



Freundeskreise
für Suchtkrankenhilfe
Landesverband Hessen e.V.

unsere kleine ZEITUNG

Magazin des Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe Landesverbandes Hessen e.V.

Ausgabe 2 / 2026



Inhalt

- 50 Jahre Freundeskreis Vogelsberg
- Seminar „Rückfallprophylaxe“ in Nieder-Moos
- Suchtselbsthilfetage 2026
- Suchtselbsthilfe Tage – ein persönlicher Rückblick
- Die Steps machen ihrem Namen alle Ehre
- Stark sein! Wirklich?
- Leserbrief: Liebe Christina...
- Vatertag geht auch anders...
- Wildpflanzenerlebnis
- Melchiorsgrund – kulturtherapeutisches Dorf
- Buchempfehlung: Die Bestie schläft
- Buchempfehlung: Vergiss mich
- Freud und Leid – eine neue Rubrik



50 Jahre Freundeskreis Vogelsberg

Jubiläumsfeier in der Kulturscheune der Steinmühle

Am 20. Juni 2026 feierten wir, der Freundeskreis Vogelsberg, in der Kulturscheune der Steinmühle bei Ottrau unser 50-jähriges Bestehen. Zahlreiche Mitglieder, Gäste und Wegbegleiter kamen zusammen, um auf ein halbes Jahrhundert gelebte Gemeinschaft und gegenseitige Unterstützung zurückzublicken.



Zum Auftakt wurden die Besucher bei Kaffee und guten Gesprächen begrüßt. Anschließend gestaltete Silvia Breuning eine Andacht, die den feierlichen Rahmen der Veranstaltung unterstrich.

Mit den folgenden Grußworten begann der erste Vorsitzende Achim Geisel. Er hieß die Gäste willkommen und blickte in seiner Ansprache auf die Geschichte des Vereins sowie dessen

Entstehung zurück. Er würdigte die Entwicklung des Freundeskreises und das Engagement vieler Mitglieder, die den Verein über Jahrzehnte geprägt haben.

In seinem Grußwort hob der Erste Vorsitzende des Bundesverbandes der Freundeskreise, Ralf Vietze, die Bedeutung der Freundeskreisarbeit hervor. Die Grüße des Landkreises überbrachte Kreisbeigeordneter Herbst. Auch Peter Pfeiffer, Leiter des Beratungszentrums, würdigte den starken Zusammenhalt und die gewachsenen Freundschaften, die den Freundeskreis seit fünf Jahrzehnten auszeichnen.

Nach dem offiziellen Teil konnten sich die Gäste bei einem von der Metzgerei Bornmann aus Treysa zubereiteten Mittagessen stärken. Wer mehr über den Veranstaltungsort erfahren wollte, hatte die Gelegenheit, an einem Steinmühlen-Quiz teilzunehmen und dabei kleine Preise zu gewinnen.





Für heitere Unterhaltung sorgte anschließend Sabine Kemle, die als Clown die Gäste zum Lachen brachte und für viele fröhliche Momente sorgte. Beim gemeinsamen Kaffeetrinken mit selbstgebackenen Kuchen klang der Tag in entspannter und

gemütlicher Atmosphäre aus.

Die zahlreichen Gespräche und Begegnungen werden mir noch lange in Erinnerung bleiben. Wieder einmal ist mir bewusst geworden, was „Freundeskreis“ bedeutet.



Wie viel Positives wir durch unsere Gemeinschaft für unser eigenes Leben und das unserer Freunde und Wegbegleiter bewirken können. Danke allen

Teilnehmenden für diesen schönen Tag.

Steffi

Freundeskreis Vogelsberg

Seminar „Rückfallprophylaxe“ in Nieder- Moos

Ein arbeitsreiches und zugleich bereicherndes Wochenende

Vom 17. bis 19. April 2026 fand in Nieder-Moos ein Seminar zum Thema „Rückfallprophylaxe“ statt. Geleitet wurde das Seminar von Benjamin Stimming. Es war ein sehr interessantes und arbeitsreiches Wochenende, an dem die Zeit wie im Flug verging. In kleinen Gruppen tauschten wir uns intensiv aus und erarbeiteten Strategien, mit denen sich ein Rückfall frühzeitig erkennen und vermeiden lässt. Dabei beschäftigten wir uns unter anderem mit folgenden Fragen:

- Ich habe Suchtdruck – was mache ich?
- Was sind meine Risikosituationen und Warnsignale?
- Wie erkenne ich Suchtdruck bzw. Craving (Verlangen)?
- Was kann ich in solchen Situationen tun?
- War es ein Rückfall, ein Vorfall oder ein Ausrutscher?
- Was bedeutet für mich eine zufriedene Abstinenz?
- Was gewinne ich durch meine Abstinenz – und was fällt mir dabei schwer?



Diese Themen haben wir in Kleingruppen mit großer Konzentration und Offenheit besprochen. Dabei kamen wir zu einer wichtigen Erkenntnis: Es gibt nicht DIE eine Lösung. Jeder Mensch ist anders und kann und sollte deshalb seine eigene, passende Strategie zur Rückfallprophylaxe entwickeln.

Unser persönlicher Lebenskompass

Ein weiterer wichtiger Bestandteil des Seminars war die Entwicklung eines persönlichen Lebenskompasses. Dabei standen die Themen Achtsamkeit, Sinn, Ziele und Lebensfreude im Mittelpunkt. Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer waren begeistert davon, wie Benjamin Stimming uns durch das Wochenende geführt hat. Ich persönlich habe sehr viel aus diesem Seminar mitgenommen und viele wertvolle Gedanken und Anregungen für meinen weiteren Weg erhalten.

Susanne Mintkewitz

Freundeskreis Westerwald



Suchtselbsthilfetage 2026

Ein Wochenende voller Begegnungen, Kreativität und Gemeinschaft

Es war wieder soweit: Der Landesverband lud zu den Sucht-selbsthilfetagen ein, die alle zwei Jahre stattfinden. Sie begannen am Freitagnachmittag, dem 29.05.2026, und endeten am Sonntagnachmittag, dem 31.05.2026.



Thomas lud zu zwei kleinen Achtsamkeitswanderungen rund um den Niedermooser See ein. Am Samstagvormittag gab es einen Vortrag von Frau Schilling von der Diakonie Gießen zum Thema „Familie mit/ohne Sucht“.



Gerhard bot neben dem Arbeiten mit dem Brennpeter auch das Bauen von Vogelhäuschen an, was vor allem von unseren kleinen Teilnehmern gut angenommen wurde.



Rita hatte eine Wollecke mit Häkeln von Herzen, Minisocken und Mobiles sowie dem Basteln von Püppchen aus Wolle.

Ich hatte mich diesmal auch entschieden, etwas anzubieten, und zwar das Gravieren von Gläsern, was zu meinem Erstaunen ebenfalls gut angenommen wurde.





Außer Minigolf wurden auch das Wikingerspiel und Cornhole, ein Wurfspiel, angeboten.

Sabine, der Clown – sie hat eine Ausbildung zur Clowndoktorin gemacht – sorgte nicht nur für Spaß bei Klein und Groß, sondern auch für Auflockerung durch Mitmachspiele und Unterhaltung mit der Ukulele.

Abends unterhielt uns das Mitmachtheater mit Sketchen.



Was für mich auch immer ganz wichtig ist, das ist der Austausch untereinander, die Gespräche und das Miteinander. Es war nur sehr schade, dass sich diesmal so wenige an der Veranstaltung beteiligten.



Gabi Willsau

Steps – Freundeskreis Selters

Suchtselbsthilfe Tage – ein persönlicher Rückblick

29.–31. Mai 2026 in Nieder-Moos

Die Suchtselbsthilfetag fanden in diesem Jahr vom 29.– 31. Mai in Nieder-Moos statt. Das Angebot richtete sich an Betroffene und Angehörige, die nach Inspiration, Unter-



stützung und sinnvollem Austausch suchten. Für mich persönlich sind die Gespräche mit Betroffenen mit Abstand das Wichtigste, da ich hierbei immer wieder Parallelen zu meiner eigenen Suchtkarriere entdecke. So konnten wir Gläser gravieren und damit eigene Ideen, Muster und Motive dauerhaft festhalten.



Wer eher mit Naturmaterialien gearbeitet hat, fand in der Holzgestaltung eine Option – unter erfahrener

Anleitung entstanden viele Vogelhäuschen.

Ein weiterer Schwerpunkt dieses Wochenendes lag im Vortrag einer Suchttherapeutin der Diakonie in Gießen zum Thema Co-Abhängigkeit bei Sucht-erkrankungen.

Co-abhängigkeit beschreibt Muster von Verhalten, Gefühlen und Dynamiken in Beziehungen, die entstehen, wenn eine Person enge Bezugspersonen mit Suchtproblematik unterstützt,

schützt oder kontrolliert – oft auf Kosten der eigenen Bedürfnisse.

Ich fühlte mich bei diesem sehr fundierten Vortrag oft ertappt und peinlich berührt darüber, was meine Suchterkrankung mit meinem Umfeld gemacht hat. Ich bin heute sehr dankbar dafür, mithilfe meiner SHG des Freundeskreises Unterstützung, Verständnis und Wertschätzung zu finden.



Heike Lippert

Freundeskreis Bad Nauheim

Die Steps machen ihrem Namen alle Ehre

Gemeinsam unterwegs –

Bewegung, Freundschaft und ganz viel Spaß

Da wir, die Steps, gut zu Fuß unterwegs sind (die einen mehr, die anderen weniger), starteten wir dieses Jahr unsere Aktivitäten mit der alljährlichen Faschingswanderung. Sie führte über den Oasenweg rund um Selters. Trotz schlechten Wetters waren wir, teils verkleidet, ein Grüppchen von zehn Leuten.



Diesmal begleiteten uns auch zwei Patienten aus der Klinik Vielbach. Unsere zweite Wanderung war ganz spontan am Vatertag. Wir gingen die kurze Runde des Skulpturen-



weges bei Montabaur, hatten viel Spaß beim Singen, „Tanzen“ im Regen und „Blödsinn“ machen. Am Pfingstsonntag starteten wir unsere dritte Wanderung: eine Teilstrecke von ca. 10 km des Katharina-Kasparilgerweges bei Temperaturen um die 26 °C, mit anschließendem Schnitzel-essen. Es war ein Tag, der uns allen gutgetan hat – ein Stück Freundschaft, Bewegung und Verbundenheit.

Gabi Willsau

Steps – Freundeskreis Selters

Stark sein! Wirklich?

Ich habe lange über unsere letzte Stunde nachgedacht und darüber, was ‚Stärke‘ bei unserer Krankheit eigentlich bedeutet.

Ich dachte auch jahrelang, ich müsste stark sein, um den Alkohol zu beherrschen. Aber die Wahrheit ist: Ich bin gegenüber dem Alkohol völlig schwach. Solange ich versucht habe, gegen ihn zu kämpfen, habe ich jedes Mal verloren.

Mein Wendepunkt kam erst, als die Illusion komplett zerplatzt ist. Ich hatte am Ende unendlich Angst. Ich war vollkommen hoffnungslos und mir wurde glasklar: Wenn ich jetzt nicht aufhöre, werde ich sterben.

In dem Moment habe ich aufgehört zu kämpfen. Ich habe nicht gewonnen, weil ich so stark war, sondern weil ich akzeptiert habe, dass der Alkohol stärker ist. Ich habe die Waffen komplett niedergelegt.



Wenn ich gar nicht erst antrete und das erste Glas stehen lasse, hat der Alkohol keine Macht mehr über mich. Diesen Preis will ich nicht mehr zahlen.

Christoph

Freundeskreis Bad Nauheim

LESERBRIEF

Liebe Christina

Du gibst mir immer so schön die "Kleine Zeitung", obwohl ja Laura, als euer Mitglied im Verein, sie auch bekommt. In der Ausgabe 3/2025 war wieder das Rätsel drin und es war auch nicht schwer, es zu lösen. Also ran ans Rätsel, gelöst und prompt die Lösung geschickt. Mit einem Gewinn habe ich gar nicht gerechnet, denn es hat schon ein bisschen gedauert

.....

Wir basteln jede Woche so schön miteinander, quatschen und trinken auch unseren Kaffee dazu (manchmal auch mit Monika W.) und dann hast du mir einen Umschlag gegeben und drin war ein Gewinn-Gutschein über 20 Euro.

Ich war sehr überrascht und hab mich doch auch gefreut. Eingelöst habe ich den Gutschein für Teegläser, die ich noch nicht hatte und bei jeder Familienfeier für die Teetrinker gefehlt haben.

Nochmal herzlichen Dank und liebe Grüße von

Petra G

FK Bad Nauheim

Vatertag geht auch anders...

Während viele Männer am Feiertag Christi Himmelfahrt ihre Bollerwagen beladen und den Alkoholpegel in ungeahnte Höhen treiben, hat sich der Freundeskreis Westerwald schon vor Jahren für eine andere Variante entschieden: Gemeinsam Zeit verbringen, Neues ausprobieren, gut essen und vor allem jede Menge Spaß haben – ganz ohne Promille.

Axtwerfen, Bogenschießen, Messer schleifen, Metallschmieden, verschiedene selbstgebaute Geschicklichkeitsspiele, rustikales Grillen, Frittieren im Fass und vieles mehr standen ebenso auf dem Programm wie zahlreiche nette Gespräche untereinander.

Aufgrund der Wetterlage musste in diesem Jahr der ursprünglich geplante Veranstaltungsort am Anglerheim kurzfristig in eine nahegelegene Grillhütte verlegt werden. Der ständige Wechsel zwischen Sonne, Regen und Hagel ließ keine andere Wahl. Es ist schließlich allgemein bekannt: „Im Westerwald, da pfeift der Wind so kalt ...“

Diese gesundheitliche Vorsichtsmaßnahme sollte schließlich eine drohende Herren-Grippe verhindern – eine Erkrankung, deren dramatischer Verlauf medizinisch zwar noch nicht vollständig erforscht ist, deren Gefährlichkeit unter Männern jedoch außer Zweifel steht.

Leider musste das Bogenschießen aus Sicherheitsgründen entfallen. Gerüchten zufolge lag das weniger an den Schützen als vielmehr an den friedlich grasenden Kühen auf der

Nachbarweide. Da der Schwerpunkt des Tages ohnehin auf dem Räuchern und Grillen von Forellen lag, wollten die Organisatoren offenbar jedes unnötige Risiko vermeiden.

Die Forellen wurden selbstverständlich bereits im Vorfeld von fachkundigem Personal geangelt und mussten nicht erst vor den Augen der Gäste überzeugt werden. Im eigens aufgebauten Räucherofen entwickelten sie anschließend ein herrliches Aroma, das selbst überzeugte Grillfleisch-Fans kurz ins Grübeln brachte. Parallel konnte man sich ansehen, wie die Fische professionell ausgenommen und entgrätet werden. Natürlich gab es für alle, die lieber Fleisch mögen, auch schweinische Alternativen vom Grill sowie verschiedene leckere Beilagen.

Ebenfalls beeindruckend war unser Messerschleifer. Nach seiner Behandlung hätte selbst ein stumpfes Brotmesser vermutlich Papier in der Luft zerteilen können. Faszinierend, welche Schleifwinkel und Techniken es gibt – man schaute automatisch etwas respektvoller auf sein eigenes Küchenmesser.

Das Wetter zeigte sich typisch Westerwald: Sonne, Regen, Hagel und Wind – manchmal alles innerhalb weniger Minuten. Während der Schauer ließ es sich in der Grillhütte oder unter der überdachten Grillzone bestens aushalten.

Besonders schön sind immer die Gespräche. Irgendjemand weiß immer etwas, das man noch nie gehört hat. So lernte ich beispielsweise, dass Wiener Tauben ihre Flugbahnen in Form einer Acht ziehen sollen – passend zum Dreivierteltakt des

Wiener Walzers. Ob das wirklich stimmt? Keine Ahnung. Aber seit diesem Tag schaue ich Tauben irgendwie mit anderen Augen.

Am Ende blieb die Erkenntnis, dass ein gelungener Vatertag weder Bollerwagen noch Alkohol braucht. Gute Freunde, interessante Gespräche, leckeres Essen, ein wenig handwerkliches Geschick und eine Portion Humor reichen völlig aus.

Mein herzlicher Dank gilt allen, die diesen Tag organisiert und mitgestaltet haben. Ich verzichte bewusst auf Namensnennungen, damit niemand vergessen wird. Ihr habt gezeigt: Vatertag geht tatsächlich auch anders – und zwar richtig gut.

Carsten S. Angehöriger

FK Bad Nauheim



Wildpflanzenerlebnis

Ein Tag voller Wildnis, Gemeinschaft und Lebensfreude

Ein Tag voller Wildnis, Gemeinschaft und Lebensfreude – das erlebte der Freundeskreis Vogelsberg zusammen mit der Wildpflanzenexpertin Ulrike Hergert in Melchiorsgrund!

Wir hatten Ulrike Hergert für ein Outdoor-Seminar gewinnen können. Es sollte rausgehen in die Natur und dort gemeinsam etwas erlebt werden.

Wildpflanzen als Nahrung – sie lehren uns, genauer hinzusehen, achtsamer zu werden und die Natur wieder als wertvolle Begleiterin wahrzunehmen.

Nach einer Einführung darüber, warum das alte Wissen über essbare Wildpflanzen heute wieder so wertvoll ist, machten wir uns gemeinsam auf den Weg. Fast zwei Stunden lang streiften wir durch das Gelände rund um Melchiorsgrund, entdeckten essbare Schätze, lernten ihre Besonderheiten kennen und philosophierten darüber, was wir Menschen von ihnen lernen können.



Es war ein lebendiger Austausch voller Neugier, Staunen und Achtsamkeit.

Anschließend wurde unsere wilde Feldküche zum Mittelpunkt des Tages. Es wurde geschnippelt, gerührt, probiert und gelacht. Gemeinsam bereiteten wir zwei Wildkräutersalate, zwei verschiedene Baguettes mit Laubmehl, einen wilden Frischkäse und eine wilde Butter zu.

Ulrike hatte von zu Hause einen köstlichen Brennessel-Marmorkuchen, wild gefüllte Crêpes-Schnecken und Wald- und Wiesendudler mit Giersch, Gundermann und Nachtkerze mitgebracht.

Nicht immer lief alles nach Plan – unsere Feldküche verlangte einiges an Improvisation. Doch gerade das machte den Tag so lebendig. Gemeinsam Lösungen zu finden, miteinander zu lachen und am Ende festzustellen, dass alles wunderbar gelungen und dazu noch köstlich geworden war, machte diesen Tag zu etwas ganz Besonderem.

Es wurde aufmerksam zugehört, neugierig gefragt, mit Freude mitgearbeitet und mit allen Sinnen genossen. Es wurde gelacht, probiert, gestaunt und gemeinsam erlebt.

Wir haben an diesem schönen Tag viel von Ulrike über Wildpflanzen gelernt. Vor allem aber haben wir eine tolle Zeit miteinander verbracht.

Und genau das macht solche gemeinsamen Erlebnisse für mich so wertvoll.

Steffi

Freundeskreis Vogelsberg



MELCHIORSGRUND

kulturtherapeutisches Dorf

Am 25.07.2026 machte sich die Hachenburger Gruppe des Freundeskreises Westerwald mit 26 Personen auf den Weg zu einem tollen Tagesausflug. Mit dem Reisebus fuhren wir nach Melchiorsgrund zur Freien Lebensstudiengemeinschaft, um dort einen schönen Tag zu verbringen. Wir bekamen eine Führung von der lieben Chris, die uns die Struktur und Lebensbereiche der Mitbewohner und Mitarbeitenden in der „Dorfgemeinschaft“ erläuterte.

„Im kulturtherapeutischen Dorf Melchiorsgrund finden Menschen mit sogenannten Doppeldiagnosen aus Abhängigkeit und psychiatrischer Erkrankung eine neue Heimat – vorübergehend oder auf Dauer. Seit 1981 leben, lernen und arbeiten hier rund 100 Menschen in dörflicher Gemeinschaft. Neben den knapp 60 Bewohnern gehören dazu auch Therapeuten und Mediziner, Landwirte, Künstler und Handwerker.“

Zum Mittag durften wir selbstgemachten Raclettekäse auf Brötchen verkosten und haben die Zeit bei bestem Wetter in der sogenannten „Oase“ verbracht; ein wunderschönes Fleckchen Erde an zwei Teichen gelegen, im Zentrum des Dorfes Melchiorsgrund. Wir konnten Arbeitsbereiche wie Schreinerei,

Käserei, Landwirtschaft, Backstube, Garten und Gemeinschaftseinrichtungen kennenlernen.

Nachmittags

besuchten wir die historische hessische Stadt Wetzlar. Dort haben wir uns bei 30 Grad mit leckerem Eis



abgekühlt, sind durch die Gassen spaziert, um den Tag anschließend im Bootshaus an der Lahn mit einem leckeren Abendessen abzurunden.

Ein herzliches Dankeschön an die Organisatoren für den reibungslosen Ablauf, Thomas Steinhäuser und Chris Müller in Melchiorgrund für den lieben Empfang und die Verpflegung und allen Teilnehmenden für den schönen Tag, der unsere Gemeinschaft wieder einmal gestärkt hat.

Annina Stimming

FK Westerwald

(Quelle: www.melchiorgrund.de)

BUCHEMPFEHLUNG

Die Bestie schläft

von Andrea Noack



*Empfehlung einer Gruppenteilnehmerin des Freundeskreis
Bad Nauheim*

Manchmal beginnt Veränderung mit einer einzigen, ehrlichen Frage: „Warum trinke ich?“ Andrea Noack erzählt in *Die Bestie schläft* sehr offen und persönlich von ihrem Leben mit der Alkoholsucht.

Nach außen funktioniert sie, steht mitten im Leben – und doch bestimmt der Alkohol zunehmend ihr Leben.

Besonders berührt, wie offen Noack beschreibt, welche Funktion der Alkohol für sie hatte: Er wurde zur Selbstmedikation, um schwierige Gefühle und innere Belastungen auszuhalten.

Ein ehrliches, mutiges und Mut machendes Buch, das zum Nachdenken und vielleicht auch zu einem persönlichen Gespräch einlädt.

BUCHEMPFEHLUNG

Vergiss mich

von Alex Schulman

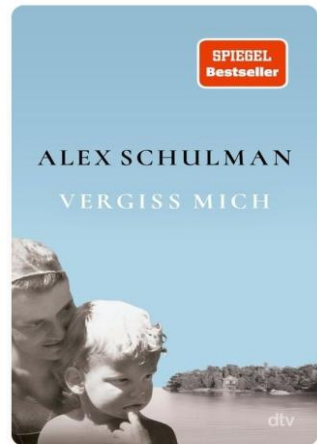
*Empfehlung einer Freundeskreis-
Angehörigen*

Was macht die Alkoholsucht eines Elternteils mit einer Familie? Und was bleibt davon zurück, wenn die Kinder längst erwachsen sind?

In *Vergiss mich* erzählt Alex Schulman sehr persönlich von seiner Mutter und ihrer langjährigen Alkoholabhängigkeit. Er erinnert sich an eine Kindheit, die von der Sucht und ihren Folgen geprägt war, und beschreibt zugleich seinen eigenen schwierigen Weg, sich mit der Vergangenheit auseinanderzusetzen.

Besonders eindrücklich ist die Perspektive des Sohnes. Schulman zeigt, dass Sucht niemals nur die betroffene Person betrifft. Auch Angehörige leben mit Angst, Unsicherheit, Scham und der Hoffnung, dass sich etwas verändert.

Vergiss mich ist ein bewegendes, ehrliches Buch über Alkoholabhängigkeit, Familie, Verletzungen und die schwierige Suche nach Vergebung. Eine empfehlenswerte Lektüre – für Betroffene, Angehörige und alle, die verstehen möchten, welche Spuren Sucht hinterlassen kann.



NEUE RUBRIK – Freud und Leid

In unseren Freundeskreisen erleben wir gemeinsam viele besondere Momente: Wir feiern Jubiläen, gratulieren zu besonderen Geburtstagen, freuen uns über Erfolge und schöne Begegnungen. Aber auch Abschied und Trauer gehören zum Leben und zu unserer Gemeinschaft.



Jubiläen

Euer Freundeskreis feiert ein besonderes Bestehen?



Geburtstage

Ein Mitglied hat einen besonderen Geburtstag?



Erinnerungen

Ihr möchtet an einen Menschen erinnern, der euch viel bedeutet hat?



Abschied

Ihr möchtet einen Nachruf veröffentlichen?

Dann schickt uns euren Beitrag!

Ein paar Zeilen, eine persönliche Geschichte, ein Foto – ganz egal, ob fröhlich, nachdenklich oder traurig. Und wenn euch die richtigen Worte fehlen: Meldet euch bei uns, wir helfen gerne beim Formulieren.

Eure Redaktion
Christina und Tim

Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe – Landesverband Hessen e.V.

Herausgeber / Impressum:
Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe
Landesverband Hessen e.V
Frankfurter Straße 314
D-34134 Kassel
Internet: www.freundeskreise-hessen.de

Spendenkonto:
Kasseler Sparkasse
Bankleitzahl: 520 503 53 Konto-Nr.: 18102
IBAN: DE85520503530000018102
BIC: HELADEF1KAS
E-Mail: kontakt@freundeskreise-hessen.de

Redaktion: redaktion@freundeskreise-hessen.de

Termine 2026

24.01.2026	Fortbildung	Wie stelle ich einen Antrag an die GKV?	Tagungsort (Alsfeld) Monika Weimer + Christina Stolz
06.03.- 08.03.2026	Offenes Seminar (für Betroffene und Angehörige)	Verantwortung- Eigenverantwortung Heilt die Zeit alle Wunden?	
14.03. - 15.03.2026	Delegiertentagung		
17.04. - 19.04.2026	offenes Seminar (für Betroffene und Angehörige)	Orientierung Rückfall Prophylaxe	Horst Kappauf + Benjamin Stimming
29.05. - 31.05.2026	Unser Suchtselbsthilfetag Familie ~~und~~ OHNE Sucht	WIR WOLLEN, WIR KÖNNEN, WIR WERDEN !	
12.06. - 14.06.2026	Männerseminar	„Frau, das unbekannte Wesen“ Erwartungen + Konflikte in der Partnerschaft"	
19.07.2026	Gruppenbegleiter Austausch		Ulrich Schermer
16.08.2026	Fortbildung	Auswirkungen von Drogen + Medikamenten	Tim Wartenberg
28.08. - 30.08.2026	Offenes Seminar (für Betroffene und Angehörige)	" Ich mach die Welt wie Sie mir gefällt...."	Christine Müller + Achim Geisel
09.10. - 11.10.2026 & 23.10. - 25.10.2026	Frauenseminar	" Wie finde ich die Gelassenheit, Dinge hinzu-nehmen, die ich nicht ändern kann"?	Mit Viola Röder
30.10. - 01.11.2026	Klausurtagung		