

## Ergebnisse der Praxisbegleitseminare 2018

Nach intensivem Austausch waren wir erstaunt, wie facettenreich und bunt die Summe unserer Möglichkeiten und Angebote ist:

### ► Welche Möglichkeiten der Öffentlichkeitsarbeit haben wir?

- Verteilung **dieser** Blauen Post
- Inserieren im Amtsblatt, im Kirchgemeindebrief
- eigene Homepage in der Gemeinde
- „Blaue Ecke“ in Kirchen und Gemeinden
- Traktate und BK-„Umkehrgedichte“ (siehe letzte Ausgabe Blaue Post)
- Blaukreuz-Regionalgottesdienste im Bundesland
- eigene Infostände und Büchertische
- Mitarbeit in Fachausschüssen und Ausschüssen in der Politik
- persönliche Kontaktpflege zu Ämtern, Suchtberatungsstellen, KH und Rehakliniken

### ► Wie und womit arbeiten wir in unseren Gruppen?

- mit Beamerpräsentationen
- mit Blaukreuz-Videoclips, dem Imagefilm oder einem Film wie „Zoey“
- aktuelle Lebensthemen (oft entstanden aus Blitzrunden)
- BK-Cartoonkalender
- mit Menschen, die durch den TÜV ihre Fahrerlaubnis wiederhaben wollen
- mit Lebenskarten (mit Worten und Sprüchen zum und aus dem Alltag)
- BK-Memoryspiel
- Gruppenbegleithefte (voller Themenvorschläge)
- Zeitung „BLAU“ (Mitgliedszeitschrift des Blauen Kreuzes in Deutschland - lohnenswert!!)
- dem „Blauen Elefanten“, einem Arbeitsordner u.a. für ehrenamtliche Helfer
- durch Patenschaften (Begleitung eines Menschen über z.B. ein Jahr, um Kontakte zu knüpfen)
- Ärzte, Therapeuten, Pastoren, Fachleute für Gruppenthemen gewinnen und einladen

► Nachmachen und für den eigenen Gebrauch nutzen ist unbedingt erwünscht. Ebenso neue Anregungen, die hier noch fehlen, gerne rückmelden!!!

### TERMINE 2019

- 17.–24.02.2019 **BESINNUNGSWOCHE** in Sellin
- 09.03.2019 15 Uhr | **BEGEGNUNGSCAFÉ des DZS**  
(ausgerichtet vom Blaukreuz Landesverband)
- 30.03.2019 **VERTRETERVERSAMMLUNG** in Serrahn
- 11.05.2019 **THEMENTAG mit Dr. Traub** in Serrahn  
10:00 Uhr: „Der Genderwahn“  
13:30 Uhr: „Lebensglück ist machbar, Herr Nachbar“
- 30.05.2019 10 Uhr | **JAHRESFEST & FAMILIENTAG**  
mit Bernd Wittchow in Zahren
- 05.–10.06.2019 **ZELTTAGE in Serrahn** mit **48. Jahresfest** am 09.06.2019
- 16.06.2019 10 Uhr | **38. JAHRESFEST** in Linstow
- 08.09.2019 **4. BLAUKREUZ LANDESKONFERENZ** in Serrahn
- 14.09.2019 14 Uhr | **REGIONALTREFFEN** in Loitz
- 02.11.2019 **VORSTÄNDE- UND MITARBEITERKONFERENZ**
- 10.–17.11.2019 **BESINNUNGSWOCHE** in Sellin  
17.–24.11.2019

### SPENDENKONTO

des Landesverbandes MV

### HERAUSGEBER

### KD-Bank Dortmund

IBAN: DE87 3506 0190 1013 9930 80  
BIC: GENODED1DKD

### Blaues Kreuz in Deutschland e.V.

Landesverband Mecklenburg-Vorpommern  
- Geschäftsstelle -  
18292 Kuchelmiß, Rosenthaler Weg 9  
Mail: m.kohlstedt@blaues-kreuz.de  
[www.mecklenburg-vorpommern.blaues-kreuz.de](http://www.mecklenburg-vorpommern.blaues-kreuz.de)

### SPONSOREN



### BEGEGNUNGSGRUPPE

in ihrer Nähe

(bitte Aufkleber oder Stempel)

# BLAUE POST

aus dem BKD-Landesverband Mecklenburg-Vorpommern



Wer diese „Blaue Post“ regelmäßig beziehen möchte, melde sich per Post oder Mail beim Herausgeber!

Die Uhr tickt, die Zeit läuft, sie läuft ab, Lebenszeit verrinnt. Dieser Vorgang ist nicht aufzuhalten. Oder doch? Mitten im oft so stressigen Alltag, wenn wir uns wie ein rennender Hamster im Laufrad vorkommen? Manchmal ohne Pause, wie aufgezogen? Ohne den Ausgang (den Ausweg!!) zu finden?

Folgende Geschichte kam mir bei der Betrachtung unseres Titelbildes in den Sinn.

Einige Besucher eines Klosters fragten einen Mönch, warum er so zufrieden und glücklich ist: Der Mönch antwortet: "Wenn ich stehe, dann stehe ich, wenn ich gehe, dann gehe ich, wenn ich sitze, dann sitze ich, wenn ich esse, dann esse ich, wenn ich liebe, dann liebe ich ..." "Das tun wir auch, antworteten die Fragenden, aber was machst du darüber hinaus?" fragten sie erneut. Der Meister erwiderte: "Wenn ich stehe, dann stehe ich, wenn ich gehe, dann gehe ich, wenn ich ..." Wieder sagten die Besucher des Klosters: "Aber das tun wir doch auch!"

Er aber sagte zu ihnen: "Nein – wenn ihr sitzt, dann steht ihr schon, wenn ihr steht, dann lauft ihr schon, wenn ihr lauft, dann seid ihr schon am Ziel!"

Heute früh blieb unsere Küchenuhr einfach stehen. Obwohl wir sie brauchen. Der Alltag geht weiter – aber das interessierte sie nicht. Sie steht noch immer. Vielleicht „spricht“ sie zu mir und will, dass ich es ihr einmal nachmache. Einfach so, mitten in meinem Alltag einmal stehenbleiben, oder sitzenbleiben. Bei einer Tasse Kaffee oder Tee, beim Schein einer Kerze, mit einem Zettel und einem Stift. Innehalten, um den Moment der Ruhe und des Stillstandes zu genießen, um

darüber nachzudenken, was jetzt und heute zählt, was wirklich wichtig ist. Kann ich genussvoll im Heute und Hier leben, oder sitze ich hier und meine Gedanken sind schon bei morgen, übermorgen, immer meiner Seele Stunden und Tage voraus? Genau das aber schafft die innere Zerrissenheit, den Druck und Stress. Hier zu sein und doch gedanklich schon wieder woanders sein.

An folgende Textzeilen eines Liedes von Peter Strauch werde ich gerade erinnert:

**Meine Zeit steht in deinen Händen.  
Nun kann ich ruhig sein, ruhig sein in dir.  
Du gibst Geborgenheit, du kannst alles wenden.  
Gib mir ein festes Herz, mach es fest in dir.  
Sorgen quälen und werden mir zu groß.  
Mutlos frag ich: Was wird Morgen sein?  
Doch du liebst mich, du lässt mich nicht los.  
Vater, du wirst bei mir sein.**

Diese Erfahrung der Nähe Gottes und aufmerksamer und achtsamer Menschen wünsche ich dir und Ihnen.

Herzlichst



**Matthias Kohlstedt**  
Blaukreuz-Landesreferent in MV

## Vielschichtige Themen, provokante Fragestellungen, Erfahrungsberichte ... ... und immer wieder Mut machen

Im Rahmen der **4. Aktionswoche der seelischen Gesundheit** im Landkreis Rostock wurden zwei Veranstaltungen von unserem Blaukreuz Landesverband angeboten. Hier einige Statements dazu:

### ► 07.09.2018 | Filmvorführung „Zoey“

*„Der Film ermöglicht den Zuschauern einen Einblick in den Alltag suchtbedingter Familien aus Sicht der Kinder. Der Film hat mich sehr bewegt und zum Nachdenken angeregt, da er auf schockierende und berührende Weise zugleich die Herausforderungen und Probleme der Thematik aufzeigt. Deutlich wird herausgestellt, mit welcher Verzweiflung, Hilflosigkeit und Enttäuschung Zoey im Umgang mit der Alkoholabhängigkeit ihres Vaters umgeht. Ich finde solche Filme wichtig, damit das Verständnis für dieses Thema wächst.“*

Alice Hämmerling

*„Dieser Film war ein wertvoller Beitrag des Blauen Kreuzes MV zu den 4. Aktionswochen. Durch die gelungene Moderation von Annemarie Prillwitz kam es nach dem Film zu lebhaften Gesprächen. Sowohl persönliche Betroffenheit als auch der gesellschaftliche Umgang mit der Suchtproblematik konnten thematisiert werden.“*

Frank Lehmann

*„Ich habe von der Filmvorführung über Matthias erfahren und hin und her überlegt, ob es für mich das Richtige ist. Als ich den Anfang des Films sah, ging in mir die Post ab. Ich sah mich selbst als Kind wieder. Auch meine Eltern*

*haben getrunken. Dann kamen die Begleitpersonen und auch da entdeckte ich Parallelen. Ich bin Lehrerin und kenne diese Situationen im Umgang mit Kindern und deren Familien. Es ist oft nicht leicht, als Lehrer zu reagieren, denn die Ämter machen es uns nicht leicht und nehmen unsere Beobachtungen ernst. Dann die Suchterkrankung des Vaters. Ich bin seit 20 Jahren Gruppenleiterin einer SHG und habe viele Erfahrungen sammeln können. Ich bin beeindruckt, wie gezielt in diesem Film der Fakt der Sucht zum Ausdruck kommt. Ich fand die anschließende Feedbackrunde interessant. Durch die Impulse von Annemarie trauten sich einige über ihre Gedanken zu sprechen. Schön, dass viele Meinungen geäußert wurden. Ich habe mir den Film bestellt und werde ihn mit meiner Gruppe und in meiner Schule nutzen. Danke für diesen Abend.“*

Kirsten Otte-Grabow

*„Ich kannte den Film bis dahin nicht. Erschreckend und zugleich erstaunlich war die Tatsache, dass es beim Thema Sucht, sehr viele Parallelen gibt. In vielem habe ich mich unterbewusst wiedererkannt. Ich bin sehr glücklich darüber, dass mich mein Lebensweg nach Serrahn geführt hat, um den Dingen eine positive Richtung zu geben.“*

Philipp Göx

### ► 15.09.2018 | Begegnungscafé des Diakonischen Zentrums Serrahn e.V. in Zusammenarbeit mit dem Blaukreuz Landesverband MV

*„Abstinenz und Lebensfreude – über diesen scheinbaren Gegensatz kamen ca. 50 Besucher ins Nachdenken und ins Gespräch. Angeregt durch einen Vortrag konnte sich jeder über die eigene Freude am Leben Gedanken machen. Gärtnermeister Gunnar Schlag berichtete über seinen Weg in die Suchterkrankung hinein und wie er abstinent die Lebensfreude wiederfand.“*

*Ein bewegendes Zeugnis für die Anwesenden mit oder ohne Suchterkrankung!“*

Frank Lehmann

*„Erfrischend und anschaulich hat uns Annemarie Prillwitz gezeigt, wie jeder mit etwas Freundlichkeit und Achtsamkeit zu sich selbst und zu anderen zur eigenen Lebensfreude beitragen kann.“*

*Dass Abstinenz und Lebensfreude gelingen kann, hat Herr Schlag an diesem Nachmittag eindrucksvoll bewiesen. Sein sehr persönlicher und emotionaler Erfahrungsbericht machte deutlich, wie lang und schwer der Weg aus der Abstinenz sein kann, es dabei immer wieder Rückschläge geben kann und wie wichtig es ist, sich Hilfe zu suchen und diese anzunehmen, um letztendlich auch wieder Freude am Leben zu finden.“*

Cornelia Trapp,  
Psychiatriekoordinatorin im  
Landkreis Rostock

*„Etwas was mich sehr inspiriert hat beim Begegnungscafé war die Tatsache, dass die Gäste mehr verbindet als ihre Sucht. Es war ein Ort des Glaubens, der uns generationsübergreifend in eine Zukunft führt. Sehr bewegend fand ich, wie Gunnar Schlag sein Lebenszeugnis ablegte. Ich merkte, dass es für ihn ein sehr sentimentales Moment war und er uns daran teilhaben lies.“*

Philipp Göx

*„Das Begegnungscafé war für mich wie ein Familientreffen. Es war eine sehr schöne Atmosphäre und ich habe mich sehr wohl gefühlt. Am Besten hat mir der Lebensbericht von Gunnar Schlag gefallen und das singen!“*

Franziska Klepl

