

2021
JAHRESBERICHT
ARBEITSKREIS LEBEN
STUTT GART E.V.



ARBEITSKREIS LEBEN (AKL)



ARBEITSKREIS LEBEN (AKL)

Arbeitskreis Leben Stuttgart e.V. (AKL)

Römerstr. 32, 70180 Stuttgart

Tel. 0711 - 600 620

E-Mail: akl-stuttgart@ak-leben.de

<http://stuttgart.ak-leben.de>

Sprechzeiten telefonisch:

Mo, Di, Fr 10 – 13 Uhr

Mi, Do 14 – 16 Uhr

Termine nach Vereinbarung

Spendenkonto:

AKL Stuttgart e.V.

IBAN: DE 26 60050101 0002 6305 19

BIC: SOLADEST 600

Mitglied bei:

- Landesarbeitsgemeinschaft der Arbeitskreise Leben in Baden-Württemberg (LAG AKL Ba-Wü)
- Deutsche Gesellschaft für Suizidprävention e.V. (DGS)
- Der Paritätische Baden-Württemberg

Der AKL Stuttgart e.V. wird gefördert von

Landeshauptstadt Stuttgart

Land Baden-Württemberg

© 2022 AKL Stuttgart e.V.

Redaktion: G. Kühne, B. Schwab, C. Wenzelburger, E. Wittke

Gestaltung, Layout, Satz: Herden.Design, Stuttgart

Andreas Groll: S. 11, 12

Jutta Herden: Titel, S. 9, 12;

Fotohaus Kerstin Sänger: S. 3-5

AKL STUTTGART E.V.
HILFE IN LEBENSKRISEN UND
BEI SELBSTTÖTUNGSGEFAHR

Seite **Inhaltsverzeichnis**

3	Vorwort
4	AKL Stuttgart e.V. Der Verein
6	AKL Stuttgart e.V. Fokus Angehörigenarbeit
8	Finanzen
9	Dank
10	Der AKL im Jahr 2021
12	Presse 2021
13	Statistischer Überblick
20	Blick nach 2022
21	Förderkreis AKL Stuttgart e.V.
22	Adressen und Links

Vorwort

Heidi-Rose Malzacher



Liebe Leserin, lieber Leser,

nun ist der Jahresbericht für das vergangene Jahr fertig geworden. Es freut uns, dass Sie sich die Zeit nehmen, sich über die Arbeit des Arbeitskreis Leben Stuttgart e.V. im Jahre 2021 zu informieren.

Wenn ich so Revue passieren lasse und auch lese, was im vergangenen Jahr alles geschehen ist, da komme ich leicht ins Staunen.

Wie haben wir das alles gemeistert?

Wir können uns da durchaus auf die Schulter klopfen – vor allem unsere Hauptamtlichen, an denen doch am meisten hängt, und die immer wieder sehr flexibel sein müssen.

In dieser ver-rückten Zeit wird mehr und mehr deutlich, wie wichtig unsere Arbeit im Umgang mit Menschen in einer persönlichen Krisensituation ist.

So wie es auf unserem Planeten aktuell aussieht, werden die Krisenzeiten im Leben von Menschen nicht weniger werden. Damit das Leben gelingen kann, braucht es immer Menschen, die sich gegenseitig unterstützen, die sich Zeit füreinander nehmen, die sich zuwenden und zuhören können, die Geduld haben und die verstehen können. Das bürgerschaftliche und ehrenamtliche Engagement des Arbeitskreis Leben trägt hierzu bei.

Damit dies alles so geschehen kann, brauchen wir jedoch auch noch andere Kräfte. So könnte der AKL ohne finanzielle Unterstützung nicht wirken, und da möchte ich mich im Namen des Vorstandes bei der

Stadt Stuttgart und dem Land Baden-Württemberg ganz besonders bedanken. Aber selbst diese finanziellen Zuwendungen würden nicht ausreichen und so geht mein herzlicher Dank auch an die vielen fördernden Mitglieder, an die Spenderinnen und Spender, ohne die wir unsere Hilfe nicht in diesem Umfang anbieten könnten.

Dann gilt ein besonderer Dank den Menschen innerhalb des AKL, die immer wieder eine vertrauensvolle Zusammenarbeit gewährleisten, d.h. unseren Hauptamtlichen, den Supervisoren und Supervisorinnen, und den ehrenamtlichen Begleiterinnen und Begleitern, die so viel menschlichen und liebevollen Reichtum in die Arbeit einbringen.

Gemeinsam sind wir stark – und wir hoffen, dass es uns gelingt, dies so weiterzuführen.

In diesem Sinne wünsche ich uns allen – trotz den vielen grausamen Nachrichten, mit denen wir auch leben müssen - eine zufriedene Zeit.

Und nun wollen wir lesen, was der AKL im Jahr 2021 so alles auf die Beine gestellt hat – Sie werden staunen!

Heidi-Rose Malzacher
für den Vorstand

AKL Stuttgart e.V.

Der Verein

Zweck des Vereins

Der Verein leistet Hilfe für Menschen in Lebenskrisen, insbesondere für Suizidgefährdete, Angehörige und Hinterbliebene, mit dem Ziel der Hilfe zur Selbsthilfe. Dies wird realisiert in enger Kooperation von angestellten Fachkräften und geschulten Ehrenamtlichen.

Vereinsmitglieder 2021

Im Jahr 2021 hatte der Verein insgesamt 95 Mitglieder, davon 53 aktive, 41 Fördermitglieder und 1 Ehrenmitglied. Die Mitgliederversammlung wählt aus ihren Reihen den ehrenamtlichen Vereinsvorstand.

Vorstand 2021

Vorsitzender

Dr. Dietrich Sprandel

Stellvertretende Vorsitzende

Heidi-Rose Malzacher

Schatzmeisterin

Christiane Haufler-Becker

In enger Kooperation werden geschäftsführende, organisatorische und inhaltlich konzeptionelle Aufgaben – mit jeweiligen Zuständigkeiten – vom ehrenamtlichen Vorstand, sowie den hauptamtlichen Fachkräften getragen und verantwortet. Hierzu trafen sich Vorstand und Hauptamtliche zu regelmäßigen Vorstandssitzungen.



Dr. Dietrich Sprandel



Heidi-Rose Malzacher



Christiane Haufler-Becker

Ehrenamtliche Krisenbegleiter*innen

2021 arbeiteten 53 ehrenamtliche Krisenbegleiter*innen beim AKL Stuttgart e.V. Sie trafen sich in drei Gruppen zu 14-tägiger Supervision.

Fachkräfte

Das gesamte Fachkräfteteam engagiert sich mit hoher Verbindlichkeit und Kontinuität für die Belange von Klient*innen und die Anforderungen der Beratungsstelle.

Monika Fischer

Verwaltungsfachkraft (25%-Stelle)

Bona Lea Schwab

Diplom-Psychologin (60%-Stelle)

Christa Wenzelburger

Diplom-Sozialarbeiterin (70%-Stelle)

Ellen Wittke

Diplom-Pädagogin (70%-Stelle)

Honorarfachkräfte

Hauptamtliche und Honorarfachkräfte bilden das erweiterte Fachkräfteteam, welches gemeinsam die AKL-Gruppenarbeit, Ausbildung und Supervision der Krisenbegleiter*innen gewährleistet und konzeptionell weiterentwickelt.

Michael Joos

Heilpraktiker und Heilpraktiker für Psychotherapie

Ulla von Neubeck

Heilpraktikerin für Psychotherapie

Sandra Wörz

B.sc. Psychologie



Monika Fischer



Bona Lea Schwab



Christa Wenzelburger



Ellen Wittke

Der AKL Stuttgart e.V.

Fokus: sich sorgende Angehörige

Der Arbeitskreis Leben Stuttgart e.V. wurde 1985 gegründet und ist als ein gemeinnützig und mildtätig anerkannter Verein organisiert.

Der Verein unterstützt Menschen in Lebenskrisen und bei Suizidgefahr, sich sorgende Angehörige sowie trauernde Hinterbliebene nach Suizid. Er bietet eine zeitnahe und niederschwellige Begleitung von Betroffenen durch seine haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen. Mit Vorträgen, Schulungen und Präventionsveranstaltungen engagiert sich der Verein auch im Bereich der primären Suizidprävention. Mit seiner Arbeit verfolgt er das Ziel der Enttabuisierung von Suizidalität und setzt sich für die öffentliche Darstellung von Hilfemöglichkeiten ein.

In vorliegendem Jahresbericht möchten wir jene Arbeit mit Angehörigen in den Fokus rücken, die sich in Sorge um einen Mitmenschen befinden. Angehörige können Verwandte, Freunde und Freundinnen oder Bekannte sein. Aber auch Arbeitskolleg*innen oder Vorgesetzte sind es, die den Weg zu uns in die Beratungsstelle finden oder sich telefonisch beraten lassen.

Wie gehe ich mit einem Menschen um, der sich in einer suizidalen Krise befindet? Was muss ich tun? Was kann ich tun? Worauf muss ich achten?

Hier ein paar Fallbeispiele aus unserer Beratung für Angehörige:

Eltern, die sich um ihren suizidalen Sohn (17) sorgen, der in ein paar Tagen nach wiederholtem Suizidversuch aus der Akutversorgung der Klinik entlassen werden soll.

Eine Schwester (46), die sich um ihren Bruder (39) Sorgen macht. Der hat angekündigt, sich suizidieren zu wollen, wenn er bis zu seinem 40. Geburtstag in ein paar Monaten keine Partnerin gefunden haben sollte.

Eine Mutter, die beim Aufräumen einen Abschiedsbrief ihrer Tochter (13) findet.

Erwachsene Geschwister, die mit der Aussage ihrer chronisch erkrankten Mutter (71) konfrontiert sind, sie wolle nicht mehr leben.

Jugendliche Mädchen, die sich besorgt um eine Mit-

schülerin (14) zeigen, da diese im Vertrauen eine Suizidabsicht geäußert hat, sich jedoch nicht dem Schulsozialarbeiter anvertrauen will.

Ein Chef, der sich um seinen hoch belasteten Mitarbeiter (51) sorgt, der sich aktuell in Scheidung befindet.

Hohe Belastung für die Angehörigen

Sich sorgende Angehörige, die sich an uns wenden, nehmen die Warnsignale ihrer Mitmenschen wahr und ernst. Sie spüren die existenzielle Krise, in der die Betroffenen stecken, aus der diese allein nicht mehr herauszufinden scheinen. Es lastet ein großer Druck der Verantwortung auf den Angehörigen handeln zu wollen und zu müssen. Sie sind alarmiert und zugleich gelähmt von der Angst, etwas falsch zu machen, das Vertrauen der nahen stehenden Person oder die Person selbst zu verlieren.

Unser Beratungsangebot

Angehörige im konkreten Umgang mit Betroffenen zu unterstützen ist ein wichtiger Baustein der Suizidprävention. Im Beratungsgespräch geht es neben psychoedukativen Elementen zum Thema Suizidalität darum, das Gefühl von Handlungsfähigkeit wieder herzustellen, eine klare Haltung für den Dialog mit der suizidalen Person zu entwickeln und zu besprechen, wie das Unterstützungsnetzwerk für die*den Betroffenen aktiviert und erweitert werden kann. Das Krisengeschehen wirkt sich unweigerlich auf die zwischenmenschliche Beziehung aus. Wir laden Angehörige dazu ein gut zu sortieren, wie sie hilfreich sein, gut auf sich selbst achten und sich auch abgrenzen können. Es ist und bleibt auch auf Angehörigenseite ein Ringen darum, die Verantwortung für dessen Leben beim Anderen zu belassen und trotzdem in die Auseinandersetzung mit ihm*ihr zu gehen.

Aus den Forschungsmodellen zur Entstehung von Suizidgedanken und -handlungen ist bekannt: Den Auseinandersetzungsprozess zwischen Betroffenen und Angehörigen anzuregen ist ein nicht zu unterschätzender Faktor. Die meisten suizidalen Menschen leiden unter dem Gefühl, eine Belastung für die Angehörigen zu sein („perceived burdensomeness“) sowie unter dem enttäuschten Wunsch nach

Zugehörigkeit („thwarted belongingness“) (siehe Teismann, Forkmann & Glaesmer, 2021). Hier die Beziehungsdynamik zu betrachten, zu begleiten, zu hinterfragen und Veränderungsprozesse anzuregen kann zu neuen gemeinsamen Perspektiven führen.

Eine zentrale Botschaft an alle Angehörigen ist:

SIE MÜSSEN DEN DRUCK UND DIE SORGE NICHT ALLEIN TRAGEN.

Holen Sie sich Unterstützung dazu. Je größer der Wirkungskreis rund um Ihre*n Angehörige*n, desto spürbarer und entlastender für das gesamte System. Damit steigt auch die Chance auf die Vergrößerung der Optionen aller Beteiligten und eine veränderte Sichtweise der*s Betroffenen auf ihre*seine Situation.

BELLA-Konzept

Angehörige sind von großer Bedeutung, wenn es um das Thema Krisenintervention geht. Sie werden in den methodischen Fachkonzepten wie z.B. der BELLA-Methode explizit genannt (nach Sonneck et al., 2016, s. Kasten). Das BELLA-Modell beschreibt ein Grundgerüst für professionelle Helfer*innen im Umgang mit Menschen in Krisensituationen. Das Akronym BELLA konzentriert sich auf fünf Ebenen, die als wirksam bei der Bewältigung in psychischen Notlagen gelten. Es geht um vertrauensvollen Kontaktaufbau zwischen Helfer*innen und Betroffener*m, um das Erfassen der Ereignisse, der belastenden Symptome und des Erarbeitens von Bewältigungsmöglichkeiten. Die Aktivierung von nahestehenden Menschen und des bisherigen Helfernetzes wird als Grundbaustein genannt - unter „L“: Leute einbeziehen.

- B – Beziehung aufbauen**
- E – Erfassen der Situation**
- L – Linderung von Symptomen**
- L – Leute einbeziehen**
- A – Ansatz zur Problembewältigung**

Finanzen

Auch das Jahr 2021 war stark von Corona geprägt, so dass es für den Verein weniger Möglichkeiten gab durch eigene Aktivitäten Einnahmen zu erzielen. Durch eine Stellenneubesetzung waren zusätzliche Ausgaben erforderlich. Dank einer größeren Spende, eines Zuschusses des Fördervereins und der konstanten Zuschüsse der Stadt und des Landes Baden-Württemberg konnte dennoch auch in diesem Jahr ein ausgeglichener Haushalt erreicht werden.

Unser aufrichtiger Dank gilt den Gemeinderät*innen der Stadt Stuttgart und den Landtagsabgeordneten des Landes BaWü, die durch ihre Wertschätzung und Förderung unseres Vereins die Kontinuität unserer Arbeit gewährleisten.

Durch dieses stabile Finanzpaket können wir unseren Beitrag im Verbund der Stuttgarter Krisendienste leisten und unserer Tätigkeit mit Herzblut und Engagement nachgehen.

An dieser Stelle möchten wir uns auch bei unseren privaten Spender*innen bedanken, die uns teilweise seit vielen Jahren unterstützen und die Treue halten.

Christiane Haufler-Becker
Schatzmeisterin, AKL Stuttgart e. V.

Kassenbericht des Arbeitskreis Leben Stuttgart e.V. für 2021

Ausgaben 2021		in Euro
Personalausgaben für angestellte Fachkräfte		189.444,62
Honorare für frei Mitarbeitende Fachkräfte		7.720,00
Sachausgaben (u.a. Büroraume, Versicherungen, Öffentlichkeitsarbeit, Fortbildungen)		43.648,53
Summe Ausgaben		240.813,15

Einnahmen 2021		in Euro
Kommunaler Zuschuss der Stadt Stuttgart		166.450,00
Zuschuss des Landes Baden-Württemberg		47.746,67
Zuschuss Förderkreis		2.842,56
Eigenmittel (u.a. Spenden, Mitgliedbeiträge)		23.773,92
Summe Einnahmen		240.813,15

Danke für die Unterstützung unserer Arbeit 2021!

Landeshauptstadt Stuttgart
Land Baden-Württemberg
Förderkreis AKL Stuttgart e.V.



Baden-Württemberg



Auch unseren privaten Spender*innen
gilt ein besonderer Dank!

UNSER SPENDENKONTO

IBAN: DE 26 60050101 0002 6305 19
BIC: SOLADEST 600

Bei Angabe Ihrer Adresse erhalten Sie
eine Spendenbescheinigung.

Zuwendungen an den AKL Stuttgart
sind steuerlich begünstigt.

Weitere Informationen dazu finden
Sie auf unserer Homepage
<http://stuttgart.ak-leben.de>
> Regionalseite Stuttgart
> AKL unterstützen

Der AKL im Jahr 2021

Suizidprävention-Öffentlichkeitsarbeit-Kooperation

Auch im zweiten Coronajahr ging es darum, neue Wege zu finden, um neben dem Beratungs- und Begleitungsangebot des AKL in der Öffentlichkeit ein Bewusstsein für Krisen und Suizidalität zu schaffen.

Infoveranstaltungen, Präventionsangebote und Nachsorge

2021 stellten die hauptamtlichen Mitarbeiterinnen die Arbeit des AKL vor, hielten Vorträge und Fortbildungen zu »Krisen und Suizidalität« und führten Fachberatungen durch. Coronabedingt waren dies vermehrt digitale Veranstaltungen. Folgende Einrichtungen und Institutionen wurden dabei erreicht:

- Robert Bosch GmbH – Sozialdienst
- Hospiz Kornwestheim
- Telefonseelsorge Stuttgart
- Krisen- und Notfalldienst Stuttgart
- Haus Doppelpunkt Ludwigsburg
- Hospiz St. Martin
- EVA Stuttgart – Suchtberatung
- Diakonisches Werk, Abteilung FSJ
- Schulprojekt »Verrückt? Na und!« – an diversen Schulen und eine Fortbildung für Lehrkräfte

Kooperation und Netzwerktreffen

Der AKL Stuttgart e.V. arbeitet im Raum Stuttgart mit einem Netz von sozialen Institutionen zusammen und trägt so zu einer zuverlässigen Unterstützung für Hilfesuchende bei. 2021 war der AKL in folgenden Gremien und Kooperationstreffen vertreten:

- AGUS – Angehörige um Suizid e.V.
- AK-Krisendienste
- Der Paritätische
- Fachzirkel Beratung
- Kooperationsaustausch zur Versorgung suizidaler Klient*innen mit der Stadt Stuttgart, den Gemeindepsychiatrischen Zentren, den Kliniken und Psychologischen Beratungsstellen
- LAG (Landesarbeitsgemeinschaft der Arbeitskreise Leben in Baden-Württemberg)
- Netzwerk Trauer
- Schulprojekt »Verrückt? Na und!«

Trauergruppe für Hinterbliebene nach Suizid

Einmal im Monat – derzeit immer an einem Mittwoch in der Monatsmitte – bietet der AKL Stuttgart trauernden Angehörigen für 2 Stunden Raum für Austausch, Gespräche und Begegnung.

Ebenfalls von trauernden Angehörigen gestaltet und mitgetragen findet im Herbst in der Markuskirche auf Einladung des AKL Stuttgart e.V. eine Gedenkfeier für Suizidhinterbliebene statt – für alle eine tief berührende Erfahrung. Leider war coronabedingt der Austausch im Anschluss an die Feier bei Kaffee und Kuchen auch 2021 nicht möglich. Um die Gedenkfeier jedoch auch Menschen zugänglich zu machen, die nicht vor Ort dabei sein konnten, wurde sie per Video aufgezeichnet und ist auf der Homepage des AKL Stuttgart abrufbar. Alternativ können Sie den folgenden QR-Code als Link nutzen.



Rund um das ehrenamtliche Engagement

Die Ausbildung ehrenamtlicher Krisenbegleiter*innen

Im Juni 2021 begann eine neue Ausbildungsgruppe für ehrenamtliche Krisenbegleiter*innen mit insgesamt 11 Teilnehmer*innen. Bis Dezember 2021 fanden sechs Wochenendmodule statt. Abgeschlossen wurde die Ausbildung im Februar 2022.

Trotz der coronabedingten Hygienemaßnahmen mit entsprechenden Abstandsregeln konnte eine Möglichkeit gefunden werden, die Ausbildung anzubieten. Der 3-stündige Freitagabendblock fand digital statt, für den Samstagblock konnten unterschiedliche größere Räume gefunden werden, die ein Treffen der Ausbildungsgruppe in Präsenz ermöglichten. Ein herzliches Dankeschön an dieser Stelle an das Alte Feuerwehrhaus, das Hospiz Stuttgart und die Markusgemeinde für die Nutzung ihrer Räumlichkeiten.

Supervisionsgruppen

Verteilt auf drei Supervisionsgruppen waren 2021 insgesamt 53 ehrenamtliche Krisenbegleiter*innen für den AKL Stuttgart tätig. Sie trafen sich alle zwei Wochen zur Gruppensupervision, um für ihre Begleitungen Unterstützung zu erhalten. Überwiegend fanden die Supervisionen digital statt.

Während der Sommermonate waren jedoch auch Treffen in Präsenz möglich, die von allen sehr herbeigesehnt wurden.

Fortbildung und Sommerfest

Für die Ehrenamtlichen des AKL fand am 30.06.2021 eine digitale Fortbildung zur Arbeit des Krisen- und Notfalldienstes Stuttgart mit Frau Sekler-Dengler statt. Im Sommer, am 03.07.21 konnte mit allen Vereinsmitgliedern an einem schönen Samstagnachmittag ein Sommerfest in Präsenz gefeiert werden. Dies war eine kleine Entschädigung für die ausgefallenen Jubiläumsfeiern zum 35jährigen Bestehen des AKL, die für 2020 geplant waren.

Veranstaltung

Suizid.ZurückBleiben.WeiterL(i)eben.

Film: Dem Himmel zu nah und Podiumsgespräch am 17.09.2021 im Ev. Hospitalhof Stuttgart
Anlässlich des Weltsuizidpräventionstages (10. September) und des Welttages der seelischen Gesundheit (10. Oktober) fand zwischen diesen beiden Terminen, am 17.09.2021 eine Veranstaltung des AK Krisendienste in Kooperation mit dem Evangelischen Hospitalhof unter dem Titel Suizid. ZurückBleiben.WeiterL(i)eben statt, die sich dem Thema der Suizidtrauer widmete. Zum AK Krisendienste gehören: der Arbeitskreis Leben (AKL) Stuttgart e.V., die TelefonSeelsorge Stuttgart e.V., Ruf und Rat, das Johanniter-Kriseninterventionsteam Stuttgart, der Krisen- und Notfalldienst der eva und die Notfallseelsorge Stuttgart.

Es wurde der Film »Dem Himmel zu nah« gezeigt. Darin erzählt die schweizer Filmemacherin Annina Furrer vom erschütternden Suizid ihres geliebten Adoptivbruders Marius. Mit ihrer Kamera versucht sie dem Gefühl der Ohnmacht zu begegnen und begibt sich auf Spurensuche: Was hat ihren Bruder – und ihre Schwester Jahre zuvor – dazu getrieben, sich das Leben zu nehmen?

Im Anschluss an den Film stellte sich die Filmemacherin, Ellen Wittke vom AKL Stuttgart sowie Bernd Müller von der katholischen Telefonseelsorge den schwierigen Fragen rund um das Thema Suizid. Die Veranstaltung wurde durch den NOTHILFE-FONDS GUTE(R) DINGE der Bürgerstiftung Stuttgart unterstützt. Moderiert wurde sie von der SWR Moderatorin Diana Hörger.

Diese sehr berührende Veranstaltung machte das Tabu eines Suizids und das Stigma der Suizidtrauer in sehr persönlicher Weise anschaulich und gab den Erfahrungen trauernder Angehöriger einen wertvollen und würdevollen Platz.



PRESSE 2021

(Auswahl)

Zeit online,
29.03.2021



Süddeutsche Zeitung,
29.03.2021



Stuttgarter Zeitung,
01.09.2021



Berliner Zeitung
30.03.2021



Badische Neueste Nachrichten,
29.03.2021



Statistischer Überblick

Allgemein

(Quellen: Statistisches Bundesamt Wiesbaden, Statistisches Landesamt Baden-Württemberg, Pressemitteilung vom Nationalen Suizidpräventionsprogramm für Deutschland (NaSPro))

Nach Angaben des Statistischen Bundesamtes Wiesbaden starben im Jahr 2020 in Deutschland **9.206** (9.041) Menschen durch Suizid – das bedeutet, dass sich in Deutschland alle 57 Minuten ein Mensch das Leben nahm. Insgesamt sterben jährlich mehr Menschen durch Suizid als durch Verkehrsunfälle, Gewalttaten, Aids und illegale Drogen zusammen. Unter den Menschen, die durch Suizid verstorben sind, waren 2020 **6.944** (im Vorjahr: 6.842) Männer, was mehr als 75 Prozent entspricht. Das durchschnittliche Sterbealter ist weiter gestiegen und liegt nun bei 58,7 Jahren, d.h. 48,6 % aller Menschen, die durch Suizid versterben, sind älter als 60 Jahre.

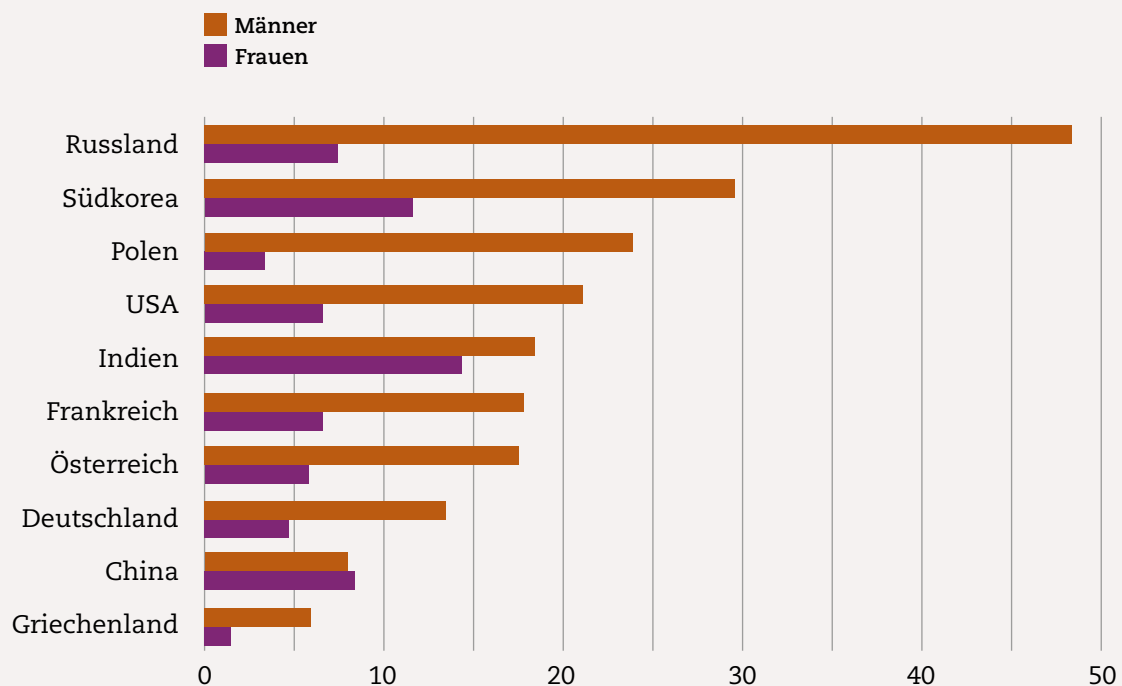
Im Jahr **2020** starben in **Baden-Württemberg 1.206** (im Vorjahr: 1.227) Menschen durch Suizid, **915** (944) Männer und **291** (283) Frauen. In **Stuttgart** haben sich **74** Menschen das Leben genommen, **48** Männer und **26** Frauen.

Wie die Grafik von Statista zeigt, sterben Männer deutlich öfter durch Suizid als Frauen. Am höchsten sind die Fallzahlen in Russland.

Die Frage nach einem Anstieg der Suizide durch Corona oder nach der Legalisierung des assistierten Suizids bleibt offen: „Im ersten Jahr der **COVID-19** Pandemie und nach der **Legalisierung des assistierten Suizids** durch das Urteil des Bundesverfassungsgerichts vom Februar 2020 lässt sich nur ein minimaler Anstieg der Suizidrate beobachten. Suizidalität ist aber ein sehr komplexes Geschehen und

Männer begehen deutlich häufiger Suizid

Suizide je 100.000 EinwohnerInnen in ausgewählten Ländern 2016



von vielen Faktoren abhängig. Deshalb lässt sich derzeit kein kausaler Zusammenhang herstellen. Eine langfristige Prognose der Entwicklung der Suizidzahlen kann nicht gegeben werden. Für eine Entwarnung gibt es keinen Anlass. Völlig unabhängig von der Pandemie benötigt Deutschland deshalb mehr und insbesondere verstetigte Maßnahmen zur gelingenden Suizidprävention...“ (Hanna Müller-Pein, Kommunikationsbeauftragte des NaSPro)

Für wen ist und war die Pandemie besonders belastend?

Psychisch erkrankte Menschen (Quellen: Deutsche Depressionshilfe, Stellungnahme von Prof. U. Hegerl zur Situation psychisch Erkrankter in der Pandemie; Bundes Psychotherapeuten Kammer: Corona-Pandemie und psychische Erkrankungen)

Die Pandemie und ihre Gegenmaßnahmen haben bei vielen Menschen Stress, Sorgen und Angst ausgelöst. Diese müssen für sich genommen keine krankhaften Reaktionen hervorrufen und stellen daher keine absoluten Gefährdungslagen für psychisch gesunde Menschen dar, sie führen auch in der Regel nicht zu einer depressiven Erkrankung. Anders ist die Situation für über 5 Millionen Menschen, die bereits an einer behandlungsbedürftigen Depression leiden. Für sie brachte die Pandemie schwere Belastungen. Denn sie hatte einerseits eine Verminderung der medizinischen Versorgung zur Folge, da viele stationäre Behandlungen abgesagt wurden, Ambulanzen ihr Angebot zurückfahren mussten, Facharzt- und Psychotherapietermine ausfielen oder Betroffene teils aus Angst vor Ansteckung selbst Termine abgesagt haben. Andererseits fielen viele stabilisierende ambulante Angebote und private Kontakte weg, was zu einem vermehrten Rückzug führte und die Lage psychisch Erkrankter zusätzlich zuspitzte.

Ältere Menschen

Hohes Alter ist und war der größte Risikofaktor für eine schwere Corona-Erkrankung. Um das Ansteckungsrisiko zu verringern, wurden die Kontakte weitgehend eingeschränkt, Besuche von Angehörigen konnten nicht mehr stattfinden, ebenso fielen gemeinschaftsfördernde Angebote weg und so

gerieten viele ältere Menschen immer mehr in Isolation. Teilweise durften Bewohner*innen in den Pflegeeinrichtungen ihre Zimmer nicht mehr verlassen. Die Belastung des Pflegepersonals stieg immens, so dass sich insgesamt die Situation sowohl für die alten Menschen als auch für die Mitarbeiter*innen in der Pflege gravierend verschlechterte.

Kinder und Jugendliche

Kinder und Jugendliche wurden durch die pandemiebedingten Einschränkungen psychisch besonders gefährdet, durch die Schließung von Kitas und Schulen gingen wichtige Kontakte zu Gleichaltrigen verloren. Zudem waren einige Eltern selbst durch Kurzarbeit, drohende oder eingetretene Arbeitslosigkeit und finanzielle Existenzängste belastet. Das Familienleben veränderte sich durch das Wegfallen gewohnter Strukturen stark und das Risiko familiärer Konflikte stieg immens. In vielen Kliniken ist zu beobachten, dass es eine Zunahme von generalisierten Angststörungen, Anpassungsstörungen und Belastungsstörungen bei Kindern und Jugendlichen gibt.

Gewalt in der Familie

Vor allem Familien in den unteren Einkommensklassen leben oft in sehr beengten Wohnungen, in denen Rückzugsmöglichkeiten fehlen. Wenn dazu kommt, dass Eltern durch Existenzängste oder Belastungen wie z.B. Homeoffice gestresst sind, steigt das Risiko, dass familiäre Konflikte eskalieren. Mehr Männer als Frauen reagieren auf Stress mit Gewalt, vor allem wenn z.B. auch noch Alkohol mit ins Spiel kommt. Bei einer Onlinebefragung in China zeigte sich bei Männern zwei Wochen nach Ausbruch des Coronavirus eine starke Stresssymptomatik, eine generell schlechtere Gesundheit und häufig ein erhöhter Alkohol- und Drogenkonsum. Durch Schul- und Kitaschließungen entfielen wichtige Schutzräume und Anlaufstellen für Kinder und Jugendliche.

Auch Frauen wurden dadurch vermehrt Opfer häuslicher Gewalt und ihre Situation wurde zusätzlich verschärft, weil Beratungsangebote nur noch erschwert zu erreichen oder Schutzräume wie Frauenhäuser belegt waren und keine Aufnahmekapazitäten mehr hatten.

Auswertung

Arbeitskreis Leben Stuttgart e.V. 2021

Auswertung der Inanspruchnahme des AKL Stuttgart e.V.

Im Jahr **2021** haben insgesamt **461** (391) Menschen den Kontakt zum AKL Stuttgart aufgenommen, die Vorjahreszahlen sind in Klammer angegeben. Soweit möglich, wurden alle Kontakte statistisch erfasst und ausgewertet. Dazu verwenden wir drei verschiedene Dokumentationsformen; einen Fragebogen für kurze Kontakte und einen für länger dauernde Begleitungen und Beratungen. Neu hinzu kam die Erhebung von Fachberatungen für Kolleg*innen aus dem psychosozialen Bereich. 2021 waren es insgesamt **195** (204) längere Begleitungen/Beratungen von Klient*innen, **239** (174) kurze Kontakte und **27** (13) Fachberatungen.

Auswertung der verschiedenen Fragebogen

	2021	2020
Lange Begleitung/Beratung	195	204
Kurzkontakt (Telefon, E-Mail)	239	174
Fachberatungen	27	13

Auswertung der Langbögen

195 Kontaktaufnahmen führten **2021** zu längeren Beratungen durch hauptamtliche Mitarbeiterinnen und/oder zu Begleitungen durch ehrenamtliche Krisenbegleiter*innen. Diese wurden mit einem detaillierten Fragebogen erfasst.

Der Zugangsweg zum AKL im Falle einer längeren Begleitung, entstand wie in den Vorjahren oft durch die Vermittlung von Angehörigen, die im Sinne einer Brückenfunktion den Weg für die nach Unterstützung suchende Person ebneten wollten. Auch Ärzt*innen und Therapeut*innen, die den AKL weiterempfehlen, übernahmen eine vermittelnde Funktion für hilfeschuchende Personen.

Wir unterscheiden bei den ratsuchenden Menschen, die zum AKL kommen, drei Gruppen. Einmal Klient*innen, die sich in einer Krise befinden und aus

Kurzbogen

Im Berichtsjahr 2021 wurden **239** (174) Kurzkontakte erfasst. Der häufigste Zugangsweg zum AKL war über die Homepage **23,8%** (17,8%), gefolgt von Empfehlung durch Angehörige, soziales Umfeld **16,3%** (14,9%), Beratungsstellen **8,8%** (4,0%), die Empfehlung durch Regeldienste der psychosozialen Versorgung **8,4%** (9,8%) und Wiederaufnahmen **6,3%** (10,3%). Eine weitere Gruppe waren Angehörige, die sich über Hilfsmöglichkeiten für die Betroffenen informieren wollten.

Wer fragt an (Angaben in Prozent)

Betroffener	39
Angehörige/r	23
Hinterbliebene/r	6
Institution (auch Ärzte, Psychiater, Therapeuten)	24
Interessierte/r	8

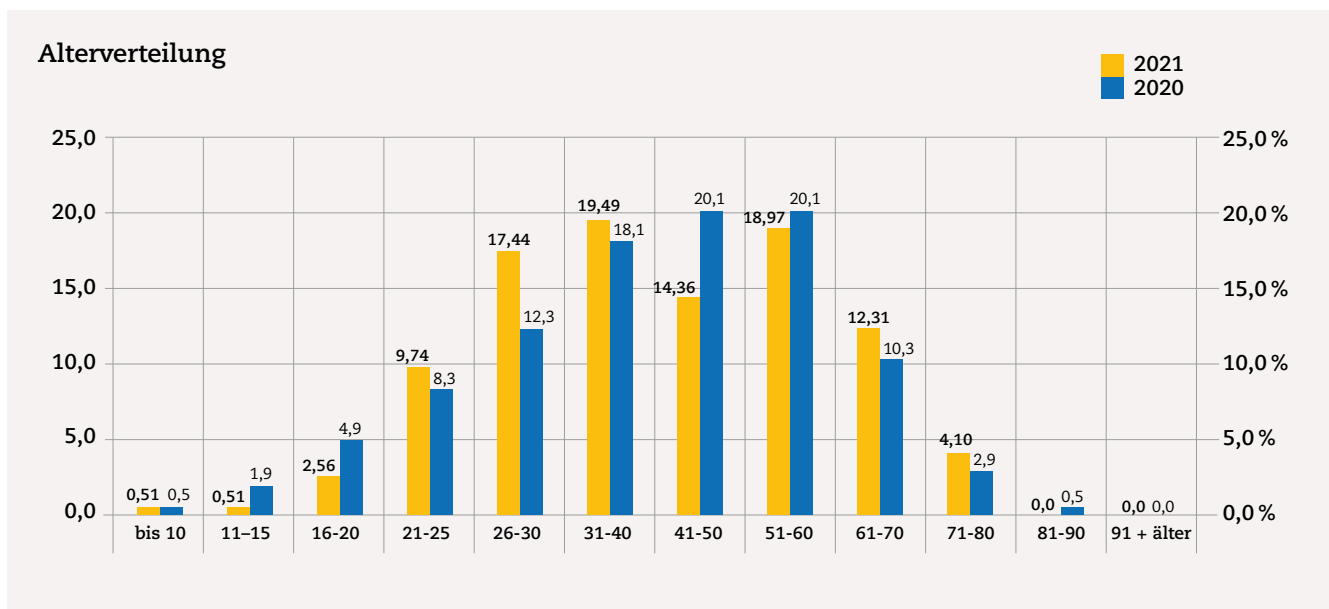
diesem Grund Kontakt mit uns aufnehmen (**Betroffene: B**). Dann gibt es Menschen, die sich um suizidgefährdete Angehörige, Freund*innen und Familienmitglieder sorgen und die sich mit der belastenden Situation oft sehr überfordert fühlen. Sie suchen meist für sich und die betroffene Person Unterstützung (**Angehörige: A**). Die letzte Gruppe sind Trauernde, die eine*n Angehörige*n durch Suizid verloren haben (**Hinterbliebene nach Suizid: HB**).

Wer fragt an (Angaben in Prozent)

	2021	2020
Betroffene	61,0	55,9
Hinterbliebene nach Suizid	25,7	28,4
Angehörige, soziales Umfeld	13,3	15,7

Auswertung der Langbögen

Alle Angaben in Prozent



In der Altersverteilung der Hilfesuchenden zeigt sich 2021 eine deutliche Zunahme von jüngeren Menschen. Auch unsere Zahlen bestätigen somit, dass vor allem junge Menschen von den Einschränkungen und Auswirkungen der Coronapandemie massiv betroffenen sind. Oftmals kam es zu einer starken Reduzierung sozialer Kontakte. Das Studium fand online statt, Freizeitangebote waren nicht mehr möglich. Viele junge Menschen zogen mit Mitte/Ende 20 wieder zurück ins Elternhaus. Ihre Freizeitbeschäftigungen waren mangels Alternativen hauptsächlich online Games und Serien streamen. Und viele junge Menschen litten unter Isolation, Einsamkeit und fehlender Sinnorientierung. Es waren vor allem junge Männer, die dadurch in Ängste, Zwänge, Antriebslosigkeit bis hin zu suizidalen Krisen gerieten.

Geschlechtsverteilung

	2021	2020
Frauen	65,1	65,7
Männer	34,4	34,3
divers	0,5	k.A

Weltweit nehmen sich jedes Jahr ca. 1 Million Menschen das Leben. In allen Ländern ist Suizid eine männliche Todesursache. Etwa 75 bis 80 Prozent der Suizide werden in Deutschland von Männern begangen. Dafür gibt es unterschiedliche Gründe. Zum einen handeln Männer häufig entschlossener und ihre Methoden sind gewaltsamer (effektiver). Ein Grund dafür ist, dass es vielen Männer schwer fällt, sich eine Krise oder Schwäche einzugestehen und sie für sich selbst seltener Hilfe suchen, wenn sie in Not sind. Ein weiterer Hintergrund ist, dass sich männliche Depressivität anders zeigt als weibliche. In der gesellschaftlichen Wahrnehmung depressiver Erkrankung ist aber die weibliche Form zur Norm geworden und so wird Depressivität bei Männern häufig nicht erkannt. Männer fühlen sich oft nicht krank, sondern eher erschöpft. Sie treiben übermäßig Sport, werden – vor allen sich selbst gegenüber – besonders hart und rigide. Sie sind unbeherrscht und geraten schnell in Auseinandersetzungen, benutzen Medikamente oder Alkohol, um sich zu regulieren. In der Folge werden sie dann eher als unangenehme Zeitgenossen wahrgenommen und nicht als Betroffene, die dringend Hilfe benötigen. Das kann auch dazu führen, dass Partnerschaften und Freundschaften verloren gehen und es so zu einer weiteren Verschärfung der Situation kommt. Folgen können dann Vereinsamung, Hoffnungslosigkeit, ein Gefühl der Nutzlosigkeit und Leere sein und der Suizid kann dann der vermeintlich letzte Ausweg aus einem nicht mehr als lebenswert empfundenen Leben werden.

Nahezu alle Menschen, die 2021 Kontakt zum AKL aufgenommen haben, lebten in Stuttgart oder in der Region Stuttgart. Menschen aus der Region haben ggf. ihren Wohnort in den umliegenden Landkreisen, zumeist arbeiten sie jedoch in der Stadt Stuttgart und nutzen hier die Unterstützungsmöglichkeiten oder sie möchten mit ihrem Anliegen lieber anonym bleiben.

Wohnort			
	2021	2020	
Stadt Stuttgart	80,5	81,4	
Region Stuttgart	16,9	17,2	
Außerhalb	2,6	1,4	

Berufliche Situation			
	2021	2020	
in Ausbildung	21,0	18,6	
berufstätig	46,7	48,0	
Hausfrau/mann	4,1	3,4	
arbeitslos	10,3	4,9	
berentet	11,3	16,2	
krank geschrieben	5,6	6,9	
sonstige	0,5	1,0	
keine Angabe	0,5	1,0	

Hier zeigt sich ein hoher Anstieg arbeitsloser Klient*innen. Vor allem in den Bereichen Gastronomie oder auch Aushilftätigkeiten hatte die Coronakrise heftige Auswirkungen. Auf der anderen Seite stiegen die Belastungen durch monatelanges Homeoffice, in dem persönliche Begegnungen wegfielen. Das führte oftmals zu mehr Rückzug und sozialer Isolation, die vor allem für Menschen, die nicht in engen familiären oder sozialen Strukturen leben, verhängnisvoll werden konnte. Es zeigt sich, dass depressive Erkrankungen eher unentdeckt bleiben und dann in einem Suizid enden können.

Problemfelder nach Häufigkeit (Mehrfachnennungen)

	2021
allgemeines Gefühl der Überforderung	69,2
Beziehungssituation mit Angehörigen	53,3
Beziehungssituation im sozialen Umfeld	33,9
Trauer	31,3
Sinnlosigkeit	30,8
Arbeit, Schule, Ausbildung	24,6
Sorge um Nahestehende/n	24,1
psychische Auffälligkeiten	23,1
Isolation, Vereinsamung	20,0
Konflikte in Partnerschaft	15,9
Trennung / Scheidung	15,9
Depression diagnostiziert	15,4
finanzielle Situation	13,3
belastende Kindheit	12,3
Körpl. Beschwerden / chronische Erkrankung	11,8
Wohnsituation	11,8
andere psychische Erkrankung	11,7
sonstiges	10,3
Arbeits-/ Erwerbslosigkeit	8,7
sex. Missbrauch / Vergewaltigung	4,1
Suchtprobleme	3,6
Verschuldung / Insolvenz	2,1
Gewalterfahrung	2,1
Probleme wg. Migration	2,1
Straftat / Gesetzeskonflikt	1,5
körperliche Behinderung	0,5
Mobbing	0,5

Auch im Jahr 2021 wurde die Verteilung bzgl. des Lebenshintergrundes unserer Klient*innen aus früheren Jahren bestätigt. Ca. 1/3 von ihnen lebte in einem Singlehaushalt. Damit spiegeln unsere Klient*innen die Lebenswelt der Bevölkerung wieder. Immer mehr Menschen in Deutschland leben allein, der Singlehaushalt ist die häufigste Wohnform. Laut Statistischem Bundesamt betrifft dies rund 41 Prozent der Bevölkerung (Statista, Angaben des Stat. Bundesamts Wiesbaden). In den Großstädten ist der Anteil noch höher. Der typische Großstadtsingle ist Rentner*in: Mehr als jede*r 3. Bewohner*in einer Singlewohnung ist 65 Jahre und älter. Man kann vermuten, dass nicht alle freiwillig diese Lebensform gewählt haben. Trennungen, Scheidungen und auch der Verlust des*r Partner*in durch den Tod können dazu geführt haben. Die Vereinsamung im Alter hat nachweislich einen großen Einfluss auf die Entwicklung von Alterssuizidalität. Dies ist eine Entwicklung, die uns auffordert, noch größere Anstrengungen zu unternehmen, um ältere Menschen in Lebenskrisen zu erreichen, sie zu unterstützen und zu begleiten.

Es zeigt sich deutlich, dass Klient*innen, die Kontakt zum AKL aufnehmen vorwiegend aus Anlass einer Krisensituation Hilfe suchen.

Situation bei Kontaktaufnahme

	2021
chronische Krise	20,0
akute Krise	47,2
belastende Lebenssituation	32,3

Suizidalität bei Kontaktaufnahme (Mehrfachnennungen)

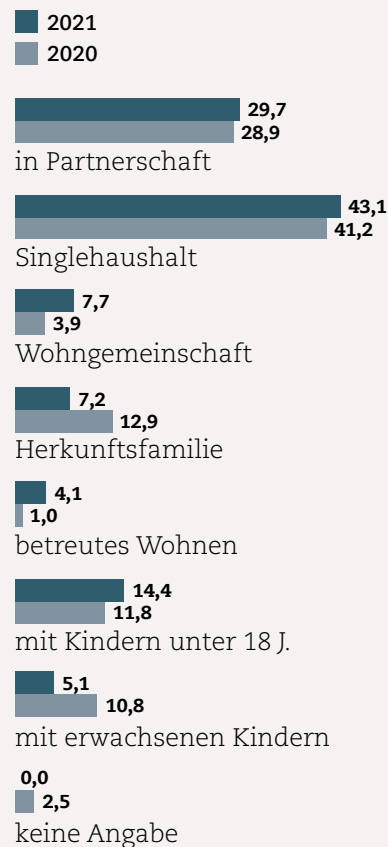
	2021	2020
keine eigene Suizidalität	19,5	18,6
Suizidgedanken	44,1	36,3
akute Suizidalität	4,1	3,9
nach Suizidhandlung	7,2	6,4
Sorge um Suizidgefährdete/n	13,9	14,7
Trauer nach Suizid	26,7	28,4

Vorgeschichte (Mehrfachnennungen)

	2021	2020	2019
keine Suizidhandlung	46,7	45,1	48,2
eigene Suizidhandlung	14,4	13,7	11,9
Suizid(-handlung) in Fam./soz. Umfeld	38,0	37,3	39,0
keine Angabe	2,1	3,9	5,5

Aus Studien wissen wir, dass der Suizid einer*s Angehörigen ein erhöhtes Suizidrisiko darstellt. Studien der WHO belegen außerdem, dass frühere Suizidversuche weitere Suizidhandlungen eher begünstigen. Nachuntersuchungen ergaben, dass ungefähr jeder fünfte bis zehnte Mensch, der einmal einen Suizidversuch unternommen hat, später durch Suizid stirbt. Weitere Risikogruppen sind chronisch kranke Menschen (Depressionen, Psychosen, Suchterkrankungen, lebensverkürzende und degenerative Erkrankungen, Schmerzpatient*innen), einsame und isolierte Menschen sowie Menschen nach schweren Verlusterfahrungen.

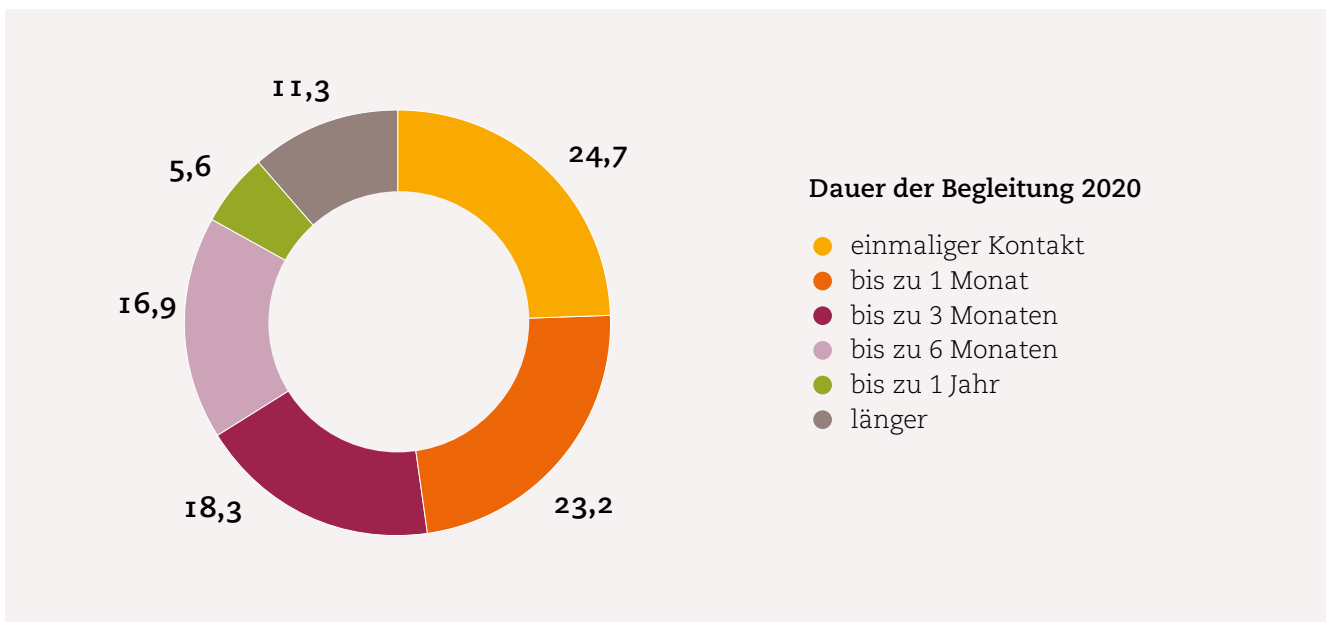
Familienstand (Mehrfachnennungen)



Kontaktaufnahme durch Vermittlung von

	2021
Angehörige	23,1
Wiederaufnahme	13,9
Arzt / Therapeut	11,8
Internet / Homepage	10,3
Beratungsstelle	9,2
Klinik	7,7
Rettungsdienste	7,2
Schule, Arbeitsstelle	5,6
AKL-Infomaterial	4,6
Telefonseelsorge	2,6
Polizei	1,5
Altenhilfe	1,5
Behörde	1,0
Kirche	0
Veranstaltungen, Presse	0

Von den 195 längeren Kontakten im Jahr 2021 wurden 142 Beratungen und Begleitungen beendet, 53 wurden über den Jahreswechsel weitergeführt. Bei den abgeschlossenen Begleitungen (N=142) betrug die Dauer:



Auswertung Fachberatungsbogen

Aufgrund weiterer Vernetzungen und Ausbau schulpräventiver Angebote hat die Anzahl von Beratungen für Kolleg*innen anderer Einrichtungen und vor allem für Lehrer*innen zugenommen. Diese Beratungen wurden in den Vorjahren mit den Langbögen erfasst, so erklärt sich die Abnahme dieser Fragebögen im Vergleich zu früheren Jahren.

Schwerpunkte Fachberatung	2021
Kollegiale Supervision	51,9
Angebot einer Veranstaltung	3,7
Hilfe bei (Weiter-) Vermittlung	11,1
Emotionale Entlastung des/der Anfragenden	44,4
Beratung zum Umgang mit der Krisensituation	63,0
Gefährdungseinschätzung	29,6

In den meisten Fällen gab es keinen direkten Kontakt zu den Betroffenen (92,6%). Es geht bei der Fachberatung darum, die Kompetenz der Berater*innen und Lehrer*innen zu stärken, um die bestehenden Vertrauensbeziehungen zu erhalten und den Betroffenen die Möglichkeit zu geben, in den bekannten Unterstützungsstrukturen zu bleiben und damit zu vermeiden, dass sie weitere Anlaufstellen aufsuchen müssen.

Anfragende Institutionen

	2021
Regeldienste psychozozial	25,9
Schule	18,5
Universität	18,5
Jugendhilfe	11,1
Beratungsstelle	11,1
Altenhilfe	7,4
kirchl. Institutionen	7,4

Wie alt waren die gefährdeten Menschen?

	2021
bis 18 Jahre	33,3
bis 30 Jahre	37,0
bis 65 Jahre	11,1
älter	7,4
keine Angabe	11,1

Blick nach 2022

Termine und Angebote

Fortlaufende Gesprächsgruppe für Hinterbliebene nach Suizid

TERMIN: 1-mal monatlich, mittwochs von 18.00 bis 20.00 Uhr

ORT: In der Beratungsstelle des AKL Stuttgart e.V., Römerstraße 32

KOSTEN: 10,00 Euro/ Abend

Die Gruppe wird von Frau Christa Wenzelburger (Dipl. Sozialarbeiterin, Heilpraktikerin für Psychotherapie) und Frau Ulla v. Neubeck (Heilpraktikerin für Psychotherapie) begleitet.

--

Die Gruppe ist geschlossen, wird aber in regelmäßigen Abständen für neue Teilnehmer*innen geöffnet. Wenn Sie an der Teilnahme interessiert sind, nehmen Sie bitte direkt Kontakt mit uns auf. Wir laden Sie dann zu einem Vorgespräch ein. Anmeldung ist erforderlich.

Grundlagen der Krisenintervention und Suizidprävention

Seminar für Mitarbeiter*innen im Gesundheits- und psychosozialen Arbeitsbereich

--

TERMIN: auf Anfrage

ORT: AKL Stuttgart e.V., Römerstraße 32 oder I nhouse

KOSTEN: 100 € pro Person

--

Anfrage unter akl-stuttgart@ak-leben.de.

Ökumenische Gedenkfeier für Verstorbene durch Suizid und deren Angehörige

Auch in diesem Jahr wollen wir der Menschen gedenken, die den Suizid als letzten Schritt in ihrem Leben gewählt haben. Und zugleich die ermutigen, die mit dieser Erfahrung in ihrem Leben ihren Weg weiter gehen.

--

TERMIN: SONNTAG, 23. OKTOBER 2022, 15 UHR

VERANSTALTER: AKL Stuttgart e.V.

ORT: Ev. Markuskirche Stuttgart, Filderstraße, 70180 Stuttgart

--

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage <http://stuttgart.ak-leben.de>

Wir trauern um Hartmut Heinrich.

Wir nehmen Abschied von Hartmut Heinrich, der am 13. Januar 2022 verstorben ist. Hartmut hat über viele Jahre den AKL als ehrenamtlicher Krisenbegleiter unterstützt und war vielen Klienten eine wichtige, haltgebende Stütze. Hartmut kam nach dem Suizidtod seines Bruders als Angehöriger zum AKL. Er nahm an der Trauergruppe teil und hat danach bei der Gestaltung der Gedenkfeiern mitgewirkt. Seit November 2007 war er aktives AKL Mitglied und als ehrenamtlicher Krisenbegleiter tätig. Mit großer Dankbarkeit denken wir an die Begegnungen, Gespräche und den Austausch mit ihm. Er hat die begleiteten Menschen selbstlos und hingebungsvoll unterstützt. Seine letzte Begleitung endete im Juli 2021.

Team und Vorstand des AKL Stuttgart e.V.

Wir trauern um Dr. Michel Heinrich.

Wir nehmen Abschied von Dr. Michel Heinrich, der am 03. Mai 2022 verstorben ist. Dr. Michel Heinrich war ein engagierter Vertreter der sozialen Psychiatrie in Stuttgart. Nach seiner Zeit im Rudolf-Sophien-Stift setzte er sich in seiner Praxis für Menschen mit psychischen Erkrankungen ein. Die Suizidprophylaxe war ein weiterer Schwerpunkt seines Engagements. Während seiner Tätigkeit als Geschäftsführer der Deutschen Gesellschaft für Suizidprävention (DGS) initiierte er die Gründung des Arbeitskreis Leben Stuttgart e.V. Ein großes Anliegen war für ihn, die Situation suizidaler Menschen in Stuttgart nachhaltig zu verbessern. Dr. Michel Heinrich hat den AKL Stuttgart mit viel Engagement und Herzenswärme über viele Jahre begleitet. Es gab eine langjährige und sehr vertrauensvolle Zusammenarbeit mit seiner psychiatrischen Praxis. Wir verlieren einen wichtigen Unterstützer und Wegbegleiter und danken ihm von ganzem Herzen für seinen Einsatz für den AKL Stuttgart und für Menschen in Lebenskrisen.

Team und Vorstand des AKL Stuttgart e.V.



Abschied Ellen Wittke

Wir verabschiedeten Ellen Wittke am 30.05.2022 nach 36jähriger Tätigkeit beim AKL Stuttgart in den wohlverdienten Ruhestand. Der AKL Stuttgart wurde 1985 gegründet und Ellen Wittke wurde 1986 als erste Stelleninhaberin eingestellt. Zunächst war ihre Stelle über eine ABM Maßnahme finanziert. Bereits 1987 stand die weitere Finanzierung auf der Kippe und über Gespräche mit der Stadt konnte eine erste Förderung erreicht werden. Gemeinsam mit dem ehrenamtlichen Vorstand war Ellen Wittke die Frau für alle Belange und das Gesicht des AKL Stuttgart. Durch ihre ruhige, besonnene und warmherzige Art prägte sie die Arbeit des AKL Stuttgart e.V. nachhaltig und maßgeblich. Sie bildete mehrere Generationen von ehrenamtlichen Krisenbegleiter*innen aus. Durch ihre Haltung und ihr Krisenverständnis wurden krisenerschütterte Menschen nicht pathologisiert, sondern erfuhren viel Verständnis und Mitgefühl für die Lebenssituationen, die sie in Verzweiflung und Ausweglosigkeit geführt hatten. Ellen Wittke hat mit ihrer Herzenswärme sowohl Menschen in suizidalen Krisen, als auch sich sorgende Angehörige und Suizidhinterbliebene begleitet und aufgefangen und das in aller Bescheidenheit, ohne einen großen Wirbel um ihre eigene Person zu machen. Nachdem das langjährige und stabile Team des AKL Stuttgart durch den Ruhestand von Kolleg*innen im Jahr 2018 nochmal kräftig durcheinander geschüttelt wurde, lag auf Ellen Wittke in ihren letzten Berufsjahren erneut ganz viel Verantwortung. Sie hat alle Hochs und Tiefs in ihrer Arbeit mit einer ruhigen Gelassenheit wunderbar bewältigt. Sie hinterlässt große Fußstapfen, und eine offene, warme Atmosphäre. Wir hoffen, ihrem Erbe gerecht zu werden und die Lücke, die sie hinterlässt mit genauso großem Engagement ausfüllen zu können. Liebe Ellen wir danken dir von Herzen für diese großartigen 36 Jahren und die sehr persönliche und professionelle Zusammenarbeit. Genieß deinen Ruhestand.

Team und Vorstand des AKL Stuttgart e.V.

Beim Sommerfest im Juli war es nach langer Zeit wieder möglich, sich persönlich zu begegnen, zusammen zu essen, trinken, spazieren gehen. Der Förderkreis hat für dieses gesellige Event gerne die Kosten für das Catering übernommen.

Das Benefizkonzert des Daimler Sinfonieorchesters im November dagegen musste erneut ausfallen. Da sich die Coronavorschriften ständig änderten, gab es zahlreiche Absagen von allen Beteiligten, sodass die Einhaltung der Hygieneschutzvorschriften nicht mehr gewährleistet werden konnte.

Zum Jahresende erhielten alle Ehren- und Hauptamtlichen des AKL das Buch „Ziemlich gute Gründe, am Leben zu bleiben“. Es war unser Dankeschön für ihre wertvolle Arbeit und ihren Einsatz.

Satzungsgemäß wird bei der Mitgliederversammlung alle zwei Jahre der Vorstand neu gewählt. Die Neuen sind die Alten. Anni Kiefer ist die Vorsitzende, Tatjana Keusgen die stellvertretende Vorsitzende und Sabine Hanneforth die Schatzmeisterin. Christa Wenzelburger als Beisitzerin ist als Hauptamtliche des AKL die Verbindungsfrau zwischen Förderkreis und AKL.



Adressen und Links

Hilfe in Lebenskrisen und bei Selbsttötungsgefahr Arbeitskreise Leben (AKL) in Baden-Württemberg

Hilfe in Lebenskrisen und bei Selbsttötungsgefahr Arbeitskreise Leben (AKL) in Baden- Württemberg

AKL Freiburg e.V.

Talstraße 29
D- 79102 Freiburg
Tel. 0761 - 3 33 88
akl-freiburg@ak-leben.de

AKL Heilbronn e.V.

Bahnhofstr. 13
D-74072 Heilbronn
Tel. 07131 - 16 42 51
akl-heilbronn@ak-leben.de

AKL Karlsruhe e.V.

Putlitzstr.16
D-76137 Karlsruhe
Tel. 0721 - 81 14 24
Geschäftsstelle:
Tel. 0721 - 820 06 67
akl-karlsruhe@ak-leben.de

AKL Nürtingen e.V.

Bahnhofstr. 2 / 1
D- 72622 Nürtingen
Tel. 07022 - 19 2 98
Geschäftsstelle:
Tel. 07022 - 3 91 12
akl-nuertingen@ak-leben.de

AKL Kirchheim e.V.

Alleenstr. 92
D-73230 Kirchheim
Tel. 07021 - 7 50 02
akl-nuertingen@ak-leben.de

AKL Leonberg e.V.

Rutesheimerstr. 50
D-71229 Leonberg
Tel. 07156 - 40 19 452
Tel. 07152 - 202 64 620
akl-leonberg@ak-leben.de

AKL Reutlingen e.V.

Karlstr. 28
D-72764 Reutlingen
Tel. 07121 - 19 2 98
Geschäftsstelle:
Tel. 07121 - 444 12
akl-reutlingen@ak-leben.de

AKL Böblingen e.V.

Telefon-AB: 07031 - 30 49 259
akl-boeblingen@ak-leben.de

AKL Stuttgart e.V.

Römerstraße 32
D-70180 Stuttgart
Tel. 0711 - 600 620
akl-stuttgart@ak-leben.de

AKL Tübingen e.V.

Österbergstraße 4
D-72074 Tübingen
Tel 07071 - 19 2 98
Geschäftsstelle:
Tel. 07071 - 9221 0
akl-tuebingen@ak-leben.de

Internet-Beratungsmöglich- keiten für Jugendliche:

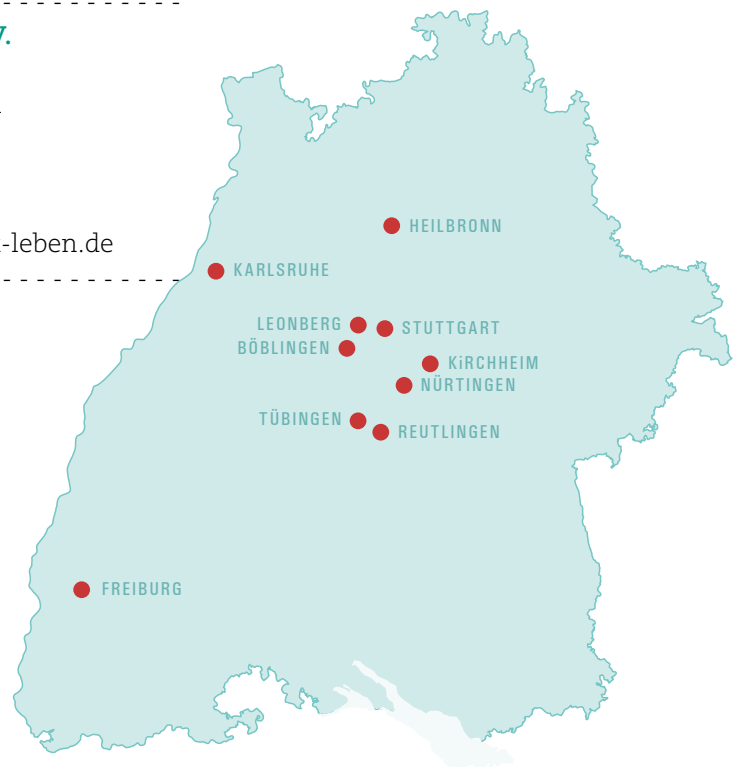
www.u25-freiburg.de
(AKL Freiburg)
www.youth-life-line.de
(AKL Tübingen/Reutlingen)

Landesarbeitsgemeinschaft der AKL in Baden-Württemberg

(LAG AKL BaWü)
www.ak-leben.de

Stefan Hannen
AKL Freiburg e.V.
Tel. 0761 - 3 33 88
Stefan.hannen@ak-leben.de

Almut Munke
AKL Karlsruhe e.V.
Tel. 0721 - 8200667
almut.munke@ak-leben.de



Weiterführende Informationen und Adressen

AKL Arbeitskreise Leben in Ba-Wü
www.ak-leben.de

E-Mail-Beratung für junge Menschen
www.youth-life-line.de
www.U25-freiburg.de
www.nethelp4u.de

AGUS – Angehörige um Suizid
www.agus-selbsthilfe.de

Deutsche Depressionsliga
www.depressionsliga.de

Deutsches Bündnis gegen Depression e.V.
www.buendnis-depression.de

Deutsche Gesellschaft für Suizidprävention e.V.
-Hilfe in Lebenskrisen – (DGS)
www.suizidprophylaxe.de

Nationales Suizidpräventionsprogramm für
Deutschland (NasPro)
www.suizidpraevention-deutschland.de

Statistisches Landesamt Baden-Württemberg
www.statistik-bw.de
(Todesursachen seit 1952)

Statistisches Bundesamt Deutschland
www.destatis.de
(Todesursachen in Deutschland – Fachserie 12)

Förderkreis des Arbeitskreis Leben Stuttgart e.V.

Förderkreis Arbeitskreis Leben Stuttgart e.V.
Kontaktadresse:
Römerstr. 32
D-70180 Stuttgart
Vorsitzende: Anni Kiefer
E-Mail: foerderkreis-stuttgart@ak-leben.de

HELFEN SIE UNS LEBEN ZU FÖRDERN

Wir unterstützen den AKL Stuttgart e.V.
ideell und materiell, damit er seine Arbeit
für Menschen in Lebenskrisen adäquat
und konstant realisieren kann.

UNSER SPENDENKONTO
Förderkreis AKL Stuttgart e.V.

IBAN: DE66 6005 0101 0001 0183 38
BIC: SOLADEST600
BW-Bank Stuttgart



Arbeitskreis Leben Stuttgart e.V. (AKL)
Römerstr. 32
70180 Stuttgart
Tel. 0711 - 600 620
E-Mail: akl-stuttgart@ak-leben.de
www.ak-leben.de

Sprechzeiten telefonisch:

Mo, Di, Fr 10 – 13 Uhr
Mi, Do 14 – 16 Uhr
Termine nach Vereinbarung

UNSER SPENDENKONTO

IBAN: DE 26 60050101 0002 6305 19
BIC: SOLADEST 600

Bei Angabe Ihrer Adresse erhalten
Sie eine Spendenbescheinigung.



ARBEITSKREIS LEBEN (AKL)