



Suchtverhalten in Kultur und Gesellschaft – Wege aus der Krankheit Eine Veranstaltungsreihe rund um das Thema Sucht

VERANSTALTUNGSSNUMMER

222235 – 222240

KOOPERATIONSPARTNER:

Blaues Kreuz in der Evangelischen Kirche, Landesverband Nordrhein–Westfalen e.V. BKE Brackwede

Angaben zu den Veranstaltungsabenden: jeweils mittwochs von 18.00 Uhr bis 19.30 Uhr

In sechs verschiedenen Themenblöcken werden jeweils über mehrere Abende Themen rund um das Thema Alkoholismus, Selbsthilfe und Unterstützung angeboten

1. **Thema: Wie kann ein Leben ohne Alkohol aussehen?**

Ziele: Die Teilnehmenden setzen sich mit dem Ausstieg aus der Sucht und dem Leben danach auseinander.

Inhalt: Folgende Fragestellungen stehen im Fokus: Warum könnte ich mich entschließen, trocken zu werden? Habe ich neue Ziele und Wünsche? Was ist zufriedene Abstinenz. Hört das Verlangen nach Alkohol nicht auf? Wie reagiert mein Körper auf meine Abstinenz?

Zielgruppe: Betroffene, Gäste, Angehörige und allgemein Interessierte

Methode: Moderierte Gruppengespräche

Referentin: Marianne Conrad

Termine: 06.07.; 13.07.; 20.07.; 27.07.2022

2. **Thema: Unterschiede der Gruppentreffen – analog und digital**

Ziele: Die Teilnehmenden setzen sich mit den Unterschieden und Vor- und Nachteilen analoger und digitaler Gruppenstunden auseinander.

Inhalt: Eigene Erfahrungen werden ausgetauscht – Gegenüberstellung der digitalen und analogen Treffen. Die Bedeutung der Körpersprache wird reflektiert. Was vermisste ich bei Zoom-Veranstaltungen? Gruppenregeln bei beiden Veranstaltungsarten werden miteinander verglichen. Gibt es Unterschiede bei der Gesprächsbereitschaft?

Zielgruppe: Betroffene, Gäste, Angehörige und allgemein Interessierte

Methoden: Moderierte Gruppengespräche

Referent: A. Buschke

Termine: 03.08., 10.08., 17.08., 24.08.; 31.08.2022

3. **Thema: Mediensucht – Was ist das? Wer ist betroffen?**

Ziele: Die Teilnehmenden erfahren, was Mediensucht ausmacht und wie sie sich auf die Betroffenen auswirkt.

Inhalt: Austausch darüber, ob Medien eher Genuss- oder Suchtpotenzial haben. WhatsApp, Twitter und Co. Wie sicher sind Mitteilungsdienste? Welchen Stellenwert hat der PC in meinem Leben? Das Handy als Begleiter: Wie sieht der alltägliche Gebrauch aus? Kinder und Jugendliche im Umgang mit Medien: Muss es Grenzen geben?

Zielgruppe: Betroffene, Gäste, Angehörige und allgemein Interessierte

Methoden: Moderierte Gruppengespräche

Referent: K.-H. Vagt

Termine: 07.09.; 14.09.; 21.09.; 28.09.2022

4. **Thema: Was uns krank macht und was unsere Gesundheit erhält**

Ziele: Die Teilnehmenden erfahren, welche Faktoren sich schädlich bzw. positiv auf die eigene Gesundheit auswirken.

Inhalt: Stress – Eine Zivilisationskrankheit? Stress – lass nach! Gibt es positiven und negativen Stress? Stressoren haben Auswirkungen auf Körper und Seele. Ist psychosozialer Stress vermeidbar? Zusammenhänge von Burn-Out und Stress. Burn-Out-Prophylaxe – Was kann ich konkret tun?

Zielgruppe: Betroffene, Gäste, Angehörige und allgemein Interessierte

Methoden: Impulsvortrag und Diskussion

Referent: H. Küpper

Termine: 05.10.; 12.10.; 19.10.; 26.10.2022



5. **Thema: Angehörige von Betroffenen**

Ziele: Die Teilnehmenden setzen sich mit der Bedeutung von Selbsthilfegruppen für Angehörige von Betroffenen auseinander.

Inhalt: Folgende Fragen stehen im Mittelpunkt: Welche Gruppen von Angehörigen gibt es? Sind Angehörige genauso auf Hilfe angewiesen wie Betroffene? Sollten Angehörige mit Betroffenen gemeinsam zur SSH-Gruppe gehen? Vor- und Nachteile von getrennten Gruppen.

Zielgruppe: Betroffene, Gäste, Angehörige und allgemein Interessierte

Methoden: Impulsvortrag und Diskussion

Referent: P. Kunze

Termine: 02.11.; 09.11.; 16.11.; 23.11.; 30.11.2022

6. **Thema: Wann wird Alkoholkonsum zum Alkoholmissbrauch?**

Ziele: Die Teilnehmenden setzen sich mit den verschiedenen Formen von Alkoholkonsum bzw. -missbrauch auseinander.

Inhalt: Folgende Punkte und Fragen stehen im Fokus: Unterschiede vom Gelegenheitstrinker, Spiegeltrinker, Quartalstrinker, Sorgenlöser. Gibt es den stufenlosen Übergang? Wann wird es Zeit, sich Hilfe zu holen? Welche Stufen der Hilfe stehen zur Verfügung?

Zielgruppe: Betroffene, Gäste, Angehörige und allgemein Interessierte

Methoden: Eigene Fallbeispiele und Diskussion

Referentin: Brigitte Niermann

Termine: 07.12.; 14.12.; 21.12.; 28.12.2022

VERANSTALTUNGSORT

Bartholomäus-Gemeindehaus, Kirchweg 10, 33647 Bielefeld

GESAMTVERANTWORTUNG

Christian Graf, Institut für Kirche und Gesellschaft

T. 02304.755-310

christian.graf@kircheundgesellschaft.de

INHALTLICHE BERATUNG / VERANSTALTUNGSLEITUNG / ANMELDUNG

Blaues Kreuz Brackwede, Hartmut Sohrmann, Tel. 05206 2407, h-sohrmann@gmx.de

Die Teilnahme an den Veranstaltungen ist kostenfrei.

Unsere Datenschutzbestimmungen und AGB finden Sie unter:

www.kircheundgesellschaft.de/agb-datenschutz/

Das Institut für Kirche und Gesellschaft der EKvW ist Teil des Ev. Erwachsenenbildungswerkes Westfalen und Lippe e.V. – vom Land NRW anerkannte und geförderte Einrichtung der Weiterbildung.