

Jahresbericht 2024

AKL Karlsruhe



Hilfe in Lebenskrisen und bei Selbsttötungsgefahr



Inhalt

Seite

- 3 Vorwort
- 4 Impressionen vom Frühjahrsempfang
- 6 Statistischer Bericht 2024
- 11 Im Kaleidoskop des Lebens – eine Veranstaltung von de brevitae vitae
- 12 AKL-Ausbildung - „Wir wachsen mit der Aufgabe“
- 14 Vorstellung des AKL bei human aktiv
- 16 Bürgerfest des Bundespräsidenten – ein besonderer Tag für unseren Verein
- 18 Welttag Seelische Gesundheit 2024
- 19 Dankeschön
- 20 Aktivitäten und Ereignisse des AKL
- 22 Finanzbericht
- 23 Adressen AKLs in Baden-Württemberg

Unsere Social-Media-Auftritte

instagram



facebook



Liebe Leserinnen und Leser,

kürzlich stieß ich auf eine Karte mit dem Spruch: „Zeit ist gratis, aber unbezahlbar.“ Dieser Gedanke spiegelt das Engagement unserer ehrenamtlichen Krisenbegleiter und Krisenbegleiterinnen wider. Sie schenken ihre Zeit, um zuzuhören und Menschen in Not Halt, Hoffnung und eine neue Perspektive zu bieten. Diese geschenkte Zeit ist unbezahlbar und geht über die Zahlen der Statistik in diesem Jahresbericht hinaus.



In den folgenden Beiträgen erfahren Sie von den vielfältigen Kooperationen, in denen sich der Arbeitskreis Leben engagiert und in der Öffentlichkeit sichtbar wird. Ein besonderes Highlight im Jahr 2024 war die Einladung von Frau Anja Hoffmann, der Leiterin des AKL-Projektes „Suizidprävention an Schulen“, zum Bürgerfest des Bundespräsidenten auf Schloss Bellevue.

Coronakrise, Klimakrise und Kriege verunsichern die Menschen, führen zunehmend zu persönlichen Krisen, die wiederum gesellschaftliche Herausforderungen verstärken. Es ist ermutigend, dass die Politik dies erkannt hat. Das Land Baden-Württemberg hat 2022 eine Enquete-Kommission zur „Berücksichtigung gesellschaftlicher Strukturen und Betroffenheit in der Krisenvorsorge und Krisenbewältigung“ eingesetzt, deren Bericht nun vorliegt. Darin wird die Bedeutung ehrenamtlichen Engagements hervorgehoben, und es wird betont, dass vorhandene

Strukturen sowie niederschwellige Angebote gefördert werden sollten – alles Qualitäten, die den Arbeitskreis Leben Karlsruhe e.V. auszeichnen.

Obwohl der Großteil unserer Arbeit ehrenamtlich erfolgt, entstehen Kosten z.B. für Miete, zwei 50 % Stellen im Büro, Supervision. Wir hoffen, auch angesichts der schwierigen finanziellen Haushaltslage der Stadt und des Landes weiterhin auf Zuschüsse zählen zu können, ohne die unsere Arbeit nicht möglich wäre. Dafür sind wir sehr dankbar. Über 50 % der Kosten decken wir jedoch durch Spenden. Ein herzliches Dankeschön gilt allen Förderern unseres Vereins. Ihre Unterstützung ermöglicht es uns, Menschen in Krisensituationen wieder Hoffnung und Zuversicht zu schenken und so einen Beitrag zur Stabilisierung unserer Gesellschaft zu leisten.

Nehmen Sie sich etwas Zeit für die Statistik und die Berichte über unsere verschiedenen Aktivitäten. Besuchen Sie auch unsere neu gestaltete Homepage unter <https://akl-karlsruhe.de> und stöbern Sie auf unseren Facebook- und Instagram-Seiten, die von unseren jüngeren Ehrenamtlichen betreut werden.

Ich wünsche Ihnen Zuversicht und Freude.

Herzlichst

Christiane Ihle

2. Vorsitzende Arbeitskreis Leben Karlsruhe e.V.



Impressionen vom Frühjahrsempfang

Der Frühjahrsempfang des AKL fand am 25. April in den Räumlichkeiten des JUBEZ statt, einer Einrichtung des Stadtjugendausschuss e.V. Karlsruhe. Die dortigen Gegebenheiten erwiesen sich als ideal. Infrastruktur und Technik boten genau das, was für den Empfang und das Rahmenprogramm gebraucht wurde. Wohltuend waren auch die Gastfreundlichkeit und Unterstützung durch Frau Sabine Grimberg und Herrn Klaus Speck.

Zahlreiche Gäste folgten unserer Einladung, darunter Vertreterinnen und Vertreter der Lokalpolitik und der Kooperationspartner sowie Förderer und Mitglieder des AKL.

Sie wurden von unserem 1. Vorstand Herrn Alexander Grünling in seiner Einführungsrede begrüßt und die Dankesworte betonten die vielfältige Unterstützung, in ihren unterschiedlichen Formen.

Ein Beitrag von Sigrun Goos über Einsamkeit, ihre verschiedenen Erscheinungsbilder und Vorkommen in unserer Gesellschaft als Auslöser für psychische Belastungsstörungen und Depression, wurde mit regem Interesse gehört und fand in den späteren Gesprächen noch einigen Nachklang.



Ebenso große Beachtung und Diskussionsgrundlage fand das AKL-Projekt „Suizidprävention an Schulen“, 1. Preisträger des DAK Wettbewerbs „Gesichter für ein gesundes Miteinander“, vorgestellt durch die Projektleiterin Anja Hoffmann.



So blicken wir zurück auf einen gelungenen Abend, der eine schöne Plattform für Informationen und Austausch darstellte und einmal mehr unsere wichtige Position als Einrichtung mit einem niedrigschwelligen Angebot für Menschen in suizidalen Lebenskrisen und für Suizidprävention in Karlsruhe verdeutlichte.

Sigrun Goos, Vorstandsmitglied, Trauerrednerin und ehrenamtliche Krisenbegleiterin

Der im Anschluss folgende Film über das AKL-Projekt führte einmal mehr zu Anerkennung und Glückwünschen durch unsere Gäste sowie bei der Projektgruppe zu Stolz und Freude.

Bei aller Wichtigkeit und Ernsthaftigkeit der Themen durfte natürlich das Begleitprogramm nicht fehlen. Die Pausengestaltung durch die Band „Capo 4. Bund“ aus Durmersheim und ihre beeindruckenden musikalischen Beiträge brachte dem Abend Leichtigkeit und Schwung. Natürlich war auch für Essen und Trinken reichlich gesorgt. Vielen Dank an die Hardtstiftung für ihr leckeres, vielseitiges Buffet.



Band „Capo 4. Bund“



Statistischer Bericht 2024

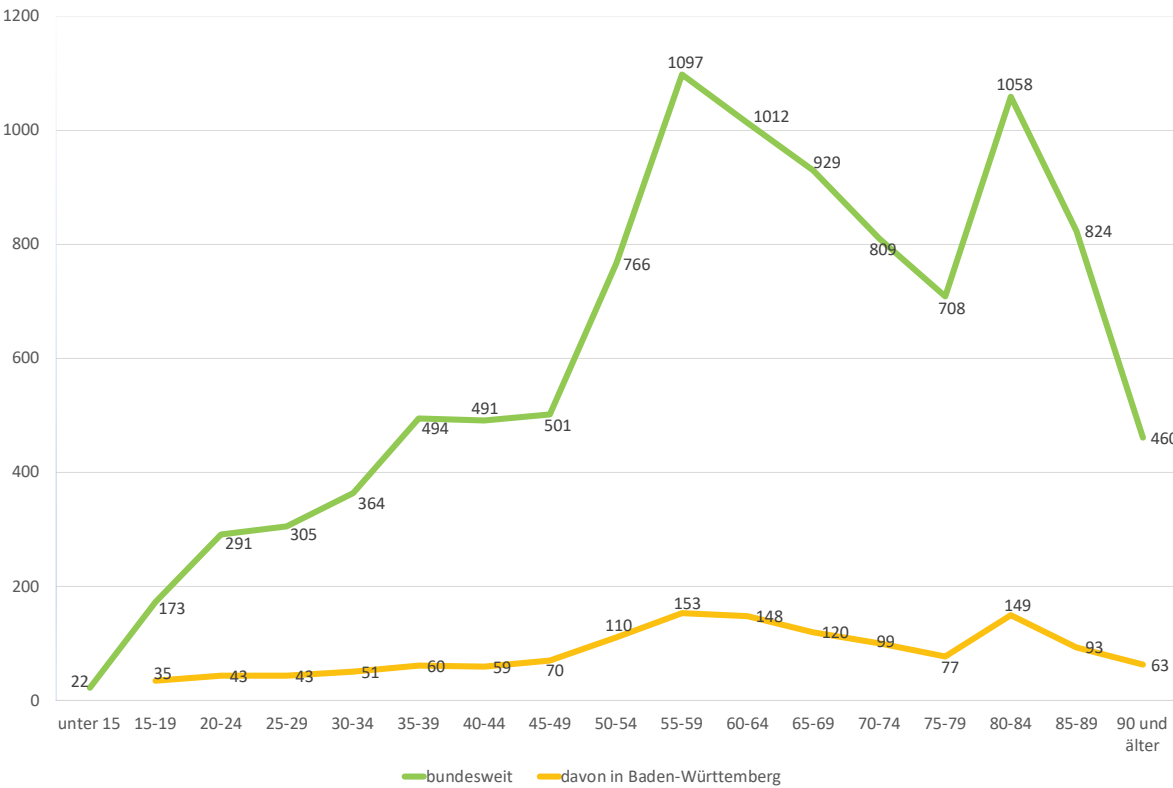
Allgemeine Informationen – Stand 2023

10 304 Tode wurden im Jahr 2023 als Suizide vom Statistischen Bundesamt erfasst. Auch 2023 ist die Zahl weiter angestiegen und es waren 6,6 % mehr Fälle als im Durchschnitt der letzten zehn Jahre. An jeden Tag des Jahres 2023 starben durchschnittlich **28,2 Menschen** durch einen Suizid!

Laut dem Statistischen Bericht des Landes Baden-Württemberg nahmen sich in B-W im Jahr 2023 **1373 Menschen** das Leben.

Im Stadt- und Landkreis Karlsruhe wurden **100 Tode** als Suizide erfasst. Das sind im Vergleich zum Vorjahr 29 Menschen mehr und somit fast so viele wie 2021. Nach wie vor werden deutlich mehr Suizide (über 70%) von Männern begangen. Das gilt bundes- und Baden-Württemberg weit.

Grafik über Suizide nach Altersgruppen bundesweit und für Baden-Württemberg in absoluten Zahlen 2023



AKL Karlsruhe – Stand 2024

337 Menschen haben Kontakt zum AKL aufgenommen. Das ist eine Steigerung um 27 % im Vergleich zum Vorjahr. Davon waren **89** Kontakte telefonisch oder per E-Mail geführte **Kurzkontakte**. Bei **222** Menschen handelte es sich um direkte **Begleitungen** durch die Mitarbeiter*innen des AKL. Außerdem erfolgten **26 Fachberatungen** für Kolleg*innen aus dem psychosozialen Bereich.

Auswertung Begleitungen

222 Menschen wurden 2024 von den Krisenbegleiter*innen des AKL Karlsruhe begleitet – das ist im Vergleich zu 2023 eine Steigerung um 22,5 %. Für die 222 Begleitungen erbrachten die Krisenbegleiter*innen 1146 Begleitungsstunden und hatten insgesamt 1403 Kontakte mit ihnen – persönlich, telefonisch und schriftlich.

Es werden im AKL drei Personengruppen der ratsuchenden Menschen unterschieden:
Betroffene = Menschen in einer Lebens-/suizidalen Krise
Angehörige = Hilfe und Beratung suchende Menschen von (vermutet) Suizidgefährdeten
Hinterbliebene = Menschen, die Jemanden durch Suizid verloren haben

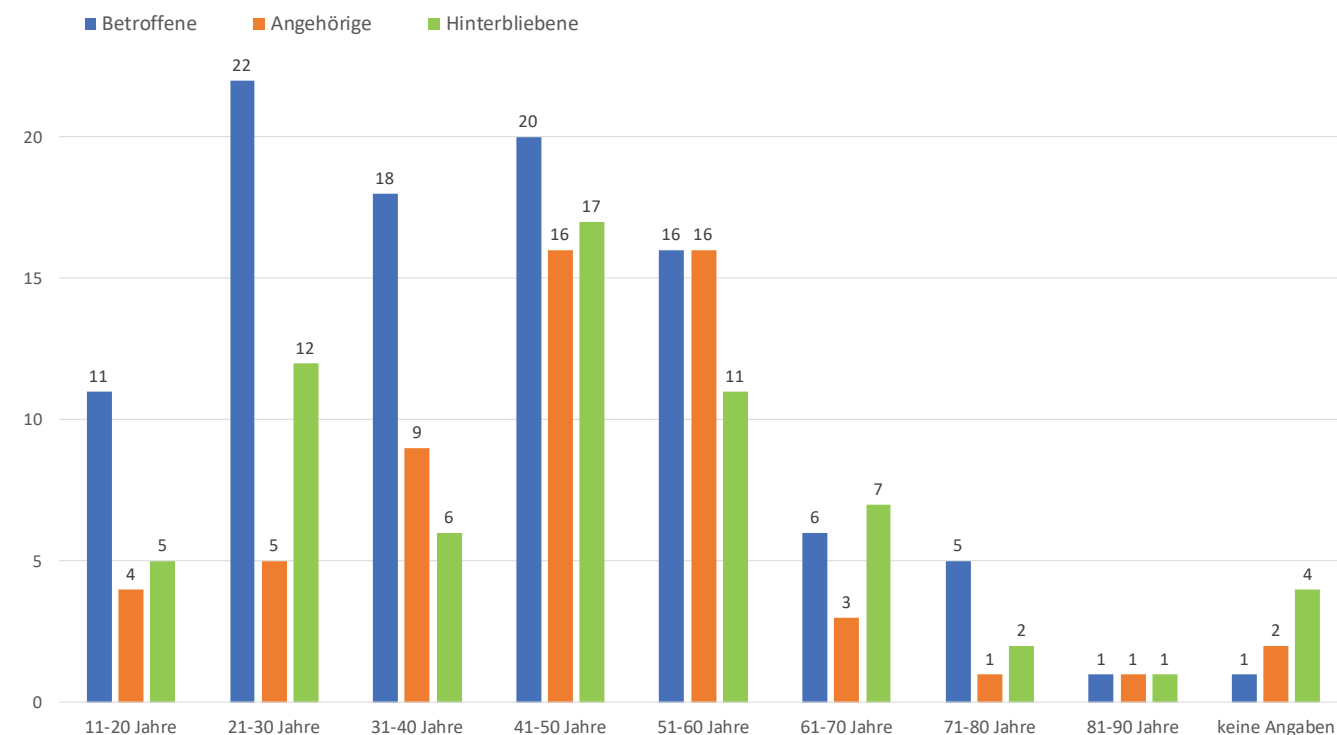
Kontakte zum AKL in den letzten drei Jahren

	2024	w	m	div.	2023	w	m	div.	2022	w	m	div.
Kontakte insgesamt	337				265				278			
Begleitungen:	222	165	57	0	181	134	45	2	180	123	57	0
• Betroffene	100	67	33	0	76	54	20	2	81	46	35	0
• Angehörige	57	45	12	0	50	34	16	0	50	36	14	0
• Hinterbliebene	65	53	12	0	55	46	9	0	49	41	8	0
Fachberatung	26				19				13			
Kurzkontakte*	89				65				85			

* Anfragen, die noch keine echte Begleitung darstellen, sowie allgemeine Anfragen zu den AKL Angeboten oder ganz anderen Dingen



Altersverteilung der Begleitungen unterteilt nach Betroffene, Angehörige und Hinterbliebene
in absoluten Zahlen (n = 222)



Der Anteil der Begleitungen, die 30 Jahre und jünger waren, ist im Vergleich zum Vorjahr wieder gestiegen und betrug 2024 ca. 27 %. Ca. 1/5 aller selbst Betroffenen war 25 Jahre alt oder jünger. Zum einen stieg die Belastung der bis 25-Jährigen in den letzten Jahren, zum anderen erreicht der AKL Karlsruhe zunehmend die jüngeren Menschen.

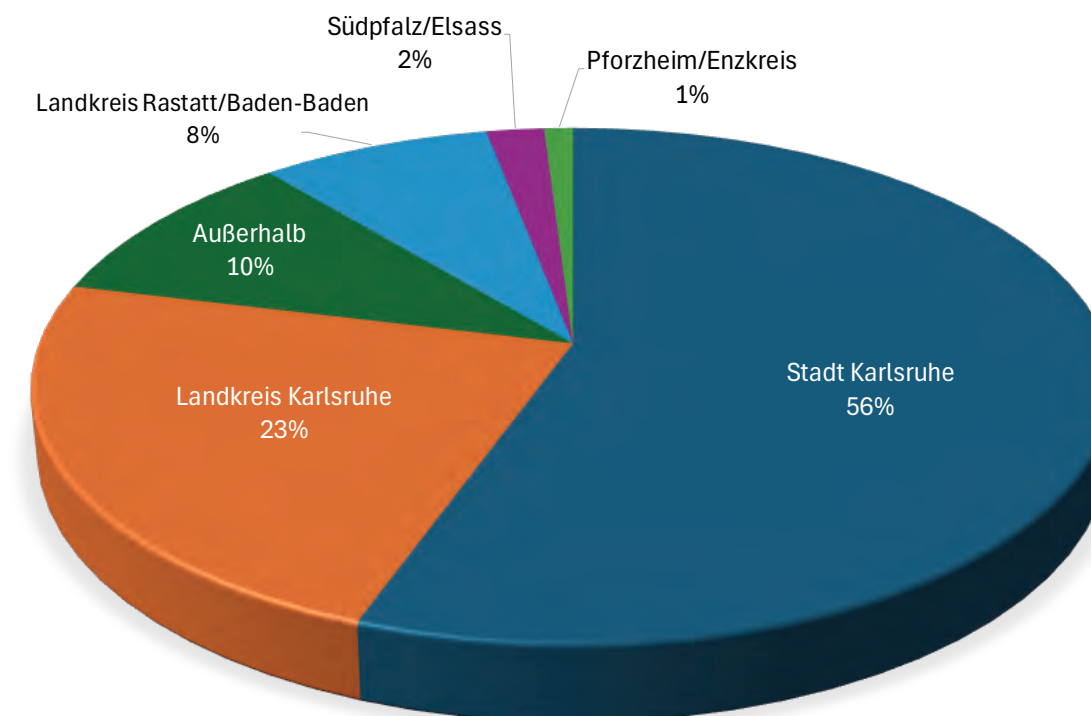
Auch 2024 haben vor allem Menschen im Alter 41-60 Jahre die Unterstützung des AKL in Anspruch genommen.

Die hier herrschende Gleichverteilung der direkt Betroffenen, Angehörigen und Hinterbliebenen haben wir bereits im letzten Jahr mit der Zugehörigkeit dieser Personen zur so genannten Sandwich-Generation zu erklären versucht. Diese Generation von Erwachsenen hat die Verpflichtungen und Verantwortung für sich, für die Rentnergeneration (ihre Eltern und Schwiegereltern) und für die eigenen Kinder zu tragen.

Die meisten Anfragen kamen aus der Stadt Karlsruhe und dem Landkreis Karlsruhe (fast 80 %). Die Anfragen von außerhalb sind im Vergleich zum Vorjahr konstant.

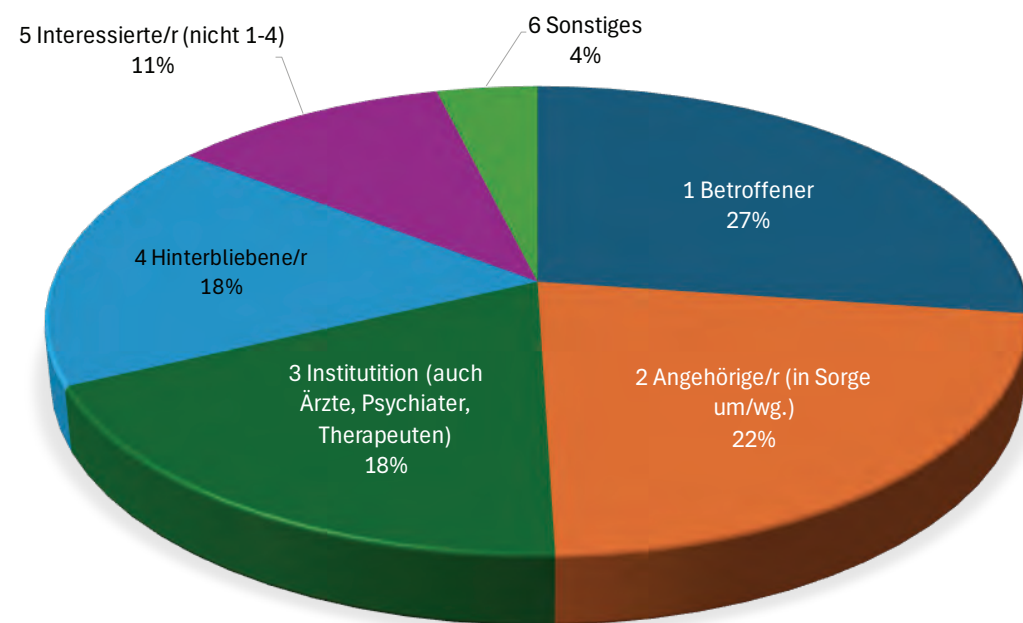
Nach wie vor sind sie meist aus Richtung nördliches Baden-Württemberg und östliches B-W. In diesen Regionen gibt es keine zum AKL vergleichbaren Angebote.

Wohnortverteilung der Kontakte insgesamt (n = 337) in %





Wer fragt an? Insgesamt (n = 337) in %



Von den insgesamt 337 Kontakten zum AKL waren 75 % sogenannte „Klientenbezogene Anfragen“, die sich direkt auf eine Person/eine Personengruppe bezogen.

Die meisten Kontakte erfolgten durch selbst Betroffene (27 %). Auch bei den 222 Begleitungen sind die selbst Betroffenen am häufigsten (45 %). Die bei ihnen wahrgenommenen Problemfelder sind vor allem psychische Auffälligkeiten und/oder diagnostizierte psychische Erkrankungen, Isolation/Verein-samung und die Beziehungssituationen mit Familie und Freunden. Mehrfachnennungen sind möglich.

Auswertung Fachberatungen

19 der 26 Fachberatungen bezogen sich auf Einzelpersonen. 75 % der Fachberatungen waren aus der Stadt Karlsruhe und dem Landkreis Karlsruhe. Bei den Fachberatungen ging es auch 2024 im Wesentlichen um die Stärkung und Unterstützung (kollegiale Supervision) der Kolleg*innen. In 8 Fällen ging es um eine konkrete Gefährdungseinschätzung in der bestehenden Situation. Im überwiegenden Teil ging es um weibliche Personen/Personengruppen und 40 % der Beratungen hatten junge Menschen bis 18 Jahre als Thema.

Im Kaleidoskop des Lebens – eine Veranstaltung von de brevitae vitae

Für eine kleine Gruppe interessierter Menschen fand im Rahmen der Kooperation „de brevitae vitae“ am 22.11.2024 eine Veranstaltung in der kleinen Kapelle auf dem Hauptfriedhof in Karlsruhe statt. Eingeladen hatten Vertreter des Infocenter am Hauptfriedhof, der evangelischen und katholischen Kirche, der Wirkstatt, der VHS sowie des AKL.

Neben Informationen über verschiedene Arten der Bestattung, die der Friedhof KA anbietet (Feuer- und Erdbestattung, Kolumbarien, Friedwald, sog. Ewigkeitsgrab) und Liegedauer erfuhr man auch einiges über die Kosten und diverse Formen der Finanzierung einer Grabstätte. Es gibt die Möglichkeit Vorsorgeverträge abzuschließen, mit denen alles Wichtige vorher festgelegt werden kann – eine Art der Vorsorge, die es den Angehörigen in der belastenden Situation eines Sterbefalls erleichtert die Formalien zu erledigen. Das berichteten auch eine Mutter und ihre Tochter aus eigener Erfahrung, als der Vater/Ehemann verstorben war.

Dazu wurden Texte und Gedichte vorgelesen zu den Themen Sterben, Trauer und den vielfältigen

Emotionen, die im Todesfall auftreten können. Als besonderer Aspekt wurden plötzliche Todesfälle beleuchtet wie etwa ein Unfall oder Suizid, die die Angehörigen in verstärkter Weise damit konfrontieren, dass der Verstorbene ohne Abschied gegangen ist, Ratlosigkeit hinterlässt und evtl. Schuldgefühle auslöst. Zwischen den Beiträgen erklangen an der Orgel passend improvisierte kurze Musikstücke, die den Rahmen einer stimmigen Veranstaltung zum Thema Tod und Bestattung bildeten.

Bücher und Texte zum Thema konnten noch eingesehen und teilweise mitgenommen werden. Beim anschließenden Treffen im Hoepfner Burghof wurde sich tiefergehender ausgetauscht.

Gisela Stumm, ehrenamtliche Krisenbegleiterin
Alexander Grünling, 1. Vorsitzender und ehrenamtlicher Krisenbegleiter

Fachstelle Leben im Alter
Evangelische Kirche in Karlsruhe





AKL-Ausbildung - „Wir wachsen mit der Aufgabe“

Am 23. September 2023 begann für uns – sieben Frauen – eine besondere Reise: die Ausbildung zur ehrenamtlichen Krisenbegleiterin beim Arbeitskreis Leben Karlsruhe (AKL). Eine Ausbildung, die nicht nur Wissen vermittelte, sondern tief berührte. Sie dauerte sieben Monate, umfasste 15 Mittwochabende, zwei Samstage und ein gemeinsames Wochenende – und hat uns alle nachhaltig verändert. Begleitet von unseren beiden kompetenten und zugewandten Trainerinnen Anja Hoffmann und Almut Munke, tauchten wir Schritt für Schritt in die Grundlagen der Krisenbegleitung ein.

Zu Beginn wurde deutlich, wie viel Macht Sprache in der Begleitung von Krisen hat.

Gleich zu Beginn haben wir uns mit einem der zentralen Begriffe unserer Arbeit auseinandergesetzt: „Suizid“. Uns wurde bewusst, wie viel Verantwortung Sprache trägt. Statt beschönigender oder

moralisierender Begriffe verwenden wir bewusst den Begriff „Suizid“ – als sachlichen, respektvollen Ausdruck, auch im Hinblick auf die betroffenen Hinterbliebenen. Suizidales Verhalten ist immer auch ein gewalttätiger Akt gegen sich selbst – das ernst zu nehmen und achtsam zu begleiten, war und ist unser Ziel.

Im Laufe der Ausbildung wuchs nicht nur unser Wissen, sondern auch unsere Haltung. Wir erhielten fundiertes Wissen über Krisentheorien, suizidale Entwicklungen und Interventionsmöglichkeiten. Wir arbeiteten mit dem Buch „Krisenintervention – ein fallorientiertes Arbeitsbuch für

die Praxis und Weiterbildung“, beschäftigten uns mit dem Verlaufsmodell der suizidalen Entwicklung nach Pöldinger und hinterfragten Mythen wie z. B. die Aussage: „Menschen, die über Suizid sprechen, tun es nicht.“ – ein gefährlicher Irrtum, den wir nun sicher widerlegen können. Wir haben gelernt, wie wichtig eine einfühlsame,

wertfreie Gesprächsführung ist – mit echter Präsenz, offenem Herzen und klarem Bewusstsein für unsere eigenen Grenzen. In vielen Übungseinheiten, Rollenspielen und Gruppenarbeiten konnten wir genau das trainieren – und dabei auch uns selbst besser kennenlernen.

Ein Wochenende voller Echtheit und Tiefe schenkte uns neue Perspektiven auf das Thema Trauer.

Ein besonderes Highlight war das Trauerwochenende im März 2024 mit Caterina Beck. In achtsamer Atmosphäre setzten wir uns mit Fragen wie „Was ist Trauer eigentlich genau?“, den verschiedenen Trauerphasen und möglichen Ritualen auseinander. Auch unser eigener Umgang mit Verlusten bekam Raum. Es war ein Wochenende voller Ehrlichkeit, Tiefe und gegenseitigem Vertrauen.

Mit dem Abschluss im April endete die Ausbildung – und begann unsere neue Rolle.

Am 20. April 2024 feierten wir den Abschluss unserer Ausbildung. Es war ein Tag des Rückblicks, der Wertschätzung und der Freude über das gemeinsam Erreichte. Neben organisatorischen Informationen rund um die künftige Mitarbeit im AKL – Supervisionsgruppen, Tandems, Raumpläne und Statistik – stand vor allem der Austausch darüber im Vordergrund, wie sehr uns diese Monate geprägt haben.

Wir alle haben die Ausbildung abgeschlossen – und jede geht ihren eigenen Weg.

Zwei von uns haben sich bewusst entschieden, aktuell nicht in der aktiven Krisenbegleitung tätig zu werden – eine Entscheidung, die wir mit großem Respekt und Verständnis würdigen. Seit Ende der Ausbildung sind nun fünf von uns als Krisenbegleiterinnen im AKL aktiv. Mit Unterstützung unserer Tandems – erfahrenere Kollegen und Kolleginnen aus dem Team – konnten wir direkt erste Begleitungen übernehmen und das Gelernte in die Praxis überführen.

Diese Ausbildung war für uns weit mehr als das Erlernen eines Ehrenamts. Sie war eine Reise zu mehr Achtsamkeit, Selbstreflexion und Mitgefühl. Wir haben nicht nur gelernt, wie man Menschen in seelischen Krisen begleitet – wir haben auch gelernt, wie wichtig es ist, dabei gut für uns selbst zu sorgen.

Wir sind dankbar für das, was wir erleben durften – und bereit, das Gelernte weiterzugeben.

Samantha Kurtz, ehrenamtliche Krisenbegleiterin



von links: Sandra Lutz, Sophie Heider, Anja Hoffmann, Almut Munke, Sabrina Joos, Samantha Kurtz, Dajana Ullrich, Julia Schwarz



Vorstellung des AKL bei human aktiv

Nach einer sehr großzügigen Spende durch human aktiv, dem Hilfswerk der Neuapostolischen Kirche, die durch Herrn Michael Ehrich, Präsident der Neuapostolischen Kirche Süddeutschland, in unseren Räumen überreicht wurde, erfolgte im Sommer 2024 eine Einladung nach Stuttgart Bad Cannstatt.

In dem imposanten Gebäude der dortigen Neuapostolischen Kirche fand am 26. Juli ein Treffen der Bischöfe und Bezirksapostel statt, die sich aus weiten Teilen Süddeutschlands zum Jahrestreffen eingefunden hatten.

Neben den allgemeinen Berichten zur Haushaltslage, der Organisation und den Aktivitäten der Kirche wurden ausgewählte Hilfsprojekte vorgestellt, die durch Spenden von human aktiv unterstützt wurden. Dabei war als einem von zwei „Live-Vorträgen“ auch das AKL-Projekt „Suizidprävention an Schulen“.

Als Vertreterin des AKL sah ich mich einem überwiegend männlichen Auditorium gegenüber, gemäß der Kleiderordnung für Bezirksapostel, alle in dunklem Anzug, weißen Hemd und Krawatte. Was auf den ersten Eindruck fast etwas einschüchternd auf mich wirkte, wurde aber durch einen sehr



netten Empfang völlig relativiert und die Vorstellung des AKL, dessen Inhalte und Organisationsstrukturen sowie des Schulprojekts, wurde mit großer Aufmerksamkeit quittiert.

Auch die nachfolgende Fragerunde zeigte großes Interesse und Anerkennung bezüglich unserer Arbeit.

Insgesamt war es für mich ein sehr interessanter Nachmittag und ich habe mit großem Erstaunen einiges über Inhalte, Aufgaben und Strukturen der Neuapostolischen Kirche erfahren.

Hierzu ein paar markante Eckdaten:

Die Kirche ist ausschließlich eigenfinanziert. Die über 9 Millionen Mitglieder! finden sich in fast 200 Ländern der Erde.

Zahlreiche Hilfsprojekte und Einrichtungen, überwiegend auf dem afrikanischen Kontinent wurden durch human aktiv initiiert und werden teilweise kontinuierlich betrieben.

Der Besuch in Bad Cannstatt hinterließ bei mir einen sehr nachklingenden Eindruck.

Sigrun Goos, Vorstandsmitglied und ehrenamtliche Krisenbegleiterin

"...denn sie sind ein Teil von uns ..."
"...denn sie sind ein Teil von uns ..."

ABENDGOTTESDIENST

Gedenken an Suizidtote

**Sonntag, 23. November 2025
19.00 Uhr**

**Kleine Kirche Karlsruhe
Kaiserstraße 131
KVV Marktplatz Pyramide**

Eine Initiative des Arbeitskreis Leben Karlsruhe e.V., in Zusammenarbeit mit Angehörigen, der brücke, der Telefonseelsorge, dem Polizeipräsidium, der Notfallseelsorge, sowie der evangelischen Kirche und dem katholischen Dekanat Karlsruhe

© Günter Havlena, Pixelio



Bürgerfest des Bundespräsidenten – ein besonderer Tag für unseren Verein

Im September 2024 durfte ich für den Arbeitskreis Leben Karlsruhe e. V. zum Bürgerfest des Bundespräsidenten auf Schloss Bellevue reisen. Eingeladen wurden beson-



ders engagierte Ehrenamtliche – und auch unser Projekt „Suizidprävention an Schulen“ stand damit im Rampenlicht. Unsere Auszeichnung beim DAK-Wettbewerb „Gesichter für ein gesundes Miteinander“ 2023 war der Anlass für diese Einladung – und was soll ich sagen: Es war wirklich ein ganz besonderer Tag.

Mitten im Schlosspark, zwischen weißen Pagodenzelten, Livemusik und lauter beeindruckenden Menschen, ergaben sich Gespräche, wie man sie im Alltag selten führt. Ich durfte Bundespräsident Frank-Walter Steinmeier persönlich treffen, ein paar Worte mit Familienministerin Lisa Paus wechseln und habe unter anderem auch Stephan Weil kennengelernt.

Es war eine wunderbare Gelegenheit, unser Herzensthema Suizidprävention ins Gespräch zu bringen.

Was mich besonders berührt hat: die Atmosphäre. So viel Wertschätzung, Offenheit und echtes Interesse an den Menschen hinter den Projekten – es ging nicht ums Protokoll, sondern wirklich um die Sache.

Für unseren Verein war das Bürgerfest eine wertvolle Möglichkeit, sichtbar zu werden und unsere wichtige Arbeit weiterzutragen. Diese Einladung war nicht nur eine persönliche Ehre – sie war ein starkes Zeichen für uns alle im Arbeitskreis Leben Karlsruhe e. V., dass sich unser Einsatz lohnt und dass Themen, die oft im Verborgenen bleiben, genau dorthin gehören, wo Menschen miteinander ins Gespräch kommen.

Ein Tag voller Begegnungen, Inspiration und Rückenwind für alles, was noch vor uns liegt.

Anja Hoffmann, system. Coach und ehrenamtliche Krisenbegleiterin





Welttag Seelische Gesundheit 2024

Im Rahmen des Welttages zur seelischen Gesundheit führte die Karlsruher Initiative gegen Depression im Ständehaus die Veranstaltung „Reden hilft, hilft reden wirklich? Gedanken zur Besserung seelischer Störungen im Alter“ durch. Die Herausforderungen des Alters zu meistern ist oft nicht einfach. Hier kann Reden entlasten, unterstützen und Klarheit schaffen.

Der Referent Dr. Jörg Breitmaier, Gründungsmitglied des AKL Karlsruhe sowie Psychiater und Psychotherapeut, bezog in seinem Vortrag das Publikum gut mit ein. Es gab lebhaftes Diskussionen und viele Beiträge. Anschließend berichtete die Psychologin Sabine Winter über aufsuchende Hilfe speziell für Seniorinnen und Senioren mit psychischen Problemen.

Nach den Vorträgen beantworteten die Mitglieder der Karlsruher Initiative gegen Depression – darunter der Arbeitskreis Leben - an den Infotischen offen gebliebene Fragen der Teilnehmer. Die Veranstaltung war gut besucht. Da sie im Erdgeschoss der Stadtbibliothek stattfand, gab es auch einige „Zufallsbesucher“, die interessiert zuhörten und sich durch die ausgelegten Flyer über die Angebote der Veranstalter informierten. Auch der AKL-Traubenzucker fand regen Zuspruch.



Willi Schmidt, Vorstandsmitglied und ehrenamtlicher Krisenbegleiter, Sabrina Joos, ehrenamtliche Krisenbegleiterin

Dankeschön 2024

Herzlich danken wir den großzügigen Spendern:

- Der Stadt Karlsruhe, dem Landkreis Karlsruhe und dem Land Baden-Württemberg für die gewährten Förderungen
- Der Stadtverwaltung Wörth am Rhein
- Der Wilhelm-Baur-Stiftung Karlsruhe
- Der Albert-Maier-Stiftung
- Dem Info-Center am Hauptfriedhof für die Unterstützung unserer Öffentlichkeitsarbeit
- Dem evangelischen Kirchenbezirk und dem katholischen Dekanat Karlsruhe für die Unterstützung des ökumenischen Gottesdienstes in der Kleinen Kirche
- Den verschiedenen Kirchengemeinden für ihre Kollekten

- Dem Internationaler Frauenclub
- Der Wendelins Eventschmiede e.V.
- Der Seeburger AG Bretten
- Dem Hilfswerk Human Aktiv



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



Aktivitäten und Ereignisse des AKL

- Regelmäßige Supervision für die ehrenamtlichen Krisenbegleiter*innen (EAs)
- Regelmäßige Treffen der Projektgruppen „Social Media“ und „Suizidprävention an Schulen“
- Frühjahrsempfang (siehe Beitrag S. 4) mit Aufnahme der neuen ehrenamtlichen Krisenbegleiterinnen (siehe Beitrag S. 12)
- Fortbildung zur Resilienz für die ehrenamtlichen Krisenbegleiter*innen
- Fortbildungen zu affektiven Störungen und PTBS (Haupt- und Ehrenamtliche)
- Dankesfeier für und mit den ehren- und hauptamtlichen Krisenbegleiter*innen im Sandkorn und im Restaurant Asmara
- Eine Trauergruppe für Suizidhinterbliebene über das Jahr hinweg
- Hinterbliebenengottesdienst im November 2024
- **Schülerworkshops „Suizidprävention an Schulen“:**
2024 besuchte der AKL Karlsruhe insgesamt 11 Schulklassen der Schulformen (Werk-) Realschule und (Berufliches) Gymnasium, über 250 Schüler*innen nahmen an den Workshops teil.
- **Fortbildungen und Vorträge – Präventionsarbeit:**
2024 fanden insgesamt 13 Veranstaltungen zum Thema Suizidprävention statt. Die Formate waren live, online und über's Radio. Über 400 Menschen wurden hierdurch direkt erreicht.

- **Kooperationstreffen mit:**
 - Treffen mit Herrn Achim Kolb (Stadt Karlsruhe Sozial- und Jugendbehörde) bzgl. Kooperation im Bereich Kinder- und Jugendprävention zum Thema Suizidalität
 - der Telefonseelsorge und der Beratungsstelle „brücke“
 - „de brevitae vitae“
 - der Initiative gegen Depression
 - dem AK Trauer
 - Online und live Treffen-LAG-Treffen der AKLs Baden-Württemberg
- **Öffentlichkeitsarbeit:**
 - DAK Videodreh
 - Human Aktiv

AKL-Flyer zur Suizidprävention an Schulen



Wenn Reden Leben rettet – Suizidprävention an Schulen

Workshops für Schüler & Pädagogen



ARBEITSKREIS LEBEN (AKL)

Im Jahr 2024 hatte der Arbeitskreis Leben Karlsruhe e.V. Ausgaben in Höhe von **118.229,40 €** und Einnahmen von **120.754,34 €**. Durch allein öffentliche Zuwendungen war es wie in den Vorjahren nicht möglich den Haushalt zu decken. Der AKL Karlsruhe ist und bleibt auf die großzügige Unterstützung vieler Spender und Spenderinnen angewiesen.

Finanzbericht 2024

Ausgaben

• Personalkosten	80.012,68 €
• Aus- und Fortbildung	801,53 €
• Supervision, 2 Gruppen	5.690,20 €
• Miete/Betriebskosten	11.571,18 €
• Geschäftsaufwand und Öffentlichkeitsarbeit	6.343,17 €
• Verbrauchsmittel	2.229,83 €
• Erstattung von Aufwand für das Ehrenamt	5.505,40 €
• Versicherungen/Beiträge/Gebühren	2.125,98 €
• Telefonkosten	555,70 €
• Prävention Schulprojekt	980,19 €
• Trauerangebote	301,79 €
• Sonstige Ausgaben	2.111,75 €

Einnahmen

• Zuschuss Land Baden-Württemberg	29.823,33 €
• Zuschuss Stadt Karlsruhe	15.281,00 €
• Zuschuss Landkreis Karlsruhe	12.000,00 €
• Spenden	39.374,85 €
• Zweckgebundene Spenden	13.000,00 €
• Mitgliedsbeiträge	3.890,00 €
• Bußgelder	1.010,00 €
• Mitarbeiter Spenden Aufwand	1.544,60 €
• Sonstige Einnahmen	4.830,56 €

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

AKL Böblingen e.V.	Telefon-AB: 07031 / 30 49 2 59 Mail: akl-boeblingen@ak-leben.de	
AKL Freiburg e.V.	Tel.: 0761 / 33 3 88 E-Mail: akl-freiburg@ak-leben.de oder info@u25-freiburg.de	Talstr. 29 79102 Freiburg
AKL Heilbronn e.V.	Tel.: 0 71 31 / 16 42 51 E-Mail: akl-heilbronn@ak-leben.de	Bahnhofstr. 13 74072 Heilbronn
AKL Karlsruhe e.V.	Krisenberatung: 0721 / 81 14 24 Geschäftsstelle: 0721 / 82 00 667 E-Mail: akl-karlsruhe@ak-leben.de	Putlitzstraße 16 76137 Karlsruhe
AKL Kirchheim e.V.	Tel.: 0 70 21 / 75 0 02 E-Mail: akl-kirchheim@ak-leben.de	Alleenstr. 92 73230 Kirchheim / Teck
AKL Leonberg e.V.	Tel.: 0 71 56 / 40 19 452 oder 0 71 56 / 40 19 452 Handy: 0163 / 25 78 576 E-Mail: akl-leonberg@ak-leben.de	
AKL Nürtingen e.V.	Krisenberatung: 0 70 22 / 19 2 98 Geschäftsstelle: 0 70 22 / 39 1 12 Fax: 0 70 22 / 38 5 90 E-Mail: akl-nuertingen@ak-leben.de	Frickenhäuser Str. 3 72622 Nürtingen
AKL Reutlingen e.V.	Krisenberatung: 0 71 21 / 19 2 98 Geschäftsstelle: 0 71 21 / 44 4 12 Fax: 0 71 21 / 47 07 32 E-Mail: akl-reutlingen@ak-leben.de	Karlstr. 28 72764 Reutlingen
AKL Stuttgart e.V.	Tel.: 0711 / 600 620 E-Mail: akl-stuttgart@ak-leben.de	Römerstr. 32 70180 Stuttgart
AKL Tübingen e.V.	Krisenberatung: 0 70 71 / 19 2 98 Geschäftsstelle: 0 70 71 / 9221 0 Fax: 0 70 71 / 92 21 90 E-Mail: akl-tuebingen@ak-leben.de	Österbergstr. 4 72074 Tübingen
AKL Zollernalb e.V.	Tel.: 07121-19298 E-Mail: akl-zollernalb@ak-leben.de	Gemeindepsychiatrisches Zentrum Schwabenstr. 19 72336 Balingen
Internet - Beratungsmöglichkeiten für Jugendliche:	www.u25-freiburg.de (AKL Freiburg e.V.) www.youth-life-line.de (AKL Tübingen/Reutlingen e.V.)	
Für Menschen ab 60 Jahre:	www.lebenslinien-60plus.de	



Arbeitskreis Leben Karlsruhe e.V.

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

Sie erreichen uns mit öffentlichen Verkehrsmitteln:

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

Die Nummer unseres Beratungstelefons lautet:

0721 / 81 14 24

Wir haben folgende Sprechzeiten:

Montag und Freitag von 10.00 – 12.00 Uhr
Dienstag und Donnerstag von 10.00 – 14.00 Uhr
Mittwoch von 17.00 – 19.00 Uhr

Ihre Ansprechpartner sind:

dorothea.manz@ak-leben.de
almut.munke@ak-leben.de

Unser Spendenkonto

Sparkasse Karlsruhe
IBAN DE77 6605 0101 0009 8522 37
BIC KARSDE66XXX

Der AKL Karlsruhe ist Mitglied bei:

- Deutscher Gesellschaft für Suizidprävention e.V. (DGS)
- Gemeindepsychiatrischer Verbund Karlsruhe (GPV)
- Karlsruher Initiative gegen Depressionen
- Landesarbeitsgemeinschaft der Arbeitskreise Leben in Baden-Württemberg (LAG)
- Paritätischem Wohlfahrtsverband (DPWV)



Gefördert durch
die Stadt Karlsruhe

