

Liebe Lotsennetzwerker\*innen, sehr geehrte Damen und Herren,

seit unserem bislang letzten Newsletter im September ist viel passiert. Nach wie vor stört die Corona-Krise auf allen Ebenen. Selbsthilfegruppen und Patientenvorstellungen in Kliniken fallen meist aus. Trotzdem waren wir sehr aktiv. Es gibt einige neue Personen, die Lotsen/innen unseres Netzwerkes begleiten. Zudem sind wir momentan mit unserer Teilnahme an dem bundesweiten Wettbewerb "StartSocial" beschäftigt.

## Inhalt

1. Lotsenarbeit / Vorstellungen
2. StartSocial
3. Erster virtueller Selbsthilfetag
4. Kurznachrichten
5. Termine
6. Impressum

## 1. Lotsenarbeit / Vorstellungen

Wir werden Ende Dezember etwa 50 laufende/ abgeschlossene Begleitungen durch Lotsen/innen in diesem Jahr haben. Das bedeutet, dass wir 2020 die Zahl der Begleitungen deutlich steigern konnten.

Etwa 50 ausgebildete Lotsinnen und Lotsen stehen uns zur Verfügung. An dieser Stelle ist uns natürlich ein großer Dank für das Engagement wichtig.

Im kommenden Jahr wollen wir die Zahl der Lotsen/innen weiter erhöhen und auch mehr Begleitungen anbieten. Dazu werden wir unter anderem weitere Selbsthilfegruppen ansprechen und regelmäßig in zusätzlichen Kliniken das Lotsennetzwerk bei Ärzten/innen, Pflegern/innen und Patienten/innen vorstellen. Denkt daran: Nur ein verschwindend kleiner Anteil der Abhängigen findet den Weg in dauerhafte Abstinenz und Selbsthilfe. Das sollten wir gemeinsam ändern.

## 2. StartSocial

Unsere Bewerbung für ein Beratungsstipendium war erfolgreich: Als eine von rund 100 sozialen Initiativen wurde das Lotsennetzwerk Rhein-Main ausgewählt. Der bundesweite Wettbewerb "StartSocial" ([www.startsocial.de](http://www.startsocial.de)) steht unter Schirmherrschaft von Bundeskanzlerin Angela Merkel. Experten aus der Wirtschaft coachen vier Monate Verantwortliche von sozialen Projekten. Das Lotsennetzwerk wird noch bis Ende Februar von Andrea Benack, Projektmanagerin in der Zentrale der Deutschen Bank, Frankfurt, und der Psychologin Lea Lempert von der SAP unterstützt.

In einem ersten Schritt haben Andrea Benack und Lea Lempert bis Ende November mit einer Gruppe von sieben Lotsen/innen ein Strategiepapier entwickelt. Darin ist unter anderem skizziert, wie wir neue Lotsen/innen gewinnen sowie weitere Kontakte zu Betroffenen herstellen.

Bis Ende Februar werden nun als nächste Meilensteine die Unterprojekte vorbereitet und realisiert. Dann reichen wir auch einen Abschlussbericht bei der Jury von StartSocial ein.



Die sieben besten Initiativen erhalten ein Preisgeld im Gesamtwert von 35.000 Euro. Es gibt auch einen Sonderpreis der Bundeskanzlerin. 25 Gruppen werden nach Berlin zu einem Treffen mit Angela Merkel eingeladen. Schon jetzt können wir sagen, dass die Teilnahme für das Lotsennetzwerk einen deutlichen Schritt nach vorne bedeutet. Die professionelle Begleitung durch Andrea Benack und Lea Lempert hilft uns sehr. Wir möchten uns daher sehr herzlich bei unseren beiden Coaches bedanken. Ihre Unterstützung erfolgt ehrenamtlich und in ihrer Freizeit. Danke Andrea! Danke Lea! Herzlichen Dank auch an das Team mit Herbert Rogge, Ursula Lux, Uwe Zeller, Kerstin Nickel, HaJo Müller, Karl-Heinz Thimm und Sebastian Lewandowsky.

### 3. Erster virtueller Selbsthilfetag

Eine kreative Antwort auf die Herausforderung Corona haben die Selbsthilfebüros Darmstadt, Groß-Gerau, Rüsselsheim, Offenbach, Osthessen und die Selbsthilfekontaktstelle Frankfurt gefunden. Am Samstag, 14. November, fand der erste virtuelle Selbsthilfetag statt.

Von 14 bis 18 Uhr gab es Präsentationen und Gesprächsrunden zu vielfältigen Themen (<https://www.parityaet-selbsthilfe.org/selbsthilfetag>).

Registrierte Teilnehmer/innen konnten auch unsere etwa einstündige Dokumentation "Ein Netz, das auffängt" als Videostream sehen. Der Film schildert an Hand von Fallbeispielen, wie Lotsen/innen neue Klienten/innen dabei unterstützen, ihren Weg in Selbsthilfe und Abstinenz zu finden.



Zwischen 17 und 18 Uhr gab es einen Chat, bei dem Nutzer/innen Fragen zu dem Film und dem Lotsennetzwerk stellen konnten. Christine und Hajo Müller hatten alle Hände voll zu tun, die Fragen zu beantworten. Das Foto zeigt Chat-Moderatorin Annemarie Duscha sowie HaJo und Christine Müller.

Von Oktober bis Mitte Dezember 2020 fanden folgende Kontakte und Vorstellungen statt:

- Wir hatten ein Gespräch mit Fachkräften (Oberärztin, Sozialarbeiter, Psychologin, Pfleger) der Klinik Hohe Mark in Oberursel. Hier erfolgen ab sofort Vorstellungen im Abstand von etwa vier bis sechs Wochen.
- Auch in der Vitos-Klinik Riedstadt hatten wir ein gutes Gespräch mit der zuständigen Sozialarbeiterin. Hier gibt es ebenfalls alle vier bis sechs Wochen eine Gesprächsrunde mit Patienten/innen.
- Im Zentrum für seelische Gesundheit, Groß-Umstadt, konnten wir ebenfalls nach einem Gespräch mit der zuständigen Psychologin eine regelmäßige Patientenvorstellung etablieren.
- Gut läuft weiterhin die Zusammenarbeit des Lotsennetzwerkes mit dem GPR Klinikum Rüsselsheim und dem Diakonissenkrankenhaus Mannheim. Hier gibt es bereits fest etablierte Lotsen, die direkt von Fachkräften und Patienten angesprochen werden.



**Trailer:**

<https://www.youtube.com/watch?v=wcpot837UnU>

**Erklärvideo:**

<https://www.youtube.com/watch?v=T1uuKyg2u3s>

## 4. Kurznachrichten - Dies & Das

### Selbsthilfespaziergang

Not macht erfinderisch - diese Tugend beherzigte das Selbsthilfebüro Groß-Gerau. Abstand halten und trotzdem unterhaltsam informieren gelingt dem Team des Selbsthilfebüros durch den ersten „Selbsthilfe| Engagement|Spaziergang“ in Groß-Gerau. Bei dem Parcours mitten durch Groß-Gerau entlang der Stadtmauer gibt es 15 Stationen (<https://www.paritaet-selbsthilfe.org/standorte/gg/psgg/ggshespaziergang/ggshespaziergang1/>).

Großflächige Informationsschilder präsentierten ausgewählte Themen aus der Selbsthilfe. Auch das Lotsennetzwerk Rhein-Main war mit einer Schautafel vertreten. Der Rundgang soll noch mindestens ein Jahr in der Groß-Gerauer Innenstadt verfügbar sein.



### Lotsen/innen gesucht

Weitere Lotsen/innen sind in unserem Netzwerk herzlich willkommen. Betroffene und Angehörige können als ehrenamtliche Begleiter tätig werden. Betroffene sollten mindestens zwei Jahre abstinent sein.

Es erfolgt eine Ersts Schulung sowie bei Bedarf eine Supervision.

Fahrtkosten werden erstattet und auch eine Ehrenamtsversicherung wird gewährt. Somit sind die Lotsen zum Beispiel versichert, wenn sie mit ihrem Privat-Pkw zu einem Treffen mit einem/r Klienten/in fahren.

Wir suchen Lotsen/innen in jedem Alter, gerne auch jüngere Personen (z. B. mit Drogenhintergrund). Neben Betroffenen sind auch Angehörige (z. B. Männer) herzlich willkommen.

### Nahtlosverfahren Falkenhof

Der direkt Übergang aus der Entgiftung in die Langzeittherapie ist für viele Patienten/innen sehr wertvoll. Der Wechsel ohne Pause vermeidet Rückfälle. Das Lotsennetzwerk hat die Zusage von der Klinik Falkenhof in Bensheim, Klienten/innen, Kliniken und Beratungsstellen bei dem Nahtlosverfahren unbürokratisch zu unterstützen.

### Lotsennetzwerk in der Presse

Zwei Zeitschriften haben kürzlich über uns berichtet. Die "Trockenpresse", ein bundesweites Magazin für Abstinente, und das Selbsthilfemagazin der AOK haben Beiträge über uns veröffentlicht.

### Vorführung „Ein Netz, das auffängt“

Unseren Film "Ein Netz, das auffängt" führen wir gerne bei Ihnen/Euch vor. Die Dokumentation dauert 60 Minuten.

Danach beantworten wir natürlich Fragen. Dieses Angebot richtet sich zum Beispiel an Selbsthilfegruppen, Kliniken, Beratungsstellen oder auch Schulen, die wir im Rahmen der Präventionsarbeit unterstützen. Sprechen Sie uns an: [ch.mueller@caritas-darmstadt.de](mailto:ch.mueller@caritas-darmstadt.de).

### Lotsennetzwerk auf Facebook

Seit Kurzem ist das Lotsennetzwerk auch mit einer Seite auf Facebook vertreten. Der Link lautet:

<https://web.facebook.com/Lotsennetzwerk-Rhein-Main-104578511515141>

Bitte sorgt auch in den sozialen Medien dafür, dass wir unseren Bekanntheitsgrad erhöhen.

### Eure Nachricht für unsere Leser

Sehr gerne veröffentlichen wir Nachrichten über Eure Selbsthilfegruppe oder Ihre Beratungsstelle/ Einrichtung. Unser Netzwerk dient schließlich ja auch dem Austausch. Wenn Ihr eine interessante Information (zum Beispiel einen Termin) habt, kontaktiert bitte Christine Müller ([ch.mueller@caritas-darmstadt.de](mailto:ch.mueller@caritas-darmstadt.de)).

## 5. Termine

Am 27. Februar gibt es (sofern wegen Corona möglich) einen Fachtag Glücksspiel. Eingeladen sind alle Interessierten aus der Suchthilfe. Die Veranstaltung wird in den Räumen der Katholischen Pfarrgemeinde St. Michael in Bürstadt stattfinden. Anmeldungen werden - ab sofort bis zum 15. Februar - erbeten an Christine Müller ([ch.mueller@caritas-darmstadt.de](mailto:ch.mueller@caritas-darmstadt.de))



Abschließend möchte ich Euch allen danken - für spannende und anregende Gespräche, wertvolle Hinweise und vor allem für Euer Engagement.

Euch allen wünschen wir frohe Weihnachten und ein gutes Jahr 2021.  
Passt auf euch auf, damit ihr gesund bleibt.

Eure  
Christine Müller

---

## 6. Impressum



**Newsletter 3-2020** im Dezember 2020  
Lotsennetzwerk Rhein-Main, Caritasverband Darmstadt e.V.  
**Koordination:** Lotsenprojekt Rhein-Main  
**Redaktion:** Christine Müller, J. Schmidt  
**Basislayout:** Rudi Stadler  
**Bilder:** Foto Weihnachtsgruß, Pixabay



Suchthilfezentrum, Caritasverband Darmstadt e. V.  
Wilhelm-Glässing-Str.15-17  
64283 Darmstadt  
Telefon: 06151 500-2840, Mobil: 0151 18926241  
E-Mail: [ch.mueller\(at\)caritas-darmstadt.de](mailto:ch.mueller(at)caritas-darmstadt.de)  
Internet: [www.caritas-darmstadt.de](http://www.caritas-darmstadt.de)