in der Öffentlichkeitsarbeit



en



Mit über 135 Jahren Erfahrung begleitet das Blaue Kreuz Deutschland Menschen auf ihrem Weg in ein suchtfreies Leben. Dies tut es liebend, lebendig und professionell. Auf Basis dieser Werte wurde im Jahr 2021 das Corporate Design des Blauen Kreuzes neu definiert und designt. Das Corporate Design (gestaltet von der Agentur Yellow Tree, Siegen) des Blauen Kreuzes hat Ende 2023 eine Auszeichnung beim Corporate Design Preis erhalten und konnte sich damit gegen viele Mitbewerber durchsetzen. Als Blaues Kreuz freuen wir uns sehr über die Auszeichnung für das gelungene Design.



Mehr erfahren:
<https://www.corporate-design-preis.de/preistraeger/2023/projekt/2842/blau-es-kreuz-fuer-mehr-leben/>

Wir entwickeln kreative Wege, um Menschen zu erreichen.

Neuaustrichtung der Öffentlichkeitsarbeit

Auch im Jahr 2023 lief das Projekt „Neuaustrichtung der Öffentlichkeitsarbeit“ (Start im Jahr 2022) weiter. Nachdem 2022 bereits fünf neue Broschüren und ein neuer Flyer für von Sucht betroffene Menschen entstanden sind, ging es 2023 eher um die digitale Neuaustrichtung. Gemeinsam mit der Agentur webkon (Stadtlohn) wurde an der Neukonzeptionierung der Webseite www.blaues-kreuz.de gearbeitet, die im Juni 2024 fertig werden soll. Das Projekt kann durchgeführt werden mit finanzieller Förderung des BKK Dachverband, dem wir an dieser Stelle herzlich danken. Im weiteren Verlauf des Projektes ist auch ein neuer Film für das Blaue Kreuz geplant, der ebenfalls bis Ende Juni fertig sein soll.



Pressearbeit und Pressemitteilungen

Im Jahr 2023 wurden sechs Pressemitteilungen veröffentlicht, die mit einer Medienreichweite von durchschnittlich 1.175 Medien insgesamt bei ca. 19.634 Meinungsmachern und Journalisten Beachtung fanden. Insgesamt ist das Blaue Kreuz bei Presse und Medien weiterhin gefragt als Ansprechpartner zum Thema Sucht. 56 Artikel erschienen in unterschiedlichen Medien im Jahr 2023, von denen der Bundesverband Kenntnis hat.

Unterwegs mit dem Magazin BLAU

Zwei- bis dreimal im Jahr trifft sich ein Redaktionsteam aus haupt- und ehrenamtlich Mitarbeitenden, um die Themen für das Magazin BLAU zu planen und inhaltlich weiterzuentwickeln. Fünf spannende Ausgaben des Magazins BLAU erschienen im Jahr 2023 zu folgenden Themen: „hinsehen. ansehen. mehr sehen“ (BLAU 1/23), „Cannabis: Rausch und Wirklichkeit“ (BLAU 2/23), „Das Leben ist zu kurz für irgendwann“ (BLAU 3/23), „Die Macht des Suchtgedächtnisses“ (BLAU 4/23) und „Die Macht der Musik“ (BLAU 5/23).



Viele Ausgaben des Magazins BLAU können über unsere Website bestellt werden: www.blaues-kreuz.de/magazin-blau



Menschen erreichen über die Sozialen Medien

In den Sozialen Medien ist das Blaue Kreuz Deutschland präsent auf Facebook, Instagram, X und YouTube. Mit 2104 Followern (2022 waren es 1971) erreicht das Blaue Kreuz Deutschland auf Facebook noch die meisten Menschen, dicht gefolgt von Instagram mit 1406 Followern (2022 waren es 1216) (Stand Januar 2023). So konnten im Jahr 2023 insgesamt auf Facebook 25.872 Menschen organisch (heißt, nicht werbefinanziert) und auf Instagram 4324 Menschen erreicht werden. Regelmäßig ist das Blaue Kreuz mit seinem Videoformat „BlueSpirit“ in den Sozialen Medien präsent. Seit Ende 2023 ist das Videoformat nun unter dem Namen „BlauTöne“ zu finden. Hinter BlauTöne verbergen sich Videoimpulse mit Gedanken zum Weiterdenken von Jürgen Paschke, dem Bundesvorsitzenden des Blauen Kreuzes Deutschland.

Mit einem besonderen Projekt beschäftigte sich das Redaktionsteam in der zweiten Jahreshälfte 2023: Ein Relaunch der Blaukreuz-Zeitschrift. Mit finanzieller Unterstützung der Techniker Krankenkasse wurde das Magazin BLAU aufgefrischt und mit einem neuen und modernen Design versehen. Ein neuer Beileger namens „BLAU persönlich“ beinhaltet Artikel aus dem bunten Blaukreuz-Leben sowie Geburtstage, Abschiede, Mitglieds-Jubiläen und neue Mitglieder. Das Impulsblatt „füreinander“ wurde eingestellt. Umgesetzt wurde die Neugestaltung mit der Agentur Yellow Tree aus Siegen, die das Blaue Kreuz schon seit einigen Jahren begleitet. Das Magazin BLAU erscheint nun nur noch viermal im Jahr mit je 48 Seiten. Im Laufe des Jahres 2024 soll es BLAU auch als digitales Angebot geben.



Alle Folgen zum Nachschauen gibt es auch hier:
www.blaues-kreuz.de/blautoene

Intern gut vernetzt

Neu unterwegs ist das Blaue Kreuz mit seiner internen Plattform namens „Freiraum“, die den alten Login-Bereich abgelöst hat. Der interne Bereich steht haupt- und ehrenamtlich Mitarbeitenden, Mitgliedern und Freunden zur Verfügung. In mehreren Einführungsveranstaltungen, die online stattfanden, konnten Interessierte aus dem Blauen Kreuz den neuen internen Bereich kennenlernen und testen. Neben der bewährten Dateiablage, einer Chronik mit allen Neuigkeiten sowie der Kalenderfunktion punktet „Freiraum“ mit einem Chat und noch besseren Vernetzungsmöglichkeiten, die die Zusammenarbeit innerhalb des Blauen Kreuzes verbessern.

Informieren und Präsenz zeigen

Die Webseite des Blauen Kreuzes stellt umfangreiche Informationen für von Sucht betroffene Menschen, aber auch für haupt- und ehrenamtlich Mitarbeitende bereit. Im Jahr 2023 wurde diese 132.249 Mal besucht mit 460.880 Seitenaufrufen. Gemeinsam mit der Agentur webkon wurde 2023 bereits an einem Website-Relaunch gearbeitet. Ziel des Relaunches ist es, neben der Anpassung an das neue Corporate Design, die Informationen noch zielgruppengerechter aufzubereiten, Wege zu verkürzen und die Zielgruppen des Blauen Kreuzes noch besser und schneller zu erreichen. Die neue Webseite soll im Juni 2024 fertig werden.

Unsere monatlich erscheinenden Newsletter sind neben Webseite und internem Bereich das Hauptkommunikationsmittel des Blauen Kreuzes, um wichtige Informationen direkt in das elektronische Postfach der Empfänger und



Empfängerinnen zu transportieren. Die Verantwortlichen arbeiten stetig daran, besonders die interne Kommunikation im Blauen Kreuz zu verbessern. Dies unter anderem mit zwei internen Newslettern, die sich speziell an haupt- und ehrenamtlich Mitarbeitende richten namens Haupt- und Ehrensache. Themen werden zielgruppenspezifisch aufbereitet, um bestmöglich zu informieren, zu motivieren, zum Dialog einzuladen und zu unterstützen. Der allgemeine Newsletter des Blauen Kreuzes richtet sich darüber hinaus an Interessierte und kann über die Webseite abonniert werden: www.blaues-kreuz.de/newsletter

Neben den vielen unterschiedlichen Flyern unserer Einrichtungen, Vereinen und Begegnungsgruppen stellt der Bundesverband vielfältige Flyer und Broschüren zum Download bereit, versendet aber auch Printmaterial an Hilfesuchende, Unterstützende und Interessierte. So sind 2023 von unseren Auszubildenden 11.352 Flyer und Broschüren sowie Plakate und Postkarten versandt worden.

Informieren

Motivieren

Zum Dialog einladen

Unterstützen



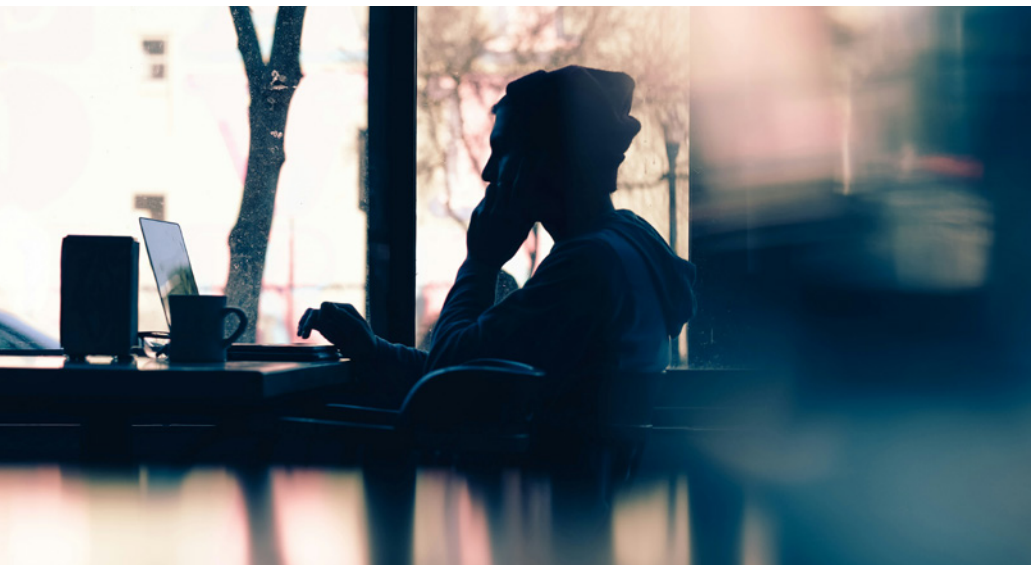
Jetzt ist die Zeit! – Blaues Kreuz Deutschland auf dem Kirchentag in Nürnberg

Mit einer Badewanne voll leerer Alkoholflaschen sorgte der Stand des Blauen Kreuzes Deutschland für einen Hingucker auf dem Kirchentag, der vom 7. bis 11. Juni 2023 in Nürnberg stattfand. Das Blaue Kreuz gestaltete gemeinsam mit vier haupt- und sechs ehrenamtlich Mitarbeitenden einen 27 m² großen Stand im Forum Diakonie in Halle 9. Eine Badewanne mit leeren Flaschen symbolisierte den durchschnittlichen Pro-Kopf-Konsum von Alkohol in Deutschland und half, mit den Standbesuchenden schnell ins Gespräch zu kommen. Laut Pressemitteilung des Kirchentages nahmen rund 70.000 Menschen am Kirchentag teil. Besonders am Feiertag gab es einen großen Ansturm auf den Stand; allein an diesem Tag gab es rund 300 Kontakte. Auch viele junge Menschen fühlten sich vom Stand angezogen, probierten die Rauschbrille aus, nahmen sich Flyer und Broschüren von blu:prevent mit und kamen mit den Mitarbeitenden über Konsum und Sucht ins Gespräch. Viele Standbesuchende machten bei einem Quiz mit, bei dem es einerseits galt, Fragen zu beantworten, andererseits konnte geschätzt werden, wie

viele Kronkorken sich in einem großen Glas auf der Messetheke befanden. Viele kleine Gewinne wie Schlüsselanhänger, kleine Blaukreuz-Kaffebeutel oder auch Merchandise von blu:prevent konnten von den Mitmachenden mitgenommen werden. Dank galt dem gesamten Team, besonders auch dem Landesverband Bayern, für seinen Einsatz und der AOK-Bund für die finanzielle Förderung.







Glücksspielsucht hat viele Verlierer!

Den Aktionstag Glücksspielsucht am 27. September 2023 nutzten wir als Blaues Kreuz Deutschland, um auf die Risiken des Glücksspiels aufmerksam zu machen. Stellvertretend für viele Betroffene zeigten in diesem Jahr Fachkräfte aus NRW Gesicht – auf Postern und Postkarten, bei öffentlichen Aktionen und in den Medien.



Mehr erfahren:
<https://gluecksspielsucht-nrw.de/aktuelles-events/aktionstag/>

Darunter auch die Fachstelle Sucht des Blauen Kreuzes in Hagen. Unter anderem informierten Stefanie Bentin und Ulrike Schweitzer in einer Infoveranstaltung zum Thema Glücksspielsucht vormittags Schüler und Schülerinnen der Polizeihochschule Hagen (NRW). In Kooperation mit dem Medienprojekt Wuppertal fand abends um 18 Uhr die Filmpremiere zu „Verzockt – eine Filmreihe über exzessives Sportwetten“ im Rex Filmtheater in Wuppertal (NRW) statt. Neben Betroffenen aus dem Film nahm auch der Sucht- und Drogenbeauftragte der Bundesregierung, Burkhard Bliener, als Schirmherr des Aktionstages an der Veranstaltung teil. Auch das Blaue Kreuz-Zentrum München nutzte den Aktionstag, um auf Social Media auf Glücksspielsucht aufmerksam zu machen.

Herausgeber
Blaues Kreuz Deutschland
Schubertstraße 41
42289 Wuppertal

Tel.: 0202/62003-0
E-Mail: bkd@blaues-kreuz.de
Web: www.blaues-kreuz.de
www.facebook.com/blaues.kreuz.deutschland/
www.instagram.com/blaueskreuzdeutschland/
www.twitter.com/blauesKreuz_D

Fachverband im Diakonischen Werk
der Evangelischen Kirche in Deutschland

Redaktion
Evelyn Pauli, Öffentlichkeitsarbeit

Gestaltung
Cornelia Schütte, Wuppertal

Druck
Rudolf Glauco GmbH & Co. KG, Wuppertal

Auflage
150 Exemplare

Bildnachweise
Titelseite © BKD-Althoff,
S. 3 © BKD-Althoff, S. 4 © BKD-Althoff,
© brooke-cagle-unsplash.com,
S. 5 © BKD-Althoff, © BKD, © felix-lam-
unsplash.com, S. 7 © kate-kozyrka-unsplash.
com, S. 8/9 © BKD-Althoff, S. 9 © Becker,
S. 10/11 © brooke-cagle-unsplash.com,
S. 15 © anthony-ginsbrook-unsplash.com,
S. 18/19 © BKD-Althoff, S. 20 © tokati Medien-
agentur, S. 21 © BKD, S. 25 © kelly-sikkema-
unsplash.com, S. 26/27 © wes-hicks-unsplash.
com, S. 29 © Privat, S. 30 © Privat,
© BKD-Althoff, S. 31 © Privat,
S. 32/33 © BKD-Althoff, S. 35 © Canva,
S. 36/37 © felix-lam-unsplash.com,
S. 38/39 © BKD-Althoff, S. 40-45 © bluprevent,
S. 46/47 © BKD-Althoff, S. 48-50 © BKD,
S. 51 © BKD-Althoff, S. 52-53 © BKD,
S. 54 © hannah-wei-unsplash.com

Folge uns auf Social Media
[@blaueskreuzdeutschland](https://www.instagram.com/blaueskreuzdeutschland)



Für Freiheit.
FÜR MEHR LEBEN.