

## Der AKL

Seit 1983 bietet der AKL Nürtingen/Kirchheim Menschen in Lebenskrisen und suizidgefährdeten Menschen sowie deren Umfeld Beratung und Begleitung an.

Der AKL ist ein eingetragener Verein, als gemeinnützig/mildtätig anerkannt und weltanschaulich nicht gebunden. Er ist Mitglied im Paritätischen Wohlfahrtsverband und der Deutschen Gesellschaft für Suizidprävention (DGS).

Die beiden Krisenberatungsstellen in Nürtingen und Kirchheim sind als Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstellen des Landkreises Esslingen anerkannt.

Der Arbeitskreis Leben e.V. (AKL) ist auf Fördermitglieder und Einzelspenden angewiesen.

### Unsere Spendenkonten:

**Volksbank Kirchheim-Nürtingen**  
IBAN DE50 6129 0120 0107 1070 07  
BIC GENODES1NUE

**Kreissparkasse Esslingen-Nürtingen**  
IBAN DE87 6115 0020 0008 5496 04  
BIC ESSLDE66XXX

Spenden und Mitgliedsbeiträge an den AKL sind steuerabzugsfähig. Gerne informieren wir Sie über unseren Förderverein.



# Begleitung

## Weggefährte sein



Ausbildungs- und Engagemntmöglichkeiten für ehrenamtliche KrisenbegleiterInnen

AKL  
Arbeitskreis Leben  
Nürtingen/Kirchheim

## Kontakt

Es gibt viele Wege: persönlich, telefonisch (falls Anrufbeantworter: Wir rufen zurück) oder per E-Mail. Termine werden kurzfristig vergeben.

**Beratungsgespräche sind jederzeit nach Vereinbarung auch außerhalb der Sprechzeiten möglich.**

### Krisenberatungs- und Geschäftsstelle Nürtingen

Bahnhofstraße 2/1, 72622 Nürtingen

**Krisentelefon: 07022.19298**

Sprechzeiten: Montag bis Freitag 10 – 12 Uhr  
Dienstag und Donnerstag 14 – 17 Uhr

Geschäftsstelle: 07022.39112  
E-Mail: [akl-nuertingen@ak-leben.de](mailto:akl-nuertingen@ak-leben.de)

### Krisenberatungsstelle Kirchheim

Alleenstraße 92, 73230 Kirchheim u. Teck

**Krisentelefon: 07021.75002**  
mit Rufumleitung außerhalb der Sprechzeiten

Sprechzeiten: Dienstag 9 – 12 Uhr  
Mittwoch 14 – 17 Uhr

E-Mail: [akl-kirchheim@ak-leben.de](mailto:akl-kirchheim@ak-leben.de)

[www.ak-leben.de](http://www.ak-leben.de)



ARBEITSKREIS LEBEN E.V. (AKL)

## Für andere und für sich

Seit mehr als 30 Jahren arbeitet der Arbeitskreis Leben e.V. (AKL) in der Krisenberatung und Suizidprävention.

Ehrenamtliche Krisenbegleitung ist eine tragende Säule unserer Arbeit. Frauen und Männer, die bei uns als Krisenbegleiterinnen und Krisenbegleiter mitarbeiten, kommen aus unterschiedlichen Lebenssituationen und Berufen. Sie bringen ihre Erfahrung als wichtige Kompetenz in die Arbeit ein. Sie stehen einem Hilfesuchenden für eine begrenzte Zeit als Weggefährtin zur Seite. Sie begleiten die Betroffenen im Alltag und unterstützen sie auf unterschiedlichste Weise, mit ihren Schwierigkeiten selbstständig klar zu kommen. Die Krisenbegleitung ist eine verantwortungsvolle und sinnstiftende Aufgabe, die viele individuelle Gestaltungsmöglichkeiten zulässt. Wer sich bei uns engagiert, gibt von seiner kostbaren Lebenszeit etwas ab – und bekommt viel zurück: Die Möglichkeit eines besonderen Engagements, neuen Wissens, die Auseinandersetzung mit elementaren Lebens Themen, neue Erkenntnisse und Erfahrungen über sich selbst, die Chance zum Mitmachen in einer lebendigen Gemeinschaft.

Um den Aufgaben gewachsen zu sein, sollten Sie:

- ihre Kompetenz und Erfahrung in der Begleitung von Menschen in Lebenskrisen und bei Suizidgefährdeten einbringen und erweitern
- Zutrauen zum Leben haben und das Gefühl belastbar zu sein
- Interesse an der Begegnung mit Menschen haben, gut mit Fremden in Kontakt kommen und deren Anderssein achten
- Zeit haben.

Wir freuen uns darauf, Sie kennen zu lernen.

## Krisenbegleiter werden

Für ihre Aufgabe als ehrenamtliche/r Krisenbegleiter/in erhalten Sie vom AKL einen Qualifikationskurs über einen Zeitraum von mehreren Monaten. Dieser beinhaltet auch ein Blockseminar am Wochenende.

Schwerpunkte der Ausbildung sind:

- Auseinandersetzung mit grundlegenden Aspekten von Suizidalität
- Kenntnisse über Krisentheorie und Krisenverläufe, psychischer Gesundheit und Krankheit
- Reflektion der eigenen Haltung
- Kennenlernen des kollegialen Miteinanders
- Einführung in empathische Gesprächsführung und Kriseninterventionsgespräche
- Einführung in das Problemspektrum bei den Begleitungen
- Grundlagen und Standards der AKL-Arbeit
- Einführung in die regionale Vernetzung

Unsere Ausbildung ist für Sie unentgeltlich. Sie erhalten am Ende ein Zertifikat. Wir wünschen uns eine anschließende Mitarbeit von mindestens zwei Jahren als KrisenbegleiterIn. Ein wichtiger Bestandteil unserer Arbeit ist das Vertrauen unserer Klienten. Daher nehmen wir den Datenschutz sehr ernst.

## Krisenbegleiter sein



Krisenbegleiter und Krisenbegleiterinnen bei einer Fortbildung

Als aktiver Krisenbegleiter werden Sie kontinuierlich durch die Fachkräfte vom AKL sowie verschiedene Fortbildungsangebote in Ihrer Tätigkeit unterstützt.

- Vierzehntätig (mit Ferienregelung) finden die von Fachkräften geleiteten Supervisionsgruppen statt. Hier treffen sich die Krisenbegleiter zum Austausch und geben sich gegenseitig Unterstützung und Rat.
- Hinzu kommen regelmäßige Fortbildungsangebote mit externen Referenten, z.B. als Seminarabende oder als Wochenend-Seminar.
- Besuche in relevanten Einrichtungen der Region
- Gemeinsame Ausflüge und Feste, z.B. Sommerfest.

