Mut, die Hemmschwellen abzubauen

Elternselbsthilfe Der Fachtag Sucht, der am 23. Juli auf der Balinger Gartenschau stattfindet, möchte nicht nur über entsprechende Hilfsangebote informieren, sondern auch Mut machen, sie anzunehmen. *Von Andrea Maute*

Es soll ein Tag sein, um Mut zu machen. Mut, die eigenen Hemmschwellen abzubauen und sich Unterstützung im Kreise derer zu suchen, die sich in einer ähnlichen Situation befinden oder befunden haben. Dies ist eine der Hauptbotschaften, die der Fachtag Sucht am 23. Juli auf der Balinger Gartenschau vermitteln möchte und Adalbert Gillmann wird nicht müde, immer wieder darauf hinzuweisen.

Der Elternkreisleiter der Elternselbsthilfe Zollernalbkreis für suchtgefährdete und suchtkranke Töchter und Söhne weiß: „Fast jeder kommt auf irgendeine Art und Weise irgendwann einmal mit diesem Thema in Berührung.“ Ob im familiären Umfeld, im Verwandten- oder Kollegenkreis: „Sucht hat viele Gesichter – und geht uns alle an.“ Nicht umsonst lautet so auch das Motto des Fachtags. „Es gibt so viel Leid. Auf einen von Sucht betroffenen Menschen kommen etwa vier Mitleidende“, sagt Adalbert Gillmann.

> Fast jeder kommt irgendwann einmal mit dem Thema Sucht in Berührung.
>
> **Adalbert Gillmann**
> Elternselbsthilfe Zollernalbkreis

> Man muss so früh wie möglich handeln. Dazu möchte der Fachtag Mut machen.
>
> **Barbara Gillmann**
> Bundesverband der Elternkreise

Was die Familien dabei durchmachen, könnte er nicht nur aus eigener Erfahrung berichten. Er tut es. Bewusst geht der Vater zweier betroffener Kinder mit seiner Geschichte an die Öffentlichkeit; ein Schritt, der nicht nur höchsten Respekt verdient, sondern der auch schon vielen Menschen Mut gemacht und sie gelehrt hat, ihre Situation besser zu ertragen, beziehungsweise zu verbessern. Seinen eigenen Vortrag zum Fachtag Sucht hat Adalbert Gillmann aus diesem Grund mit dem Titel „Elternselbsthilfe – weil es hilft!“ überschrieben.

Ihm und seiner Frau Barbara, die im Bundesverband der Elternselbsthilfe tätig ist, hat ihr Engagement geholfen. Es hat sie, so beschreibt es Adalbert Gillmann, aus einem „ganz großen Tief“ geholt. Es sei ein langer Weg, bis man erkenne: „Ich bin nicht schuld.“ Und bis man gelernt habe: „Mein Kind ist krank und muss behandelt werden.“

Sehr oft gleicht dieser Weg einem Labyrinth aus Schuldgefühlen, mangelnder Kommunikation und Unfrieden. Die Sucht hat die ganze Familie fest im Griff. Nicht nur die suchtkranken Kinder selbst, auch Eltern und Geschwisterkinder leiden. Es ist „ein Teufelskreis“, weiß Adalbert Gillmann. „Eine Situation, an der Familien zerbrechen können.“ Mit Rückhalt, Verständnis, Austausch und Rat möchte die Elternselbsthilfe Betroffene dabei unterstützen, aus dem Teufelskreis auszubrechen.

„Sucht hat viele Gesichter – und geht uns alle an“: Mit dem Fachtag auf der Gartenschau möchten Tina Morlok (AOK Kigs, links) und Adalbert und Barbara Gillmann (Elternselbsthilfe) auf die Hilfsangebote aufmerksam machen. *Foto: Andrea Maute*

Seine 15-jährige Erfahrung mit diesem Thema hat Adalbert Gillmann schon vielfach weitergegeben. Mittlerweile konnte die Elternselbsthilfe bereits über 150 Eltern und Angehörigen unter die Arme greifen. Durchschnittlich 15 bis 22 Personen nehmen regelmäßig an den Gruppenabenden teil. Das Spektrum der Süchte, von denen ihre Kinder oder Geschwister betroffen sind, reicht von Drogen- und Alkohol- über Medien-, Spiel- und Medikamentensucht bis hin zu Essstörungen. Besonders alarmierend sei, dass es fast keine einzelnen Süchte mehr gebe, macht Gillmann deutlich. „Das eigentliche Problem ist der Mixkonsum.“ Und die Dunkelziffer weit höher als angenommen.

Wichtig: Eine gute Prävention

Was kann man tun, um bestmöglich zu verhindern, dass die eigenen Kinder immer tiefer in die Suchtspirale geraten? „So früh wie möglich handeln“, rät Barbara Gillmann. Heute würden nicht selten schon Zwölfjährige erste Erfahrungen mit Drogen sammeln. „Eine gute Prävention an Schulen, so etwa ab der sechsten Klasse, ist deshalb das A und O.“

Leider sei die Situation durch Corona noch intensiver geworden. „Die Belastung ist enorm hoch“, weiß das Ehepaar. Und oftmals gipfle diese in Aggressionen, Streit, Machtkämpfe – und Funkstille. Der falsche Weg, sagt Adalbert Gillmann und mahnt: „Das Thema wird viel zu oft totgeschwiegen.“ Dabei sei „eine achtsame, gewaltfreie Kommunikation“ in so einer Situation unheimlich wichtig.

Doch nur starke und informierte Angehörige haben die Kraft zu handeln, bevor sie sich den Zugang zum irgendwann zu einem jungen Erwachsenen gewordenen Kind sprichwörtlich verbauen.

Der Fachtag, den die Elternselbsthilfe in Kooperation mit der Kontakt- und Informationsstelle für gesundheitsbezogene Selbsthilfe der AOK Neckar-Alb (Kigs) durchführt, will die Betroffenen dazu ermutigen, sich helfen zu lassen. Er beleuchtet das Thema Sucht außerdem aus allen möglichen Perspektiven.

Unter anderem wird ein Schauspieler die persönliche Geschichte von Adalbert Gillmann erzählen. Ärzte, Therapeuten und Suchtbetroffene informieren die Besucherinnen und Besucher über Auswirkungen und Folgen der Sucht. Doch nicht nur Informationen sind wichtig, sondern auch der Austausch. Die Experten haben ein offenes Ohr für Fragen und nehmen sich nach ihren Referaten Zeit, sie zu beantworten.

Mit diesem Tag möchte Adalbert Gillmann nicht nur erreichen, dass die Elternselbsthilfe Zollernalbkreis einer großen Öffentlichkeit bekannt wird. Er möchte vielmehr auch vermitteln: Niemand muss in einer solchen Situation mit seinen Problemen alleine bleiben.

Der Fachtag Sucht am Sonntag, 23. Juli: Programm und Informationen

9.30 Uhr, Hauptbühne: Begrüßung durch Adalbert Gillmann (Elternselbsthilfe Zollernalbkreis) sowie Renate Liener-Kleinmann und Tina Morlok (AOK).

9.40 Uhr, Hauptbühne: Grußworte Landrat Günther-Martin Pauli und Bürgermeister Ermilio Verrengia.

10 Uhr, Stadthalle: Vortrag „Medikamente und Abhängigkeit“, Roland Bieger, Fachapotheker für klinische Pharmazie im Zollernalb Klinikum Balingen.

10.45 Uhr, Stadthalle: Vortrag „Essstörungen, Magersucht und Co.“, Dr. Dipl.-Psych. Gaby Resmark, Psychologin, Psychotherapeutin, Kompetenzzentrum Uni-Tübingen.

11.30 Uhr, Stadthalle: Vortrag „Pathologische Glücksspielsucht“, Daniel Nakhla, Therapeutischer Leiter Therapiezentrum Münzesheim (Kraichtal-Kliniken).

12.15 Uhr, Hauptbühne: Wilde Bühne – Forumtheater zum Thema Sucht. Ehemals abhängige Menschen lassen ihre persönlichen lebensgeschichtlichen Erfahrungen in ihr künstlerisches Schaffen einfließen.

13.15 Uhr, Hauptbühne: Vortrag „Mediensucht – Internet, Handy, Computerspiele“, Alexander V. Ries, Fachbereichsleiter Digitalisierung Uni-Tübingen.

14 Uhr, Hauptbühne: Vortrag „Alkohol und Drogenabhängigkeit“, Johannes Schönthal, Bereichsleitung medizinische Reha im bwlv, Klinikleiter bwlv Fachklinik Tübingen.

14.45 Uhr, Hauptbühne: Wilde Bühne – Improvisationstheater.

15.30 Uhr, Hauptbühne: Vortrag „Suchtprävention ist Persönlichkeitsentwicklung“, Mathias Wald, Ex-Drogenabhängiger, Keynote Speaker und Life-Coach.

16.30 Uhr, Hauptbühne: Podiumsdiskussion zum Thema „Sucht in der Familie – was bedeutet das?“ mit Wolf Hafner (1. Vorsitzender Bundesverband der Elternkreise), Martin Weise (Suchtberatungsstelle/Diakonie), Mathias Wald (Ex-Drogenabhängiger), Adalbert Gillman (Elternkreisleiter Elternselbsthilfe Zollernalbkreis), Tom Ullrich (Sozialpädagoge/Sozialtherapeut), Evelyn Hilbeck (Suchttherapeutin), Johannes Schönthal (Arzt/Psychologe).

18.15 Uhr, Hauptbühne: Vortrag „Elternselbsthilfe – weil es hilft“, Adalbert Gillmann, Elternkreisleiter Elternselbsthilfe Zollernalbkreis.

Verschiedene Selbsthilfegruppen und Institutionen sind außerdem mit Infoständen vor der Stadthalle vertreten.

Die Elternselbsthilfe Zollernalbkreis für suchtgefährdete und suchtkranke Töchter und Söhne trifft sich jeden zweiten Montag um 20 Uhr in der Friedrichstraße 67 (altes Landratsamt) in Balingen. Eine erste Anmeldung bei Adalbert Gillmann ist unter Telefon (07476) 4 49 07 41 oder per E-Mail an info@elternselbsthilfe-zak.de erforderlich. Weitere Informationen gibt es auch auf der Homepage der Gruppe unter www.elternselbsthilfe-zak.de.

Bauplätze, Vergabe und Richtlinien

Kommunales Der Ortschaftsrat Heselwangen tagt. Es geht um Bauen und um Kindergärten.

Heselwangen. Der Ortschaftsrat Heselwangen lädt die Bürgerinnen und Bürger zur Teilnahme an der bevorstehenden Sitzung ein. Diese findet am Donnerstag, 20. Juli, ab 19.30 Uhr im großen Sitzungssaal der Ortschaftsverwaltung statt.

Auf der Tagesordnung stehen verschiedene Punkte, darunter Bekanntgaben sowie Baugenehmigungen und Bauanträge. Des Weiteren wird über die Neufassung der Richtlinien zur Vergabe städtischer Bauplätze diskutiert. Ein weiteres Thema betrifft die Bedarfsplanung der Kindertagesbetreuung für die Jahre 2023 und 2024.

Weitere Themen, die behandelt werden, umfassen die Anlage eines Rasengräberfeldes für Urnengräber auf dem Friedhof, die geschlossene Kanalsanierung 2021 in den Stadtteilen Engstlatt und Heselwangen sowie den Abrechnungsbeschluss für Bauleistungen. Die Bedarfsplanung der Kindertagesbetreuung wird erneut besprochen.

Außerdem wird über den Anbau des Vereinsheims Heselwangen und den Zuschuss der Vereinsgemeinschaft Heselwangen für Material- und Baukosten gesprochen. Die Elternbeiträge für die Betreuungsangebote an den Schulen der Stadt Balingen werden ebenfalls behandelt. Es steht außerdem die Vergabe der Holzbauarbeiten für die Erweiterung des Vereinsheims Heselwangen an.

Weitere Themen der Sitzung umfassen Anmeldungen zum Haushalt 2024 sowie verschiedene Angelegenheiten. Des Weiteren werden Hinweise auf öffentliche Termine in Heselwangen gegeben. Nach der öffentlichen Sitzung findet noch eine nicht öffentliche Sitzung statt. *swp*

Termin

Jazz im Gemeindehaus

Frommern. Der Jazzclub Balingen veranstaltet am Samstag, 22. Juli, um 20 Uhr im evangelisches Gemeindehaus in Frommern, Fronhof 11, das Konzert „C.J.Project – Tracks of my Mind“ mit Jerzy Cielecki.

Das Projekt entstand im Herbst 2021. Der in Krakau geborene, im Schwarzwald lebende Trompeter und Flügelhornist Jerzy Cielecki präsentiert hauptsächlich seine Eigenkompositionen, ergänzt mit Jazz Standards. Die Stücke basieren auf seinen Erlebnissen.

Cielecki ist seit 30 Jahren mit verschiedenen Formationen aktiv auf polnischen und deutschen Bühnen. Seine Begleiter sind drei sehr erfahrene Musiker verschiedener Bands und Stilrichtungen: Hans-Peter Hofmeister (Klavier), Wolfgang Heinzelmann (Bass), Albert Hehn (Schlagzeug). *swp*

Strahlende Spitzentöne und unfassbare Virtuosität

Ostdorf. Das Ensemble durchschritt die voll besetzte Kirche zu Ostdorf mit den Klängen einer strahlenden Komposition von Jean Joseph Mouret. Damit folgten die Bläser einer alten Tradition, nicht erst vor Publikum mit der Musik aufzuwarten, sondern schon den Einzug musikalisch zu gestalten. Classic Brass, eine fünfköpfige Blechbläser-Formation, nahm sodann Aufstellung mit einem Konzert, das sogenannte Alte Musik ebenso enthielt wie Klänge aus dem 20. Jahrhundert.

Nach dem stimmungsvollen Einzug wurden Publikum und Ensemble begrüßt von Pfarrer Johannes Hruby. Musik für die Seele sollte das sein, was es zu hören geben sollte. Sodann erklang ein Satz aus dem Concerto in D-Dur in zweifacher Bearbeitung: Das Stück von Vivaldi wurde von Bach für Orgel und schließlich von Cristian Fath für Blechbläser-Ensemble gesetzt. Fath ist nicht allein großer Bearbeiter großer Werke, sondern spielt in dem Ensemble auch das Horn.

Es ging weiter mit einer brillanten Komposition von Alessandro Marcello, in der verschiedene Klangfarben des Ensembles ebenso zu hören waren wie für Bläser abenteuerliche Verzierungen, Läufe und Spitzentöne. Damit war der Charakter des Ensembles klar definiert: äußerste Virtuosität bei großer Einfühlung in den Charakter der Stücke. Letzteres wurde vorzüglich hörbar mit dem berühmten „Air“ aus der dritten Orchestersuite von J. S. Bach. Es überraschte, dass ausgerechnet die Tuba als führendes Instrument ausersehen war. Sie wurde auch ihrer Aufgabe klangschön gerecht.

Es folgte ein Ausflug in die Klassik mit dem ersten Satz aus Mozarts „Kleiner Nachtmusik“. Die musikalische Romantik wurde ganz unromantisch dargestellt mit dem „Karneval von Venedig“. Es war keine geringe Überraschung, dass das Thema dieser Komposition allgemein bekannt ist, nämlich mit dem Text „Mein Hut, der hat drei Ecken“.

Nach der Pause gab es eine erneute Überraschung: Neben den fünf Solisten zog eine Gruppe junger und jüngster Bläser ein. Es handelte sich um Schüler des Posaunisten Szaboles Horváth. Sie meisterten ihren Part in vorzüglicher Qualität. Die Bläser hatten die Aufgabe, ungewohnte Klänge so zu spielen, dass sie harmonisch klangen – ein Meisterstück für jedes Instrument. *Diederich Lüken*

Classic Brass beim Konzert in Ostdorf. *Foto: Diederich Lüken*