

HERZLICHE EINLADUNG

„Abenteuer Leben – und wie viel davon?“ Unter diesem Motto finden die Zelttage vom **11. bis 16. Mai 2016 in Serrahn** statt. Am Pfingstsonntag (15. Mai) wird ab 10:00 Uhr das 45. Jahresfest des Diakonisches Zentrums Serrahn e.V. sein. Am Vormittag wird Olaf Latzel die Predigt zum Thema: **„Wer wird Millionär? - Oder: Wie finde ich das Glück?“** halten. Am Nachmittag wird es von unserem Blaukreuz-Referenten Matthias Kohlstedt einen Fachvortrag zum Thema: **„Verstrickt in die Probleme anderer - Co-Abhängigkeit“** geben. Weitere Informationen zu den Zelttagen finden sie unter: www.serrahner-zelttage.de.

Am **19. Juni 2016**, 10:00 Uhr findet in **Linstow** das 35. Jahresfest statt. Unter dem Thema: **„Steh auf! – leichter gesagt als getan“** wird Matthias Kohlstedt die Predigt / den Fachvortrag halten. Im Zusammenhang mit diesem Höhepunkt wird am Samstag, den **18. Juni**, 19:30 Uhr in der Kirche ein Konzert **„Farbenfroh“** mit Daniel Chmell sein.

In **Loitz** findet am **10. September 2016**, 14:00 Uhr das Regionaltreffen in der Ev. Kirchgemeinde St. Marien statt. Auch hier wird Matthias Kohlstedt einen Fachvortrag halten, ebenfalls zum Thema: **„Steh auf! – leichter gesagt als getan“**

INFO-TIPP

www.mecklenburg-vorpommern.blaues-kreuz.de

- Aktuelles und Berichte aus den Gruppen - was findet wann und wo statt
- Lebenszeugnisse von Menschen mit Suchterfahrungen und deren Angehörigen
- regionale und überregionale Veranstaltungen
- Angebote in unserem Landesverband Mecklenburg-Vorpommern
- Aufklärung zum Thema Sucht

Schaut doch mal vorbei und/oder meldet euch!

TERMINE 2016

05.05.2016	Jahresfest & Familientag in Zahren (10:00 Uhr)
15.05.2016	45. Jahresfest Diakonisches Zentrum Serrahn e.V.
19.06.2016	Jahresfest in Linstow
19.06.2016	20 Jahre BK Begegnungsgruppe Beggerow (14:00 Uhr)
10.09.2016	Blaukreuz-Regionaltreffen in Loitz
05.11.2016	Vorstände- und Mitarbeiterkonferenz (VMK) in Serrahn mit Jürgen Naundorff
13.- 20.11.2016	Besinnungswoche in Sellin

SPENDENKONTO des Landesverbandes MV

KD-Bank Dortmund
 IBAN: DE87 3506 0190 1013 9930 80
 BIC: GENODE1DKD

HERAUSGEBER

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

SPONSOREN



BEGEGNUNGSGRUPPE in ihrer Nähe

(bitte Aufkleber oder Stempel)

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

BLAUE POST

aus dem BKD-Landesverband Mecklenburg-Vorpommern



Titelbild: iStock.com © Raltes Zwart

Liebe Leser der Blauen Post „Für Dich“,



„Die Hoffnung stirbt zuletzt...!“

Der Winter mit seinen oft dunklen, kalten, nassen Tagen hat sich verabschiedet. Der Frühling versucht, sich Raum zu schaffen. Die ersten Blüten und Blätteransätze sind zu erkennen. Sie beginnen bald, unsere Umgebung wieder bunt zu gestalten. Die Zeitumstellung liegt hinter uns, die Abende werden länger und irgendwie findet nicht nur in der Natur ein Erwachen statt. Wir kennen und haben auch in unserem Leben immer so etwas wie Winterzeiten, trübe Phasen, wo wir nicht aus dem Knick kommen, wo wir vielleicht in alten Zeiten und falschen Verhaltensweisen verharren. Wo wir uns in der Phantasie schon als Helden und Sieger sehen, aber dann...angekommen in unserer Alltagsrealität, landen wir oft unsanft im Hier und Jetzt. Wir nehmen in solchen Situationen die Spannung zwischen der Wirklichkeit und unserer eigenen Realität sehr wohl wahr. Nicht immer sind das Erfahrungen, die uns Spaß machen. Es heißt: „Die Hoffnung stirbt zuletzt...“. Das glaube ich auch. Doch die Frage ist, wer oder was meine Hoffnung ist. Was hält mich wie ein Anker mitten in den stürmischen Alltagszeiten, wenn Sicherheiten sich auflösen, Leben nicht wie gewünscht gelingt. Wenn Freundschaften ihre Tragfähigkeit verlieren, wenn jeder mit sich so beschäftigt ist, so dass der Andere nicht mehr wahrgenommen wird? Was ist, wenn ich

mein Alter spüre oder Krankheiten an meine „Tür“ klopfen? Wenn ich trotz aller Vorhaben wieder auf „meinem Kampffeld“ rückfällig werde? Meine Pläne schneller scheitern, als ich es geglaubt habe? Genau in solchen Phasen braucht es Hoffnung, braucht es neue Ziele und Anreize, um „aufzustehen“ und neue, gangbare Wege zu suchen. Vor einiger Zeit las ich den Satz: „Abstinent werden bedeutet, 999 Mal hinzufallen und 1.000 Mal aufzustehen!“ Das Geheimnis scheint die Hoffnung zu sein, es doch zu schaffen, stärker zu sein als das, was mich straucheln und fallen lässt. Es braucht deshalb ein lohnenswertes Ziel und die Hoffnung, es zu schaffen. Für mich persönlich ist es mein Glaube an Gott, der will, dass ich nicht im Alltagsdreck kaputtgehe, sondern lohnenswertes Leben entdecke. Vielleicht wirft solch eine Aussage Fragen auf. Wenn ja, können Sie sich gern melden, mir schreiben. Ich werde antworten. Ein Slogan in der Arbeit des Blauen Kreuzes heißt: befreit leben lernen. Diese Worte sprechen von einem Prozess. Etwas, was das Zerreißen der Alltagsketten beinhaltet, ein Prozess, der Befreiung und Neuanfang beinhaltet – weil es eine Hoffnung gibt!! Dieser lohnenswerte Weg des befreit leben lernen endet nicht, dieser Weg gehört zu uns. Er ist gangbar, weil es für jeden Menschen Hoffnung gibt. Für JEDEN!!

M. Kohlstedt

Matthias Kohlstedt
Blaukreuz-Landesreferent in MV

„SELBSTHILFE ZEIGT SICH...“

14. Suchtselbsthilfe-Fachtagung in Waren am 12. März 2016

Selbsthilfe ist und bleibt unser Hauptthema. In diesem Jahr hatten wir mehrere Impulsvorträge, die von Mitgliedern des Fachausschusses Sucht angeboten wurden. Also von Personen, die die Fachtagung vorbereiten und in der täglichen Arbeit als Haupt- oder auch Ehrenamtliche ständig mit diesem weitgefächerten Thema konfrontiert sind. Hier mal einige der referierten Themen:

- Gelungene Öffentlichkeitsarbeit der Suchtberatungsstelle am Beispiel der Selbsthilfegruppen
- Vorstellung der Selbsthilfegruppen in Therapieeinrichtungen
- Hilfe für Betroffene mit intellektuellen Einschränkungen
- Vernetzung der Selbsthilfearbeit am Beispiel der Blaukreuz-Gruppen in MV
- Internetnutzung für die Selbsthilfe

Beispielhaft mal einige Gedanken von Teilnehmern der Gesprächsrunde, die sich im World-Café mit dem Impulsreferat: „Vernetzung der Selbsthilfearbeit am Beispiel der Blaukreuz-Gruppen in MV“ auseinandersetzten.

- Vernetzung mit Suchtberatungsstellen ist wichtig
- Vernetzung im eigenen Verband ist gut und ausreichend
- Vernetzung über den „eigenen Tellerrand“ hinaus ist bei Regionaltreffen und Jubiläen möglich
- haben nur 1 bis max. 2 Stunden pro Woche, brauchen die Zeit (momentan) eher für uns
- Vernetzung steht bei unserer Planung z.Z. nicht an erster Stelle

- Vernetzung bedeutet nicht nur persönliche Treffen, sondern auch Telefon- und Internetkontakte – das ist auch praktisch gelebte Vernetzung

Grenzen der Vernetzung zeigen sich in den artikulierten Fragen wie:

- Wer bereitet Treffen vor?
- Bei Ausflugsplanungen taucht auch immer wieder die nicht zur Verfügung stehenden Autos auf
- Was habe ich schon von Vernetzung?
- „neue, junge“ Gruppen brauchen erst mal die Zeit, um sich selbst zu finden
- Kann und will ich das zeit- und kräftemäßig noch leisten?

Diese Meinungen zeigen uns, dass Vernetzung theoretisch gut ist, gewünscht wird, aber in der Umsetzung vor Ort nicht so leicht praktikabel ist. Das Ergebnis des Ganzen lautet: Wer nicht da war, hat etwas verpasst. So war und ist auch die Meinung vieler Teilnehmer dieser Tagung, die uns das in ihren Rückmeldebögen wiederspiegelt haben. Ich erlebe für viele Teilnehmer den Gewinn aus solchen verbandsübergreifenden Treffen um sich Kennenlernen, im gemeinsamen, intensiven Austausch und in der Fülle der Themen, die dann den eigenen Gruppenalltag ungemein bereichern können. Auch das Kulturprogramm und die Verpflegung erhielten teilweise Höchstnoten. Und schon ist nach der Fachtagung vor der Fachtagung und wir als Vorbereitungsteam treffen uns im April zur Auswertung der diesjährigen Tagung und zu ersten Überlegungen für das kommende Jahr. Vielleicht sehen wir uns 2017 in Waren?!

TRÄGT MICH MEIN GLAUBE AN GOTT AUCH IN SCHWIERIGEN LEBENSLAGEN?

Dieses Thema hat in diesem Jahr wieder viele Interessierte zu einer Besinnungswoche nach Sellin, auf der schönen Insel Rügen, kommen lassen. Vom 14.-21. Februar 2016 trafen sich 13 Frauen und 14 Männer, um unter der Leitung von Matthias Kohlstedt und Thomas Fischer, für sich eine Antwort auf die o. g. Frage zu finden.

Mit der Unterbringung in herzlicher, familiärer Atmosphäre im Haus Seeadler bei sehr guter Verpflegung und ansprechenden Räumlichkeiten, fanden wir gute Voraussetzungen für unseren Aufenthalt. Die Vormittage, ausgefüllt mit Bibelarbeit und anschließenden Gruppengesprächen, waren hierbei ein sehr wichtiger Bestandteil des Tagesablaufes. Themen wie „Persönliche Reifung und Gemeinschaftsfähigkeit“, „Verstrickt in die Probleme Anderer“, „Masken“, „Sucht und ihr Mechanismus“, „Freundschaft und zerbrochene Freundschaft“ gaben uns hierbei hilfreiche Impulse und regten zum Nachdenken an. In den Gruppengesprächen konnte jeder seine Gedanken und Meinungen darlegen, was zu lebhaften und interessanten Diskussionen führte. Wieder einmal mussten wir die Erfahrung machen, wie wichtig es doch ist, auf offenen Fragen eine Antwort zu finden. Die freien Nachmittage konnte jeder nach seinen Wünschen und Ermessen gestalten. Bei Wanderungen an der schönen Ostsee, Spaziergängen zur Seebrücke und in die herrliche Umgebung und gemeinsamen Ausflügen



fanden wir immer genügend Gesprächsstoff. Die Abende nutzten wir, um über Probleme der Suchtmittelabhängigkeit und Fragen unseres Lebens nachzudenken. In ihren Fachvorträgen gaben uns Matthias und Thomas dazu wichtige Anhaltspunkte. Während der gesamten Besinnungswoche haben wir viel und gerne Lieder aus dem Blaukreuz Liederheft gesungen und uns zu gemeinsamen Spielabenden getroffen. Auch dieses Jahr hatte Silke uns mit einem Rückblick auf die letzte Besinnungswoche in Serrahn und der diesjährigen Besinnungswoche in Sellin überrascht. Zum Abschluss feierten wir gemeinsam einen Gottesdienst, gehalten von Matthias. Wir haben in dieser Woche viel gehört, viel erlebt und Kraft für die kommende Zeit aufgetankt.

Gudrun und Jürgen Besener
Blaukreuz-Begegnungsgruppe Hagenow