

Den ersten Schritt aus der Sucht erleichtern

Freundeskreis Emsland bietet Sprechstunden für Süchtige und Angehörige im Selbsthilfe- und Freiwilligenzentrum an

Von Matthias Engelken

Meppen (EL) – Seit weit über 20 Jahren sind Alfred Hinrichs und Herbert Hakenholt „trocken“. Ihre einstige Tortur mit der Alkoholsucht hat sie geprägt. Jetzt, wo es ihnen gut geht, fungieren die Mitglieder des Freundeskreises Emsland als Ansprechpartner für Süchtige und bieten ab Anfang Februar regelmäßige Sprechstunden im Freiwilligen- und Selbsthilfezentrum in Meppen an.

„Jeder Tag drehte sich um den Alkohol“, erinnert sich Herbert Hakenholt an schwere Zeiten in seinem Leben. Kaum aufgestanden, benötigte er bereits die erste Flasche Bier. Danach ging es in die Kneipe, von da zu einem der örtlichen Vereine, „weil auch dort gern mal ein oder zwei Bier getrunken wurden“, erinnert sich der Harener. Irgendwann drohte die Familie zu zerbrechen und Hakenholt stand vor der Wahl zwischen ihr und der Flasche. „Da habe ich die Kurve gekriegt“, ist er heute allen dankbar, die ihn beim Entzug unterstützt hatten, sowohl in der Therapie, im weiteren Familienkreis als auch in der Selbsthilfe. Denn auch dort nahm Hakenholt regelmäßig an Treffen teil, sprach über Ängste und Sorgen, lernte, „Nein“ zu sagen und offen mit seiner Erkrankung umzugehen.

In Selbsthilfegruppen und Therapieeinrichtungen erzählt er heute seine Geschichte und macht Betroffenen und Angehörigen Mut. Ebenso geht der Unternehmer in die Schulen, arbeitet präventiv und warnt vor Suchtgefahren. So auch Alfred Hinrichs. Auch er durchlebte eine ähnliche Geschich-



Jeden ersten und dritten Donnerstag im Monat bieten ab Anfang Februar Herbert Hakenholt (l.) und Alfred Hinrichs in den Räumen der KoBS Sprechstunden an. Anke Wilkens (2.v.l.) und Petra Hengst unterstützen sie dabei. Engelken-Foto

te wie Hakenholt, auch ihn rettet die Liebe zur Familie, und deren Unterstützung. Heute ist er Geschäftsführer des Vereins Freundeskreis Emsland für Suchtkrankenhilfe. Etwa 180 Betroffene und Mitbetroffene haben sich dem Verein angeschlossen, die in Gruppen ständig betreut werden. Die

Zielgruppen sind nicht nur die abhängigen Kranken, sondern auch die Angehörigen. „Der Freundeskreis Emsland versucht, dem Missbrauch von Alkohol, Rauschgift, Medikamenten sowie der Spielsucht wirksam entgegen zu treten. Wir arbeiten mit anderen Abstinenzverbänden und Selbst-

hilfeorganisationen zusammen, pflegen Kontakt mit Suchtkranken Betreuung und Beratungsstellen und haben gute Kontakte zu Fachkrankenhäusern, Ärzten, Behörden und den freien Trägern der Suchtkrankenhilfe“, erzählt Hinrichs. „Unsere Aktivitäten beziehen sich hauptsächlich

auf die gesellschaftliche Wiedereingliederung der Betroffenen und deren Angehörigen“, sagt der Harener. Abhängigen, deren Familien und Freunden stehen er und seine Vereinsmitglieder mit Rat und Hilfe zur Seite. „Wir informieren und helfen, Vorurteile abzubauen, bereiten akut Sucht-

ranke auf eine freiwillige stationäre Behandlung vor und sind für jeden offen“, lädt er Betroffene als auch Angehörige ein, sich bei Fragen an den Verein zu wenden.

Möglich ist dies zukünftig auch im Selbsthilfe- und Freiwilligenzentrum in der Bahnhofstraße 2 in Meppen. An jedem ersten und dritten Donnerstag im Monat bieten Hakenholt und Hinrichs ab dem 1. Februar in der Zeit von 16 bis 18 Uhr Sprechstunden an. „Ob Angehörige oder Betroffene, alle sind eingeladen uns nach der Arbeit zu besuchen“, laden beide ein. Ein Besuch sei völlig unverbindlich. „Ganz nach den Wünschen der Besucher wollen wir lediglich zum Thema Sucht beraten, Hilfestellung geben und vermitteln, wenn dies gewünscht ist“, meint Hinrichs. Aus seiner eigenen Erfahrung weiß er, dass der erste Schritt oftmals der schwierigste ist. „Deshalb bieten wir dieses niederschwellige Angebot an, ohne gleich therapeutische Maßnahmen zu ergreifen, sondern lediglich Informationen zu geben“, erläutert Hakenholt. Dabei laden beide explizit auch Angehörige ein, um sich zu informieren, beispielsweise, wenn diese den Eindruck haben, ein Familienmitglied sei betroffen.

Unterstützt wird der Verein Freundeskreis Emsland von den Mitarbeiterinnen der Kontakt- und Beratungsstelle für Selbsthilfe (KoBS) im Emsland, Petra Hengst und Anke Wilkens. Beide kennen aus ihrer Arbeit die Angst vor dem ersten Schritt. „Den wollen wir mit den Sprechstunden erleichtern“, laden beide ein.

Infos gibt es bei der Kontakt- und Beratungsstelle für Selbsthilfe unter Tel. 05931/14000.

Emsland Kurier Meppen, 24.01.2018