

<b>KB Gruppe + Treffpunkt</b>	<b>Gruppenzeiten</b>	<b>GruppensprecherInnen + Adresse</b>	<b>Telefon</b>
St. Gottfried II Treffpunkt: Pfarrheim St. Elisabeth Warendorfer Str. 101	Freitag abends 20:00 Uhr 14-tägig	Helmut Zimmermann Lilienthalweg 20, 59229 Ahlen E-Mail: <a href="mailto:south-malibu@t-online.de">south-malibu@t-online.de</a>	02382 60180
St. Ludgeri I Gemmericher Straße 60 -	Montag abends 18:30 Uhr	Ralf Kumbrink Görlitzer Straße 12, 59229 Ahlen	02382 766 5129 0151 2170 9797
St. Ludgeri II Gemmericher Straße 60	Dienstag abends 19:00 Uhr	Lutz Kozlowski Karl-Arnold-Straße 9, 59229 Ahlen Kreuzbund.Ludgeri2@yahoo.com Stellvertretung: Roswitha Hund	02382 9876 456 0179 4312161 02382 76 86 28
St. Bartholomäus Gruppe am Barthelhof Kirchplatz 7	Montag 19:00 Uhr alle 14 Tage	Ute Lobe Lessingstr. 24 Start der Gruppe erfragen bei Frau Lobe	02382 1362
<hr/>			
<b>Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe</b>	<b>Gruppenzeiten</b>	<b>GruppensprecherInnen</b>	<b>Telefon</b>
Pfarrheim St. Elisabeth Warendorfer Straße 101 (gegenüber ist das St. Michael Gymnasium)	Montag abends 19:30 – 21:00 Uhr	Petra Quante Heinrich-Sommer-Str. 44 59227 Ahlen E-Mail: <a href="mailto:fkahlen@freundeskreis-nrw.de">fkahlen@freundeskreis-nrw.de</a>	0176 83580 473
<hr/>			
<b>Anonyme Alkoholiker</b>	<b>Gruppenzeiten</b>	<b>Telefon:</b>	
Pfarrheim St. Elisabeth Warendorfer Straße 101 59227 Ahlen	Freitag 19:30 Uhr  E-Mail: <a href="mailto:werano@gmx.de">werano@gmx.de</a> (Werner)	Willi	0152 5760 481
		Werner	02382 71257
		Jürgen	02382 73799
<hr/>			
<b>Al-Anon Familiengruppe (nur für Angehörige)</b>	<b>Gruppenzeiten</b>	<b>Telefon:</b>	
Pauluszentrum Raiffeisenstraße 3 59229 Ahlen	Freitag 19:30 Uhr	Maria	02382 7605005
		Marianne	02521 3389
<hr/>			
<b>Eltern und Angehörige von Drogensucht Betroffener</b>	<b>Gruppenzeiten</b>	<b>Telefon:</b>	
	Dienstag – 1 x im Monat 19:00 – 21:00 Uhr Schuhfabrik, Königstr. 7, Ahlen	Karin Arrenberg	02382 86 009
<hr/>			
<b>Polnischer Gesprächskreis</b>	<b>Gruppenzeiten</b>	<b>Telefon:</b>	
St. Antonius Kirche <b>Münster</b> (gegenüber der Moltkestraße 40)	jeden Dienstag 19:00 – 20:45 Uhr	Herr Baldyga	Tel. 0152 3791 9764
<hr/>			
<b>NA – narcotics anonymous</b>	<b>Gruppenzeiten</b>	<b>Telefon:</b>	
Hilfe für Drogensüchtige Caritas Hamm Franziskanerstr. 3, 59065 Hamm	jeden Mittwoch 19:30 – 21:00 Uhr	Sabine	Tel. 0176 38163277

## **Kreuzbund**

Der Kreuzbund bietet Suchtkranken und Angehörigen Hilfe.

In den rund 1.500 Selbsthilfegruppen des Kreuzbundes treffen sich wöchentlich ca. 28.000 Menschen. Jeder Mensch, der suchtgefährdet oder abhängig ist oder den die Sucht seines Partners oder eines Familienmitglieds belastet, ist beim Kreuzbund herzlich willkommen.

Die Gruppenarbeit ermöglicht es den Teilnehmern, ihre Sorgen und Nöte zu besprechen, Entlastung und Unterstützung zu erfahren und eine positive Lebenseinstellung zu gewinnen. Darüber hinaus erleben die Gruppenmitglieder durch eine alkohol- und drogenfreie Freizeitgestaltung Spaß und Freude in der Gemeinschaft.

Der Kreuzbund bietet als zahlenmäßig größter deutscher Sucht-Selbsthilfeverband Suchtkranken und Angehörigen Hilfe in 1.500 Gruppen. Die Mitglieder und ehrenamtlichen Helfer/-innen unterstützen dabei, Wege in ein suchtmittelfreies Leben zu finden und informieren über Behandlungs- und Therapiemöglichkeiten. Der Kreuzbund ist ein wichtiges Bindeglied im System der Suchthilfe. Partnerschaftliche Kooperation mit Fachkliniken und Beratungsstellen ist selbstverständlich. Durch individuelle Hilfe sollen die Gesundheitschancen für suchtbetroffene Menschen und Angehörige erhöht und Suchtkranke wieder eingegliedert werden in Familie, Beruf und Gesellschaft.

Die Ehrenamtlichkeit bildet das Fundament des Kreuzbundes. Rund 3.500 Mitglieder haben ehrenamtliche Funktionen übernommen, sei es in der Gruppe, im Stadtverband oder auf Vorstandsebene. Sie leisten jährlich mehr als 300.000 Stunden unentgeltliche Arbeit. Die ehrenamtlichen Helfer/-innen werden durch Aus- und Fortbildungsmaßnahmen weiter qualifiziert. Haupt- und Ehrenamtliche arbeiten eng zusammen, sowohl innerhalb des Verbandes als auch mit anderen Organisationen und Einrichtungen der Suchthilfe.

## **Anonyme Alkoholiker**

Präambel

Die AI-Anon Familiengruppen sind eine Gemeinschaft von Verwandten und Freunden von Alkoholikern, die ihre Erfahrung, Kraft und Hoffnung miteinander teilen, um ihre gemeinsamen Probleme zu lösen.

Wir glauben, dass Alkoholismus eine Familienkrankheit ist und dass eine veränderte Einstellung die Genesung fördern kann.

AI-Anon ist nicht gebunden an irgendeine Sekte, Konfession, Politische Gruppierung, Organisation oder irgendwelche Institutionen. AI-Anon geht auf keinen Meinungsstreit ein; bei Anliegen außerhalb der AI-Anon Gemeinschaft wird kein Standpunkt befürwortet oder abgelehnt.

Es gibt keine Mitgliedsbeiträge. AI-Anon erhält sich selbst durch die eigenen freiwilligen Zuwendungen.

AI-Anon hat nur ein Anliegen: den Familien von Alkoholikern zu helfen. Dies geschieht dadurch, dass wir selbst die Zwölf Schritte praktizieren, dadurch, dass uns Angehörige von Alkoholikern willkommen sind und wir sie trösten, und dadurch, dass wir dem Alkoholiker Verständnis entgegenbringen und ihn ermutigen.

## **Willkommen beim Freundeskreis Ahlen**

Freundeskreise verstehen sich als Selbsthilfegruppen. Suchtkranke Menschen erfahren in den Freundeskreisen durch persönliche Beziehungen Stabilisierung, die eine Grundlage zur dauerhaften Abstinenz schafft. Angehörige sind ebenfalls willkommen und werden in die Gruppenarbeit mit einbezogen, denn von einer Suchtkrankheit ist die gesamte Familie betroffen.

Die Freundeskreise kennen keine schriftliche Verpflichtung zur Abstinenz. Vielmehr soll der Schritt in ein Leben ohne Alkohol, Drogen und andere Suchtmittel aufgrund der freien Entscheidung des Suchtkranken und seiner Angehörigen geschehen. Die Gruppenmitglieder lernen dabei voneinander, wie sie mit Schwierigkeiten umgehen können. Die Gruppe bietet Hilfe, indem persönliche Probleme angesprochen, Erfahrungen ausgetauscht, Gefühle mitgeteilt werden.

Die Freundeskreisarbeit ist nicht konfessionell gebunden, richtet sich aber an christlichen Grundwerten aus. Unsere Selbsthilfegruppe arbeitet ohne starre Richtlinien und Vorschriften, meist auch ohne die Mitwirkung von professionellen Mitarbeiter/innen. Bei Gruppentreffen und Veranstaltungen wird Abstinenz erwartet.

## **Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe**

Der Name „Freundeskreis“ (wörtlich: ein Kreis von Freunden) kennzeichnet die Gruppe als Gemeinschaft. Ein Freund ist ein Mensch, der mich versteht, mich annimmt und mich nicht gleich bewertet. Zwischen Freunden besteht das Gesetz von Leistung und Gegenleistung nicht. Unter Freunden kennzeichnen offene Zuwendung, gegenseitige Wertschätzung und wirkliches Ernstnehmen die Atmosphäre.

In den bundesweit rund 800 Freundeskreisen für Suchtkrankenhilfe gelten die Grundprinzipien der Selbsthilfegruppenarbeit:

- Freiwilligkeit
- Selbstbetroffenheit (auch Angehörige sind betroffen)
- Gleichberechtigung
- Selbstbestimmung und Eigenverantwortung

„Hier hilft nicht einer dem anderen und der wieder ihm; vielmehr hilft jeder sich selbst und hilft dadurch dem anderen, sich selbst zu helfen.“

### **Unser Logo**

Die drei stilisierten Figuren im Logo stehen für Menschen, die in einer Freundeskreisgruppe zusammenfinden.

Sie haben unterschiedliche Lebens- und Suchterfahrungen.

Sie sind einander zugewandt – es ist ein Miteinander ohne Hierarchie.

Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe wollen Suchtkranken und Angehörigen Halt geben. Das wird durch den Kreis symbolisiert. Es liegt in der Verantwortung des Einzelnen, wie stark er sich an den Freundeskreis bindet. Auf den Halt durch den Kreis kann er stets vertrauen. Der Kreis ist offen.

Am Ende befindet sich ein Pfeil. Menschen können kommen und werden angenommen, sie können aber auch wieder gehen, wann sie wollen.

Die Figuren stehen alle auf der gleichen Basis. Das kann der Freundeskreis, der Landesverband oder der Bundesverband sein.

<http://www.freundeskreis-ahlen.de>

<http://freundeskreise-nrw.de>

<http://www.freundeskreise-sucht.de>