



Hilfe in
Lebenskrisen
und bei
Selbsttötungsgefahr

ARBEITSKREIS LEBEN (AKL)



JAHRESBERICHT 2024

Arbeitskreis Leben Heilbronn e.V.

www.ak-leben.de

IM LEBEN BLEIBEN

Nehmen Sie telefonisch zu uns Kontakt auf, wenn

Sie in einer Krise sind und aus dem Leben gehen möchten

Sie in Sorge um jemand sind, der sich das Leben nehmen will

Sie einen nahen Menschen durch Suizid verloren haben

Bei uns erhalten Sie zeitnah einen Gesprächstermin für eine persönliche Beratung.

Arbeitskreis Leben Heilbronn e.V.

Telefon 07131 164251
E-Mail akl-heilbronn@ak-leben.de
Online www.ak-leben.de

Sicher erreichen Sie uns:

Montag 10:00 - 12:00 Uhr
Dienstag 10:00 - 12:00 Uhr
Mittwoch 15:00 - 17:00 Uhr
Donnerstag 13:00 - 15:00 Uhr
Freitag 10:00 - 12:00 Uhr



ARBEITSKREIS LEBEN (AKL)

INHALTSVERZEICHNIS

VORWORT	02
AUSWERTUNG DER JAHRESSTATISTIK	03
BERICHTE AUS DEN VERSCHIEDENEN ARBEITSBEREICHEN	
ANGEBOTE IN DER BERATUNGSSTELLE	06
TRAUERBEGLEITUNG VON HINTERBLIEBENEN NACH SUIZID	07
SUIZIDPRÄVENTION FÜR JUNGE MENSCHEN	09
FACHVORTRÄGE, VERANSTALTUNGEN, NETZWERKTREFFEN UND WEITERE AKTIONEN DER ÖFFENTLICHKEITSARBEIT	12
KLINIKDIENSTE: AUFSUCHENDE SUIZIDNACHSORGE	14
40 JAHRE AKL	17
DAS TEAM DES AKL	22
VORSTANDSMITGLIEDER DES AKL	23
FINANZEN	24
DANK	25

VORWORT



Alles steht Kopf in diesen Tagen,
dein Herz verstopft und stellt tausend Fragen.
Die Hoffnung zerbricht und der Tag will nicht kommen,
dein Blick nach vorn ist plötzlich verschwommen.

(ANDI WEISS)

Liebe Leserinnen und Leser,

es freut mich, Ihnen den Jahresbericht des Arbeitskreises Leben (AKL) Heilbronn 2024 vorlegen zu können.

Diese Zeilen von Andi Weiss beschreiben treffend die Situation vieler Menschen, die sich an uns wenden. 368 Personen haben Hilfe bei uns gesucht. Damit war auch 2024 die Nachfrage nach Beratung und Begleitung durch den AKL (wie schon im Vorjahr) so hoch wie noch nie. In den letzten beiden Jahren wurden somit ca. 120 Personen mehr begleitet als noch 2021 und 2022 (jeweils ca. 250). Damit wurden zum dritten Mal in der 40-jährigen AKL-Geschichte mehr als 300 Personen begleitet. Dass wir keinen Ratsuchenden abweisen mussten, verdanken wir dem engagierten Einsatz der haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeitenden. Es ist ein großes Geschenk, dass sich das AKL-Team so engagiert und motiviert für Menschen in der (suizidalen) Krise einsetzt.

Zusätzlich zu den über 350 Einzelbegleitungen haben wir bei Vorträgen, Fortbildungen und Workshops etwa 1300 Personen für die Themen Suizidprävention bzw. Umgang mit Suizidtrauer sensibilisiert und geschult. Darunter waren ca. 850 Schüler*innen. Sie wurden von Frau Hesse mit drei Ehrenamtlichen in ihrer Krisenkompetenz gestärkt.

Die Zahlen machen zum einen deutlich, wie wichtig unsere Angebote in den verschiedenen Bereichen für die Menschen in der Region sind. Zum anderen zeigen sie, dass immer mehr Menschen mit Herausforderungen und Krisen konfrontiert sind, die sie oder ihre Angehörigen, Freunde oder Kolleg*innen in eine suizidale Krise bringen, die bis zum vollendeten Suizid gehen kann. Dies zeigt sich auch in anderen Beratungsstellen und Hilfsangeboten. Umso wichtiger, dass alle Akteure und Akteurinnen in der Region zusammenstehen und gut vernetzt sind, damit Menschen passgenaue Hilfe finden.

Als AKL-Team wollen wir zuhören, da sein, Not mit aushalten, damit Menschen (wieder) neu Hoffnung und Mut gewinnen, im Leben zu bleiben. Wir schenken ein offenes Ohr und Herz und hoffen – manchmal auch stellvertretend für die anderen – wo diese selbst keinen Grund mehr zur Hoffnung und zum Leben sehen können. Dies tun wir schnell und unkompliziert, kostenlos und auf Wunsch anonym. Wir sind sehr dankbar, dass wir dies tun können, weil wir von unterschiedlicher Seite finanzielle Unterstützung bekommen. Umso dankbarer sind wir für jede finanzielle Unterstützung, die uns von Organisationen, Institutionen und Einzelpersonen zukommt. Die Steigerung der Spendeneinnahmen hat es uns ermöglicht, ca. 25 % Personal aufzustocken. Dennoch ist der Bedarf an Beratungs- und Präventionsangeboten nach wie vor sehr hoch, wie die Statistik deutlich macht. Auch die hohe Anzahl an Hinterbliebenen, die wir begleitet haben, sowie die bundesweit gestiegenen Suizidraten in den letzten beiden Jahren zeigen: immer mehr Menschen sehen keinen anderen Ausweg als den eigenen Tod. Wir fragen uns, welche (neuen) Aufgaben ergeben sich daraus für uns als AKL?

In diesem Jahresbericht erhalten Sie Einblick in unsere vielfältigen Arbeitsbereiche und können sich ein Bild machen, wofür der AKL steht und was unser zurückliegendes Jahr geprägt hat.

Heilbronn im März 2025

Caroline Hornberger

AUSWERTUNG DER JAHRESSTATISTIK

Allgemeine Zahlen zu den begleiteten Personen

Im Jahr 2024 wurden insgesamt **368 Personen** durch die hauptamtlichen (HA) und ehrenamtlichen (EA) Mitarbeitenden des AKL Heilbronn begleitet. Das waren erneut mehr begleitete Personen als jemals zuvor in der Geschichte des AKL. Nun sind es 15 % mehr Klient*innen als im Vorjahr gewesen.

Im Bereich der Beratung und Begleitung durch die hauptamtlichen Mitarbeiterinnen kam es zu einer erheblichen Zunahme an Klient*innen von 238 auf 293 Klient*innen in diesem Jahr. Die Begleitungen durch die ehrenamtlich Mitarbeitenden sanken leicht im Vergleich zum Vorjahr von 82 auf 75 Begleitungen.

Es wird bei den Klient*innen unterschieden zwischen Menschen, die sich in einer Krise befinden (**Betroffene**), und Menschen in Sorge um suizidgefährdete Personen in ihrem Umfeld (**Angehörige**). Häufig suchen Angehörige sowohl für sich als auch für die betroffene Person Unterstützung. Eine weitere Klient*innengruppe sind Trauernde, die eine nahestehende Person durch Suizid verloren haben (**Hinterbliebene nach Suizid**). Hinzu kommen noch Fachkräfte aus psychosozialen Handlungsfeldern, die um eine **Fachberatung** im Kontext Suizidalität anfragen.

Fälle gesamt (HA+EA): 368

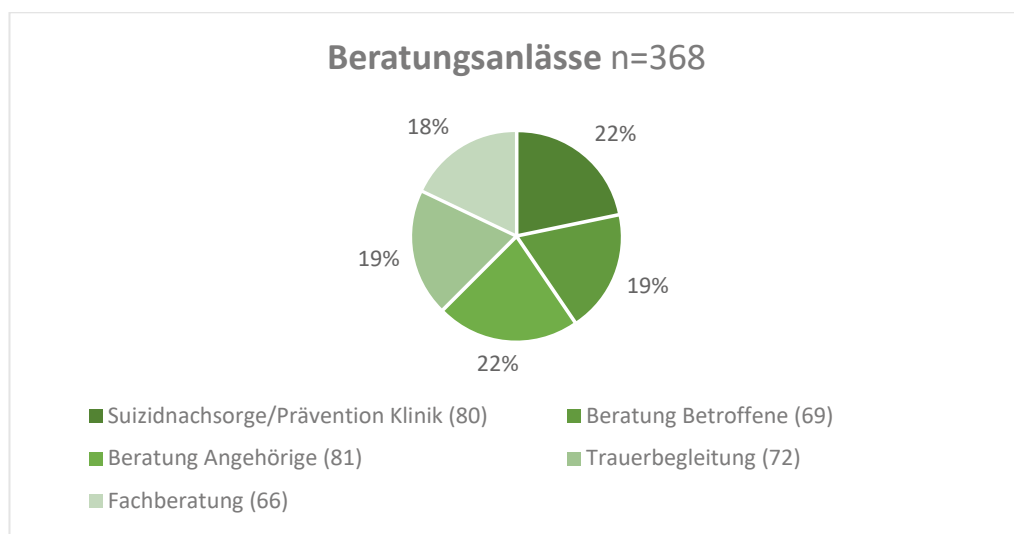
(Vorjahr: 320)

Fälle EA: 75

(Vorjahr: 82)

Fälle HA: 293

(Vorjahr: 238)



Im Bereich der Arbeit in der Beratungsstelle wandten sich insgesamt 288 Personen an den AKL. Diese wurden von den hauptamtlichen Mitarbeiterinnen beraten. Dabei war ein Zuwachs in fast allen Klient*innengruppen zu verzeichnen. Der Anteil der Betroffenen in einer Krise lag hier bei 69 Personen (2023: 62). Die Zahl der Angehörigen lag bei 81 Personen (2023: 47). Im Rahmen der Trauerbegleitung für Hinterbliebene nach einem Suizid suchten 72 Personen Unterstützung (2023: 54). Sie wurden in ihrer Trauer durch Einzelgespräche und/oder eine Trauergruppe begleitet. Die Beratungsdauer im Falle einer Krisenintervention beträgt meist zwischen ein und sechs Terminen, hier ist das Ziel die kurzfristige Stabilisation und häufig auch die Weitervermittlung oder Überbrückung zu therapeutischen Angeboten. Die Begleitung von Hinterbliebenen nach einem Suizid hingegen ist ein längerer Prozess, der bis zu einem Jahr andauern kann. Die Wartezeiten für ein Erstgespräch im akuten Krisenfall liegen nach wie vor zwischen einem und maximal sieben Werktagen und sind somit sehr kurz. Eine schnelle Krisenintervention kann so weiterhin ermöglicht werden.

Zudem wurden durch die hauptamtlichen Mitarbeiterinnen des AKL 66 Lehrer*innen, Schulsozialarbeiter*innen, kirchliche Mitarbeitende und weitere Fachkräfte aus psychosozialen Kontexten im Rahmen der Fachberatung durch den AKL unterstützt. Im Rahmen der Fachberatungen kam es zu einer ähnlich hohen Nachfrage wie im Vorjahr (2023: 69). Dies ist mit darauf zurückzuführen, dass durch die Angebote im Bereich Suizidprävention an Schulen in den letzten Jahren enge Kooperationen und eine positive Wahrnehmung der Angebote des AKL entstanden sind. Dabei kann es sich sowohl um kollegiale Beratung im Umgang mit einzelnen Menschen handeln als auch um Unterstützung bei der Etablierung neuer Prozesse in Bezug auf Suizidprävention oder -nachsorge.

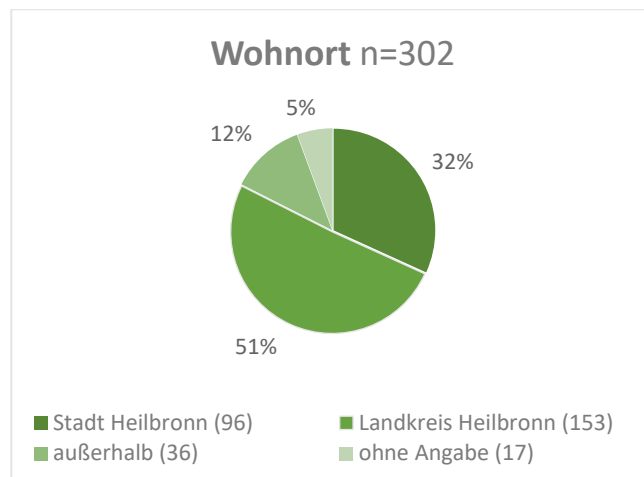
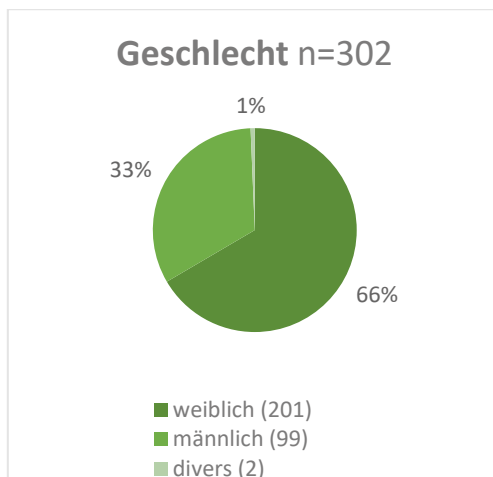
Darüber hinaus äußern Klient*innen im Rahmen anderer Unterstützungsangebote in Stadt- und Landkreis (Beratungsstellen u. ä.) Suizidgedanken und die Kolleg*innen sind dankbar über den kollegialen Austausch und die Beratung durch die Mitarbeiterinnen des AKL Heilbronn.

Auch in 2024 wurde wieder an allen Tagen des Jahres der sog. Klinikdienst abgedeckt, so dass wir an jedem Tag, an dem es nötig war, aufsuchende Suizidnachsorge durch unsere ehrenamtlichen Krisenbegleiter*innen anbieten konnten. Im Rahmen der Suizidnachsorge und Prävention in Kliniken wurden im Jahr 2024 80 Personen (2023: 88) erreicht. Die Nachsorge findet hauptsächlich durch die ehrenamtlichen Mitarbeitenden auf den Intensivstationen der Kliniken am Gesundbrunnen und am Plattenwald statt. 22 % der Begleitungen fanden in dieser aufsuchenden Arbeit ihren Anfang.

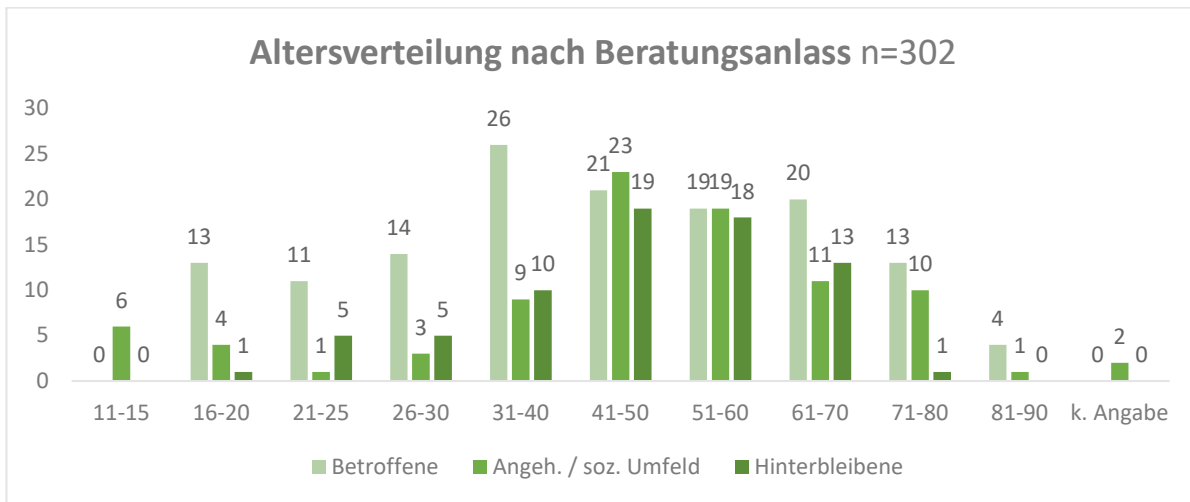
Außerdem haben sich weitere 39 Personen mit kürzeren Nachfragen (sogenannten Kurzkontakten) an uns gewandt wie dem Wunsch nach Flyer-Zusendung, der Frage nach Adressen oder Anfragen wegen Praktika.

Demografische Informationen zu begleiteten Personen (ohne Fachberatung)

Unter den 302 (2023: 251) Personen (ohne Fachberatungen), die vom AKL begleitet wurden, waren **66 Prozent Frauen** und **33 Prozent Männer**. Der Anteil an Männern ist weiter gestiegen und nach wie vor, im Vergleich zu anderen Beratungsangeboten, relativ hoch. Die aufsuchende Arbeit an den Kliniken bewährt sich hierbei nach wie vor.

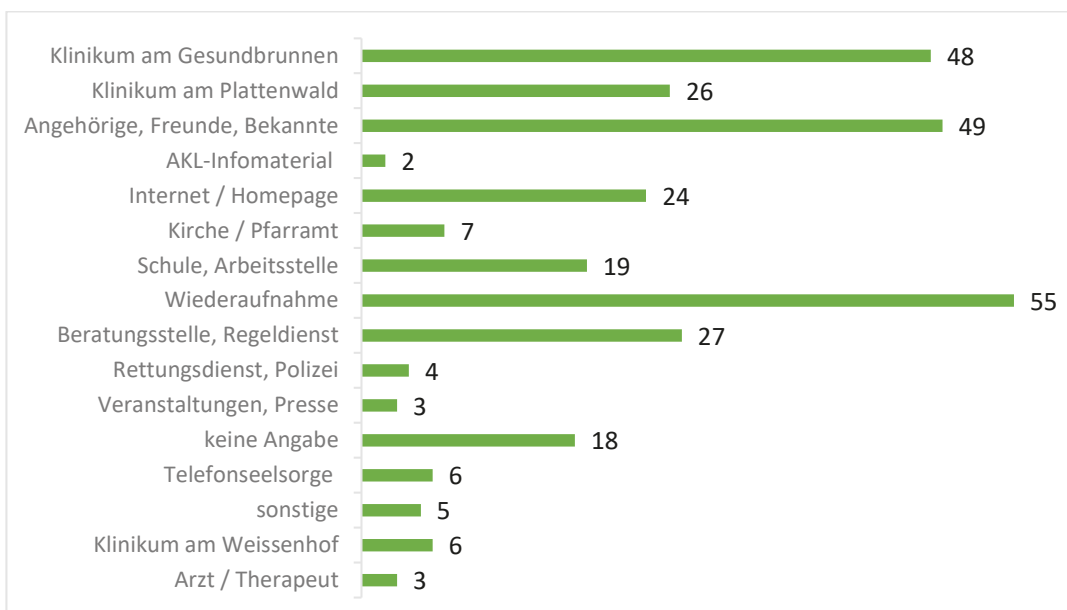


153 Klient*innen (51 Prozent) kamen aus dem **Landkreis Heilbronn**, **96 Klient*innen** (32 Prozent) kamen aus der **Stadt Heilbronn** und **36 Klient*innen** (14 Prozent) kamen von **außerhalb** des Stadt- und Landkreises. Der Anteil an Klient*innen, die nicht aus dem Stadt- oder Landkreis Heilbronn kommen, ist auch darin begründet, dass in den Nachbarlandkreisen kein AKL existiert. Innerhalb der Landesarbeitsgemeinschaft aller AKL in Baden-Württemberg wurde daher die Übereinkunft getroffen, keine Klient*innen aus angrenzenden Landkreisen abzuweisen.



Die **Altersgruppe** der Betroffenen von 41 – 50 Jahren war im Jahr 2024 mit 63 Personen am stärksten vertreten, dicht gefolgt von der Gruppe der 51 – 60-Jährigen mit 56 Personen. Es wurden somit auch im Jahr 2024 **in erster Linie Menschen im mittleren und höheren Erwachsenenalter** durch den AKL erreicht.

Der Anteil an **jungen Menschen unter 25 Jahren**, die durch den AKL erreicht wurden, liegt mit **41 Personen** (2023: 41 Personen) bei knapp 15 Prozent. Es wurden demnach genauso viele junge Menschen in dem Alter von uns begleitet wie im Vorjahr. Im Bereich der Suizidnachsorge werden junge Menschen direkt über die Kinder- und Jugendpsychiatrie versorgt und erhalten somit keine Begleitung im Sinne der Suizidnachsorge durch den AKL. Vor dem Hintergrund, dass ein frühes Beratungsangebot für junge Menschen mit suizidalen Gedanken (weitere) Suizidversuche verhindern kann, ist diese Altersgruppe für die präventive Arbeit jedoch sehr bedeutsam.



Am häufigsten erfolgt die **Kontaktaufnahme** zum AKL nach wie vor über Kliniken im Rahmen der Suizidnachsorge. Aus den drei **Kliniken** im Stadt- und Landkreis kamen insgesamt **80 Kontakte** (2023: 86) zustande. Über die aufsuchende Arbeit an den Kliniken kamen in diesem Jahr die meisten Klient*innen (48) über die Intensivstation der Klinik am Gesundbrunnen mit dem AKL in Kontakt. Klient*innen, die selbst Kontakt zum AKL suchten, kamen in erster Linie durch Angehörige, Freunde und Bekannte, andere Beratungsstellen oder Regeldienste der psychosozialen Versorgung, Schulen oder Betriebe sowie durch die Homepage des AKL in die Beratung.

BERICHTE AUS DEN VERSCHIEDENEN ARBEITSBEREICHEN

ANGEBOTE IN DER BERATUNGSSTELLE

Für wen und was sind wir da?

- für Menschen nach einem Suizidversuch
- für Menschen mit Suizidgedanken
- für betroffene Angehörige, die in Sorge um jemanden sind
- für Hinterbliebene, die einen nahen Menschen durch Suizid verloren haben
- für Fach- und Führungskräfte wie Pädagog*innen, Einsatzkräfte, Betreuer*innen, Teamleiter*innen etc., die mehr über das Thema wissen wollen oder kollegialen Austausch aufgrund einer aktuellen Situation wünschen.

Unser Angebot steht allen offen. Wir fragen nicht nach Religionszugehörigkeit oder Weltanschauung.



Sabine Weissert (Sekretariat), Caroline Hornberger und Caroline Hesse

An jedem Wochentag besteht die Möglichkeit, zu Telefonzeiten direkt mit einer der beiden hauptamtlichen therapeutischen Fachkräfte Kontakt aufzunehmen.

Die Telefonzeiten sind:

Mo 10 - 12 Uhr; Di 10 - 12 Uhr; Mi 15 - 17 Uhr; Do 13 - 15 Uhr; Fr 10 - 12 Uhr

Wir bieten einen zeitnahen persönlichen Gesprächstermin in der Beratungsstelle oder am Telefon an, aus dem sich eine Krisenberatung auch über mehrere Termine entwickeln kann. Die Möglichkeit durch niederschwellige, zeitnahe Krisenintervention Menschen in verzweifelten Situationen zur Seite zu stehen, ist uns ein großes Anliegen.

Im März 2024 sind wir innerhalb des 3. OGs im Heinrich-Fries-Haus umgezogen, so dass Sie uns nun in Zimmer 309 und 310 finden.

TRAUERBEGLEITUNG VON HINTERBLIEBENEN NACH SUIZID

Einen Menschen zu verlieren ist immer schmerzhaft, einen Menschen durch Suizid zu verlieren, bedeutet für Hinterbliebene oft den Beginn eines längeren, komplizierten und schmerzhaften Trauerprozesses, bei dem viele Fragen unbeantwortet bleiben...

Um Suizid-Hinterbliebene auf diesem Weg der Trauer und Verarbeitung zu unterstützen, bieten wir verschiedene Formate der Begleitung an. Dies ist zum einen die individuelle Einzelbegleitung in der Beratungsstelle, zum anderen verschiedene Gruppenangebote und ein jährlich stattfindender Trauergottesdienst.

Trauergruppen

Im Juli endete die letzte **Trauergruppe** für 12 Männer und Frauen, die einen Angehörigen durch Suizid verloren haben. Im Oktober startete bereits eine neue Trauergruppe mit 7 Teilnehmerinnen. Weitere Interessierte mussten kurzfristig ihre Teilnahme absagen. Geleitet wird die Gruppe von Caroline Hornberger, Sozialpädagogin, Diakonin und Leiterin des AKL sowie Pfarrerin und Supervisorin Alexandra Winter. Die Trauergruppe trifft sich einmal im Monat, um Erfahrungen und Leid zu teilen und Hilfe zur Bewältigung des unfassbaren Verlustes zu erhalten. Neben theoretischen Anregungen, Hilfen zum Verstehen und praktischen Anregungen ist auch viel Raum, um vom eigenen Erleben, dem Schmerz und der Trauer zu erzählen. Die Gruppe trifft sich insgesamt acht Mal.

Eine **neue Gruppe für junge Erwachsene bis 29 Jahre** wird voraussichtlich im Februar 2025 starten und eine weitere Trauergruppe im Herbst 2025.

Für ehemalige Teilnehmende der AKL-Trauergruppen bieten wir immer mal wieder einen **Trauertreff** an. In diesem Jahr konnten drei Termine unter Leitung von Caroline Hornberger und Tanja Reinhardt stattfinden.

Wir freuen uns, dass wir mit diesen Gruppen den Hinterbliebenen nach Suizid einen Raum bieten können, wo sie sich verstanden fühlen, nicht erklären müssen, sich nicht rechtfertigen müssen und erleben können: Hier bin ich angenommen – auch in allem Schmerz, in allem Nicht-Verstehen. Hier kann ich ehrlich sein und muss nicht nur funktionieren...



Erfahrungsbericht zur Trauerbegleitung

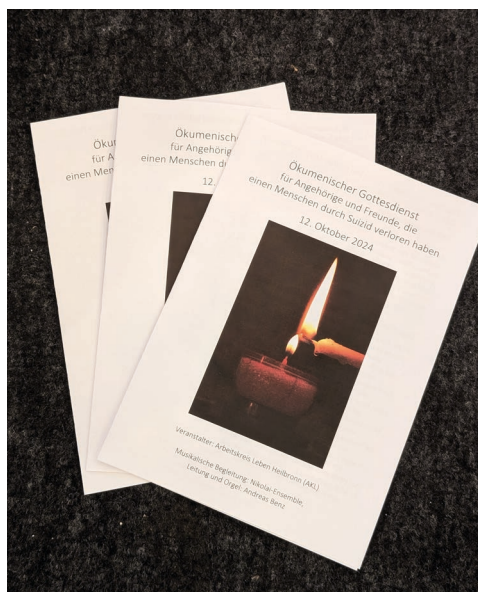
„Der AK Leben war kurz nach dem Suizid meiner Frau meine erste Ansprechstation und die regelmäßigen Gespräche waren in den ersten Monaten eine unglaubliche Stütze.

Auch die vom AKL angebotene Trauergruppe war eine Hilfe beim Begreifen des Unbegreiflichen.“

Trauer Gottesdienst

Am 7. Oktober fand wieder der jährliche **Trauer Gottesdienst des Arbeitskreis Leben Heilbronn** für Hinterbliebene nach einem Suizid in der Kirche St. Augustinus in Heilbronn statt. Zahlreiche Trauernde nahmen teil, um den Verstorbenen zu gedenken. Auf Wunsch konnten Kerzen für sie angezündet und die Namen verlesen werden. Caroline Hornberger leitete den Gottesdienst und fand Worte des Trostes. Das Nikolaiorchester schaffte eine besonders würdevolle Atmosphäre mit seinen Musikstücken. An dieser Stelle nochmal ein herzliches DANKE schön für die Mitgestaltung des Gottesdienstes. Im Anschluss gab es noch die Möglichkeit, sich bei Tee und Kuchen auszutauschen.

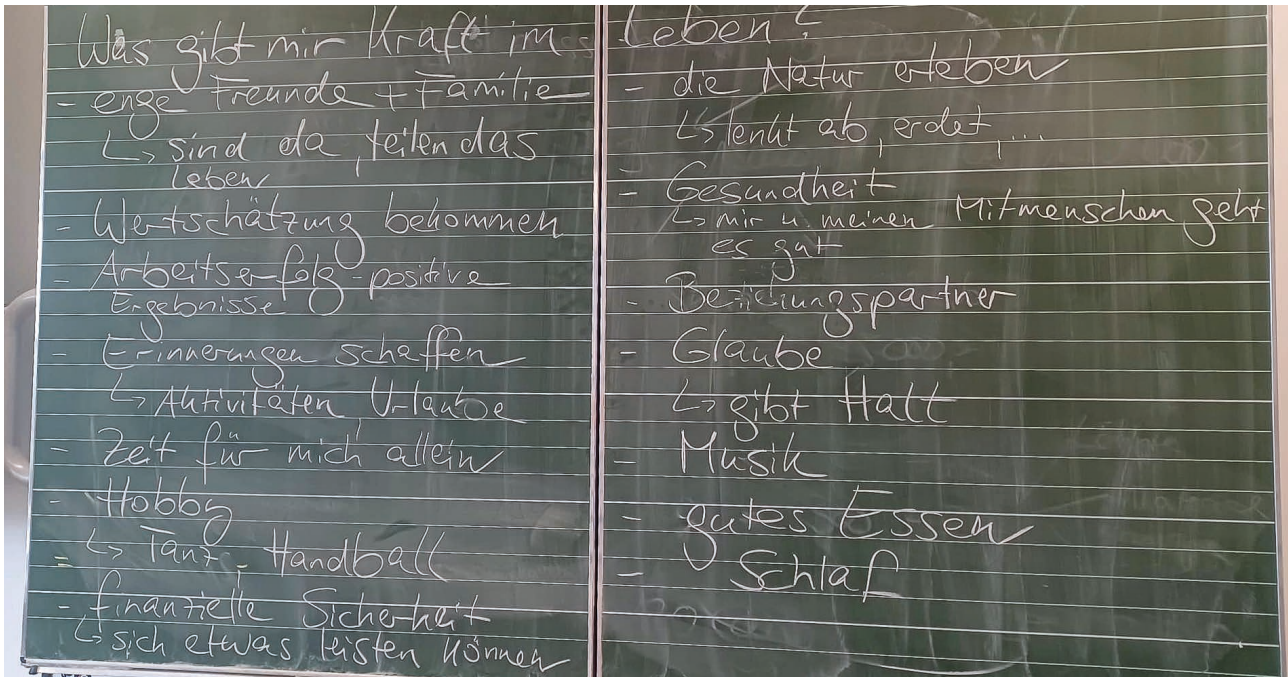
Impressionen vom Gottesdienst:



Gemeinsam mit der Citykirche Heilbronn und anderen Beratungsstellen haben wir außerdem am 23. Dezember in der Nikolaikirche eine **Abend-Andacht für Trauernde** zur Ermutigung veranstaltet.

SUIZIDPRÄVENTION FÜR JUNGE MENSCHEN

Schulveranstaltungen



Die psychischen Belastungen von Kindern und Jugendlichen sind auf einem weiterhin sehr hohen Niveau. Gründe dafür gibt es viele: Es herrscht Unsicherheit aufgrund des aktuellen Kriegsgeschehens in der Welt, finanzielle Belastungen aufgrund der inflationären Entwicklung der letzten Jahre bereiten ihnen Sorge. Auch Vereinsamung spielt eine große Rolle und kann sowohl als Nachwirkungen der Coronapandemie als auch auf gesteigerte Mediennutzung zurückgeführt werden. Außerdem ergab die SINUS Studie 2024 („Wie ticken Jugendliche 2024“, herausgegeben von der Bundeszentrale für politische Bildung), dass sowohl Mobbing als auch das Präsentieren von (oft geschönten) Darstellungen auf Social Media zu emotionalem Stress führen kann. Der resultierende Vergleich mit der eigenen (sozialen wie körperlichen) Realität hat oft negative Folgen für das Selbstbild und die Psyche. In der Folge kann dies zu körperlich gesundheitsschädigendem Verhalten führen.

Wir sehen es als gesamtgesellschaftliche Verantwortung, junge Menschen für Krisen zu stärken und somit Suizidprävention zu betreiben. Der Arbeitskreis Leben leistet seinen Beitrag durch seine Angebote der Schulpräventionsveranstaltungen und Gesprächsangebote für einzelne junge Menschen, ihre Angehörigen und pädagogische Fachkräfte. Suizidale Handlungen waren im Jahr 2023 laut dem statistischen Bundesamt die häufigste Todesursache bei jungen Menschen bis 25 Jahre. Und dennoch ist das Thema Suizid immer noch ein Tabuthema. Die Angst, etwas Falsches zu sagen, ist groß. Dabei sind Austausch über das Thema sowie das Ansprechen von Suizidgedanken genau das, was Leben retten kann.

Die Nachfrage nach unseren Veranstaltungen ist weiterhin hoch und bei mehreren Schulen sind sie mittlerweile fest im jährlichen Programm verankert. Wir freuen uns, dass wir auch im Jahr 2024 mit 41 Veranstaltungen mehr als 800 Schüler*innen erreichen konnten. Bei den Veranstaltungen machen wir auch auf unser individuelles Beratungsangebot aufmerksam, das danach des öfteren genutzt wird. Es ist uns wichtig, mit jungen Menschen darüber zu sprechen, wie Krisen entstehen und welche Strategien sie wählen können, um diese leichter zu bewältigen. Dies ist bei jungen Menschen besonders wichtig, da sich bei ihnen sonst manchmal durch fehlende Erfahrung an Krisenbewältigung eine Krise schneller zuspitzen kann als bei krisenerfahreneren Erwachsenen. Außerdem ist es uns wichtig, auch den Fachkräften an den Schulen wie Lehrkräften oder Mitarbeitenden der Schulsozialarbeit mit kollegialer Beratung zur Seite stehen zu können.

Übersicht der Präventionsveranstaltungen im Jahr 2024

Im Jahr 2024 wurde der AKL zu insgesamt 41 Präventionsveranstaltungen an 12 Schulen eingeladen. Dabei konnten wir erfreulicherweise mehr als 800 junge Menschen erreichen.

Wir bedanken uns herzlich für die Zusammenarbeit und das Vertrauen bei:

•	Andreas-Schneider-Schule, Heilbronn	49 TN
•	Evangelisches Paul-Distelbarth-Gymnasium, Obersulm	38 TN
•	Gymnasium Hohenlohe, Öhringen	16 TN
•	Kurt-von-Marval-Schule, Nordheim	68 TN
•	Hölderlin-Realschule, Lauffen	102 TN
•	Heinrich-von-Kleist-Realschule, Heilbronn	110 TN
•	Johann-Friedrich-Mayer-Schule, Kupferzell	135 TN
•	Justinus-Kerner-Gymnasium, Weinsberg	27 TN
•	Kolping Schule für Gestaltung, Heilbronn	121 TN
•	Mönchsee-Gymnasium, Heilbronn	72 TN
•	Schule Neuenstein	62 TN
•	Zabergäu Gymnasium, Brackenheim	50 TN

INSGESAMT

850 TN

Erfahrungsberichte

„Im Schulalltag erleben wir einen Anstieg von psychischen Belastungen und Überforderungen von Schüler*innen. Auch die Lebensphase der Pubertät, in der sich Jugendliche befinden, ist nicht immer einfach und kann verschiedene Krisen auslösen. Jugendliche haben Stimmungsschwankungen, ziehen sich zurück, fühlen sich traurig, unsicher und hilflos. Dies macht sich unter anderem durch die steigenden Einzelfallberatungen und der oftmals schwerwiegenden Inhalte der Gespräche bemerkbar. Aus diesem Grund begrüßen wir seit drei Jahren Frau Caroline Hesse vom Arbeitskreis Leben e.V., die mit einem wertvollen Workshop präventiv und sensibel die Thematik offenlegt und vermittelt. Inhalte sind unter anderem

- Was ist mir wichtig im Leben? Was gibt mir Kraft?
- Was können Ursachen von Krisen sein?
- Welche Folgen können Krisen haben?
- Klischees, Vorurteile und Wissen zu suizidalen Krisen
- Was und wer ist hilfreich in einer Krise? Was nicht?

In einem offenen Kontext vermittelt Frau Hesse hilfreiche Strategien und Unterstützungsangebote. Ebenso ist es das Ziel, das Schweigen über dieses relevante Thema zu brechen.

Auch 2025 begrüßen wir Frau Hesse wieder für eine weitere Einheit in unseren drei 8. Klassen.

Sandra Frey, Schulsozialarbeit Gemeinschaftsschule Neuenstein

Darüber reden kann Leben retten – Das Thema „Suizid“ an der Kurt-von-Marval-Schule

Am 07.03.2024 fand eine Veranstaltung des Arbeitskreis Leben Heilbronn e.V. statt. Hierfür kam Frau Caroline Hesse, systemische Beraterin und Therapeutin, in die Klasse 9a und Klasse 10a und begleitete die Schülerinnen und Schüler für 90 Minuten in Form eines schüleraktivierenden Vortrages.

Der Arbeitskreis Leben Heilbronn e.V., ein ökumenisch organisierter Verein, kümmert sich um Menschen nach einem Suizidversuch. Angehörige von Menschen in suizidalen Krisen und Hinterbliebene nach Suizid finden beim AKL Unterstützung durch Gesprächsangebote. Außerdem leistet die Beratungsstelle im Heinrich-Fries-Haus in Heilbronn Präventionsarbeit. Eine besondere Zielgruppe sind dabei Jugendliche. Denn die Krisenerfahrung der letzten Jahre macht es umso bedeutender, gezielt auf diese Gruppe zuzugehen und mit den Jugendlichen über den Umgang mit Krisen zu sprechen. Suizidale Handlungen sind weiterhin die zweithäufigste Todesursache bei jungen Menschen bis 29 Jahre.

Aus diesem Grund vermittelte Frau Hesse den Schülerinnen und Schülern am 07.03.2024 Faktenwissen zum Thema Suizid – kein leichtes Thema. Dafür wurde sich dem Thema zunächst aus folgender Perspektive genähert: Was ist mir im Leben wertvoll und kann mir Kraft geben? Von den Schülerinnen und Schülern wurden beispielsweise die Stichworte persönliche Bindungen, Sport, Musik und Glaube genannt. Frau Hesse erklärte dann, was der Begriff Krise bedeutet, wie persönliche Krisensituationen überhaupt entstehen und gab Empfehlungen, was beim Umgang mit suizidalen Menschen zu beachten ist. Denn Wissen verschaffe Sicherheit, wie gehandelt werden soll. Die Schülerinnen und Schüler folgten dem offenen und zugewandten Vortrag und machten bei verschiedenen Frage-Antwort-Spielen mit. Die Veranstaltung bot den Schülerinnen und Schülern Raum für eine professionelle Auseinandersetzung mit dem schwierigen Thema Suizid.

Teilnahme an der Beratungsstellenrallye

Am 9. Juli fand in Heilbronn eine Beratungsstellenrallye statt, an der Schulen teilnehmen konnte, um ihren Schüler*innen die verschiedenen Unterstützungsangebote in Heilbronn bekannt zu machen. Wir beteiligten uns sehr gerne an dieser Aktion und so bekam Caroline Hesse Besuch von 4 Schüler*innen aus Untergruppenbach, denen sie die Angebote des AKL und die Möglichkeiten der Kontaktaufnahme erklärte. Die Schüler*innen zeigten sich sehr offen und interessiert und so verflog die Zeit wie im Flug.



Workshops für pädagogische Fachkräfte und Eltern

In unserem Angebot zur Suizidprävention bei jungen Menschen befinden sich nicht nur Veranstaltungen, die sich direkt an Schüler*innen richten, sondern auch Schulungen für pädagogische Mitarbeitende, für Eltern im Umgang mit betroffenen Jugendlichen sowie Elternabende.

Insgesamt konnten wir in diesem Jahr zwei Fortbildungen für Mitarbeitende der Schulsozialarbeit sowie Lehrkräfte, einen Workshop für Mitarbeitende der Schulseelsorge und zwei Workshops für Eltern durchführen.

FACHVORTRÄGE, VERANSTALTUNGEN, NETZWERKTREFFEN UND WEITERE AKTIONEN DER ÖFFENTLICHKEITSARBEIT

Die Nachfrage nach Fortbildungsveranstaltungen war in diesem Jahr wieder sehr hoch. Es wurden fast doppelt so viele Fortbildungen als im Vorjahr von Caroline Hornberger und Caroline Hesse durchgeführt. Außerdem nahmen sie an verschiedenen Netzwerktreffen teil, um das Angebot des AKL Heilbronn weiter sichtbar zu machen und zur besseren Vernetzung der Einrichtungen zur Unterstützung von Menschen in Krisen in Heilbronn und Umgebung beizutragen.

Veranstaltungen im Jahr 2024

Fortbildungen und Vorträge:

Februar	Fortbildung für Lehrkräfte des Schlossgymnasium Künzelsau Fortbildung für den Hospizdienst Heilbronn Fortbildung für mevesta Jugend- und Suchtberatung Heilbronn
März	Fortbildung Lindenparkschule Heilbronn
April	Fortbildung der Ausbildungsgruppe der Telefonseelsorge Heilbronn Fortbildung für mitarbeitende Eltern bei BOSCH
Juni	Vortrag für den Evangelischen Kirchenbezirk Weinsberg im Erhard-Schnepf-Gemeindehaus in Weinsberg
September	Vortrag am Tag der Suizidprävention für den Rotary Club Heilbronn
Oktober	Workshop beim Fachtag für Mitarbeitende der Schulseelsorge, Heilbronn Vortrag für Mitarbeitende der Trauergruppen der katholische Kirchengemeinde Lauffen
November	Vortrag in Unterheinrieth bei der Mitgliederversammlung des Krankenpflegefördervereins Vortrag „Jugendliche in Lebenskrisen – Verstehen. Unterstützen. Helfen“, Gemeindehaus Flein
Dezember	Fortbildung Feuerwehr/Löschbezirk Bad Rappenau und Eppingen

Insgesamt nahmen in diesem Jahr **ca. 450 Menschen** an unseren Fortbildungen teil.

Ausgewählte Netzwerktreffen und Veranstaltungen zur Vorstellung unserer Arbeit:

Januar	Preisverleihung Bürgerpreis der Sparkassenstiftung
März	ZfP Weinsberg, Netzwerktreffen Akutversorgung
Mai	Teilnahme mit einem Stand an der Ehrenamtsbörse der Citykirche Heilbronn
Juni	Pastoralvisitation Heilbronn, Stand des AKL in der Experimenta
Juli	„Du machst HN“ – Vernissage und Ausstellung an der Inself Spitze zur Darstellung von bürgerlichem Engagement in unserer Gesellschaft Vorstellung des AKL in der Klinikleiterbesprechung des ZfP Weinsberg Podiumsgast beim Prälatur-Empfang in der Kilianskirche Heilbronn Teilnahme an der Beratungsstellenrallye für Schulen in Heilbronn und Umgebung
September	Sozialausschuss Landkreis Heilbronn, Vorstellung der Arbeit des AKL
November	Aufnahme einer Fernsehsendung des Senders L-TV zur Vorstellung unserer Arbeit
Dezember	Preisverleihung der VR Bank Heilbronn Schwäbisch Hall eG



Oben links:

Caroline Hesse und Reinhard Rötter
bei der Ehrenamtsbörse der Citykirche Heilbronn

Oben rechts:

Caroline Hornberger als Podiumsgast beim
Prälaturempfang in der Kilianskirche in Heilbronn

Links:

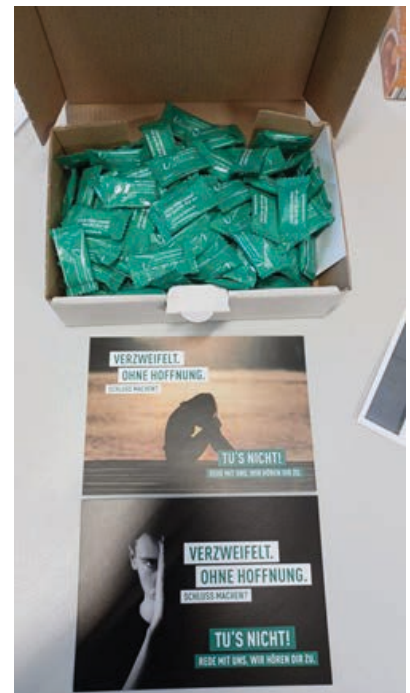
Caroline Hornberger zu Gast bei L-TV

Traubenzuckeraktion 2024 – „Kick fürs Leben“ Wir sind für dich da!

Als gemeinsame Aktion verschiedener Arbeitskreise Leben in Baden-Württemberg wurde Traubenzucker mit dem Spruch „Kick fürs Leben“ und unseren Kontaktdaten hergestellt und verteilt. In Heilbronn wurden hierzu Vorstände von Vereinen als Multiplikatoren angesprochen. Wir haben ihnen unsere Angebote vorgestellt und Traubenzucker und Flyer für die Mitglieder mitgegeben.

Folgende Vereine haben bei der Aktion mitgemacht:

- Tennisclub Sonnenbrunnen (Heilbronn)
- HSG Heilbronn, Handball
- Tennisclub Flein
- Tennisclub Massenbachhausen TC Rot-Gold
- Sportverein Leingarten 1895 e.V., Fußball
- Elite Fight Club Heilbronn, Kickboxen
- FSV Pfaffenhofen, Fußball
- Tennisclub Sulmtal
- SSV Klingenberg 1896 e.V., Fußball
- SSV Klingenberg 1896 e.V., Tennis
- TSG 1845 Heilbronn, Tisch-Tennis
- TSG 1845 Heilbronn, Fußball
- Tennisclub Lauffen
- TSV Herbolzheim
- FSV Bad Friedrichshall
- TSV Untergruppenbach e.V.
- Singkreis Herbolzheim



Fotoausstellung „Du bist Heilbronn“

Der AKL-Mitarbeiter Bernhard Hopfhauer erklärte sich bereit, in diesem Sommer an der Fotoausstellung „Du machst Heilbronn“ teilzunehmen und damit auf die Arbeit des AKL Heilbronn aufmerksam zu machen. Die Ausstellung fand in wunderschöner Atmosphäre in der Inselfspitze am Neckar statt. Sie sollte dazu dienen, ehrenamtliches Engagement in Heilbronn sichtbar zu machen.



KLINIKDIENSTE: AUFSUCHENDE SUIZIDNACHSORGE

Ehrenamtliche Mitarbeit im AKL

365 Tage im Jahr gewährleistet der AKL Heilbronn Bereitschaftsdienste am Klinikum Gesundbrunnen sowie am Klinikum Plattenwald und das seit nun vierzig Jahren. Jeden Tag melden sich die diensthabenden Mitarbeitenden auf den Intensivstationen und bieten Gespräche an, falls Patient*innen nach einem Suizidversuch ein Gespräch wünschen. „Menschen in Krisen brauchen ein Gegenüber“. Dieses Motto treibt die Mitarbeitenden des AKL dazu an, da zu sein in sehr verzweifelten Situationen des Lebens. Dabei handelt es sich manchmal um ein einmaliges Gespräch und manchmal um Begleitungen über mehrere Monate. Der Dienst wird dabei hauptsächlich von den ehrenamtlichen Krisenbegleiter*innen geleistet. Diese werden vorab in einer 70-stündigen, AKL-internen Ausbildung geschult und erhalten danach regelmäßige Supervision sowie interne Fortbildungen. Dankbar sind wir, dass unser AKL-Klinikdienst-Team aus dem Ausbildungskurs 2023/24 Verstärkung bekommen hat.

Supervision und Fortbildung

Die regelmäßige Supervision und Fortbildung zweimal im Jahr gehören verpflichtend zur ehrenamtlichen Mitarbeit dazu. Zweimal im Monat treffen sich die Mitarbeitenden zur Supervision. Dies ist eine wichtige Grundlage, um eine hohe Qualität der Arbeit und die Möglichkeit der psychischen Entlastung der Mitarbeitenden zu gewährleisten. Dies erfolgt durch Caroline Hornberger, der Leiterin des AKL, und die externe Supervisorin Petra Pfeilsticker-Spohr.

Fortbildungswochenende in Löwenstein

In diesem Jahr fand unser jährliches Fortbildungswochenende wieder in der evangelischen Tagungsstätte in Löwenstein statt. Als Referent konnten wir den Chefarzt für Suchttherapie des Klinikums am Weissenhof Robert Prager Loos gewinnen. Er gab unserem Team Einblick in die psychiatrische Diagnostik und nahm uns mit auf eine Reise durch die verschiedenen Symptomatiken bei psychischen Erkrankungen. Wir konnten so einen breiten Einblick in dieses Feld erlangen. Durch seine langjährige intensive Arbeit in diesem Bereich war der Vortrag praxisnah und lebendig mit viel theoretischem Unterbau. Wir danken Herrn Prager Loos herzlich für seinen ehrenamtlichen Einsatz zur Stärkung unserer Arbeit.



Außerdem konnte im November ein weiterer Fortbildungstag unter Leitung von Caroline Hornberger im Heinrich-Fries-Haus stattfinden. Unter dem Thema „Grenzen“ reflektierten wir unser Handeln und betrachteten verschiedene Themenbereiche wie Grenzen der Verantwortlichkeiten verschiedener Akteure, Kinderwohl, das AKL-Gewaltschutzkonzept, Grenzsetzungen durch Klient*innen, Grenzverletzungen, Grenzen Setzen als Begleitende, Selbstfürsorge, nötige Schutzmaßnahmen u. v. m. Dabei wurde deutlich, wie vielschichtig das Thema ist und welche Anforderungen sich an das Handeln der Einzelnen innerhalb der Tätigkeit im AKL ergeben, um zum Schutz der Klient*innen professionell beizutragen.

Abschluss des Ausbildungskurses zur/zum Ehrenamtlichen Krisenbegleiter*in im Arbeitskreis Leben HN e.V.

Mit insgesamt 9 Teilnehmenden – 7 Frauen und 2 Männern – startete unsere neue Ausbildungsgruppe am 18. November 2023. Eine spannende Zeit aus theoretischem Input zur Suizidtheorie, Gesprächstechniken, psychologischen Grundkenntnissen und Selbsterfahrung begann und hat sie nun auf die zukünftige Aufgabe vorbereitet und gestärkt. Wir freuen uns, dass sie seit August 2024 als neue Mitarbeitende zu unserem Team der Krisenbegleiter*innen gehören, die Menschen in Lebenskrisen zur Seite stehen.



Eine Ehrenamtliche Mitarbeiterin stellt dar, warum sie beim AKL arbeitet:

Etwas zurückgeben

dankbar bin ich für:

die „Trauergruppe für Hinterbliebene nach Suizid“. Dort fand ich Hilfe im Umgang mit der Trauer um den Verlust eines geliebten Menschen. Die Gruppe gab mir Halt, ich fühlte mich angenommen und in meinen verwirrenden Gefühlen verstanden	die Existenz des AKL. Es ist wunderbar zu wissen, dass es diese Organisation gibt, an die man sich wenden kann, in schwierigen Lebenssituationen, wenn man nicht mehr weiter weiß, wenn die Gedanken immer düsterer werden	alle sozialen Einrichtungen, ohne die unser soziales Miteinander unmöglich wäre
		mein ganz privates, berufliches und soziales Leben, in dem ich viel Gutes erfahren und erleben darf

etwas zurückgeben, an die Gesellschaft, an die Menschen, an das Leben:

Zeit

Zuwendung

Aufmerksamkeit

Trost

Zuversicht

Ausbildung zum Ehrenamt beim AKL

Was ich dadurch geschenkt bekam:

Lernen

Freundschaften

Austausch

Gespräche

Selbsterfahrung

Weiterentwicklung

Mein Ehrenamt
beim AKL

Steffi Radbruch

40 JAHRE AKL HEILBRONN

Wir feiern 40 Jahre AKL – 40 Jahre Engagement für Menschen in Krisen – ein Engagement, das verbindet

Am 19. Juli war es so weit. Wir feierten 40 Jahre AKL Heilbronn. Eingeladen waren alle Mitglieder des Vorstands sowie alle Mitarbeitenden des AKL Heilbronn, die in dieser Zeit tätig waren. Im Vorfeld wurde dafür versucht, möglichst viele Adressen ausfindig zu machen. Viele ehemalige Mitarbeitende freuten sich über die Einladung und so füllte sich der Saal im Heinrich-Fries-Haus in Heilbronn mit etwa 50 aktuellen und ehemaligen AKL-Mitarbeitenden.

Die Arbeit beim AKL bedeutet Engagement und schafft auch viel Verbindung unter den Mitarbeitenden. So kam es direkt zu einem regen Austausch unter den Gästen.

Nach einleitenden Worten von Caroline Hornberger hielt die erste Leiterin des Arbeitskreis Leben Heilbronn, Dr. Anna Christ-Friedrich, eine Rede, in der sie unter anderem Einblick in die Entstehung des AKL Heilbronn unter ihrer Mitwirkung gab.

Nach einer Stärkung an einem schmackhaften Buffet führte uns der 1. Vorsitzende des AKL, Herr Heuschele, noch detaillierter in die strukturelle Entstehungsgeschichte des AKL Heilbronn ein.

Darauf folgte eine gemeinsame Präsentation von Caroline Hornberger und Caroline Hesse über die Meilensteine der AKL-Geschichte sowie die Schwerpunkte der heutigen Arbeit.

Anschließend brachten der stellvertretende (katholische) Dekan Hansjörg Häuptle sowie der (evangelische) Prälat Ralf Albrecht in ihren bewegenden Dankesreden viel Wertschätzung für die Arbeit des AKL zum Ausdruck. Diese Würdigung ihrer Arbeit erfreute die Ehrenamtlichen sehr.



Festrede des 1. Vorsitzenden des AKL Heilbronn Jürgen Heuschele

Die Anfangsgeschichte des AKL

Lassen Sie mich mit wenigen Worten das Geschehen in der Gründungszeit des AKL einholen.

Anstoß zur Gründung des AKL war die Tagung „Arzt und Seelsorger“ im Januar 1983 (an anderer Stelle ist von 1982 die Rede) auf der Burg Stettenfels, bei der deutlich wurde, dass für Heilbronn ein Angebot der Suizidnachsorge dringend notwendig erschien.



Zunächst ohne institutionelle Gestalt nahm dann ein Arbeitskreis Mitte 1983 seine Arbeit auf. Ärzte, Schwestern, Sozialarbeiterinnen, Seelsorger des städtischen Krankenhauses Heilbronn und der psychiatrischen Klinik am Weissenhof in Weinsberg engagierten sich für Menschen in suizidalen Krisen im Krankenhaus. Unser bis heute geführter Name weist auf diese anfänglich noch wenig institutionalisierte Arbeitsform, des Arbeitskreises, hin.

Am 01.03.1984 nahm eine Psychologin, Frau Angela Rademächers, die in der Psychologischen Beratungsstelle der Diözese Rottenburg-Stuttgart tätig war, als unsere erste Hauptamtliche im Rahmen einer Arbeitsbeschaffungsmaßnahme des Arbeitsamtes ihren Dienst auf.

Am 01.04.1984 konnte für die Suizidpatienten des städtischen Krankenhauses Heilbronn mit einem Besuchsdienst begonnen werden.

Da mit dem Auslaufen der Arbeitsbeschaffungsmaßnahme die begonnene Arbeit des Arbeitskreises nicht zum Erliegen kommen sollte, begannen Überlegungen zur Institutionalisierung des AKL.

Verschiedene Trägerschaften wurden angedacht: eine Trägerschaft durch das städtische Krankenhaus, der Landkreis als Träger des Kreiskrankenhauses, die Psychologische Beratungsstelle der Diözese oder die Telefonseelsorge. Schließlich kam der Gedanke auf, ähnlich wie bereits in Tübingen und Nürtingen geschehen, den AKL als Verein zu organisieren. Aber auch dies wurde nicht umgesetzt.

Mein Vor-Vorgänger im Amt des Schuldekan und 1. Vorsitzender des AKL, Schuldekan Kern, machte dann den Vorschlag, auch um die Selbstständigkeit des AKL zu wahren, eine eigene Satzung für den AKL zu erarbeiten und diesen dann in die Trägerschaft der evang. und kath. Kirche in Heilbronn zu übernehmen. Hierfür lag mit der Telefonseelsorge Heilbronn bereits eine Blaupause vor. Im März 1986 gründete sich dann als Trägerschaft für den AKL eine Arbeitsgemeinschaft der beiden Kirchen in Heilbronn. Bereits im Februar 1986 hatte der Vorstand der Telefonseelsorge beschlossen, dass die gewählten Mitglieder des TS-Vorstands auch die Vorstanderschaft für den AKL übernehmen sollten. Ein Modell, das sich bis heute bewährt hat.

Meilensteine des AKL Heilbronn



Ab 1. August 1986 entsandte der Evang. Oberkirchenrat mit Frau Anna Christ-Friedrich eine Vikarin zur Dienstaushilfe beim Evang. Dekan in Heilbronn und stimmte gleichzeitig der Regelung zu, dass dieser die Leitung des AKL übertragen werde sollte.

Viele Jahre später am 17.09.2007 wurde dann aus dem AKL doch noch ein Verein, der unter dem Namen „Arbeitskreis Leben Heilbronn e.V. (AKL) – Hilfe bei Selbsttötung und Lebenskrisen“ ins Vereinsregister des Amtsgerichts Heilbronn eingetragen wurde.

Kontinuität und Veränderung kennzeichnen die Entwicklung von 40 Jahren AKL Heilbronn.

Nach wie vor bilden die ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen eine Säule des AKL.

Nach wie vor ist ein Schwerpunkt unserer Arbeit die Hilfe für Menschen nach einem Suizidversuch an deren Bett im Krankenhaus.

Nach wie vor arbeiten wir eng mit den Krankenhäusern der Region zusammen.

Nach wie vor geschieht die Arbeit mit dem Geld, dem Wohlwohlen und in ökumenischer Trägerschaft der Evang. und Kath. Kirche in Heilbronn (und Neckarsulm).

Nach wie vor gibt es mehr Aufgaben und Nachfrage als wir eigentlich bewältigen können.

Und nach wie vor bräuchte es mehr finanzielle und personelle Ressourcen als uns zur Verfügung stehen.

Neben der Kontinuität stehen die Veränderungen:

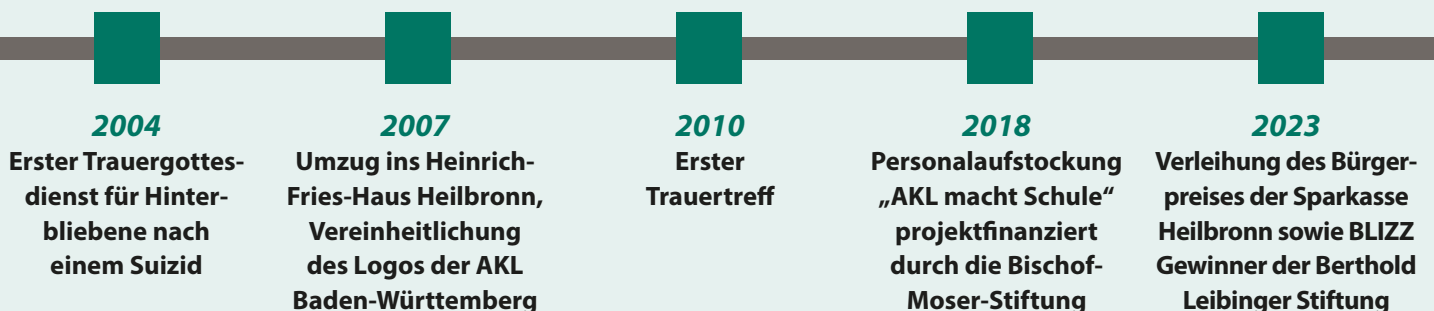
Es gab einen Institutionalisierungsschub, sodass aus einem losen Arbeitskreis eine Arbeitsgemeinschaft der Kirchen und dann ein Verein wurde. Die Professionalisierung unserer Arbeit ist vorangeschritten, indem mittlerweile drei Hauptamtliche und zahlreiche Honorarkräfte unsere Arbeit gestalten und auch unseren Ehrenamtlichen eine Ausbildung und Begleitung zuteil wird.

Unser Aufgabenfeld hat sich ausdifferenziert. Zur Krisenintervention am Bett von Suizidalen kam die Beratung von Menschen in suizidalen Krisen, die Suizidprävention, die Trauerbegleitung und die Fachberatung hinzu.

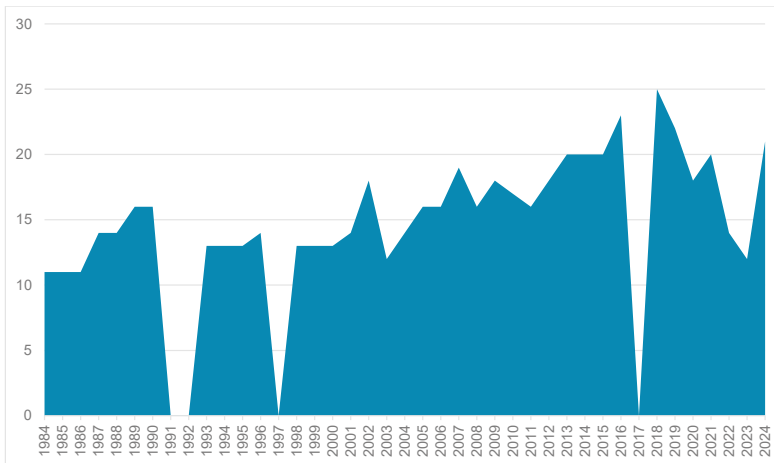
Im Blick auf die Zukunft wünsche ich der AKL-Gemeinde weiterhin engagierte Haupt- und Ehrenamtliche, eine Kirche, die diesen Dienst wertzuschätzen weiß, Kooperationspartner, die uns finanziell und ideell zur Seite stehen, und Gottes Segen auf all unseren Wegen.

J. Heuschele

1. Vorsitzender AKL/TS

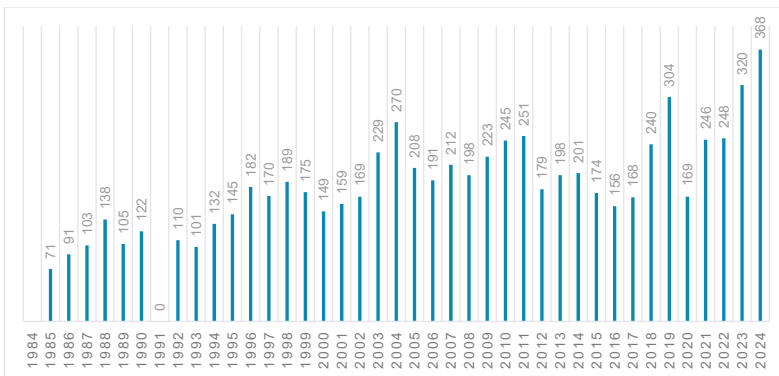


Anzahl der Ehrenamtlichen in 40 Jahren AKL Heilbronn



Leider liegen für die Jahre 1991, 1997 und 2017 keine Zahlen vor.

Anzahl der begleiteten Personen durch den AKL Heilbronn



Leider liegen für die Jahre 1984 und 1991 keine Zahlen vor.

Mitarbeit im AKL – Statements von Ehrenamtlichen

„Es ist nicht genug zu wissen, man muss auch anwenden; es ist nicht genug zu wollen, man muss auch tun.“ – Goethe

Tun lohnt rundum! Genauso erlebe ich mein AKL-Ehrenamt, fachliche Begleitung und kollegiales Miteinander inklusive. Seit drei Jahren setze ich mich als ausgebildeter Krisenbegleiter für andere ein, unterstütze, schenke Zeit, tue einfach Gutes. Dieses aktive Einbringen strahlt zurück auf mein eigenes Glücksempfinden und stärkt meine eigenen Lebenskräfte. Welch lohnender 'Nebengewinn'!

Bernhard Hopfhauer

Warum ich mich im AKL engagiere:

...weil es auf jeden Menschen ankommt und jeder Mensch etwas zu sagen hat. Ich möchte gerne zuhören (lernen).

Iris Reischle

Helfen ohne Ratschläge, mit Nächstenliebe. Ist wie segeln ohne GPS, nur mit deinem eigenen Kompass.

Pasquale Iavarone

Die Arbeit mit Menschen in Krisensituationen erfordert Empathie, Geduld und ein offenes Herz. Es ist keine leichte Aufgabe, aber sie ist unglaublich erfüllend. Jeder Kontakt, jedes Gespräch ist einzigartig und zeigt mir, wie wichtig es ist, dass wir füreinander da sind. Zu erleben, wie jemand langsam wieder Hoffnung schöpft, ist ein Geschenk, das mit nichts anderem vergleichbar ist.

Für mich ist die Arbeit beim AKL Heilbronn nicht nur ein Ehrenamt, sondern eine Herzensangelegenheit. Es ist ein Zeichen dafür, dass wir gemeinsam auch die schwierigsten Situationen bewältigen können – wenn wir füreinander da sind.

Angela Wild

Ich bin immer wieder fasziniert mit welchem Vertrauen unsere Klient*innen mit uns ins Gespräch gehen. Diesen Vertrauensvorschuss weiß ich sehr zu schätzen und gehe damit sorgsam und achtsam um.

Die Gespräche mit den Klient*innen sind wie ein Schatz, auf den man gut aufpassen muss. Diese Verantwortung übernehme ich gerne. Ich hoffe, ein Gespräch ist zumindest ein Moment der Entlastung und des Mitgefühls für unsere Klient*innen.

Nicole Jacob

Einfach da sein, ganz ohne zu werten

HEILBRONN Verein Arbeitskreis Leben betreut seit 40 Jahren Menschen nach Suizidversuch: Bedarf steigt stark an

Von unserer Redakteurin
Petra Müller-Kromer

Zuhören, auch bei herzerreißenden Lebensumständen. Vielleicht aber auch einmal das Schweigen aushalten, einfach da sein und die eigenen Ideen und Lösungsvorschläge ganz weit weg schieben. Nicht werten. Rosemarie Meyer und Eberhard Schnotz haben sich für ein herausforderndes Ehrenamt entschieden. Morgens um 7 Uhr telefonieren die Freiwilligen des Arbeitskreises Leben (AKL) in Heilbronn mit dem Klinikum am Gesundbrunnen, ob ein Patient nach Suizidversuch eingeliefert wurde. Und ob dieser von ihnen besucht werden möchte. Jeden Tag im Jahr tut einer ihrer insgesamt 20 Kollegen das, egal ob Weihnachten, Silvester oder Ostern ist. Seit inzwischen 40 Jahren widmen sich Menschen wie Rosemarie Meyer und Eberhard Schnotz diesen Personen, tauchen ein in ihre Situation, erleben Ohnmacht, Wut, Zorn oder Redseligkeit. Haben vielleicht eine Frau in hohem Alter vor sich, die mit der Pflege des Partners so überfordert ist, dass sie ihr die Luft zum Atmen nimmt, und sie nicht mehr leben wollte. Oder den Vater, der sein Kind nicht mehr sehen darf und darüber verzweifelt.

Wochenendeinsätze „Wir kommen früh, damit nicht schon der ganze Alltag über den Patienten hereingebrochen ist“, sagt Rosemarie Meyer. „Ich möchte nur noch meine Ruhe, ich möchte nur noch schlafen“, das hören wir oft“, sagt Eberhard Schnotz. Der Abteilungsleiter eines Sanitätsfachgeschäfts ist über einen Artikel in der *Heilbronner Stimme* zu seinem Engagement gekommen. „Mach das“, hat meine Familie gesagt.“ Mit seiner Ehefrau, die Krankenschwester ist, der Tochter als Ärztin und dem Sohn als Notfallsanitäter hat er ein Umfeld, das ihn auch bei schwierigsten Einsätzen gut unterstützt. Am Wochenende und nach Feierabend ist er im Einsatz. Um insgesamt 320 Menschen, 90 davon im Krankenhaus und 230 in der



Nach einem Suizidversuch zählt jede Sekunde. Am nächsten Morgen bieten die Ehrenamtlichen des Arbeitskreises Leben an, den Patienten zu besuchen und mit ihm zu reden oder manchmal auch zu schweigen. Foto: dpa

Beratungsstelle, hat sich das Team 2023 gekümmert. Der Bedarf ist groß und wächst stark. 2022 waren es noch insgesamt 248.

In der Beratung erarbeitet auch AKL-Leiterin Caroline Hornberger mit den Hilfesuchenden: Wie könnte mein Notfallplan aussehen? Wie kann ich mich ablenken? „Das kann durchaus Joggen sein, einen Film schauen oder sich mit Freunden zu treffen“, sagt die Sozialpädagogin

und Diakonin. „Die Frage ist, was stärkt mich, wie kann ich mich im Leben halten?“ Auch das Unterschreiben einer Lebensvereinbarung soll dazu dienen.

Neben psychischen Erkrankungen wie Depressionen sind ein zerstörtes Selbstwertgefühl etwa nach einer Trennung, Arbeitslosigkeit oder beim Eintritt in den Ruhestand sowie Einsamkeit die Hauptthemen, sagt Rosemarie Meyer, wenn sie auf

ihr inzwischen zehnjähriges Engagement zurückblickt.

Ausweg. „Jeder kann in die Situation kommen, in der er als letzten Ausweg nur noch den Tod sieht“, sagt Caroline Hornberger. Trotzdem. Oft reichten ein, zwei Gespräche, um wieder eine neue Perspektive zu entwickeln.

Immer wichtiger wird auch die Präventionsarbeit an Schulen. „Wir wol-

Neuer Lehrgang

2025 gibt es im Herbst einen neuen Ausbildungslehrgang für Menschen, die ehrenamtlich beim Arbeitskreis Leben (AKL) aktiv werden möchten. Auch wenn sie dann im Einsatz sind, das kann **zwei Mal im Monat** sein, manchmal sind aber auch längere Pausen dazwischen, haben sie regelmäßig **Supervision**, um das Gehörte und Erlebte zu verarbeiten. „Wir sind personell zwar gut aufgestellt, aber altersbedingt hören immer wieder Ehrenamtliche auf“, sagt AKL-Leiterin Caroline Hornberger.

Grundsätzlich brauchten Interessenten eine gute persönliche **Stabilität** und professionelle Distanz. Wichtig sei, sich seiner eigenen Grenzen bewusst zu sein. „Die Gespräche, die man führt, und das Leid, von dem man hört, muss man aushalten können, darf sich davon nicht aufreizen lassen.“ Gleichzeitig seien Empathie, ein offenes Ohr und ein offenes Herz wichtig. *amo*

len Heranwachsenden zeigen: Krisen sind bewältigbar und gehören zum Leben“, sagt Caroline Hornberger. „Wir ermutigen sie zu reden, mit dem besten Freund, mit den Eltern, mit der Schulsozialarbeit.“ Ab Klasse 8 bietet der Verein Workshops an Schulen in der Region an. Zudem gibt es eine Trauergruppe für Hinterbliebene.

Ein Initiativkreis aus Klinikseelsorge, Ärzten, Psychiatrie, Kliniken und Telefonseelsorge hatte vor Jahrzehnten festgestellt, dass ein Begleitangebot in suizidalen Krisen fehlt. So bildete sich der Arbeitskreis Leben, inzwischen ein eigenständiger Verein mit zwei hauptamtlichen Mitarbeiterinnen, die sich eine Vollzeitstelle teilen und 20 Ehrenamtlichen. Der AKL ist in ökumenischer Trägerschaft mit Vertretern der Diakonie und der Caritas.

Der Verein ist auf Spenden angewiesen. Ehren- und hauptamtlichen Mitarbeitern, Kirchen, Stadt und Landkreis Heilbronn, Land, Stiftungen und Privatpersonen ist Caroline Hornberger dankbar für die Unterstützung.

DAS TEAM

DES ARBEITSKREIS LEBEN HEILBRONN E.V. (AKL)

- **Caroline Hornberger**, Sozialpädagogin (M.A.) und Diakonin, seit Februar 2023 Leiterin des Arbeitskreis Leben e.V. (50 %)
- **Caroline Hesse**, Dipl.-Kauffrau, systemische Beraterin und Therapeutin (SG), pädagogische Mitarbeiterin und stellvertretende Leitung (Januar bis Oktober 50 %, ab November 60 %)
- **Sabine Weissert**, Verwaltung, (März bis Oktober 6 Std/Woche, seit November 15 Std/Woche)
- **20 ehrenamtlich Mitarbeitende**, 13 Frauen und 7 Männer
- **Alexandra Winter**, Supervisorin (M.A.), Pfarrerin – gemeinsame Leitung der Trauergruppe für Hinterbliebene nach Suizid mit Caroline Hornberger
- **Monika Buschmann**, Honorartätigkeit in der Verwaltung
- **Petra Pfeilsticker-Spohr**, Dipl.-Psychologin, Psychoanalytikerin (DGPT), Supervisorin (DGSv) – Supervision der Ehrenamtlichen
- **Thomas von Stosch**, Dipl.-Psychologe, psychologischer Psychotherapeut, Ausbilder Kinderpsychotherapie - Supervision Caroline Hesse
- **Sabine Reichert**, Dipl.-Psychologin, psychologische Psychotherapeutin, Dozentin für Verhaltenstherapie, Supervisorin - Supervision Caroline Hornberger

Herzlich willkommen im Sekretariat

Wir freuen uns, dass unser Sekretariat nach kurzer Vakanz seit März 2024 wieder besetzt ist. Mit Sabine Weissert haben wir eine äußerst zuverlässige und kompetente Mitarbeiterin gewonnen, die uns Beraterinnen und Ehrenamtlichen den Rücken freihält, so dass wir mehr Zeit in den Kontakt mit den Ratsuchenden investieren können. Das ist bei der weiterhin gestiegenen Nachfrage sehr wichtig, so dass wir ihren Stellenumfang auf knapp 40 % aufgestockt haben. Liebe Sabine, schön, dass du bei uns im Team bist, wir freuen uns auf ein weiter gutes Miteinander mit dir!



Liebe Leserinnen und Leser,

gern möchte ich mich Ihnen kurz vorstellen. Mein Name ist Sabine Weissert und seit März 2024 freue ich mich im Team des AKL Heilbronn zu sein, als Assistenz des hauptamtlichen Beraterinnenteams.

Mit meiner Arbeit in der Verwaltung leiste ich einen wichtigen Teil unserer Arbeit, abseits der Klientengespräche. Vom Erstkontakt am Telefon über Dienstpläne der Ehrenamtlichen und gängige Verwaltungsarbeiten sind meine Aufgaben vielfältig und abwechslungsreich.

Suizid. Ein sensibles Thema, keine Frage, umso wichtiger offen darüber zu reden.

Menschen zu unterstützen, für sie da zu sein. Menschlich sein.

Ich freue mich auf eine weitere tolle Zusammenarbeit mit dem AKL.

Sabine Weissert

VORSTANDSMITGLIEDER DES ARBEITSKREIS LEBEN HEILBRONN E.V. (AKL)

- **Jürgen Heuschele** (Vorsitzender), Evangelischer Schuldekan für den Kirchenbezirk Heilbronn-Brackenheim
- **Eleonore Reddemann** (StV Vorsitzende), Fachleitung „Solidarität“ Caritas Heilbronn-Hohenlohe
- **Karl-Friedrich Bretz**, Geschäftsführer der Kreisdiakonie Heilbronn
- **Eva-Maria Krahl**, Neuenstadt, Vertreterin aus dem katholischen Dekanatsrat Heilbronn-Neckarsulm
- **Pfarrerin Elke Kaltenbach-Dorfi**, Seelsorgerin im Klinikum am Plattenwald, Bad Friedrichshall
- **Michael Marek**, Leiter Diakonische Bezirksstelle Brackenheim
- **Dr. Joachim Usadel**, Allgemeinarzt in Heilbronn
- **Michael Dieterle**, Dekanatsreferent, Dekanat Heilbronn-Neckarsulm

Ehrenamtsvertreter des AKL: Eberhard Schnitz, Rosemarie Meyer und als Vertreter Bernhard Hopfhauer

Der Arbeitskreis Leben e.V. Heilbronn ist Mitglied in der Deutschen Gesellschaft für Suizidprävention (DGS) sowie in der Landesarbeitsgemeinschaft der AKL in Baden-Württemberg (LAG) und kooperiert mit dem sozialpsychiatrischen Dienst des Stadt- und Landkreises Heilbronn.

Etwa alle 53 Minuten nimmt sich in Deutschland ein Mensch das Leben.
Etwa alle 5 Minuten versucht es jemand.

Darüber reden kann Leben retten.



Möchten Sie helfen?

Wir suchen ehrenamtlich Mitarbeitende.

Menschen zur Krisenbegleitung gesucht!

Menschen in Lebenskrisen brauchen jemanden an Ihrer Seite. Der AKL bietet deshalb Begleitung durch ehrenamtlich Mitarbeitende nach dem Modell „ein Mensch an meiner Seite“ für Menschen nach einem Suizidversuch an.

Eine intensive und interessante Ausbildung qualifiziert für dieses Engagement in der Suizidnachsorge. Im Winter 2025 beginnt eine neue Ausbildungsgruppe.

Interessierte laden wir herzlich zu unserem Infoabend ein:

Mittwoch, 24.09.2025, 20:00 Uhr
im Heinrich-Fries Haus (Bahnhofstraße 13, 74072 Heilbronn)

Bitte melden Sie sich im Vorfeld bei uns an unter:

07131-16 42 51, akl-heilbronn@ak-leben.de oder www.ak-leben.de



ÖKUMENISCHER GOTTESDIENST

Samstag, 11. Oktober 2025, 16:00 Uhr

Katholische Kirche St. Augustinus
Goethestraße 75, 74072 Heilbronn

für Angehörige und Freunde, die einen nahen Menschen
durch Suizid verloren haben



Arbeitskreis Leben Heilbronn e.V.
Telefon 07131 164251
E-Mail akl-heilbronn@ak-leben.de
Online www.ak-leben.de

FINANZEN

Als Verein sind wir zur Durchführung unserer verschiedenen Arbeitsfelder darauf angewiesen, dass wir von verschiedenen Stellen gefördert und bezuschusst werden. Darum danken wir allen Unterstützern unserer Arbeit sehr.

Der Arbeitskreis Leben e.V. wurde im Jahr 2024 gefördert durch

Zuschüsse	vom Land Baden-Württemberg	24.780,00 €
	vom Landkreis Heilbronn	13.000,00 €
	von der Stadt Heilbronn / Alfred-Beck-Stiftung	13.000,00 €

Zuschüsse des evangelischen Kirchenbezirks Heilbronn zusammen mit den Kirchenbezirken Weinsberg-Neuenstadt und Brackenheim in Höhe von	21.920,00 €
und des katholischen Dekanats Heilbronn-Neckarsulm in Höhe von	12.650,00 €
sowie von weiteren katholischen und evangelischen Kirchbezirken in Höhe von	6.650,00 €

Spenden und Bußgelder in einer Gesamthöhe von **53.071,21 €**

Darunter waren Spenden von

- der Berthold Leibinger Stiftung
- der Dieter Schwarz Stiftung
- der Hellmut und Frida Mogler Stiftung
- dem Rotary Heilbronn e.V.
- dem Förderverein des Lions Clubs HN e.V.
- der Heilbronner Stimme im Rahmen der Aktion „Menschen in Not“
- der Albert-Mayer-Stiftung
- der Kreissparkasse Heilbronn
- VR Bank Heilbronn Schwäbisch Hall eG
- verschiedenen Kirchengemeinden im Stadt- und Landkreis Heilbronn
- sowie von zahlreichen Privatpersonen und weiteren Institutionen.

Hinzu kamen **weitere Förderungen**, etwa von dem Inkonzert der Diözese Rottenburg-Stuttgart und der katholischen Erwachsenenbildung.

Dazu kamen **Honorare** aus Vorträgen und Fortbildungen.

Die Trauergruppe für Hinterbliebene nach Suizid wurde 2024 von den gesetzlichen Krankenkassen im Raum Heilbronn-Hohenlohe mit einem Zuschuss in Höhe von **3.150 Euro** gefördert.

Wir danken allen Unterstützern sehr herzlich für die finanzielle Unterstützung, ohne die es uns nicht möglich wäre für Menschen in (suizidalen) Krisen und deren Angehörige da zu sein!

Im Namen des AKL-Teams

Caroline Hornberger

DANK

Unser Dank gilt allen, die sich mit ihrem Engagement für den AKL eingesetzt haben:

- dem Vorstand des AKL, der die Arbeit begleitet und in einen stabilen Rahmen stellt.
- Herrn Heuschele, der als 1. Vorsitzender des Vereins immer ein offenes Ohr für unsere Belange hat.
- Sabine Weissert, die sich mit viel Engagement in ihre neue Aufgabe eingearbeitet hat, den Mitarbeitenden einen stabilen organisatorischen Rahmen bot und eine große Entlastung für uns darstellt.
- den zahlreichen Geldgebern, die dem AKL z.T. seit vielen Jahren verbunden sind, unsere Arbeit der Suizidprävention für notwendig erachten und ihre Wertschätzung auch finanziell zum Ausdruck bringen. Unsere Arbeit ist auch weiterhin auf Spenden angewiesen.
- den Mitarbeitenden in den SLK-Kliniken und dem ZfP am Weissenhof, die sich trotz hoher Arbeitsbelastung engagiert einsetzen, um möglichst gute Gesprächsbedingungen zu schaffen.
- den Mitarbeitenden beim evangelischen Kirchenbezirk Heilbronn, besonders Herrn Bernauer und Frau Gladrow sowie Frau Zimmermann und Herrn Beye.
- den Verantwortlichen im Heinrich-Fries-Haus, im Besonderen Frau Kiesel und Herrn Willhauk, Herrn DiMaggio, die für unsere Raumwünsche und andere Hausangelegenheiten immer ansprechbar sind.
- den Caritas-Mitarbeitenden im 2. und 3. Stock für die sehr gute „Büro- und Beratungsgemeinschaft“.
- der Telefonseelsorge für die gute Kooperation und dass sie für Menschen in der Krise 24 Stunden am Tag erreichbar sind.
- Frau Buschmann, die als Honorarkraft in der Verwaltung tatkräftig Unterstützung leistet.
- Bernd Walter für verschiedene Unterstützungsarbeiten im Hintergrund.
- Frau Winter für ihre Mitarbeit in der Leitung der Trauergruppe.
- Frau Pfeilsticker-Spohr für die Begleitung der Ehrenamtlichen sowie den Unterricht in der Ausbildungsgruppe.
- Florian Kratzer von webvisio für das Layout des vorliegenden Jahresberichtes.
- den verschiedensten Kooperationspartnern in Stadt und Landkreis für das gute Miteinander.
- und dem Ehrenamtlichen-Team, das das Herzstück des AKL ist und die Suizidnachsorge in den Kliniken als wichtigen Arbeitsbereich des AKL trägt!

Im Namen des AKL-Teams

Caroline Hornberger und Caroline Hesse

Spendenkonto AKL e.V.

Kreissparkasse Heilbronn

IBAN: DE72 6205 0000 0000 1989 43

BIC: HEISDE66XXX

Arbeitskreis Leben Heilbronn e.V.

Bahnhofstraße 13

74072 Heilbronn

Telefon 07131 164251

E-Mail akl-heilbronn@ak-leben.de

Online www.ak-leben.de