

# Jahresbericht 2018

AKL Karlsruhe



Hilfe in Lebenskrisen und bei Selbsttötungsgefahr



## Inhalt

Seite	
3	Vorwort
4	Statistik 2018
9	Neujahrstee 2018
10	Aktivitäten und Ereignisse des AKL 2018
12	Trauergruppe für Hinterbliebene nach Suizid 2018
14	BLANCO Professional spendet für Hilfe in Lebenskrisen
15	Weihnachtsaktion der Gewerbeschule Durlach
16	Weihnachtsspendenaktion 2018 der Sauter-Cumulus GmbH
17	Laufen mit Herz 2018
18	Hinterbliebenengottesdienst 2018
20	Dem Ehrenamt sei Dank
21	Finanzbericht 2018
22	Dankeschön 2018
23	Adressen AKLs in Baden-Württemberg
24	AKL Karlsruhe

### Der Arbeitskreis Leben Karlsruhe e.V. (AKL) sucht Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

für die ehrenamtliche Begleitung von Menschen in Lebenskrisen und bei Suizidgefahr. Wenn Sie Zutrauen zum Leben haben und sich belastbar fühlen, wenn Sie gut mit Menschen in Kontakt kommen und deren Anderssein achten, wenn Sie Zeit zur Verfügung stellen können - auch einmal unvorhergesehen - dann melden Sie sich bei uns.

Wir bieten für dieses ehrenamtliche Engagement eine ca. 9 Monate dauernde Ausbildung an. Zeitaufwand: 1 Abend 14-tägig, 3 Kompaktsamstage und 1 Wochenendseminar.

Schwerpunkte der Ausbildung:

- Arbeit an der eigenen Person (Selbsterfahrung)
- Einüben empathischer Gesprächsführung
- Kenntnisse über Krisentheorien und -verläufe
- Kriseninterventionsgespräche und Standards der AKL-Arbeit

Die Teilnahme an der Ausbildung setzt die Bereitschaft für eine mindestens zweijährige Mitarbeit sowie die regelmäßige Teilnahme an Supervision und Fortbildungen voraus.  
Anfrage unter [0721 / 8200667](tel:07218200667) oder E-Mail: [akl-karlsruhe@ak-leben.de](mailto:akl-karlsruhe@ak-leben.de)

## Vorwort

*Sehr geehrte Leserinnen und Leser, seit 28 Jahren bietet der Arbeitskreis Leben Karlsruhe Menschen in Lebenskrisen, insbesondere suizidgefährdeten Menschen und deren Angehörigen, Gespräche und Wegbegleitung an.*

*Das inhaltliche Ziel, Hilfe bei Selbsttötungsgefahr zu gewährleisten, bedarf neben der Organisation eines Vereins von seinen Mitarbeitern ganz besondere Fähigkeiten. Wichtig ist die innere Bereitschaft, Menschen, die in großer Verzweiflung daran denken, ihrem Leben ein Ende zu bereiten, ein Stück ihres Lebens zu begleiten, ihnen zuzuhören und einfach da zu sein.*

*Unser Verein lebt durch das ehrenamtliche Engagement. Wir konnten 2018 mit einer Ausbildungsgruppe starten und freuen uns, die ehrenamtlichen Mitarbeiter nach Ende der Ausbildungszeit Mitte nächsten Jahres willkommen zu heißen. Sie werden eine fundierte Ausbildung erhalten. Danach erfolgt im 2-wöchigen Rhythmus eine regelmäßige Begleitung (Supervision).*

*Ein wesentlicher Bestandteil des Arbeitskreis Leben sind die ehrenamtlichen Mitarbeiter, gemeinsam mit der engagierten Arbeit der beiden hauptamtlichen Mitarbeiterinnen. Das gute Miteinander gibt uns Kraft für die oft belastende Begleitung gefährdeter Menschen.*

*Im Namen des Vorstandes möchte ich mich bei den ehrenamtlichen und hauptamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern bedanken, die mit großem Engagement und ihrer Verbundenheit die Arbeit des AKL prägen. Ebenso möchte ich mich an dieser Stelle bei allen Förderern unseres Vereins ganz herzlich bedanken. Wir freuen uns, dass Sie unsere Tätigkeit als sinnvoll erachten. Durch ihre Spenden konnte der Fortbestand des Arbeitskreis Leben Karlsruhe nun 28 Jahre gesichert werden.*

*Traudel Romer*

Traudel Romer

1. Vorsitzende



## Statistik 2018

267 Personen haben Kontakt zum AKL aufgenommen. 185 Personen waren direkte Begleitungen durch die MitarbeiterInnen, 82 Kontakte waren telefonisch oder per E-Mail geführte Kurzkontakte\*.

Die MitarbeiterInnen erbrachten für die 185 Begleitungen insgesamt 776 Beratungsstunden bei 900 Klienten Kontakten. 60 Begleitungen hatten einen einmaligen Kontakt, 51 Begleitungen wurden bis zu einem Monat, 21 Begleitungen bis zu 3 Monaten und 20 Begleitungen bis zu 6 Monaten und einem Jahr begleitet.

8 Begleitungen gingen länger als ein Jahr. 61% aller 185 Begleitungen beinhalteten mindestens einen persönlichen Kontakt (daneben auch telefonische und/oder E-Mail-Kontakte). 34% der Begleitungen waren rein telefonisch und nur 2% der Begleitungen erfolgten ausschließlich per E-Mail. Die Erstkontakte erfolgten zumeist telefonisch

oder per E-Mail. Die Einmalkontakte weitgehend telefonisch.

Wie in Tabelle 1 ersichtlich, zeigt sich, dass die Anzahl der Kontakte zum AKL im Vergleich zum Vorjahr insgesamt gestiegen ist. Die Zahl der direkten Begleitungen ist im Vergleich zum Vorjahr zwar leicht gesunken, aber dafür sind die Anfragen von Kurzkontakten\* deutlich höher. Auch angestiegen ist die Anzahl der mit 70% weiblichen (w) Begleitungen. Dieser Anteil lag im Vorjahr noch bei 67%. Es nehmen nach wie vor also mehr Frauen als Männer das Unterstützungsangebot des Arbeitskreis Leben Karlsruhe in Anspruch.

Ein wichtiger Tätigkeitsbereich des Vereins war auch in diesem Jahr die Präventionsarbeit. Gruppen von 6 – 25 Personen wurden in Schulen und in sozialen Einrichtungen über Suizidalität, Suizidprävention und die Angebote des AKL informiert. (siehe „Besondere Aktivitäten und Ereignisse des AKL 2018“)

Tabelle 1: Kontakte zum AKL in den letzten drei Jahren

	2018	w	m	Keine Angaben	2017	w	m	2016	w	m
Kontakte insgesamt	267				252			219		
Begleitungen:	185	130	54	1	192	128	64	138	92	45
• Selbst von Krise betroffen	72	47	25		75	47	28	58	35	23
• Angehörige in Sorge um...	69	52	16	1	63	40	23	40	26	13
• Hinterbliebene	44	31	13		54	41	13	40	31	9
Kurzkontakte*	82				60			81		

\* inhaltliche Anfragen von Betroffenen, Angehörigen oder Institutionen, die aber noch keine wirkliche Begleitung sind, sowie allgemeine Informationsanfragen über die Angebote des AKL

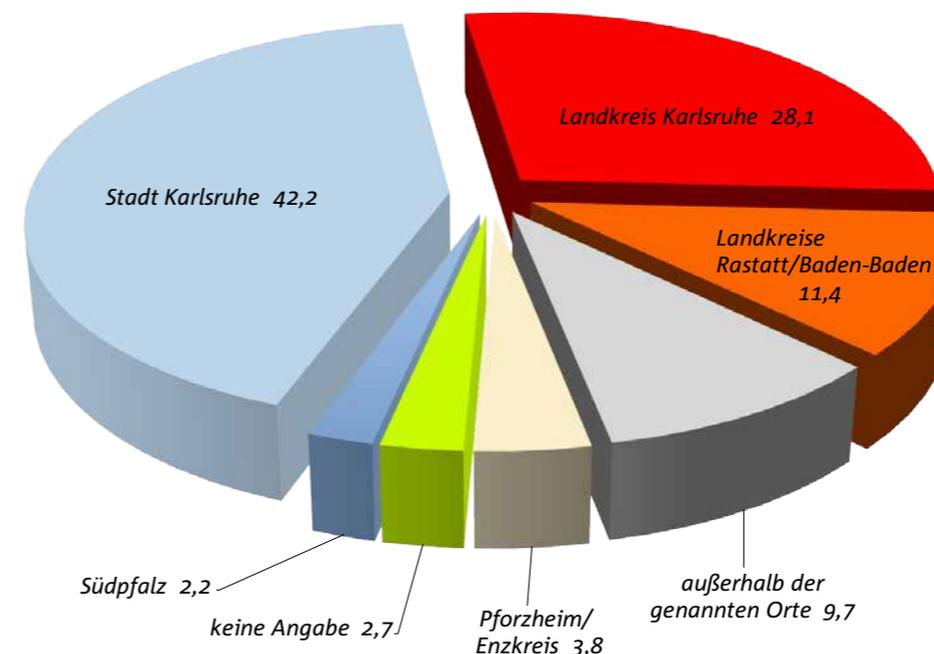
## Statistik 2018

### Wohnorte der begleiteten Personen

Im Jahr 2018 kamen nach eigenen Angaben 78 der 185 begleiteten Personen aus dem Stadtgebiet Karlsruhe, 52 aus dem Landkreis Karlsruhe, 21 aus den Landkreisen Rastatt/Baden-Baden, 7 aus Pforzheim/Enzkreis und 4 aus der Südpfalz. 18 Personen kamen aus dem restlichen Bundesgebiet. 5 Personen machten keine Angabe zu ihrem Wohnort.

Die meisten Anfragen kamen mit 42% aus dem Stadtkreis Karlsruhe. Mit 28% sind die Anfragen aus dem Landkreis Karlsruhe seit mehreren Jahren konstant. Deutlich gestiegen im Vergleich zum Vorjahr sind die Anfragen aus dem Kreis Rastatt/Baden-Baden mit 11%. Die Anfragen aus dem Kreis Pforzheim/Enzkreis sind mit knapp 4% gleich wie im Vorjahr. Die Anfragen aus der Südpfalz machten 2% aus und die von außerhalb noch knapp 10%.

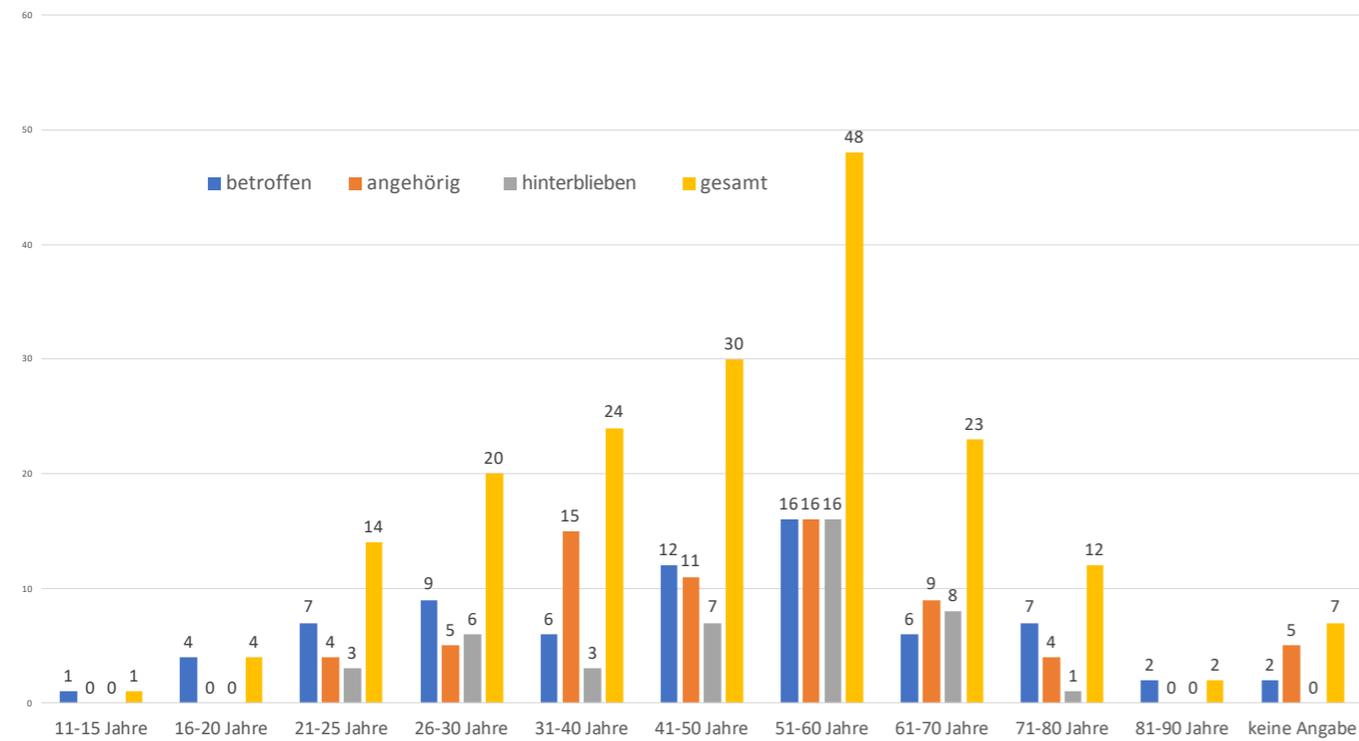
Grafik 1: Wohnortverteilung der Begleitungen in %





## Altersverteilung

Grafik 2: Altersverteilung der Begleitungen unterteilt nach betroffen, angehörig und hinterblieben sowie gesamt



Mit ca. 42% der 185 Begleitungen ist eine Häufung im Lebensalter zwischen 40 und 60 Jahren festzustellen, mit 25,9% sind die meisten Begleiteten im Alter von 51-60 Jahren, wobei hier eine Gleichverteilung innerhalb der Personengruppen betroffen/angehörig/hinterblieben besteht (siehe Grafik 2). Die Gruppe der Begleiteten älter als 70 Jahre ist mit 7,6% so groß wie die Gruppe der 21-25-jährigen.

Gut 10% der durch den AKL Begleiteten sind jünger als 26 Jahre.

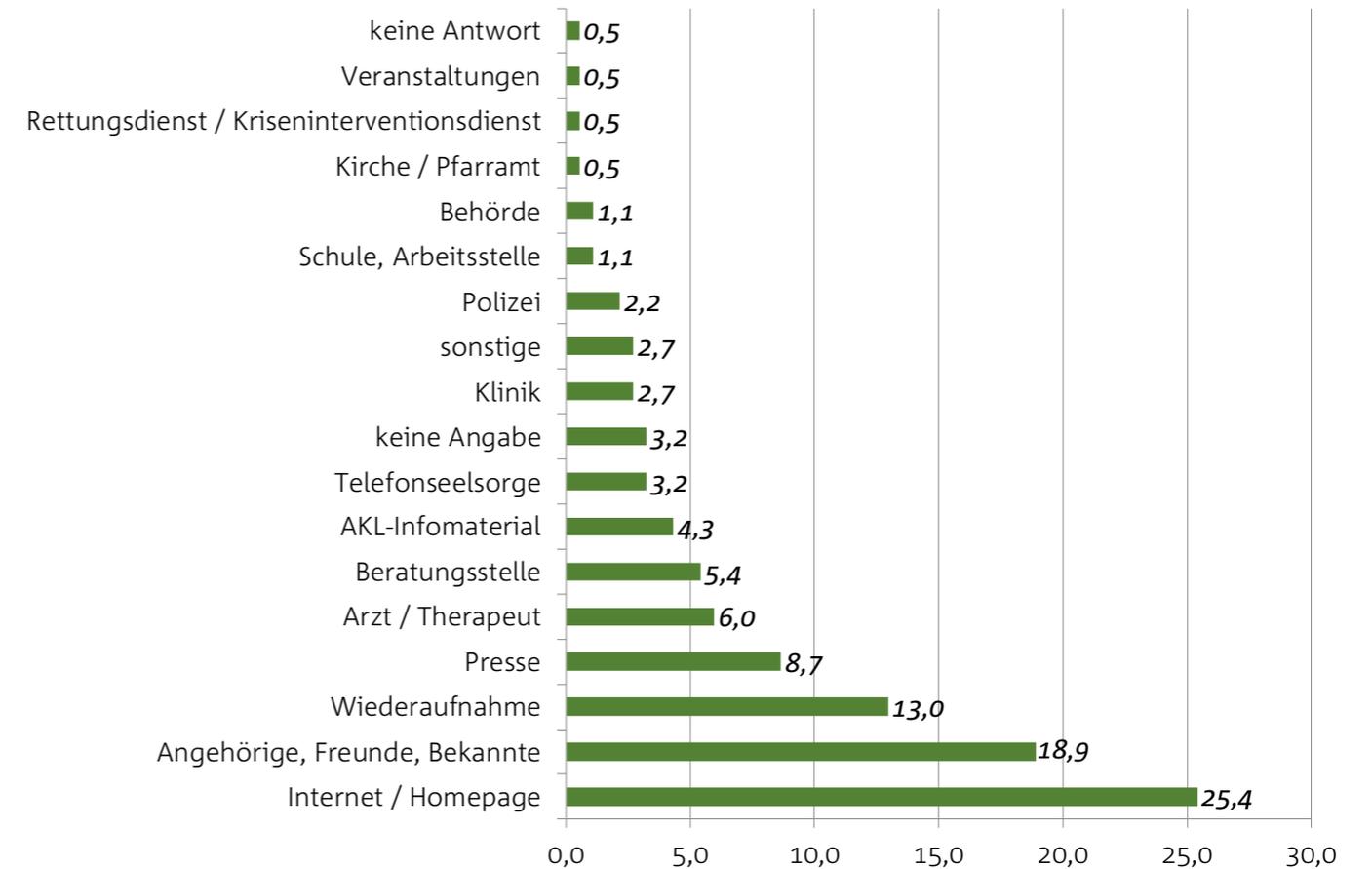
Über alle Altersgruppen hinweg haben 38,9% als selbst Betroffene, 37,3% als Angehörige (auch Freund/in oder Bekannte(r) in Sorge um einen Menschen und 23,8% als Hinterbliebene eines Suizids Begleitung beim AKL gesucht.

## Kontaktaufnahme

Auch in diesem Jahr haben die meisten Begleitungen, nämlich 25,4% über das Internet bzw. die Homepage des AKL zu uns gefunden. Erfreulich ist die Entwicklung, dass ca. 15% der Begleitungen

durch ihre Ärzte/Therapeuten oder andere Beratungsstellen an den AKL verwiesen wurden. (Weiteres siehe Grafik 3)

Grafik 3: Wege der Kontaktaufnahme in %





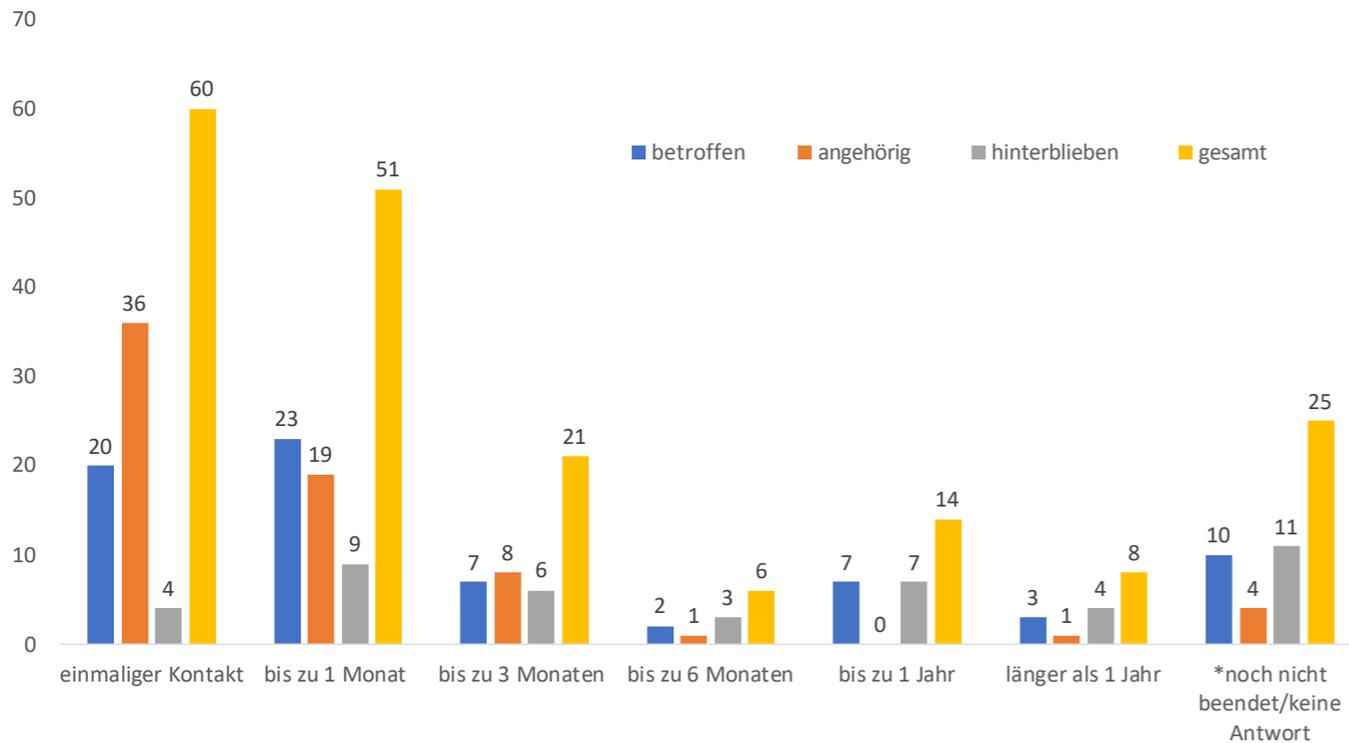
# Statistik 2018

## Dauer der Begleitungen

Die Einmalkontakte sind mit 32,4% am häufigsten. 60% dieser Einmalkontakte wurden von der Gruppe der Angehörigen wahrgenommen, 33,3% von der Gruppe der Betroffenen und lediglich 6,7% von der Gruppe der Hinterbliebenen (siehe Grafik 4). Bis zu einem Monat dauern 27,6% der Begleitungen, 11,4% bis zu 3 Monaten. Deutlich seltener sind die Begleitungen bis zu 6 Monaten mit 3,2%.

Die Gruppe der Begleitungen, die bis zu 6 Monaten oder 1 Jahr dauern, wird nicht mehr, wie in den Vorjahren, durch die Gruppe der Hinterbliebenen dominiert, sondern es gibt eben so viele Betroffene, die länger durch den AKL begleitet werden.

Grafik 4: Dauer der Begleitung unterteilt nach betroffen, angehörig und hinterblieben sowie gesamt



\*Unter „noch nicht beendet“ sind all jene Begleitungen aufgeführt, die über den Jahreswechsel 2018/19 weiterliefen. Über deren Gesamtdauer konnte zum Zeitpunkt der statistischen Erhebung noch keine genaue Angabe gemacht werden.

# Neujahrstee 2018

Alle Jahre wieder beginnt der Arbeitskreis Leben Karlsruhe das neue Jahr mit einem Neujahrstee am frühen Abend.

So sind wir dieser Tradition auch wieder am 30. Januar 2018 gefolgt. Allerdings fand er in neuen Räumlichkeiten statt. Sowohl durch Kontakte über den Marktplatz der guten Geschäfte als auch durch Gespräche mit Quartiersmitarbeiter\*innen der Südweststadt konnten wir das „Grüne Zimmer“ im Friedensheim in der Redtenbacherstraße nutzen. Sonst in Räumen des Roncalli-Forum Karlsruhe mit Herrn Dr. Käuflein in gutem Kontakt, durften wir ihn diesmal persönlich als neuen Bürgermeister begrüßen, der, dem AKL seit Jahren auch durch die Kooperation de brevitae vitae verbunden, herzliche

Grußworte an die Anwesenden richtete. Auch Frau Lisbach als Abgeordnete der Grünen im Stuttgarter Landtag hatte den Weg zu uns gefunden und uns mit taufrischen Informationen erfreut. Ein musikalisches, literarisches bis kabarettistisches Programm von Marei Rascher-Held (Geige) und ihrem Mann Josef Held (Klavier) gestaltet, lud zum Hören, Schmunzeln und Nachdenken ein. Der Empfang bot uns und allen Gästen die Möglichkeit, miteinander ins Gespräch zu kommen. Ein schmackhaftes kleines Büfett, von den Mitarbeiterinnen des Café im Park vorbereitet, rundete den Abend für alle Sinne köstlich ab. Auf diese Weise konnten wir uns auch bei unseren Freunden und Sponsoren ganz herzlich bedanken.

Marei Rascher-Held





## Aktivitäten und Ereignisse des AKL 2018

### Informations- und Fortbildungsveranstaltungen

#### zum Thema Suizid

- Mitarbeiterfortbildung „La Vie“ zum Thema Suizid, 25.06.2018
- Information und Fortbildung für Sozialarbeiter in Rastatt, 27.11.2018
- Informationsveranstaltung für die Ausbildungsgruppe der Telefonseelsorge in den Räumlichkeiten des AKL, 29.11.2018

#### Suizidprävention an Schulen mit Schülerinnen und Schülern

- Vortrag und Workshop für eine Schulklasse im AKL, 22.03.2018
- Vortrag und Workshop in der Pflegeschule Baden-Baden, 29.03.2018
- Vortrag und Workshop am Wilhelm-Hausenstein-Gymnasium, 11.06.2018
- Vortrag und Workshop in der Ernst-Reuter-Gesamtschule, 12.06.2018

### Öffentlichkeitsarbeit

- Traditioneller Neujahrstee des AKL im „Grünen Zimmer“ im Friedensheim in Karlsruhe, 30.01.2018
- Fachtag, Initiative gegen Depression, mit Infostand am 24.03.2018
- Welttag der seelischen Gesundheit, auch mit der Initiative gegen Depression am 10.10.2018
- „Erfüllt im Leben? – über den Tod hinaus“ Veranstaltung der Kooperation „de brevitae vitae“, 28.09.2018
- Informationsgespräch mit Stadträtin Frau Anlauf (Grüne, Karlsruhe), 16.02.2018

#### Besondere Veranstaltungen für Hinterbliebene nach Suizid

- Kriseninterventionsveranstaltungen in Firmen, Einrichtungen und Institutionen
- Trauergruppe von April bis November 2018
- Hinterbliebenengottesdienst in der Kleinen Kirche Karlsruhe, 20.10.2018

## Aktivitäten und Ereignisse des AKL 2018

### Interne Veranstaltungen des AKL

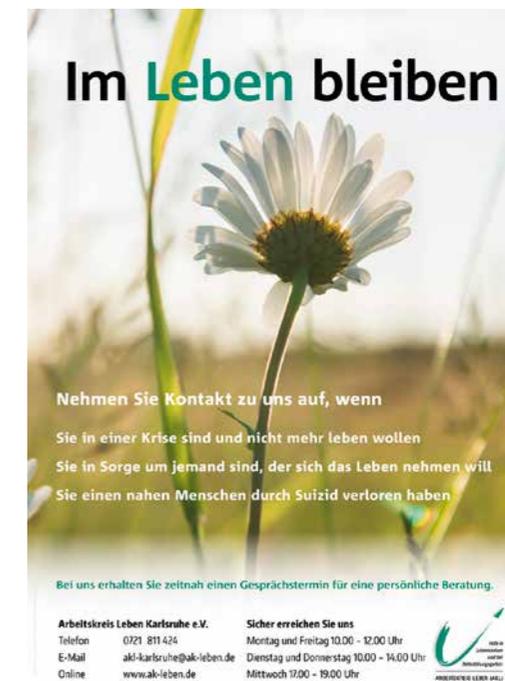
- Juristische Fortbildung durch die Kanzlei Vogt in den Räumlichkeiten des AKL, 24.04.2018
- Ausbildung zum ehrenamtlichen Krisenbegleiter, seit September 2018
- Dank-Veranstaltung für die Ehrenamtlichen des AKL, 09.11.2018

#### Das ganze Jahr über

- LAG-Treffen der AKLs Baden-Württemberg in Freiburg und Stuttgart
- Regelmäßige Treffen des AK Trauer (Runder Tisch) in Karlsruhe
- Kooperationstreffen mit der Telefonseelsorge und der Beratungsstelle „brücke“ in Karlsruhe
- Kooperationstreffen mit „de brevitae vitae“ in Karlsruhe
- Zeitungsartikel zu den Veranstaltungen, der Arbeit und den Angeboten des AKL
- Treffen Gemeinde Psychiatrischer Verbund
- Karlsruher Initiative gegen Depression

### Spendenübergaben und Spendenaktionen

- Scheckübergabe BLANCO Professional GmbH + Co KG im AKL, 26.01.2018
- Weihnachtsspendenaktion der Gewerbeschule Durlach, 03.-06.12.2018
- „Laufen mit Herz“ beim Baden Marathon in Karlsruhe, 23.09.2018
- „Poetry Slam“ Spendenaktion der Katholischen Hochschulgemeinde, 22.11.2018
- Pfennigbasar des Internationalen Frauenclub Karlsruhe e.V., 08.05.2018

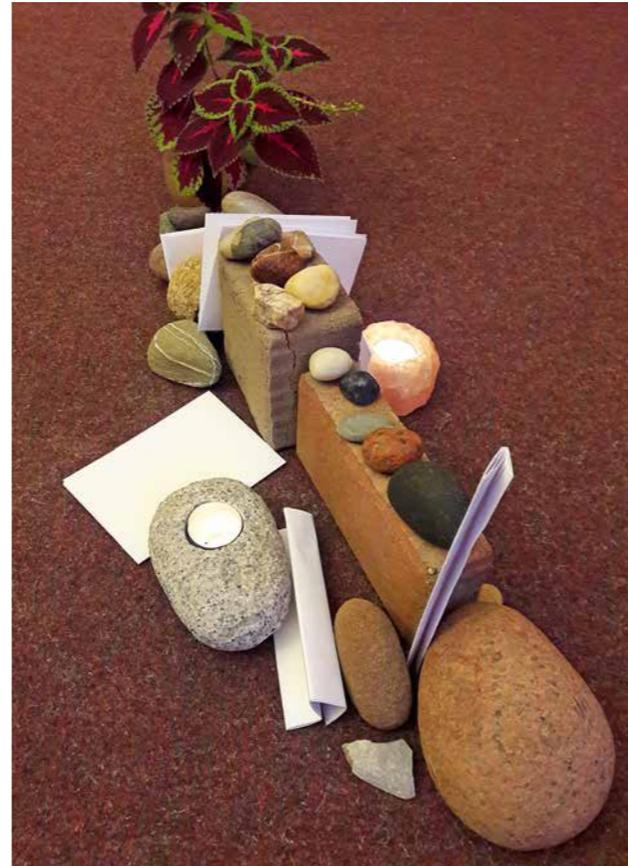


## Trauergruppe für Hinterbliebene nach Suizid 2018

Im Jahr 2018 fand sich ab April einmal im Monat eine Gruppe von 10, später von 9 Betroffenen in den Räumen des AKL zusammen. Menschen, die eines miteinander verband: Sie hatten einen ihnen nahestehenden Menschen durch Suizid verloren. Ein Ereignis, das ihr Leben erschütterte.

Ich durfte sie an den Abenden mit ausgewählten Themen durch ihre Not und Trauer begleiten. Sie fanden zusammen und ich konnte erleben, wie ich mehr und mehr in die moderierende Rolle gehen durfte. Denn es entstand eine wirkliche Gruppe durch ein alle einendes Schicksal, das Vertrauen und Tiefe und „vorurteilsfreie Begegnung hinsichtlich des Suizids mit anderen Menschen“ ermöglichte.

„Für mich war es wichtig zu erfahren, dass es leider viele Menschen gibt, die das Gleiche erlebt haben“ berichtet eine Teilnehmerin. Ein anderer schreibt: „Durch den persönlichen Kontakt zu anderen Hinterbliebenen wurde für mich erstmalig nachvollziehbar bzw. begreifbar, dass nicht nur ich solch eine schwere Last tragen muss. Diese wichtige Erkenntnis dringt durch alle anderen Formen der Medieninformationen nicht richtig und nachhaltig in das eigene Bewusstsein vor. Daraus resultierend fühlte ich mich in meinem unerklärlichen schweren Schmerz nicht



*Gedankenstrecke in der Trauergruppe*

mehr so alleine und alleine gelassen“. Weitere Gruppenmitglieder schreiben: „Wir haben unseren Sohn mit gerade 34 Jahren durch Suizid verloren. Als mir meine Frau von der Möglichkeit erzählte, an einer Trauergruppe teilzunehmen, dachte ich zunächst: Das brauche ich nicht. Heute bin ich froh und dankbar, dass wir zusammen zu den

Abenden in der Gruppe gegangen sind. Es tut einfach gut, mit Menschen zusammen zu sein, die dasselbe Schicksal erleben.“

„Wir waren mit unserer Trauer nicht allein. Wir fühlten uns aufgehoben“, schreibt ein Ehepaar. „Es war das vereinte Gefühl, Freunde im Geist und im Herzen gefunden zu haben“, schreibt eine andere. „Durch die authentischen Schilderungen der anderen Hinterbliebenen war es mir teilweise sogar erst möglich, meine eigenen Gefühle richtig einzuordnen,“ berichtet ein Teilnehmer.

Eine Frau erzählt: „Eine meiner positiven Erfahrungen war: Ziele können erreicht werden, auch wenn es manchmal schwer ist! Verschiedene Postkarten lagen auf dem Boden. Ich nahm die Postkarte mit einer Baumgruppe in der Nacht mit Vollmond. Mein Kommentar dazu war: Ich möchte

endlich ohne Licht einschlafen können, so wie die Bäume auf der Karte. Das nahm ich mir zum Ziel. Und was soll ich sagen, ich habe es geschafft, und mit jeder „Nicht Licht Nacht“ einen Strich auf der Rückseite der Karte gemacht.“

Ein Teilnehmer fand die Anregungen im Umgang mit der Verarbeitung des eigenen Verlustes eines nahestehenden Menschen für sich brauchbar und hilfreich. „Gemeinsam trauern, gemeinsam über Sorgen, Ängste und Krankheit sprechen können, sich gegenseitig trösten, gemeinsam nach vorne schauen und besonders wichtig: gemeinsam lachen und sich für kurze Zeit befreit fühlen können. So fühlt sich die gemeinsame Zeit in der Gruppe für mich an.“

„Wir geben uns alle gegenseitig immer wieder Kraft. Es ist gut, dass es so etwas gibt!“

*Marei Rascher-Held, Leiterin der Trauergruppe*



## BLANCO Professional spendet für Hilfe in Lebenskrisen

Es ist bei BLANCO Professional schon eine kleine Tradition, zu Weihnachten keine gedruckten Weihnachtsgrüße zu verschicken, sondern die hierfür eingeplante Summe einer gemeinnützigen Organisation zu spenden. Der Betrag von 2.100 Euro wurde somit am 26. Januar 2018 an den Arbeitskreis Leben Karlsruhe e. V. (AKL) übergeben.

Herr Roland Spleiss, Vorsitzender der Geschäftsführung von BLANCO Professional, und Jens Döllerer, Leiter Personal- und Sozialwesen von BLANCO Professional überreichten die Spende an Traudel Romer, erste Vorsitzende des AKL Karlsruhe. Sie kommentiert:

„Es gibt insgesamt zehn AKL-Zweigstellen in Baden-Württemberg und alle haben ein Ziel: zu helfen – in Lebenskrisen oder bei Selbsttötungsgefahr. Oder auch nach einem Suizid, wenn Angehörige nicht mehr weiterwissen. Wir sind sehr auf Spenden wie diese angewiesen.“ Roland Spleiss ist überzeugt: „Der Arbeitskreis Leben Karlsruhe hat unsere Unterstützung in ganz besonderem Maße verdient, denn er zeigt verzweifelten Personen einen Ausweg, die sonst nirgends einen Ausweg finden. Ich wünsche mir, dass möglichst viele Menschen unserem Beispiel folgen und den AKL ebenfalls unterstützen.“

*Presseinformation von BLANCO Professional im Januar 2018*



Foto: BLANCO Professional ; Jens Döllerer (links) und Roland Spleiss (BLANCO Professional) überreichen 2.100 Euro an Traudel Romer (Arbeitskreis Leben Karlsruhe)

## Weihnachtsaktion der Gewerbeschule Durlach

Der Erlös der 52. Weihnachtsaktion der Gewerbeschule Durlach kommt dem Arbeitskreis Leben Karlsruhe zu Gute.

Auch 2018 verwandelte sich die Aula der Gewerbeschule Durlach in eine große Cafeteria mit Imbiss- und Geschenkwaren-Ständen. Traditionell verkaufen Auszubildende in der ersten Adventwoche Geschenke, Snacks, Back- und Wurstwaren, die entweder gespendet oder in der schuleigenen Backstube produziert wurden. In diesem Jahr übergibt die Schulgemeinschaft den Erlös von 2.000 Euro an den Arbeitskreis Leben.

Der AKL begleitet Menschen in Lebenskrisen und bei Suizidgefahr. „Das ist leider auch ein Thema an der Schule“, sagt Verbindungslehrer, Bäcker- und Konditormeister Andreas Mohr. „Wir sensibilisieren unsere Schülerinnen und Schüler dafür, dass sie sich gegebenenfalls Hilfe holen können.“

Der AKL bedankt sich herzlich für diese Spende und freut sich sehr über den entstandenen Kontakt. (Auszüge aus der Presseinformation der Gewerbeschule Durlach)

*Almut Munke, hauptamtliche Mitarbeiterin*



Schüler der H2KD (Konditoren, 2. Lehrjahr) v.r.n.l. Caroline Hinterleitner, Selina Hiller, Herr Mohr (4. v.l.) und Fabian Ianhäßer (6. v.l.) (Gewerbeschule Durlach) überreichen 2.000 Euro an Herrn Grünling (3. v.l.) und Frau Munke (5. v.l.) (Arbeitskreis Leben Karlsruhe) Foto: Hans Mattner



## Weihnachtsspendenaktion 2018 der Sauter-Cumulus GmbH

Bereits im Dezember 2018 erhielt der Arbeitskreis Leben 1.000 Euro aus der Weihnachtsspendenaktion der Sauter-Cumulus GmbH.

Am Donnerstag, den 18. April 2019, besuchte der AKL Karlsruhe dann die Niederlassung der Firma Sauter-Cumulus GmbH in Ettlingen. Der Anlass war die Scheckübergabe und ein gegenseitiges Kennenlernen.

Der Empfang war sehr herzlich und die Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen zeigten großes Interesse an der

ehrenamtlichen Arbeit unseres Vereins. Herr Jung, Projektleiter Services, stellte nochmals das Unternehmen vor und erläuterte die Philosophie der Weihnachtsspendenaktion, jedes Jahr ein soziales Projekt durch einen finanziellen Beitrag zu unterstützen. 2018 war dieses Projekt die Arbeit des AKL.

Wir sagen an dieser Stelle nochmals herzlichen Dank für Ihre großzügige Spende.

*Angelika Rauch, 2. Vorstandsvorsitzende*



Foto: Sauter-Cumulus; Frau Klein (Teamassistentin), Frau Rauch (Vorstand AKL), Herr Jung (Projektleiter Services) und Frau Göttle (Vorstand AKL) (v.l.n.r.)

## Laufen mit Herz 2018

In diesem Jahr konnte der Arbeitskreis Leben zwei Privatpersonen als Spendenläufer für sich gewinnen, und zwar Frau Antonia Busch und Frau Agnes Sobotzik.

In einem Vorabgespräch berichten sie; „Seit drei Jahren trainieren wir regelmäßig zusammen und sind 2016 unseren ersten Halbmarathon in Karlsruhe gelaufen. Wir wollten damals einfach nur sehen, ob wir die Strecke schaffen können. Wir haben sie geschafft!“



Antonia Busch (links), Agnes Sobotzik (rechts)

Dieses Jahr nun starteten wir als Zweier-Team mit dem Ziel, möglichst viele Spendengelder für den AKL Karlsruhe zu sammeln.

Damit der AKL Menschen in schweren Lebenskrisen und bei Suizidgefahr unterstützen kann, ist er auf Spendengelder und auf seine ehrenamtlichen Helfer angewiesen.

Nicht immer verläuft das Leben in geregelten Bahnen. Manchmal stolpern wir und meinen nicht mehr aufstehen zu können. Wir brauchen Menschen, die uns mit Fachwissen aber auch mit Empathie und Geduld zur Seite stehen, bis wir wieder aufrecht gehen und uns zurechtfinden können.

Es ist gut zu wissen, dass es Anlaufstellen gibt, wie den Arbeitskreis Leben Karlsruhe mit Menschen, die sich mit viel Herzblut engagieren.“



Dank des großen Einsatzes unserer beiden Läuferinnen kann sich der AKL über eine Spende in Höhe von 2.094,79 Euro freuen. Vielen herzlichen Dank dafür an alle Spender von Laufen mit Herz.

*Almut Munke, Hauptamtliche Mitarbeiterin*

## Hinterbliebenengottesdienst 2018

Am 21. Oktober 2018 hat der Arbeitskreis Leben Karlsruhe (AKL) zum Hinterbliebenengottesdienst für Suizidtote in die Kleine Kirche am Marktplatz eingeladen. Gemeinsam mit Herrn Wagner, ev. Kirche und Krankenhausseelsorge, Herrn Kühlmann, kath. Kirche und Leitung der „brücke“, Frau Grimberg, Leitung der Telefonseelsorge, Herrn Gack, Polizei, Opferschutz und Prävention, sowie Frau Mainzer und Frau Rockenbach, Hinterbliebene, wurde der Gottesdienst gestaltet.

Im Namen des AKL eröffnete Frau Rascher-Held den Gottesdienst mit einer herzlichen Begrüßung aller Anwesenden. Und durch die musikalische Untermalung von Frau Rasche-Held und ihrem Mann Herrn Held wurde dieser alljährliche Abend abgerundet. Seit 17 Jahren wird der Gottesdienst für die Hinterbliebenen angeboten und auch dankend angenommen. Ein Kerzenritual lud die Anwesenden ein, etwas Trost und Beistand zu finden und es bestand die Möglichkeit, sich segnen zu lassen.

Die Gemeinschaft in der Kirche, das Wissen nicht alleine diesen schweren Weg gehen zu müssen, ist ein wichtiges Angebot für die Hinterbliebenen. Diesen Schmerz zu spüren und zu verstehen ist für nicht Betroffene unvorstellbar.

Manchmal genügt ein Zunicken und ein Wiedererkennen beim Gottesdienst um doch irgendwie mit dem Verlust weiterleben zu können und zu wissen „ich bin nicht allein“.

So sehr ein gemeinsamer Abend des Gedenkens der Suizidtoten den Angehörigen und Freunden Trost und Hilfe spendet, so sehr ist er auch für die Hauptamtlichen und Ehrenamtlichen ein positiver Bestandteil ihres Werdegangs als Mitarbeiter des AKL. Die Freundschaften zwischen den Hinterbliebenen, die sich gebildet haben, die wiedergefundene Zuversicht und Hoffnung gibt uns die Rückmeldung, dass unsere Begleitung wertvoll ist und auch geschätzt wird.

Sicher braucht dies Zeit, für den einen mehr, für den anderen weniger. Jemanden in einer Krise zu begleiten ist etwas, das wir tun können. Oft ist der schwerste Schritt der Erste und braucht viel Mut. In der Trauergruppe hilft die Gemeinschaft, bei den Einzelgesprächen die ungeteilte Aufmerksamkeit für die Betroffenen.

Beim Gottesdienst findet sich ein gemeinsamer Nenner... „Denn sie sind ein Teil von uns“.

*Birgit Gerwig, ehrenamtliche Mitarbeiterin*



„...denn sie sind ein Teil von uns ...“  
„...denn sie sind ein Teil von uns ...“

ABENDGOTTESDIENST

**Gedenken an Suizidtote**

**Sonntag, 24. November 2019**  
**19.00 Uhr**

**Kleine Kirche Karlsruhe**  
**Kaiserstraße 131**  
**KVV Haltestelle Marktplatz**

© Günter Havlena, Pixelio

Eine Initiative des Arbeitskreis Leben Karlsruhe e.V., in Zusammenarbeit mit Angehörigen, der brücke, der Evangelischen Kirche in Karlsruhe und dem Katholischen Dekanat Karlsruhe, dem Polizeipräsidium Karlsruhe sowie der Telefonseelsorge Karlsruhe

## Dem Ehrenamt sei Dank

Der AKL Karlsruhe rundet das arbeitsreiche Jahr der ehrenamtlichen und hauptamtlichen Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen jedes Jahr mit einer Einladung zu einem gemeinsamen besonderen Event ab. In diesem Jahr verlief dieser Abschluss besonders rund. Zum einen konnten fast alle Mitarbeiter teilnehmen und es fand beim gemeinsamen Abendessen ein lebendiger Austausch statt.

Zum anderen kamen wir mit „RainMan“ – einer Inszenierung von Christian Nickel – nicht nur in den Genuss eines feinen Theaterstücks, sondern konnten den Hauptdarsteller Richy Müller (Tatort Kommissar) hinterher auch noch live erleben. Er zeigte großes Interesse an unserem Verein und war bereit für ein Foto zur Erinnerung.

*Almut Munke, hauptamtliche Mitarbeiterin*



## Finanzbericht 2018

Im Jahr 2018 hatte der AKL Karlsruhe Gesamtausgaben in Höhe von **78.419,68 €**.

Wie in den Vorjahren war es auch in diesem Jahr nicht möglich, den Haushalt durch öffentliche Zuwendungen allein zu decken. Der Arbeitskreis Leben Karlsruhe e.V. ist und bleibt auf die großzügige

Unterstützung vieler Spender und Spenderinnen angewiesen. Das Einzugsgebiet hat sich auch weiterhin nach Süden in den **Landkreis Rastatt** und **Baden-Baden**, nach Westen in die **Südpfalz**, nach Norden weit in den **Landkreis Karlsruhe** und nach Osten in den **Enzkreis** sowie nach **Pforzheim** ausgedehnt. Das stellt uns immer wieder vor eine große Herausforderung.

### Auszüge aus dem Finanzbericht

#### Ausgaben

• Personalkosten	54.336,38 €
• Aus- und Fortbildung	554,00 €
• Supervision, 2 Gruppen	4.621,35 €
• Betriebskosten/Miete	6.758,55 €
• Trauerangebote	222,75 €
• Geschäftsaufwand und Öffentlichkeitsarbeit	2.974,37 €
• Erstattung/Ehrenamtliche	3.472,56 €
• Verbrauchsmittel/Gebühren	2.974,55 €
• Sonstige Ausgaben	1.735,17 €
• Ausbildung	770,00 €

#### Einnahmen

• Zuschüsse	
- Land Baden-Württemberg	28.322,22 €
- Stadt Karlsruhe	11.791,12 €
- Landkreis Karlsruhe	12.000,00 €
- AKL-Stiftung	500,00 €
• Spenden	21.874,46 €
• Bußgelder	50,00 €
• Mitgliedsbeiträge	3.605,00 €
• Mitarbeiterspenden	1.482,05 €



## Dankeschön 2018

### Herzlich danken wir den großzügigen Spendern:

- der Stadt Karlsruhe, dem Landkreis Karlsruhe und dem Land Baden-Württemberg für die gewährten Förderungen
- den Richtern und Staatsanwälten, die uns Bußgelder zugesprochen haben
- der BB-Bank Karlsruhe, die uns bereits mehrfach den Druck des Jahresberichtes ermöglichte
- der Sparkasse Karlsruhe-Ettlingen für ihre Spende zur Unterstützung unserer Vereinsziele
- dem Lions Club Karlsruhe, durch dessen Spende die ehrenamtlichen Mitarbeiter des AKL an Fortbildungen teilnehmen konnten
- den Evangelischen Kirchenbezirken Karlsruhe und Durlach und dem Katholischen Dekanat Karlsruhe für die Unterstützung des ökumenischen Gottesdienstes in der Kleinen Kirche
- dem Architekturbüro Wenzel + Wenzel für die großzügige Spende
- den Spendenläuferinnen Antonia Busch und Agnes Sobotzik für ihr Engagement beim Baden Marathon „Laufen mit Herz“
- den verschiedenen Kirchengemeinden für ihre Kollekten
- dem Internationalen Frauenclub Karlsruhe e.V. für die großzügige Spende aus dem Erlös des Pfennigbasars

- dem Info-Center am Hauptfriedhof und der Evangelischen Erwachsenenbildung Karlsruhe für die Unterstützung unserer Öffentlichkeitsarbeit
- der Firma Blanco professional
- der Gewerbeschule Karlsruhe-Durlach
- der Katholischen Hochschulgemeinde Karlsruhe
- der Gemeinnützigen Stiftung pAd, privater Alternativer dienst, Rheinstetten
- der Jugendkirche VIA des Dekanats Rastatt und der Katholischen Seelsorgeeinheit Durmersheim-Au am Rhein
- der Firma mbl Mineral- und Betonlabor GmbH in Baden-Baden
- der Wilhelm Baur Stiftung der Badischen Neusten Nachrichten
- den MÖPS-Gemeinden
- der Stadtverwaltung Wörth
- der Firma Sauter Cumulus GmbH

**Wir bedanken uns ferner ganz herzlich bei allen privaten Spendern. Ohne die Zuwendungen wäre der wirtschaftliche Bestand der Einrichtung nicht gewährleistet.**

**Wir sind für jede Spende und Förderung dankbar.**

## Landesarbeitsgemeinschaft der Arbeitskreise Leben (LAG der AKL) in Baden-Württemberg [www.ak-leben.de](http://www.ak-leben.de)

AKL Freiburg e.V.	Tel.: 0761 / 33 3 88 E-Mail: <a href="mailto:akl-freiburg@ak-leben.de">akl-freiburg@ak-leben.de</a> oder <a href="mailto:info@suizidpraevention-freiburg.de">info@suizidpraevention-freiburg.de</a>	Talstr. 29 79102 Freiburg
AKL Heilbronn e.V.	Tel.: 0 71 31 / 16 42 51 Fax: 0 71 31 / 89 80 93 55 E-Mail: <a href="mailto:akl-heilbronn@ak-leben.de">akl-heilbronn@ak-leben.de</a>	Bahnhofstr. 13 74072 Heilbronn
AKL Karlsruhe e.V.	Krisenberatung: 0721 / 81 14 24 Geschäftsstelle: 0721 / 82 00 667 Fax: 0721 / 82 00 668 E-Mail: <a href="mailto:akl-karlsruhe@ak-leben.de">akl-karlsruhe@ak-leben.de</a>	Hirschstr. 87 76137 Karlsruhe
AKL Kirchheim e.V.	Tel.: 0 70 21 / 75 0 02 E-Mail: <a href="mailto:akl-kirchheim@ak-leben.de">akl-kirchheim@ak-leben.de</a>	Alleenstr. 92 73230 Kirchheim / Teck
AKL Leonberg e.V. c/o Krankenhauspfarramt	Tel.: 0 71 52 / 202 - 64 620 oder 0 71 56 / 40 19 452 Handy: 0163 / 25 78 576 E-Mail: <a href="mailto:akl-leonberg@ak-leben.de">akl-leonberg@ak-leben.de</a>	Rutesheimerstr. 50 71229 Leonberg
AKL Nürtingen e.V.	Krisenberatung: 0 70 22 / 19 2 98 Geschäftsstelle: 0 70 22 / 39 1 12 Fax: 0 70 22 / 38 5 90 E-Mail: <a href="mailto:akl-nuertingen@ak-leben.de">akl-nuertingen@ak-leben.de</a>	Bahnhofstr. 2 / 1 72622 Nürtingen
AKL Reutlingen e.V.	Krisenberatung: 0 71 21 / 19 2 98 Geschäftsstelle: 0 71 21 / 44 4 12 Fax: 0 71 21 / 47 07 32 E-Mail: <a href="mailto:akl-reutlingen@ak-leben.de">akl-reutlingen@ak-leben.de</a>	Karlstr. 28 72764 Reutlingen
AKL Böblingen e.V.	Telefon-AB: 07031 / 30 49 2 59 Mail: <a href="mailto:akl-boeblingen@ak-leben.de">akl-boeblingen@ak-leben.de</a>	Burgenstr. 3 b 71116 Gärtringen
AKL Stuttgart e.V.	Tel.: 0711 / 600 620 E-Mail: <a href="mailto:akl-stuttgart@ak-leben.de">akl-stuttgart@ak-leben.de</a>	Römerstr. 32 70180 Stuttgart
AKL Tübingen e.V.	Krisenberatung: 0 70 71 / 19 2 98 Geschäftsstelle: 0 70 71 / 9221 0 Fax: 0 70 71 / 92 21 90 E-Mail: <a href="mailto:akl-tuebingen@ak-leben.de">akl-tuebingen@ak-leben.de</a>	Österbergstr. 4 72074 Tübingen

Internet - Beratungsmöglichkeiten für Jugendliche:

[www.u25-freiburg.de](http://www.u25-freiburg.de) (AKL Freiburg e.V.)

[www.youth-life-line.de](http://www.youth-life-line.de) (AKL Tübingen/Reutlingen e.V.)



## Arbeitskreis Leben Karlsruhe e.V.

Hirschstraße 87 76137 Karlsruhe  
Geschäftsstelle: 0721 82 00 667  
Fax: 0721 82 00 668  
www.ak-leben.de / akl-karlsruhe@ak-leben.de

Sie erreichen uns mit öffentlichen Verkehrsmitteln:

 S52  2, 3, 4, 5 Haltestelle Mathystraße

Die Nummer unseres Beratungstelefons lautet:

**0721 / 81 14 24**

Wir haben folgende Sprechzeiten:

Montag und Freitag von 10.00 – 12.00 Uhr  
Dienstag und Donnerstag von 10.00 – 14.00 Uhr  
Mittwoch 17.00 – 19.00 Uhr

Ihre Ansprechpartner sind:

dorothea.manz@ak-leben.de  
almut.munke@ak-leben.de

Unser Spendenkonto

Sparkasse Karlsruhe Ettlingen  
IBAN DE77 6605 0101 0009 8522 37  
BIC KARSDE66XXX

Mitglied beim Paritätischen Wohlfahrtsverband (DPWV), im Gemeindepsychiatrischen Verbund (GPV) Karlsruhe, bei der Deutschen Gesellschaft für Suizidprävention e.V. (DGS) sowie bei der Landesarbeitsgemeinschaft der Arbeitskreise Leben in Baden-Württemberg (LAG), Karlsruher Initiative gegen Depression.

