

# Selbsthilfe im Deutschen Roten Kreuz

Jahresbericht  
2017



## Impressum

### Herausgeber/Redaktion

Selbsthilfzentrum des DRK-Kreisverbands Odenwaldkreis e. V.

Friedel Weyrauch

Bahnstraße 43

64711 Erbach

Telefon: 06062 60760

E-Mail: [selbsthilfe@drk-odenwaldkreis.de](mailto:selbsthilfe@drk-odenwaldkreis.de)

### Bildnachweise

Seite 4: Adventurers helping each other to climb the mountain  
© frankie's/Shutterstock

Seite 5: Skydiving © Germanskydiver | Shutterstock

Seite 6: Glückliche junge Menschen laufen und springen am See beim  
Sonnenuntergang © Thaut Images | Fotolia.com

Seite 9 (oben): Werbewahnsinn © blende11.photo | Fotolia.com

Seite 10 (oben): MPU © Marco2811 | Fotolia.com

Seite 10 (unten): Lucky Slot Machine Win © Tomasz Zajda |  
Fotolia.com

Seite 15: Logo © Hessische Landesstelle für Suchfragen

Seiten 9 (unten), 11, 12, 13, 17 (unten): © Selbsthilfzentrum des  
DRK Odenwaldkreis

Seiten 7, 8, 14, 16, 17 (oben), 18: © Pixabay

Seite 19: Young woman crossing the chasm on the rope bridge  
© Dmitry Burlakov | Shutterstock

# Selbsthilfe im Deutschen Roten Kreuz

## Jahresbericht 2017

### Inhaltsverzeichnis

|                                             |    |
|---------------------------------------------|----|
| Was sind Selbsthilfegruppen?                | 5  |
| Die DRK-Selbsthilfegruppen im Odenwald      | 5  |
| Junge Selbsthilfe                           | 6  |
| Sorgentelefon                               | 7  |
| Vorträge und Öffentlichkeitsarbeit          | 8  |
| Umzug des DRK-Selbsthilfezentrums           | 11 |
| Offene Sprechstunde                         | 12 |
| Treffpunkt Auszeit                          | 13 |
| DRK-Selbsthilfe auf Bundes- und Landesebene | 14 |
| DRK-Selbsthilfegruppen bei der HLS          | 15 |
| Kontinuierliche Öffentlichkeitsarbeit       | 16 |
| Ausblick 2018                               | 17 |
| DRK-Selbsthilfeangebote im Odenwald         | 18 |



**Wir sind alle abhängig.  
Voneinander.**



 **Deutsches  
Rotes  
Kreuz**  
Selbsthilfegruppen





# Was sind Selbsthilfegruppen?

**Selbsthilfegruppen sind ein Zusammenschluss von Menschen, die das gemeinsame Ziel verfolgen in Gruppengesprächen zu lernen, mit ihrer Situation und ihren Problemen umgehen zu können.**

Eine Selbsthilfegruppe kann dabei helfen, neue Perspektiven zu finden und die Isolation zu überwinden, freie Zeit zu gestalten und Probleme besser zu bewältigen. Die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe ist freiwillig und kostenlos.

# Die DRK-Selbsthilfegruppen im Odenwald

**Unter dem Dach des DRK befinden sich im Kreisverband Odenwaldkreis 16 Selbsthilfegruppen:**

- eine Krebsselfhilfegruppe
- eine Gruppe für Menschen mit Angst und Depressionen (Kooperation m. d. Diakonischen Werk Odenwald)
- neun Suchtgruppen
- die „junge Selbsthilfe“ (Diese stellen wir auf der folgenden Seite gesondert vor.)

Aufgrund der positiven Erfahrungen mit den anderen Gruppen und durch die Feststellung eines hohen Bedarfs wurden gegründet und unterstützt:

- Gesprächskreis Trauer
- Gesprächskreis für trauernde Eltern
- Trauernde Männer
- Gruppe für trauernde Kinder



**Mehr Infos im Netz: [www.selbsthilfe.drk-odenwaldkreis.de](http://www.selbsthilfe.drk-odenwaldkreis.de)**





# Junge Selbsthilfe

**Das im Erbacher Selbsthilfezentrum des DRK Odenwaldkreis angesiedelte Suchtselbsthilfe-Projekt „Immer wieder Ärger wegen Alkohol, Cannabis & Co?“ bietet für junge Erwachsene im Alter von 18-27 Jahren die Möglichkeit, sich im Rahmen einer Gruppe mit dem Konsum von legalen und illegalen Drogen auseinanderzusetzen.**

Das sinnvolle Angebot der Jungen Suchtselbsthilfe startete am 31.10.2016 wurde insgesamt betrachtet behutsam und abwägend genutzt. Etwa 10-12 Betroffene kamen, häufig unregelmäßig. Wie erwartet ist die ausgewählte Zielgruppe nicht leicht zu gewinnen. Es braucht Zeit, um Vertrauen aufzubauen und eine feste Gruppe zu etablieren. Entscheidende Voraussetzung ist die Anwesenheit einer Fachkraft, die den Prozess verlässlich unterstützt. Die persönliche Empfehlung zur Teilnahme hat größte Bedeutung und steht an erster Stelle, wenn es darum geht, Teilnehmer für die Selbsthilfegruppe zu gewinnen.

## Regelmäßige Treffen der Jungen Selbsthilfe

Jeden Montag von 17:30 bis 19:00 Uhr

Selbsthilfezentrum des DRK Odenwaldkreis e.V.  
Bahnstraße 43 (Eingang Alte Poststraße)  
64711 Erbach

Kontakt: Jürgen Brilmayer, Tel. 06062 608883  
oder E-Mail: jbrilmayer@aol.com



[www.selbsthilfe.drk-odenwaldkreis.de/hilfegruppen/junge-selbsthilfe/](http://www.selbsthilfe.drk-odenwaldkreis.de/hilfegruppen/junge-selbsthilfe/)





# Die Notfallnummer

**Das Sorgentelefon wurde im Jahr 2017 19 Jahre alt. Es war während des ganzen Jahres bundesweit besetzt und unter der Telefonnummer 06062/607 67 Freitag bis Sonntag jeweils von 08.00-22:00 Uhr (sowie an allen gesetzl. Feiertagen) erreichbar.**

Die Anzahl der Betroffenen mit Suchtproblemen hatte deutlich zugenommen. Hier wurde immer wieder nach Selbsthilfegruppen gefragt. Dies war oft die Gelegenheit, an Selbsthilfegruppen oder auch an Beratungsstellen zu verweisen.

**Das Sorgentelefon wurde 2017 von 587 Personen in Anspruch genommen.** Wobei sich kein Monat als ein besonderer Schwerpunkt herauskristallisiert hat. Zu 2/3 wurde es von Familienangehörigen genutzt. Der Rest setzt sich aus Freunden und Bekannten zusammen.

Bei den meisten Anrufen ging es in erster Linie um Alkoholprobleme und Drogen. Spielsucht, Mehrfachabhängigkeit und andere Suchterkrankungen nehmen den kleineren Teil der Anrufe ein. Sogar aus Österreich, der Schweiz, aus London, USA und aus Australien erreichten uns Anrufe.



[www.selbsthilfe.drk-odenwaldkreis.de/sorgentelefon/](http://www.selbsthilfe.drk-odenwaldkreis.de/sorgentelefon/)

## Sorgentelefon für Angehörige von Menschen mit Suchtproblemen

Ab Freitag bis Sonntag und an allen gesetzlichen Feiertagen von 8:00–22:00 Uhr erreichbar unter der Telefonnummer 06062 60767.

Der Hauptanteil der Anrufe kam deutlich aus:

1. Hessen
2. NRW
3. Baden-Württemberg
4. Niedersachsen
5. Berlin/Bayern
6. Schleswig Holstein
7. Sachsen
8. Rheinland-Pfalz
9. Brandenburg
10. Thüringen
11. Sachsen-Anhalt
12. Saarland
13. Mecklenburg Vorpommern
14. Hamburg/Bremen

Insgesamt hat sich gezeigt, dass sehr viel Redebedarf bestand. Gespräche von mehr als 30 Minuten waren die Regel. Die Anruferinnen und Anrufer waren sehr dankbar, dass sie endlich eine Person am Telefon hatten, der/die zuhören und evtl. weiterführende Angebote wie Beratungsstellen oder auch Selbsthilfegruppen mitteilen konnten. Aber alleine das Zuhören hat die Anrufer wieder beruhigt und Hoffnung schöpfen lassen, dass es Hilfen für sie gibt.



## Vorträge und Öffentlichkeitsarbeit

### Vortrag in Nassau

Auf Einladung des Evangelischen Vereins für Innere Mission in Nassau, Abteilung Freiwilliges Soziales Jahr wurde Friedel Weyrauch von Herrn Philipp Andrae, Sozialpädagoge und pädagogischer Mitarbeiter Freiwilliges Engagement eingeladen, um ihre ehrenamtliche Arbeit in der Selbsthilfe im Gruppengästehaus St. Michael in Mossautal vorzustellen. Es war eine große Gruppe, die sich von dem Erfahrungsbericht sehr beeindruckt zeigte.

### Selbsthilfe im Dialog: AOK Hessen

An der jährlichen Veranstaltung „Selbsthilfe im Dialog 2017“ am 24.06.2017 in Heppenheim der AOK-Gesundheitskasse in Hessen, nahmen drei Gruppenmitglieder der Montagsgruppe teil, denn die AOK unterstützt unsere Gruppenarbeit finanziell sehr.

### Vortrag in Fränkisch-Crumbach

Die Einladung der Gemeinde Fränkisch-Crumbach zur Sitzung der Gemeindevertretung am 24.1.2017 im Sitzungssaal des Rathauses wurde von der Bundes- und Landessprecherin Friedel Weyrauch dazu genutzt, die Arbeit der DRK-Selbsthilfegruppen vorzustellen. Es war eine gelungene große Veranstaltung und es wurde Unterstützung in Form von Weitergabe der Informationen über die Gruppenarbeit von den Anwesenden zugesichert. Die Anwesenden waren erstaunt und erfreut über die vielfältigen Angebote der DRK-Selbsthilfe.

### Pressespiegel

In Ausgabe 54 von »gesundheitspress«, dem Magazin für und über Selbsthilfe in Mannheim, Heidelberg und der Region erschien ein Titelbeitrag über die Arbeit der Selbsthilfegruppen im Odenwaldkreis. Darüber hinaus stelle das Odenwälder Echo unter anderem den Treffpunkt Auszeit im Selbsthilfezentrum ausführlich in einem Beitrag mit Bilderstrecke vor.





## Vortrag: Kaufsucht

Am 23. August 2017 fand im Selbsthilfezentrum in der Bahnstraße 43 in Erbach der Vortrag „Gekauftes Glück – wenn Kaufen zur Sucht wird“ statt. Frau Nadja Tahmassebi, Leitende Psychologin in der SALUS Klinik in Friedrichsdorf referierte zu diesem Thema. Vertreter der Presse – ZDF und Odenwälder Echo – waren vor Ort und berichteten über die Veranstaltung.



[www.selbsthilfe.drk-odenwaldkreis.de/vortrag-zum-thema-kaufsucht-ein-voller-erfolg/](http://www.selbsthilfe.drk-odenwaldkreis.de/vortrag-zum-thema-kaufsucht-ein-voller-erfolg/)

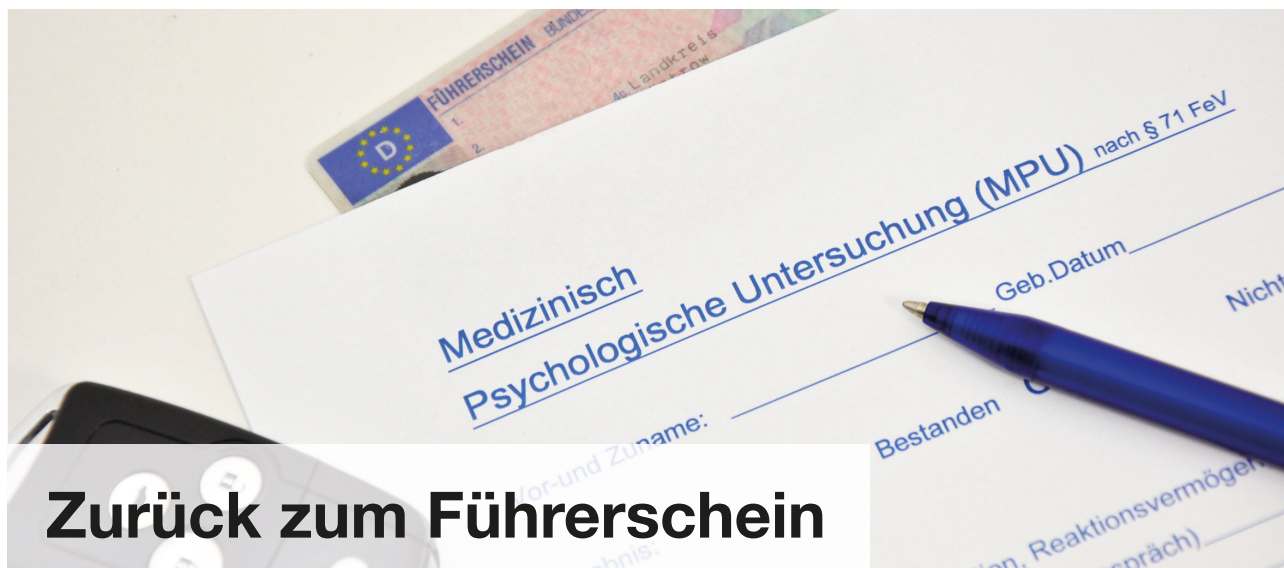


## Hessentag 2017

Am 11. Juni 2017 waren wir bei sportlich-sommerlichen Temperaturen auf dem Hessentag in Rüsselsheim am Stand des DRK-Landesverbandes Wiesbaden vertreten. Wir wurden von dem Standleiter, Sven Schmiedbauer, hervorragend mit alkoholfreien Getränken bedient und auch für das leibliche Wohl war gesorgt. Wir haben eine ganze Menge nette und sehr interessierte Menschen kennengelernt. Unsere »Röhrenaktion« ist auf reges Interesse gestoßen – 304 Personen haben teilgenommen.



[www.selbsthilfe.drk-odenwaldkreis.de/drk-selbsthilfegruppen-auf-dem-hessentag-2017/](http://www.selbsthilfe.drk-odenwaldkreis.de/drk-selbsthilfegruppen-auf-dem-hessentag-2017/)



## Zurück zum Führerschein

Unter dem Motto „Zurück zum Führerschein“ fand am 17. Mai 2017 in Reichelsheim eine kostenlose Informationsveranstaltung mit Frau Dipl.-Psychologin Silke Hartenfels (TÜV Technische Überwachung Hessen GmbH) statt. Die Referentin sprach an diesem Abend über Neuerungen der Medizinisch-Psychologischen Untersuchung (MPU) und stand für Fragen anschließend zur Verfügung.



[www.selbsthilfe.drk-odenwaldkreis.de/laufen-sie-noch-oder-fahren-sie-schon-wieder/](http://www.selbsthilfe.drk-odenwaldkreis.de/laufen-sie-noch-oder-fahren-sie-schon-wieder/)



## Glücksspiel- und Mediensucht

Zum Thema „Glücksspiel und Mediensucht“ referierte der Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, Dr. Bodo-Karsten Unkelbach am 27.09.2017 im DRK-Selbsthilfzentrum.



[www.selbsthilfe.drk-odenwaldkreis.de/neue-selbsthilfegruppe-ab-herbst-2017-gluecksspiel-und-mediensucht/](http://www.selbsthilfe.drk-odenwaldkreis.de/neue-selbsthilfegruppe-ab-herbst-2017-gluecksspiel-und-mediensucht/)





## Umzug des DRK-Selbsthilfezentrums

Seit Anfang September 2017 Jahres steht den DRK-Selbsthilfegruppen das untere Stockwerk im ehemaligen VHS-Gebäude in Erbach (Bahnstraße 43) zur Verfügung. Der Eingang für die Gruppen und Interessierte erfolgt auf der Seite der Alten Poststraße. Dort gibt es nicht nur Bereiche für die jeweiligen Gruppentreffen, sondern es stehen auch größere Räume für Veranstaltungen zur Verfügung.

Am 25. Oktober 2017 wurden bei einem Tag der offenen Tür alle Räumlichkeiten im DRK-Haus offiziell vorgestellt und vom DRK-Kreisvorsitzenden Georg Kaciala ihrer neuen Bestimmung übergeben.

Die zahlreichen Selbsthilfegruppen im DRK-Kreisverband Odenwald e.V. hatten bisher ihr Domizil im Erbacher Treppenweg 8. Für die Menschen in den Selbsthilfegruppen ist ein Gruppenraum etwas ganz Besonderes. Er ist für sie ein wichtiger Ort, an dem sie sich öffnen können und wissen, wo sie ihren festen Platz haben. Er ist eine Art Heimat geworden, und ein Wechsel der Gruppenräume hinterlässt oft Spuren der Trauer. Es ist wie ein persönlicher Wegzug aus den privaten Räumlichkeiten.

*„Der Gruppenraum könnte viel erzählen von Verzweiflung und Mutlosigkeit, aber vor allem von Hoffnung und dem Beginn eines neuen Lebens.“*

– Friedel Weyrauch über den Abschied aus den ehemaligen Räumlichkeiten

Glücklicherweise zeigt sich: Heimat trägt man im Herzen! Die neuen Räumlichkeiten wurden von allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern sehr gut angenommen und bieten nach wie vor die Möglichkeit, Sicherheit, Halt und Beständigkeit für sich selbst zu finden.

Bildergalerie vom Tag der offenen Tür:

[www.selbsthilfe.drk-odenwaldkreis.de/neueroeffnung-des-ausbildungs-suchthilfe-und-selbsthilfezentrums-des-drk/](http://www.selbsthilfe.drk-odenwaldkreis.de/neueroeffnung-des-ausbildungs-suchthilfe-und-selbsthilfezentrums-des-drk/)



Bericht über den Umzug:

[www.selbsthilfe.drk-odenwaldkreis.de/das-drk-selbsthilfezentrum-zieht-um/](http://www.selbsthilfe.drk-odenwaldkreis.de/das-drk-selbsthilfezentrum-zieht-um/)





# Offene Sprechstunde

**Jeden Dienstag, Donnerstag und Freitag wurde im Selbsthilfe- und Informationszentrum, Am Trep-  
penweg 8 und ab August/September in der Bahnstraße 43 (Eingang Alte Poststraße) in Erbach eine  
Sprechstunde angeboten.**

Diese wurde nicht nur von Interessierten aus den verschiedensten Selbsthilfegruppen wahrgenommen, son-  
dern auch Bürgerinnen und Bürger aus dem Odenwaldkreis nutzten die Möglichkeit, sich vor Ort über die  
Angebote des DRK zu informieren.

Insgesamt wurde die Sprechstunde von 167 Personen wahrgenommen, wobei hier nicht immer Sucht das  
Thema war.

## Offene Sprechstunde

Dienstag: 13.00 – 15.00 Uhr

Donnerstag: 09.30 – 11.30 Uhr

Oder nach telefonischer Vereinbarung:

06062 60760 oder 0162 2578112

Selbsthilfezentrum des DRK Odenwaldkreis e.V.

Bahnstraße 43 (Eingang Alte Poststraße)

64711 Erbach



# Treffpunkt Auszeit



**Im DRK-Selbsthilfezentrum an der Bahnstraße 43 in Erbach – der Eingang befindet sich »ums Eck« in der Alten Poststraße – findet sich seit Herbst 2017 ein Ort zum Kreativsein, zum Malen, und Basteln. Zum gemeinsamen Kochen, Reden, Kaffeetrinken oder einfach nur zum Nicht-allein-Sein sein. Ein Angebot für alle. Von allen.**

Der Treffpunkt Auszeit ist eine Anlaufstelle für alle Bürger, auch wenn diese nicht einer Selbsthilfegruppe angehören. Der Ort lebt vom Engagement derjenigen, die sich einbringen wollen. Endlich bekommen mit diesem Angebot alle die Möglichkeit, sich den ein oder anderen kleinen Wunsch im Leben zu erfüllen: eine Dartgruppe gründen, Spieleabende organisieren, die Malerin in sich entdecken oder gemeinsam neue Rezepte ausprobieren ... und anschließend die Leckereien genießen.

Aktuell (Stand 2018) finden sich Interessierte zu folgenden Aktivitäten zusammen:

- Malen und Basteln
- Dartspielen
- Back- und Spielgruppe
- Gemeinsam Kochen
- Schach



# DRK-Selbsthilfe auf Bundes- und Landesebene



**Die Aufgabe der Bundes- und Landesverbands-sprecherin wird von der langjährigen ehrenamtlichen Mitarbeiterin Friedel Weyrauch wahrgenommen. So können wir auch in diesem Jahr gleichzeitig über die Aktivitäten vor Ort, auf Landes- sowie auf Bundesebene berichten.**

a) **Sitzung des DRK-Landesausschusses der Wohlfahrts- und Sozialarbeit** am 16.09.2017 im DRK-Landesverband Hessen e.V., in Wiesbaden. Frau Weyrauch nahm an dieser Sitzung als Fachbeauftragte der Selbsthilfe teil.

b) Beim **Treffen des Bundesarbeitskreises Sucht** vom 22.–23.6.2017 in Markkleeberg nahmen teil: Holger Wießmann, Kreisgeschäftsführer im DRK-Kreisverband Odenwaldkreis als Vertreter des DRK-Landesverbandes Hessen, und Frau Friedel Weyrauch für die Suchtselbsthilfe in ihrer Funktion als Bundessprecherin. Besucht wurden von den Teilnehmern die Soteria-Klinik in Leipzig (Langzeittherapieeinrichtung mit dem Konzept gemischter Gruppen aus alkohol- und drogenabhängigen Patienten) und die Adaptionseinrichtung „Alte Flugschule“ (Adaption für Drogenabhängige). Hauptthema war die geplante Imagebroschüre der DRK-Suchthilfe.

c) Die Sitzung **Fachausschuss Selbsthilfe der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen** in Hamm wurde von Friedel Weyrauch, die in diesen Ausschuss gewählt wurde, wahrgenommen. Es ging um die Vorbereitung der diesjährigen Selbsthilfekonferenz in Erkner mit dem Thema „Abstinenz – Konsum – Kontrolle“.

d) **Arbeitskreis der ehrenamtlichen Bundes- und LandesprecherInnen der DRK-Suchtselbsthilfegruppen** in der Bildungs- und Tagungsstätte Erkner vom 24. – 26.03.2017.

Teilnehmer waren: Robert Breinig (Landessprecher Saarland), Karl-Heinz Hövekamp (Vertreter NRW), Andreas Naffin (Landessprecher NRW), Jens Meyer (Landessprecher Thüringen), Rainer Ihring (Vertreter Thüringen), Andrea Walter (Landessprecherin Sachsen-Anhalt), Friedel Weyrauch (Landes- und Bundessprecherin Hessen), Karin Behrndt (Landessprecherin Mecklenburg-Vorpommern), Evelin Krakow (Vertreterin Mecklenburg-Vorpommern)

e) Das **Bundesseminar Suchtselbsthilfe** fand vom 25.11.–26.11.2017 mit dem Thema „Sucht und Familie“ mit den Referenten Jan-H. Obendiek und Katja Obendiek, Sucht- und Familientherapeuten in der Bildungsstätte Erkner statt. Inhalte: Suchterkrankungen machen mehr als eine Person zum Betroffenen. Es nahmen 32 Personen aus den DRK-Gruppen teil.

f) **Arbeitskreis der Bundes- und Landessprecher** vom 14.–15.10.2017 in Erkner. Thema: Überarbeitung DRK-Leitfaden der Selbsthilfegruppen.

g) **Gruppensprecherschulung der DRK-Suchtselbsthilfegruppen** vom 11.–12.11.2017 mit der Thema „Kraft tanken für alltägliche Herausforderungen“ Coaching für GruppensprecherInnen und Gruppensprecher. Thema war unter anderem: Wie brenne ich weiter für mein Ehrenamt ohne auszubrennen?



# DRK-Selbsthilfegruppen bei der Hessischen Landesstelle für Suchtfragen



**Im Berichtszeitraum 2017 nahm eine Delegation der DRK-Suchtselbsthilfegruppen und auch eine Angehörige an der jährlichen HLS-Jahreskonferenz zum Thema „Medikamenten-Abhängigkeit – Wenn das Heilmittel zum Suchtmittel wird“ teil.**

Diese Landeskonzferenz koordiniert Aktionen, Projekte, Vorträge u.ä. aber auch Dinge der Öffentlichkeitsarbeit innerhalb und außerhalb kirchlicher und freier Wohlfahrtsverbände und ist der Hessischen Landesstelle für Suchtfragen unterstellt. Tagungen wurden im Turnus von 3-4 Monaten in den Räumen der Hessischen Landesstelle für Suchtfragen (HLS) durchgeführt. An diesen Veranstaltungen nahmen aus dem Odenwaldkreis Friedel Weyrauch als Landesverbandssprecherin und als Vertreter Dieter Heilmann teil.

Als konkretes Ergebnis wurde eine Jahresstatistik für Hessen erstellt, die dann in eine bundesweite Statistik einfließen kann und wird. Mit der Veröffentlichung der „Erhebung 2017“ können abermals Aussagen zu Angeboten, Leistungen, Mitarbeiterstruktur und demografischen Merkmalen der Selbsthilfegruppen der in der HLS zusammengeschlossenen Selbsthilfe- und Abstinenzverbände getroffen werden. Sie basiert auf einer verbandsübergreifenden hessenweiten Befragung.

2017 fanden außerdem fünf Arbeitstreffen der HLS-Landeskonferenz Suchtselbsthilfe in den Räumlichkeiten der Hessischen Landesstelle für Suchtfragen in Frankfurt im Zimmerweg statt.

# Kontinuierliche Öffentlichkeitsarbeit



Wie jedes Jahr wurde in verschiedenen Seminargruppen des Teams Freiwilligendienste, Region Rhein-Neckar-Odenwaldkreis und Heppenheim, die Arbeit der Selbsthilfegruppen des DRK vorgestellt. Auch innerhalb unseres Verbandes stellten sich die Selbsthilfegruppen auf Einladungen vor, was von den verschiedensten Einrichtungen im Odenwaldkreis gerne genutzt wurde. Die DRK-Gruppen stellten sich außerdem auf Einladung der AHG Klinik Münchwies am Selbsthilfegruppentag vor.

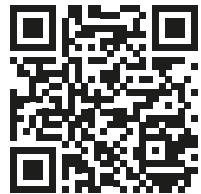
Die Angebote der Suchtselbsthilfegruppen für Betroffene und Angehörige sind in Form von Faltblättern an allen wichtigen Stellen wie Arztpraxen, sozialen Einrichtungen, Behörden etc. ausgelegt. In den örtlichen Medien wurden regelmäßige Anzeigen der Gruppenangebote geschaltet. Im Rahmen ihrer Funktion als Bundesdiesprecherin war Friedel Weyrauch im Berichtsjahr zur Unterstützung und zum Kennenlernen der Gruppen in den Landesverbänden Sachsen-Anhalt (Weißenfels, 20-jähriges Jubiläum), Brandenburg und Sachsen.

Im Internet informiert die Homepage der Suchtselbsthilfegruppen im DRK Odenwaldkreis über alle Aktivitäten, ebenso wie unsere Facebook-Seite.

Darüber hinaus gibt es ein zusätzliches Angebot in Form eines bundesweiten Forums, das regelmäßig von über 100 Besuchern täglich besucht wird. Dieses Forum wurde entwickelt von Theodor Weiler, der viele ehrenamtliche Stunden in diese hervorragende Arbeit investiert hat. Es ist uns ein Bedürfnis, ihm von Herzen zu danken.

**Homepage der Suchtselbsthilfegruppen im DRK Odenwaldkreis:**

[www.selbsthilfe.drk-odenwaldkreis.de](http://www.selbsthilfe.drk-odenwaldkreis.de)



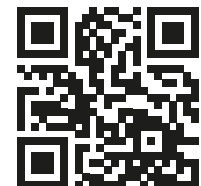
**Facebook-Seite der Suchtselbsthilfegruppen im DRK Odenwaldkreis:**

[www.facebook.com/SHG.DRK.Odenwaldkreis](https://www.facebook.com/SHG.DRK.Odenwaldkreis)



**Bundesweites DRK-Selbsthilfe-Forum:**

[www.drk-shg-online.info](http://www.drk-shg-online.info)





# Ausblick 2018



**Für das Jahr 2018 sind zahlreiche Aktivitäten der DRK-Selbsthilfe geplant. Unter anderem erwarten uns:**

- Gruppensprecherschulungen I. und II. Modul
- Selbsthilfetag
- Neukoordination Sorgentelefon
- Überarbeitung sämtlicher Flyer
- Überarbeitung Leitfaden
- Neue Gruppe „Glücksspiel und Mediensucht“
- Fünftes bundesweites Treffen der DRK-Selbsthilfegruppen
- Weiterentwicklung und Ausbau der Angebote des Treffpunkt Auszeit



*Friedel Weyrauch, Bundessprecherin der DRK-Selbsthilfegruppen und Leiterin des DRK-Selbsthilfezentrums in Erbach, zusammen mit Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern des DRK Odenwaldkreis e. V. im Gruppenraum.*



# DRK-Selbsthilfeangebote im Odenwald

## **Selbsthilfeangebote im Gruppenraum des DRK-Selbsthilfe- und Informationszentrums, Bahnstraße 43, 64711 Erbach**

### **Gruppe für Menschen mit Alkoholproblemen**

Jeden Montag, 20:00 – 21:30 Uhr  
Kontakt: 06062 7303 (Dieter) oder 06061 3156 (Herbert)

### **Gruppe für Angehörige von Menschen mit Suchtproblemen**

Jeden Montag, 15:00 – 16:30 Uhr  
Kontakt: 0162 2578112 (Friedel)

### **Gruppe „Immer wieder Ärger wegen Alkohol, Cannabis & Co.“ (Junge Selbsthilfe)**

Jeden Montag, 17:30 – 19:00 Uhr  
Kontakt: 06062 608883 (Jürgen Brilmayer) oder 0162 2578112 (Friedel)

### **Gruppe für Menschen mit Essstörungen**

Jeden 1. und 3. Dienstag von 17:00 – 18:30 Uhr  
Kontakt: 06165 2517 (Romy) oder 06068 3473 (Annette)

### **Elternkreis von Jugendlichen und Erwachsenen mit Drogenproblemen und Angehörigengruppe von Menschen mit Suchtproblemen**

Jeden Dienstag, 19:00 – 21:00 Uhr  
Kontakt: 06068 912460 (Marianne) oder 06062 60760 (Friedel)

### **Gruppe für Angehörige von Messies**

Jeden 1. Mittwoch im Monat von 15:00 – 16:30 Uhr  
Kontakt: 06068 912460 (Marianne)

### **Gruppe für Menschen mit Kaufsucht**

Jeden 2. Mittwoch im Monat von 18:00 – 19:30 Uhr  
Kontakt: 0170 5259038 (Sonja) oder 0176 22311948 (Martina)

### **Gruppe für Menschen mit Angst und Depression** (in Kooperation mit dem Diakonischen Werk)

Jeden 1. Mittwoch im Monat von 17:00 – 18:30 Uhr  
Kontakt: 0162 2578112 (Friedel)

### **Gruppe für Frauen mit Suchtproblemen**

Jeden Donnerstag, 20:00 – 21:30 Uhr  
Kontakt: 0151 1270 9116 (Manuela) oder 0162 2578112 (Friedel)

### **Gruppe für chronisch mehrfach beeinträchtigte Abhängigkeitskranke (CMA)**

Jeden Donnerstag, 16:00 – 17.30 Uhr  
Kontakt: 0162 2578112 (Friedel)

## **DRK-Selbsthilfeangebote an anderen Orten:**

### **Kontaktgespräche für Patienten mit Suchtproblemen, ihren Angehörigen und Interessierte**

Jeden Mittwoch, 19:00 – 20:00 Uhr  
Zentrum für seelische Gesundheit im Patientencafé, Albert-Schweitzer-Straße 10–20 in 64711 Erbach  
Kontakt: 06062 7303 (Dieter) oder 0162 2578112 (Friedel)

### **Gruppe für Menschen mit Suchtproblemen**

Jeden 1. Montag im Monat von 19:30 – 20:30 Uhr  
Gemeindezentrum Brensbach (Sitzungszimmer), Ezyer Straße 5 in 64395 Brensbach  
Kontakt: 0162 2578112 (Friedel) oder 06061 3156 (Herbert)

## **Sprechzeiten im Selbsthilfe- und Informationszentrum**

Dienstags von 13:00–15:00 Uhr und donnerstags von 9:30–11:30 Uhr oder nach telefonischer Vereinbarung 06062-60760 oder 0162-2578112.



Gemeinsam neue Wege wagen.





# Mehr Selbsthilfe im Netz:

# [www.selbsthilfe.drk-odenwaldkreis.de](http://www.selbsthilfe.drk-odenwaldkreis.de)

**Selbsthilfezentrum des DRK-Kreisverbands Odenwaldkreis e. V.**

Bahnstraße 43  
64711 Erbach

Telefon: 06062 60760  
E-Mail: [selbsthilfe@drk-odenwaldkreis.de](mailto:selbsthilfe@drk-odenwaldkreis.de)

## Sponsoren



**Außerdem Unterstützer unserer Arbeit sind:**

