

## Was ist AKL ?

Die Arbeitskreise Leben in Baden-Württemberg (AKL) bieten Hilfe in Lebenskrisen und bei Selbsttötungsgefahr an.

Sie verstehen sich als Einrichtungen der Suizidprävention.

Der AKL ist als gemeinnütziger und mildtätiger Verein anerkannt und weltanschaulich nicht gebunden. Wir arbeiten mit der Landesarbeitsgemeinschaft der Arbeitskreise Leben in Baden-Württemberg (LAG AKL Ba-Wü) zusammen.

Der Dachverband ist der Deutsche Paritätische Wohlfahrtsverband (DPWV) und die Deutsche Gesellschaft für Suizidprävention (DGS).



## Kontaktdaten:

Mobil: 0163 - 2578576 ODER  
Telefon: 07156 - 40 19 452  
E-Mail: [akl-leonberg@ak-leben.de](mailto:akl-leonberg@ak-leben.de)

Unsere Kontoverbindung lautet:  
Kreissparkasse Böblingen  
IBAN: DE79603501300008148861

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage: [www.ak-leben.de](http://www.ak-leben.de)

Der Handzettel wurde Ihnen überreicht von:

.....  
Telefon: .....

## Arbeitskreis Leben Leonberg



*Krisen können  
bewältigt werden*

## Lebenskrisen

Kritische und schwierige Lebensphasen sind etwas Normales im Leben. Fast alle Menschen kennen Ausnahmesituationen, die unüberwindbar erscheinen. Auslöser für Lebenskrisen sind vielfältig und können Trennungen, Verluste, Beziehungsprobleme, Krankheiten und Arbeitslosigkeit sein. Dieser Zustand wird als unerträglich, oft als persönliches Scheitern erlebt. In dieser Situation kann der Sinn des Lebens verloren gehen. Gedanken an Selbsttötung rücken näher.

## Suizid – Selbstmord – Selbsttötung

Unterschiedliche Begriffe stehen für den selbst gewählten Schlusspunkt eines Lebens. Für den betroffenen Menschen steht dahinter Verzweiflung, Einsamkeit, Verletzt sein, Scheitern, seelische Not, wie auch Enttäuschung und Wut. Das Gefühl, so nicht mehr leben zu können, tritt in den Vordergrund.

## Unsere Angebote der Krisenbegleitung

Wir bieten Menschen nach einem Suizidversuch oder in einer Krisensituation Begleitung und Unterstützung an. Begleitung meint:

- Zuhören als Außenstehender, der nicht in die Probleme verstrickt ist
- Hilfe bei der Suche nach ersten Schritten aus der Krise
- auf Ihren Wunsch Gespräche mit Angehörigen oder Freunden
- auch längerfristige Begleitung von Hinterbliebenen, die einen nahestehenden Menschen durch Suizid verloren haben



## Die Mitarbeiter/ Mitarbeiterinnen

Beim AKL Leonberg arbeiten ehrenamtliche KrisenbegleiterInnen.

Sie bringen ihre persönlichen und beruflichen Lebenserfahrungen in die Begleitung der Hilfesuchenden ein.

Sie verstehen sich als verlässliche Gesprächspartner/ Innen für die Zeit der Krisenbewältigung.

Sie kooperieren mit dem Krankenhaus Leonberg.

Sie haben von Fachkräften eine fundierte Ausbildung als Krisenbegleiter erhalten und werden von Ihnen in regelmäßiger Supervision begleitet.

Alle MitarbeiterInnen im AKL unterliegen der Schweigepflicht.