

Jahresbericht 2021

AKL Karlsruhe



Hilfe in Lebenskrisen und bei Selbsttötungsgefahr



Inhalt

Seite	
3	Vorwort
4	Ausbildungsgruppe 2021
5	Statistischer Bericht 2021
11	Abendgottesdienst zum Gedenken an Suizidtote
12	Dank an zwei Löwenspendler
13	Aktivitäten und Ereignisse des AKL 2021
14	Im echten Wortsinn – Laufen mit Herz 2021
15	Trauergruppe im AKL
17	Dankeschön 2021
18	Finanzbericht 2021
19	Adressen AKLs in Baden-Württemberg
20	AKL Karlsruhe

Der Arbeitskreis Leben Karlsruhe e.V. (AKL) sucht Mitarbeiter (m,w,d)

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: ca. 15 Ausbildungsabende 14-tägig je 2,5 Stunden (nicht in den Ferien), 1 Kompaktsamstag und 2 Wochenendseminare.

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

Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser,

wir leben in herausfordernden Zeiten, die geprägt sind von Krisen, Krieg und Wandel. Auch an uns vom Arbeitskreis Leben Karlsruhe geht diese Zeit nicht spurlos vorbei. Was uns jedoch trägt, ist die Verbindung untereinander und die Zuversicht, dass wir im Miteinander und in der Gemeinschaft Halt und Hilfe finden können. Mit unserem Jahresbericht 2021 möchten wir Ihnen einen kleinen Einblick in unser Miteinander des vergangenen Jahres geben.



Die Nachfrage nach Begleitungen für Menschen in Lebenskrisen, bei suizidaler Gefährdung und für Hinterbliebene nach Suizid hat im vergangenen Jahr im Vergleich zum Vorjahr deutlich zugenommen. Es zeigt sich, dass auch die globalen Krisen ihre Spuren hinterlassen und viel Gesprächsbedarf besteht. Unsere hauptamtlichen Mitarbeiterinnen und ehrenamtlichen Krisenbegleiter*innen hatten – und haben – viel zu tun.

Umso größer ist die Freude, dass wir im vergangenen Dezember die Ausbildungsgruppe der Krisenbegleiter*innen abschließen konnten und elf neue ehrenamtliche Mitarbeiter*innen im Verein begrüßen durften. Einige von ihnen haben direkt mit ihrer Arbeit begonnen. Es ist ein gutes Gefühl, die Arbeit des Vereines mit mehr als 20 engagierten Krisenbegleiter*innen an der Seite weiterführen zu können.

Vorstandsintern gab es Ende des letzten Jahres durch die Neuwahlen ebenfalls Bewegung. Unsere zweite Vorsitzende Angelika Rauch hat sich nach vielen Jahren der Vorstandsarbeit verdient aus diesem zurückgezogen. Sie bleibt uns erfreulicherweise als ehrenamtliche Krisenbegleiterin erhalten. Ebenfalls nicht mehr in der Vorstandsarbeit aktiv ist unsere Beisitzerin Gabriele Heinzelmann. Beiden gilt ein Danke von Herzen für ihr wertvolles Engagement.

Neu begrüßen durften wir dafür als 2. Vorsitzende Anja Hoffmann, die bereits in der Vorstandsarbeit aktiv war, Annette Merkel als Beisitzerin, sowie Dr. Hansgeorg Ulmer und Willi Schmidt als Beisitzer. Beide sind beherzt direkt von der Ausbildung in den Vorstand gewechselt. Alexander Grünling als Kassenwart und meine Person als erste Vorsitzende vervollständigen den Vorstand. Wir freuen uns auf den gemeinsamen Weg miteinander.

Im Namen des Vorstandes möchte ich mich an der Stelle bei allen ehrenamtlichen und hauptamtlichen Mitarbeiter*innen des AKL Karlsruhe für ihren großen persönlichen Einsatz und ihr wertvolles Engagement bedanken. Ein großes Dankeschön gilt an der Stelle außerdem allen Förderern unseres Vereines. Es ist ein beruhigendes Gefühl, dass wir auch in herausfordernden Zeiten mit Ihren Spenden unsere Vereinsarbeit weiterführen können.


Caterina Beck

1. Vorsitzende Arbeitskreis Leben Karlsruhe



Ausbildungsgruppe 2021

Am 6. März 2021 traf sich die neue Ausbildungsgruppe zum Kennenlernen. Wir waren zu Beginn 14 Teilnehmer, 12 Frauen und 2 Männer. Ein bunt gemischter Haufen von der Studentin bis zum Ruheständler. Auch vom beruflichen Hintergrund war alles dabei von Technikern ohne psychologische Ausbildung bis hin zu Therapeuten oder Coaches. Erstaunlich viele hatten 3 Kinder. Was allen gemeinsam war, war der Wunsch, den Arbeitskreis Leben kennenzulernen und Menschen in Krisensituationen zu helfen. Wir trafen uns jeden 2. Mittwoch zum Teil in Präsenz oder corona-bedingt auch per Zoom. Die Leitung der Ausbildungsgruppe übernahmen unsere hauptamtlichen Mitarbeiterinnen Almut Munke und Dorothea Manz. Auch Caterina Beck (1. Vorsitzende) und Anja Hoffmann (2. Vorsitzende) gestalteten die Ausbildung fachlich (Trauer, Gesprächsführung) und formal (Lehren über Zoom) mit.

Unsere Ausbildungsabende begannen jeweils mit einer Achtsamkeitsübung. Viele interessante Themen wurden theoretisch, als Hausarbeit und mit praktischen Übungen behandelt: Selbsterfahrung, Grundlagen der empathischen Gesprächsführung, Krisentheorien, Suizidalität, Trauer, Krankheitsbilder, rechtliche Grundlagen, Kooperationspartner des AKL und der AKL als Verein. Wir haben uns in 3er und 4er Peer-Gruppen aufgeteilt, um die persönlichen Eindrücke und Themen beim Spazierengehen oder im Biergarten zu vertiefen. Ein besonderer Höhepunkt war das Wochenende

im Juli 2021 mit Übernachtung in St. Bernhard in Rastatt. Caterina Beck leitete das Wochenende, in dem es intensiv um Trauerarbeit, Trauerbegleitung und auch um eigene Erfahrung mit der Trauer ging. Das 2. geplante Wochenende musste wegen Corona ausfallen und so fand unsere Ausbildung leider ein



etwas abruptes Ende. Da viele Begleitungen zu vergeben waren, wurden wir zeitnah ins „kalte Wasser“ geworfen und konnten das Erlernte direkt anwenden. Für uns bleibt die Erinnerung an eine unvergessliche und sehr intensive Zeit, in der wir viele interessante Menschen und Themen kennenlernen durften.

Herzlichen Dank an Almut, Doro, Anja und Caterina. Ihr habt sehr viel Herzblut und Arbeit in die Krisenbegleiter Ausbildung investiert.
Georg Ulmer, ehrenamtl. Krisenbegleiter und Beisitzer im Vorstand

Statistischer Bericht 2021

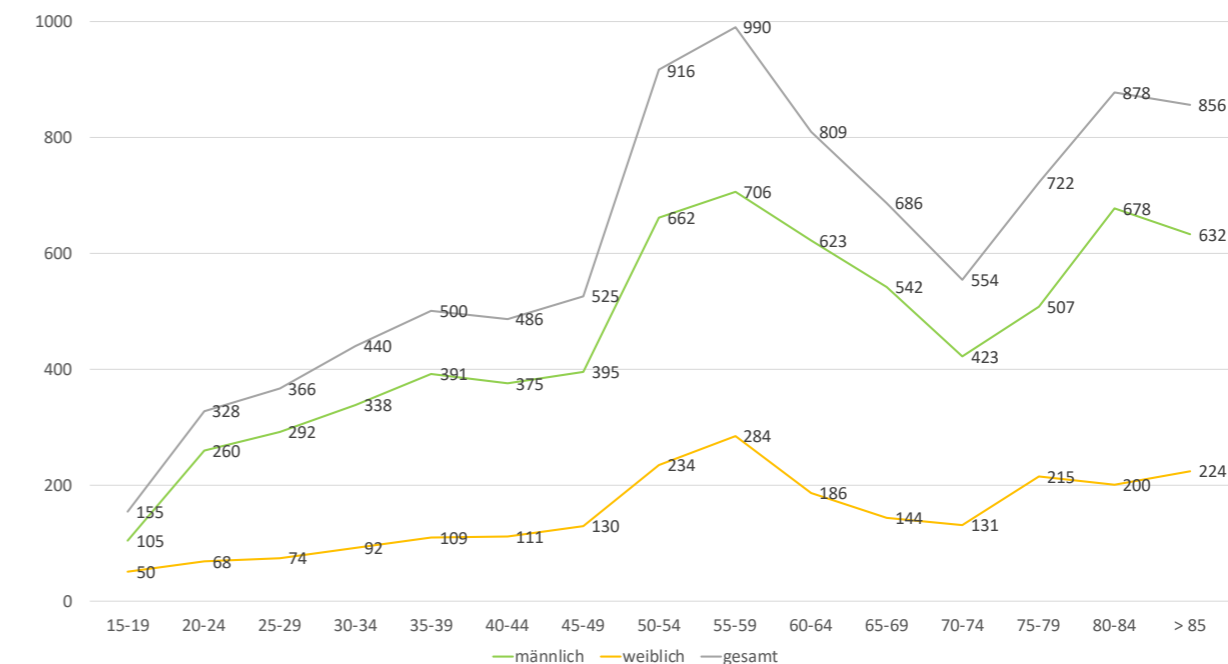
Allgemeine Informationen – Stand 2020

9.206 Tode wurden im Jahr 2020 als Suizide vom Statistischen Bundesamt erfasst. Die so genannte Dunkelziffer ist bei Suizid im Allgemeinen als hoch anzunehmen, weil viele Suizide nicht als solche erkannt oder erfasst werden.

Pro Tag begingen 2020 also **25 Menschen** in der Bundesrepublik Deutschland einen Suizid!

Laut dem Statistischen Bericht des Landes Baden-Württemberg nahmen sich in B-W im Jahr 2020 **1206 Menschen** das Leben, davon waren 915 männlich und 291 weiblich. Im Stadt- und Landkreis Karlsruhe zusammen wurden **88 Tode** als Suizide erfasst. Das sind 5 mehr als im Vorjahr.

Grafik über Suizide nach Altersgruppen und Geschlecht bundesweit 2020 in absoluten Zahlen





AKL Karlsruhe – Stand 2021

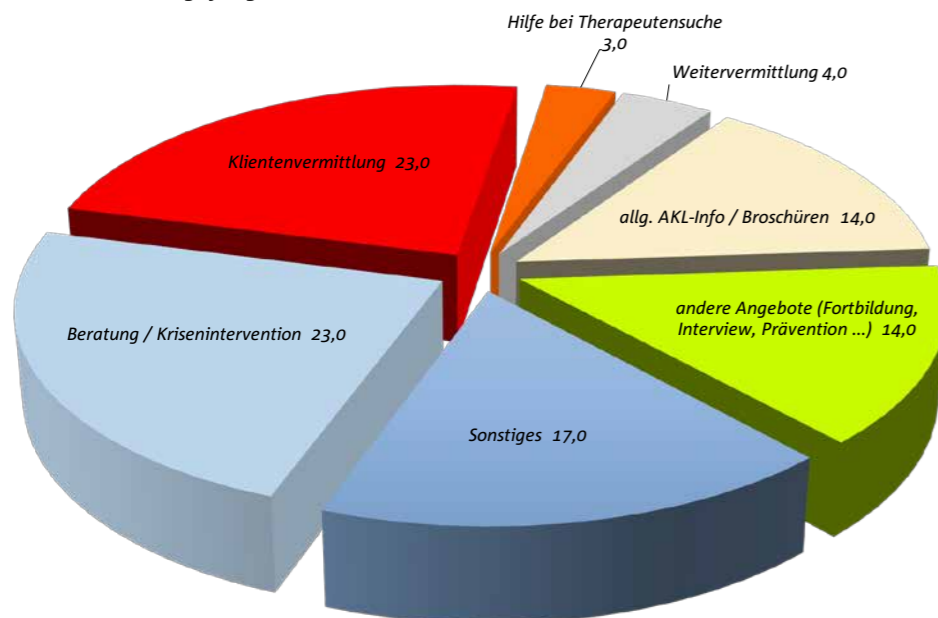
321 Menschen haben Kontakt zum AKL aufgenommen. **88** Kontakte waren telefonisch oder per E-Mail geführte **Kurzkontakte**. Bei **215** Menschen handelte es sich um direkte **Begleitungen** durch die Mitarbeiter*innen des AKL. Außerdem erfolgten **18 Fachberatungen** für Kolleg*innen aus dem psychosozialen Bereich.

Auswertung Kurzkontakte

Die Zahl der Kurzkontakte ist im Vergleich zum Vorjahr auf einem konstanten Niveau geblieben. Es handelte sich zu gleichen Teilen um Anfragen

nach so genannten Klienten bezogenen Nachfragen (Klienten Vermittlung, Krisenintervention, Therapeutensuche) wie NICHT Klienten bezogenen Nachfragen (Infomaterial, Interviews, Fortbildungen). Bei den Klienten bezogenen Nachfragen handelte es sich zu gleichen Teilen um Klienten Vermittlungen, meist durch Angehörige sowie Beratung über Hilfsmöglichkeiten für Betroffene. Auch die nicht Klienten bezogenen Anfragen in Bezug auf Öffentlichkeitsarbeit und Spenden sowie Anfragen nach Fort- und Weiterbildungsangeboten durch den AKL waren gleich verteilt.

„Was wird angefragt“ in %



Auswertung Begleitungen

2021 ist die Zahl der Begleitungen im Vergleich zu den Vorjahren deutlich gestiegen. Hier spiegelt sich möglicherweise die durch die Corona-Pandemie verstärkte Not und Hilflosigkeit der Menschen wider. Im psychosozialen Bereich wird sie als eine Art Katalysator für bereits bestehende psychische Belastungen der Menschen betrachtet und generell als multidimensionaler Stressor für die seelische Gesundheit.

Die Mitarbeiter*innen des AKL Karlsruhe erbrachten für die 215 Begleitungen insgesamt 802 Beratungsstunden bei 1089 Klienten Kontakten (telefonisch, persönlich, schriftlich und online).

Wir unterscheiden bei den ratsuchenden Menschen, die sich an den AKL wenden, drei Personengruppen. **Betroffene** sind Menschen, die sich in einer Lebenskrise, bis hin zur suizidalen Krise befinden. **Angehörige** sind Menschen, die in ihrem sozialen Umfeld einen (vermuteten) suizidgefährdeten Menschen haben und der Situation hilflos und oft überfordert gegenüberstehen. **Hinterbliebene** sind Menschen, die einen nahe stehenden Menschen durch Suizid verloren haben.

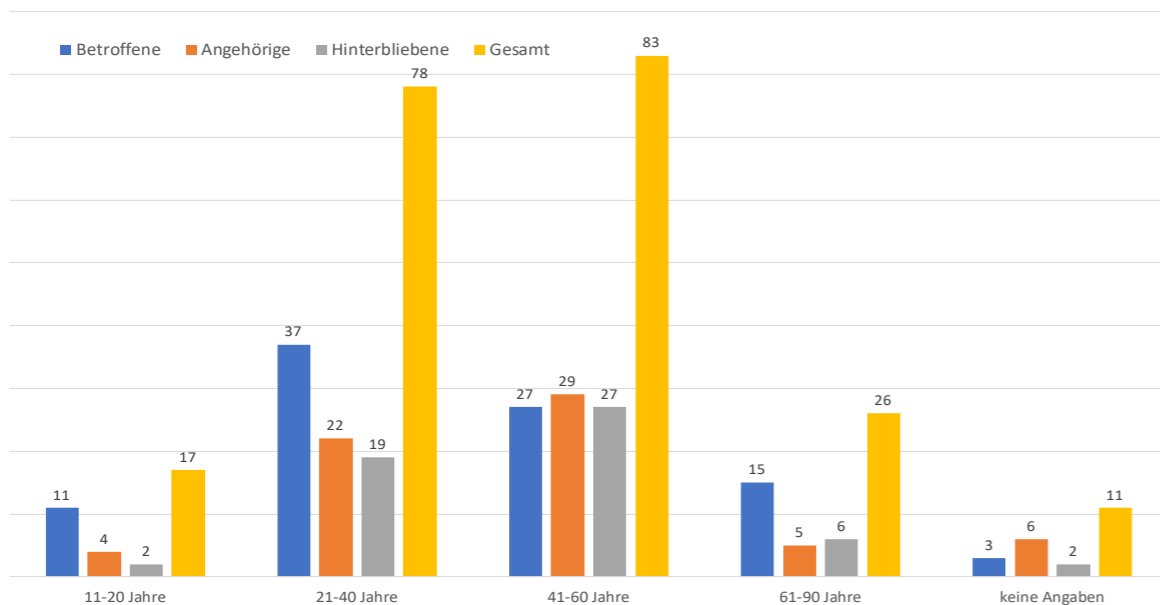
Kontakte zum AKL in den letzten drei Jahren

	2021	w	m	div.	2020	w	m	div.	2019	w	m
Kontakte insgesamt	321				282				296		
Begleitungen:	215	153	61	1	188	130	56	2	187	114	73
• Betroffene	93	61	32		73	45	27	1	87	40	47
• Angehörige	66	48	18		61	42	19		57	41	16
• Hinterbliebene	56	44	11	1	54	43	10	1	43	33	10
Fachberatung	18				4						
Kurzkontakte	88				90				109		



Altersverteilung

Altersverteilung der Begleitungen unterteilt nach Betroffene, Angehörige, Hinterbliebene sowie gesamt in absoluten Zahlen



Von den 215 Begleitungen war der Anteil der 20-40 Jährigen mit ca. 36% in diesem Jahr fast genauso hoch wie der Anteil der 40-60 Jährigen mit ca. 38%. In diesen Zahlen spiegeln sich möglicherweise die in den Medien immer wieder als „Verlierer des Lock Downs / der Pandemie“ beschriebenen jungen Menschen wider. In der Zeit des Lockdowns hat gerade diese Personengruppe viele ihrer Bewältigungsstrategien für Krisensituationen (Selbstwertsteigernde Aktivitäten, Freunde, soziales Netzwerk, stressausgleichende Aktivitäten) einbüßen müssen und ist gleichzeitig verstärkt in Krisen geraten (ungewisse

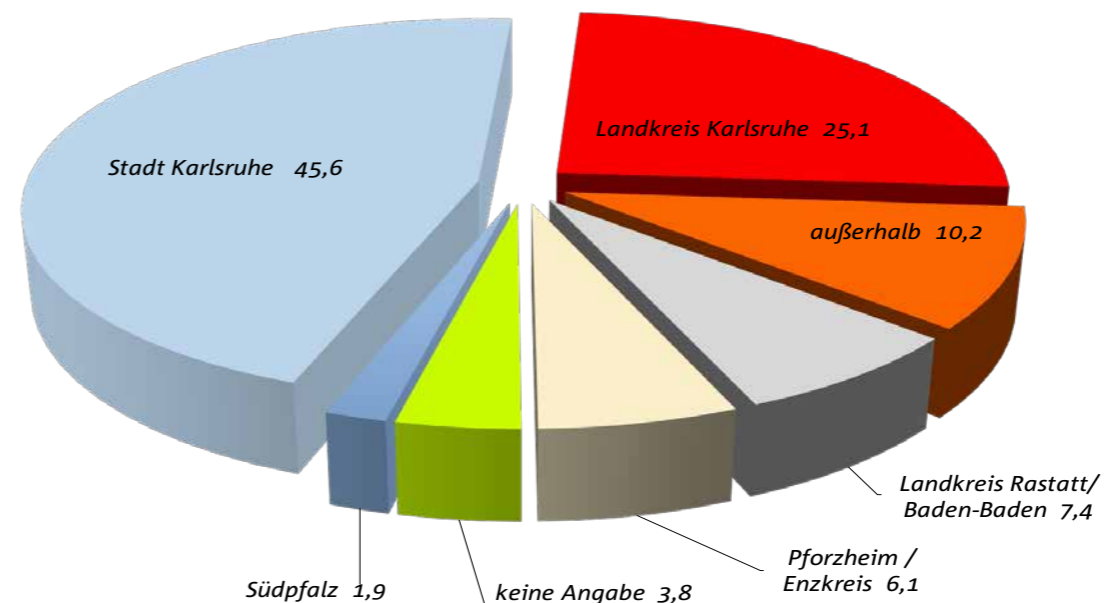
Zukunft, Ängste, Einsamkeit), in denen oft kaum noch andere Bewältigungsstrategien als ein Suizid gesehen wurden. So ist der Anteil der Betroffenen bis 40 Jahre mit fast 50% sehr hoch. Von diesen 50% aller Betroffenen sind wiederum 75% bis 30 Jahre alt. Die Suizidpräventionsarbeit gerade bei jungen Menschen muss nicht zuletzt bei dieser Entwicklung verstärkt und intensiviert werden. Der AKL Karlsruhe möchte dieses Angebot in der Zukunft weiter ausbauen.

Wohnorte

Das Einzugsgebiet der zu begleitenden Menschen um den AKL Karlsruhe herum vergrößert sich immer mehr. Zum Einen gibt es sowohl Richtung nördliches (Bruchsal, Heidelberg), östliches (Pforzheim) und südliches (Baden-Baden) Baden-Württemberg keine

vergleichbaren Angebote, zum Anderen leben im Großraum Karlsruhe, auch über den Landkreis Karlsruhe hinaus, viele Menschen, die als Berufspendler/Auszubildende ihren Alltag in Karlsruhe bestreiten und das AKL Angebot nutzen.

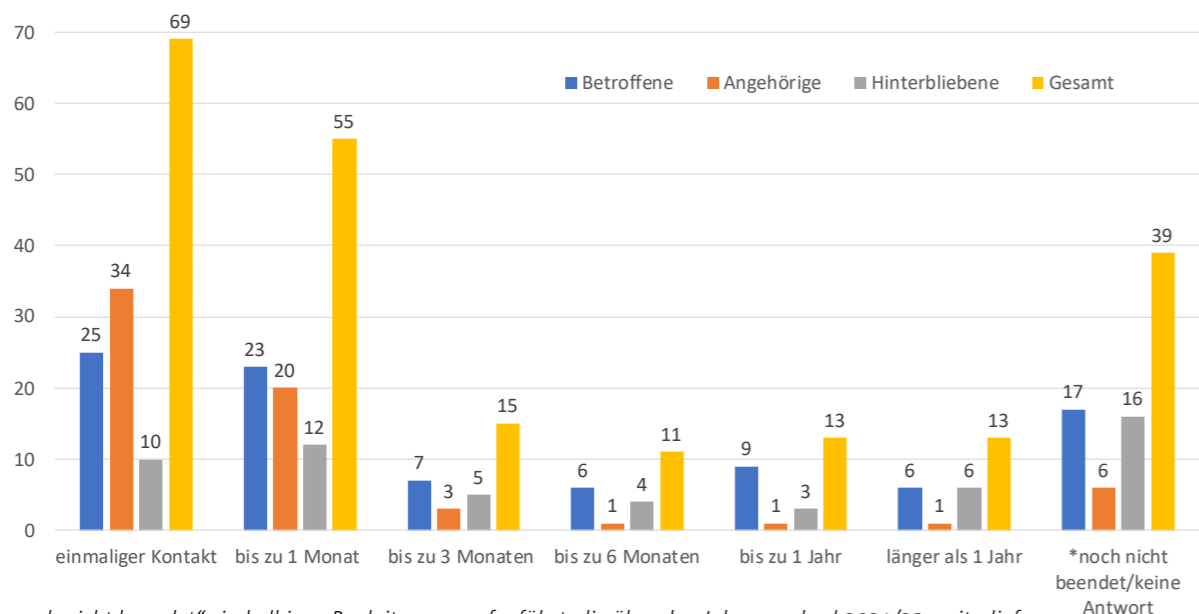
Wohnortverteilung der Begleitungen in %





Begleitungsdauer

Dauer der Begleitung unterteilt nach Betroffene, Angehörige, Hinterbliebene sowie gesamt in absoluten Zahlen



*Unter „noch nicht beendet“ sind all jene Begleitungen aufgeführt, die über den Jahreswechsel 2021/22 weiterliefen. Über deren Gesamtdauer konnte zum Zeitpunkt der statistischen Erhebung noch keine genaue Angabe gemacht werden.

Auswertung Fachberatungen

Nach wie vor sind die Einmalkontakte mit 32% am häufigsten. Bis zu einem Monat dauerten 26% der Begleitungen, 7% bis zu 3 Monaten und 5% bis zu 6 Monaten. Der Anteil derer, die bis zu 1 Jahr oder länger begleitet wurden, ist mit 12% relativ hoch, genauso wie der Anteil derer, deren Begleitung zum Ende des Jahres 2021 noch nicht beendet war (15%). Die insgesamt verlängerte Begleitungszeit 2021 hängt möglicherweise mit der seit März 2020 bestehenden Corona-Krise zusammen, die eine längere Begleitung nötig macht. Dass Ende 2021 noch 15% der Begleitungen nicht abgeschlossen waren, hängt mit einem regelrechten „Run“ auf unsere Beratungsstelle im letzten Quartal des Jahres zusammen. Fast 10% der 215 Begleitungen 2021 begannen im Dezember 2021.

Seit Mitte 2020 werden die Fachberatungen des AKL Karlsruhe mittels eines eigenen Fragebogens erfasst. Wir wollen die längeren Beratungen von Fachkolleg*innen in Bezug auf gefährdete Menschen besser abbilden, als dies mit dem Kurzbogen möglich ist. Die meisten Anfragen kamen von Kolleg*innen aus anderen Beratungsstellen (77,8%), weitere Anfragen kamen von Schulen. Bei 2/3 der gefährdeten Menschen, um die es bei der Fachberatung ging, kam es in der Folge zu keinem Kontakt dieser Person mit dem AKL Karlsruhe. Dies ist als positiv zu bewerten, da es bei der Fachberatung vor allem um die Stärkung und Unterstützung der Kolleg*innen geht, so dass sie die bereits bestehende Beziehung zum Gefährdeten weiter führen können.

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

Stimmungsvolle Musik, berührende Wortbeiträge und ein tröstendes Kerzenritual für die Verstorbenen – schöner hätte der Gottesdienst im vergangenen November im Gedenken an unsere Suizidtoten in der Christuskirche in Karlsruhe nicht sein können.

Viele Menschen haben den Weg zu diesem Gottesdienst gefunden, um innezuhalten und sich Zeit zu nehmen. Zeit, um ihrer Verstorbenen zu gedenken. Ein jeder für sich und dennoch gehalten in der Gemeinschaft.

Für Menschen, die einen suizidalen Verlust erlitten haben, ist es so wichtig, damit einen sichtbaren Platz in der Gesellschaft haben zu können. Gesehen zu werden in ihrer Trauer. Den Raum zu haben, offen über das Geschehene sprechen zu dürfen.

Wir vom Arbeitskreis Leben sind sehr dankbar, dass dieser Gottesdienst stattfinden konnte, nachdem er im Vorjahr coronabedingt ausfallen musste. Von Herzen „Danke!“ an alle, die dazu beigetragen haben, dass der Gottesdienst in dieser Form realisiert werden konnte.

Es ist uns ein Herzensanliegen, auch im Jahr 2022 einen Gottesdienst für Suizidhinterbliebene zu veranstalten.

Caterina Beck, 1. Vorsitzende

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

ABENDGOTTESDIENST

Gedenken an Suizidtote

Sonntag, 20. November 2022
 19.00 Uhr

Christuskirche Karlsruhe
 Kaiserallee 2
 KVV Mühlburger Tor

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

Logos: Arbeitskreis Leben Karlsruhe e.V., brücke, Evangelische Kirche in Karlsruhe, KA, POLIZEI, TelefonSeelsorge



Dank an zwei Löwenspender

Der Leo Club Karlsruhe ist ein Freundeskreis junger Menschen, der sich für Hilfsbedürftige engagiert. Am Abend des 10. April 2021 hat der Leo Club gemeinsam mit der Birkenhof Brennerei unter dem Motto „Gin Tonic trinken, Gutes tun“ zu einer Online Gin Verköstigung mit Verlosung eingeladen.

Mit insgesamt 48 Tasting Sets und 3 verlostem Gin Flaschen kam eine Spendensumme in Höhe von 1000 € zusammen, die dem AKL Karlsruhe für die Ausbildung der ehrenamtlichen Krisenbegleiter*innen zu Gute kam.



Von links: Ann-Kathrin Remmele (Leo Club), Almut Munke (AKL), Konstantin Reich (Leo Club)

Am Abend des 12. August 2021 lud der Förderverein Lions-Club Karlsruhe e.V. den AKL Karlsruhe zu seinem monatlichen Treffen im Restaurant Erbprinz ein, um die Arbeit des AKL Karlsruhe vorzustellen. Dieser Einladung sind Caterina Beck (1. Vorsitzende des AKL) und Almut Munke (hauptamtliche Mitarbeiterin) sehr gerne gefolgt. Der Lions-Club Karlsruhe ist ein langjähriger Spender des AKL und überreichte auch an diesem Abend wieder eine großzügige Spende in Höhe von 3000 € zur Weiterbildung der ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen des AKL Karlsruhe.



Von links: Prof. Dr.-Ing. Ralph Egermann (Lions-Club), Caterina Beck (AKL), Almut Munke (AKL), Dr. Albrecht Aichelin (Präsident Lions-Club 21/22)

Aktivitäten und Ereignisse des AKL 2021

Auf Grund der Pandemiesituation konnten unser traditioneller Neujahrsempfang, sowie die Vorstellung der neuen Räumlichkeiten des AKL Karlsruhe leider nicht wie geplant stattfinden.

- März bis Dezember 2021 Durchführung der Ausbildung zum ehrenamtlichen Krisenbegleiter (teils online, teils in Präsenz)
- Online-Klausurtag des AKL mit den ehrenamtlichen Krisenbegleiter*innen
- bis Mai 2021 Trauergruppe für Suizidhinterbliebene
- ab September neue Trauergruppe für Suizidhinterbliebene
- Hinterbliebenengottesdienst im November 2021
- Online-Fortbildung für die FSJler des Diakonischen Werk Karlsruhe
- Online-Fortbildung für die Schulsozialarbeiter*innen der Arbeitsförderung Karlsruhe gGmbH (afka)
- Online-Vorstellung des AKL für die ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen der Telefonseelsorge Karlsruhe
- Fortbildungen zum Thema Suizid/Suizidalität für die Mitarbeiter*innen von Konzept i

- Online-Charity-Veranstaltung „Gin Tasting“ für den AKL durch den Leo-Club Karlsruhe
- Online-Meeting mit dem Fanclub „Die Ultras“ des Karlsruher SC zur Vorbereitung eines gemeinsamen Präventionsvideos
- Pressegespräche, unter anderem Interview mit der Tageszeitung BNN
- Vorstellung des AKL beim Lions-Club Karlsruhe
- Kooperationstreffen mit der Telefonseelsorge und der Beratungsstelle „brücke“
- Online-LAG-Treffen der AKLs Baden-Württemberg
- Online-Kooperationstreffen mit „de brevitae vitae“
- Scheckübergabe des Leo-Club Karlsruhe Mai 2021
- Scheckübergabe Lions-Club Karlsruhe im August 2021
- Scheckübergabe Pro Cent von Daimler AG im November 2021
- Geldübergabe Heinrich-Hertz-Schule im September 2021



Im echten Wortsinn – Laufen mit Herz 2021

Unsere wunderbare Herzensläuferin Tanja Blicher ist im vergangenen September bereits zum zweiten Mal für den Arbeitskreis Leben beim Baden-Marathon angetreten. Tanja hat durch ihren Lauf nicht nur einen großartigen Spendenbetrag für den AKL erreicht, sondern auch gezeigt, wieviel Freude, Dankbarkeit und Verbundenheit entsteht, wenn sich Menschen für Menschen einsetzen.

Ein kurzer Auszug aus einem Text, den Tanja nach dem Lauf veröffentlicht hat: „Ich bin nicht meine Bestzeit gelaufen an diesem 19.09.21 beim

Baden-Marathon in Karlsruhe, hatte aber definitiv meine beste Zeit. Es hat einfach alles gepasst. Danke von Herzen. ... ‚Aus Liebe zum Laufen‘ – so das Motto des Baden-Marathons. Ja, es muss Liebe sein, wenn alles so wunderbar läuft.“

Auch für den AKL läuft es an der Stelle gut. Tanja hat sich bereit erklärt, uns mit ihrem sportlichen Engagement bei Laufen mit Herz 2022 wieder zu unterstützen. Danke von Herzen, liebe Tanja. Wir freuen uns sehr!

Caterina Beck, 1.Vorsitzende



Trauergruppe im AKL

Jedes Jahr sterben in der Region Karlsruhe Stadt und Land ungefähr 80 Menschen durch Suizid. Sie hinterlassen ca. 500 Angehörige, ca. 2000 Menschen aus dem näheren Umfeld sind betroffen. Das sind viele – zu viele, dennoch ist Suizid immer noch ein großes Tabu. Angehörige müssen erleben, dass sich Freunde und Nachbarn abwenden oder schlimmer noch, Vorwürfe gemacht werden. Vieles davon resultiert aus Hilflosigkeit und Ohnmachtsgefühlen.

Es gibt aber auch Menschen, die bereit sind Trauer und Schmerz mit auszuhalten, indem sie einfach nur da sind. Es gibt Trauer- und Traumatherapeuten. Und es gibt die Begleitung durch Haupt- und Ehrenamtliche des AKL.

Verstehen und nachfühlen können Menschen die Situation und den Schmerz eines Mitmenschen jedoch nur, wenn sie etwas Ähnliches selbst erlebt haben. Deshalb fragen viele Betroffene nach einer Gruppe. Der AKL bietet seit vielen Jahren eine angeleitete Trauergruppe speziell für Trauernde nach Suizid an. Dies war auch in der Coronazeit möglich. Die Gruppe

2020/2021 war immer wieder von räumlichen Veränderungen betroffen. Doch schließlich hatten wir im Roten Haus des Schloss Rüppurr einen großen und sehr schönen Raum gefunden. Die wohlthuende Atmosphäre war für alle spürbar.



So konnten wir dort dann auch im September 2021 mit den 8 Abenden für die neue Gruppe starten. Zunächst war es nicht leicht für die 10 Teilnehmenden, die Schicksale der anderen zu hören. Gleichzeitig waren sie froh, Mitmenschen kennenzulernen, die wussten, wie es sich anfühlt, einen geliebten Menschen

durch Suizid verloren zu haben, egal ob Vater, Mutter, Bruder oder Partner. Auch diesmal waren es vorwiegend Männer, die sich das Leben genommen hatten.

Dorothea und ich boten den Rahmen und jeden Abend ein Thema, um in den Austausch zu kommen. So bot sich Raum, von den geliebten Menschen zu erzählen. An einem Abend ging es zum Beispiel um hilfreiche, aber auch ungute, schwierige Trosterfahrungen.



Trauergruppe im AKL

Um ein besseres Verständnis für sich selbst im Trauerprozess zu entwickeln, stellten wir die

verschiedenen Trauerfacetten nach Chris Paul vor. Wie in einem Kaleidoskop verändert sich das Bild immer wieder, mal stehen die Gefühle im Vordergrund, mal das sich Anpassen an die neue Lebenssituation, mal einfach nur das irgendwie Überleben u.s.w.. Wir lenkten auch den Blick darauf, wie es weiter gehen kann und weiter gehen soll.

Die Treffen waren nicht leicht für die Teilnehmenden. Immer wieder wurde berichtet, wie stark der Abend noch nachgewirkt hat, wieviel Kraft es gekostet hat, das Gehörte und Erlebte zu verarbeiten. „Aber ich bin froh, dass ich mich überwunden habe und wieder hergekommen bin. Ich spüre, dass es mir guttut und mich weiterbringt.“

So sagten fast alle am letzten Abend im April diesen Jahres, dass sie sich stärker fühlen als zu Beginn. Vieles ist noch schwer, doch einen Gutteil ihres Trauerweges hatten sie gemeinsam zurückgelegt und gerne wollten sie noch weiter in Kontakt bleiben und sich auch privat treffen.

Für uns war das eine sehr schöne, ermutigende Erfahrung. Schon seit Februar 2022 trifft sich eine neue Gruppe. Bei allem Schweren, was wir hören, freut es uns, Menschen ein Stück weit wieder ins Leben begleiten zu dürfen.

Christiane Ihle, ehrenamtliche Krisenbegleiterin



Dankeschön 2021

Herzlich danken wir den großzügigen Spendern:

- Der Stadt Karlsruhe, dem Landkreis Karlsruhe und dem Land Baden-Württemberg für die gewährten Förderungen
- Der BB-Bank Karlsruhe, die uns erneut den Druck des Jahresberichtes ermöglicht hat
- Der Sparkasse Karlsruhe für ihre Spende zur Unterstützung unserer Vereinsarbeit
- Dem Lions Club Karlsruhe, durch dessen Spende die ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen des AKL an Fortbildungen teilnehmen konnten
- Dem evangelischen Kirchenbezirk und dem katholischen Dekanat Karlsruhe für die Unterstützung des ökumenischen Gottesdienstes in der Christuskirche
- Den verschiedenen Kirchengemeinden für ihre Kollekten
- Dem Büro Wenzel & Wenzel Karlsruhe
- Der Stadtverwaltung Wörth am Rhein
- Der Wilhelm-Baur-Stiftung Karlsruhe
- Der Co 13 GmbH Berlin
- Dem Leo-Club Karlsruhe
- Dem Karlsruher SC GmbH & Co. KGaA
- Der Heinrich-Hertz-Schule Karlsruhe für ihre über das Schuljahr hinweg gesammelten Spenden
- Dem Info-Center am Hauptfriedhof und der Evangelischen Erwachsenenbildung Karlsruhe für die Unterstützung unserer Öffentlichkeitsarbeit
- Der Daimler AG im Rahmen ihrer Pro Cent Aktion
- Der Volksbank Karlsruhe Stiftung für die Finanzierung der Supervision

Wir bedanken uns herzlich bei allen privaten Spendern. Mit Ihren Zuwendungen helfen Sie uns, den wirtschaftlichen Bestand unserer Einrichtung zu bewahren.



Im Jahr 2021 hatte der AKL Karlsruhe Ausgaben in Höhe von **102.713,57 €** und Einnahmen in Höhe von **109.974,34 €**.

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

vieler Spender*innen angewiesen.

Das Einzugsgebiet hat sich nach Süden in den **Landkreis Rastatt** und **Baden-Baden**, nach Westen in die **Südpfalz**, nach Norden weit in den **Landkreis Karlsruhe** und darüber hinaus, sowie nach Osten in den **Enzkreis** und nach **Pforzheim** ausgedehnt.

Dieser Herausforderung haben wir uns gerne gestellt.

Auszüge aus dem Finanzbericht

Ausgaben

• Personalkosten	73.603,12 €
• Aus- und Fortbildung	2.077,90 €
• Supervision, 2 Gruppen	3.180,00 €
• Betriebskosten/Miete	10.081,53 €
• Verbrauchsmittel	891,95 €
• Geschäftsaufwand und Öffentlichkeitsarbeit	2.973,41 €
• Erstattung Ehrenamtliche	1.829,71 €
• Versicherungen/Beiträge/Gebühren	1.390,50 €
• Telefongebühren	630,69 €
• Sonstige Ausgaben	6.054,76 €

Einnahmen

• Zuschuss Land Baden-Württemberg	29.973,33 €
• Zuschuss Stadt Karlsruhe	15.112,00 €
• Zuschuss Landkreis Karlsruhe	12.000,00 €
• AKL-Stiftung	800,00 €
• Bußgelder	0,00 €
• Mitarbeiterspenden Aufwand	1.139,82 €
• Mitgliedsbeiträge	3.727,00 €
• Spenden	27.928,49 €
• Zweckgebundene Spenden	16.750,00 €
• Sonstige Einnahmen	2.543,70 €

Landesarbeitsgemeinschaft der Arbeitskreise Leben (LAG der AKL) in Baden-Württemberg www.ak-leben.de

AKL Freiburg e.V.	Tel.: 0761 / 33 3 88 E-Mail: akl-freiburg@ak-leben.de oder info@u25-freiburg.de	Talstr. 29 79102 Freiburg
AKL Heilbronn e.V.	Tel.: 0 71 31 / 16 42 51 E-Mail: akl-heilbronn@ak-leben.de	Bahnhofstr. 13 74072 Heilbronn
AKL Karlsruhe e.V.	Krisenberatung: 0721 / 81 14 24 Geschäftsstelle: 0721 / 82 00 667 E-Mail: akl-karlsruhe@ak-leben.de	Putlitzstraße 16 76137 Karlsruhe
AKL Kirchheim e.V.	Tel.: 0 70 21 / 75 0 02 E-Mail: akl-kirchheim@ak-leben.de	Alleenstr. 92 73230 Kirchheim / Teck
AKL Leonberg e.V.	Tel.: 0 71 52 / 202 - 64 620 oder 0 71 56 / 40 19 452 Handy: 0163 / 25 78 576 E-Mail: akl-leonberg@ak-leben.de	Kreiskrankenhaus Leonberg 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: akl-nuertingen@ak-leben.de	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: akl-reutlingen@ak-leben.de	Karlstr. 28 72764 Reutlingen
AKL Böblingen e.V.	Telefon-AB: 07031 / 30 49 2 59 Mail: akl-boeblingen@ak-leben.de	Burgenstr. 3 b 71116 Gärtringen
AKL Stuttgart e.V.	Tel.: 0711 / 600 620 E-Mail: akl-stuttgart@ak-leben.de	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: akl-tuebingen@ak-leben.de	Österbergstr. 4 72074 Tübingen
Internet - Beratungsmöglichkeiten für Jugendliche:	www.u25-freiburg.de (AKL Freiburg e.V.) www.youth-life-line.de (AKL Tübingen/Reutlingen e.V.)	



Arbeitskreis Leben Karlsruhe e.V.

Putlitzstr. 16 76137 Karlsruhe
Geschäftsstelle: 0721 / 82 00 667
www.ak-leben.de akl-karlsruhe@ak-leben.de

Sie erreichen uns mit öffentlichen Verkehrsmitteln:

 2, 5 Haltestelle Otto-Sachs-Straße
 2 Karlsruhe Arbeitsagentur

Die Nummer unseres Beratungstelefon 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
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.

