

# Jahresbericht 2025

AKL Karlsruhe



Hilfe in Lebenskrisen und bei Selbsttötungsgefahr



## Inhalt

### Seite

|    |                                                                                             |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3  | Vorwort                                                                                     |
| 4  | Statistischer Bericht 2025                                                                  |
| 9  | ABC des AKL - <u>A</u> ktivitäten                                                           |
| 11 | ABC des AKL - <u>B</u> egegnungen                                                           |
| 16 | ABC des AKL - <u>C</u> ooperationen                                                         |
| 16 | Finanzbericht 2025                                                                          |
| 19 | Dankeschön 2025                                                                             |
| 20 | Buchempfehlungen / Bibliothek des AKL                                                       |
| 21 | Bericht der Landesarbeitsgemeinschaft (LAG)<br>der Arbeitskreise Leben in Baden-Württemberg |
| 23 | Adressen AKLs in Baden-Württemberg                                                          |
| 24 | Kontaktdaten & Informationen<br>Arbeitskreis Leben Karlsruhe e.V.                           |

Unsere Angebote im Internet:

instagram



Digitaler Frühlingsgruß 2025



facebook



## Vorwort: Begegnungen

Es sind diese wiederkehrenden Ereignisse, die uns daran erinnern, wie schnell die Zeit vergeht – und auch der jährliche Bericht über die Entwicklungen und Aktivitäten des AKL ist dafür ein kleines Beispiel.

Wieder blicken wir zurück auf ein ereignisreiches und erfüllendes Jahr mit zahlreichen Aktivitäten und Begegnungen. Deshalb steht das Vorwort des Jahresberichts 2025 unter dem Leitgedanken „Begegnungen“.

„Es sind die Begegnungen mit Menschen, die das Leben lebenswert machen.“

Guy de Maupassant (1850–1893), französischer Erzähler



Sehr geehrte Damen und Herren, werte Unterstützende, liebe Kolleginnen und Kollegen, als Krisenbegleiterinnen und Krisenbegleiter begegnen wir Menschen in schwierigen Lebenssituationen. Manche Krisen sind akut, andere bestehen schon seit vielen Jahren. Die Menschen, die sich an uns wenden, sind dabei so individuell wie ihre Geschichten.

Wenn es gelingt, durch wertfreies Zuhören und Perspektivwechsel Hoffnung und Zuversicht zu vermitteln, zeigt uns das immer wieder, wie bedeutsam unsere Arbeit ist.

Ebenso wichtig ist der wertschätzende Austausch untereinander – zwischen ehrenamtlichen und

hauptamtlichen Kolleginnen und Kollegen sowie mit externen Fachkräften im Rahmen der Supervisionen. Diese Begegnungen stärken uns und helfen uns, Möglichkeiten, aber auch Grenzen zu erkennen.

Begegnungen mit Vertreterinnen und Vertretern der Lokalpolitik helfen uns, gesellschaftliche Entwicklungen in unserem Handeln zu berücksichtigen und im Austausch zu bleiben. Besonders bereichernd erleben wir auch die Workshops zur Suizidprävention an Schulen, bei denen Schülerinnen und Schüler, Lehrkräfte und Schulsozialarbeit mit ihren unterschiedlichen Perspektiven zusammenkommen.

Der Austausch mit anderen gemeinnützigen Organisationen und Initiativen zeigt die Vielfalt sozialer Projekte in Karlsruhe und Umgebung. Auch die Begegnungen mit Spenderinnen, Spendern und Unterstützenden bedeuten uns viel – nicht nur wegen der wichtigen finanziellen Hilfe, sondern auch wegen der Wertschätzung, die damit verbunden ist. Dafür danken wir allen Unterstützerinnen und Unterstützern herzlich. Auch kleine Beiträge helfen uns, unsere wichtige gesellschaftliche Aufgabe weiterzuführen.

Im Namen aller Kolleginnen und Kollegen des AKL wünsche ich Ihnen auch in diesen herausfordernden Zeiten gute zwischenmenschliche Begegnungen und alles Gute.

Mit herzlichen Grüßen

Sigrun Goos

Krisenbegleiterin und Mitglied des Vorstands  
Arbeitskreis Leben Karlsruhe e.V.



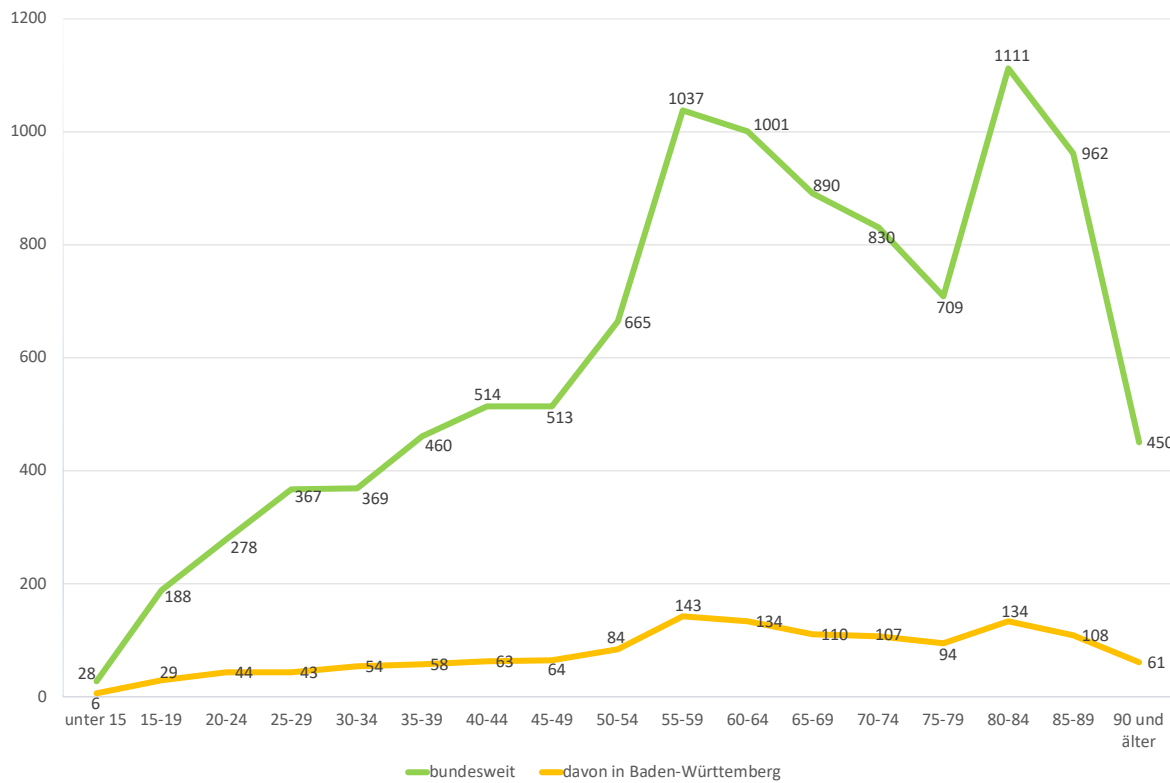
**10 372** Suizide wurden im Jahr 2024 vom Statistischen Bundesamt erfasst. Auch 2024 ist die Zahl weiter angestiegen und liegt mit 7,1 % mehr Fällen über dem Durchschnitt der letzten zehn Jahre.

In Baden-Württemberg nahmen sich 2024 **1336 Menschen** das Leben (Statistischer Bericht des Landes Baden-Württemberg). Für die Region Karlsruhe bedeutet das konkret: im Stadtkreis Karlsruhe wurden **34** und im Landkreis Karlsruhe **43 Tode** als Suizide

erfasst. Im Vergleich zum Vorjahr sind dies 23 Menschen weniger, deren Tod als Selbsttötung registriert wurde.

Bundesweit werden nach wie vor deutlich mehr Suizide (über 70 %) von Männern begangen. Allerdings nimmt die Zahl der Selbsttötungen bei Frauen zu - das Verhältnis ist nicht mehr 3 zu 1, sondern verschiebt sich in Richtung 2 zu 1.

Grafik über Suizide nach Altersgruppen bundesweit und für Baden-Württemberg in absoluten Zahlen 2024



Da sein wenn es drauf ankommt – der AKL Karlsruhe

**345 Menschen** haben 2025 Kontakt zum AKL aufgenommen. Menschen, die Unterstützung suchen. Menschen, die nicht allein bleiben wollen.

Davon waren **110** 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 **13 Fachberatungen** für Kolleg\*innen aus dem psychosozialen Bereich.

Auswertung Begleitungen - Hilfe, die ankommt

**222 Menschen** wurden 2025 von den Krisenbegleiter\*innen des AKL Karlsruhe begleitet –

genauso viele wie 2024. Für diese 222 Begleitungen wurden insgesamt **1057 Begleitungsstunden und 1350 Kontakte** (persönlich, telefonisch und schriftlich) erbracht.

**Das bedeutet: zuhören, Raum geben, begleiten, stabilisieren.**

Bei den um Begleitung und Unterstützung suchenden Menschen handelt es sich um:

**Betroffene** = Menschen in einer Lebens-/suizidalen Krise  
**Angehörige** = Menschen in Sorge um Jemand anderes  
**Hinterbliebene** = Menschen, die Jemanden durch Suizid verloren haben

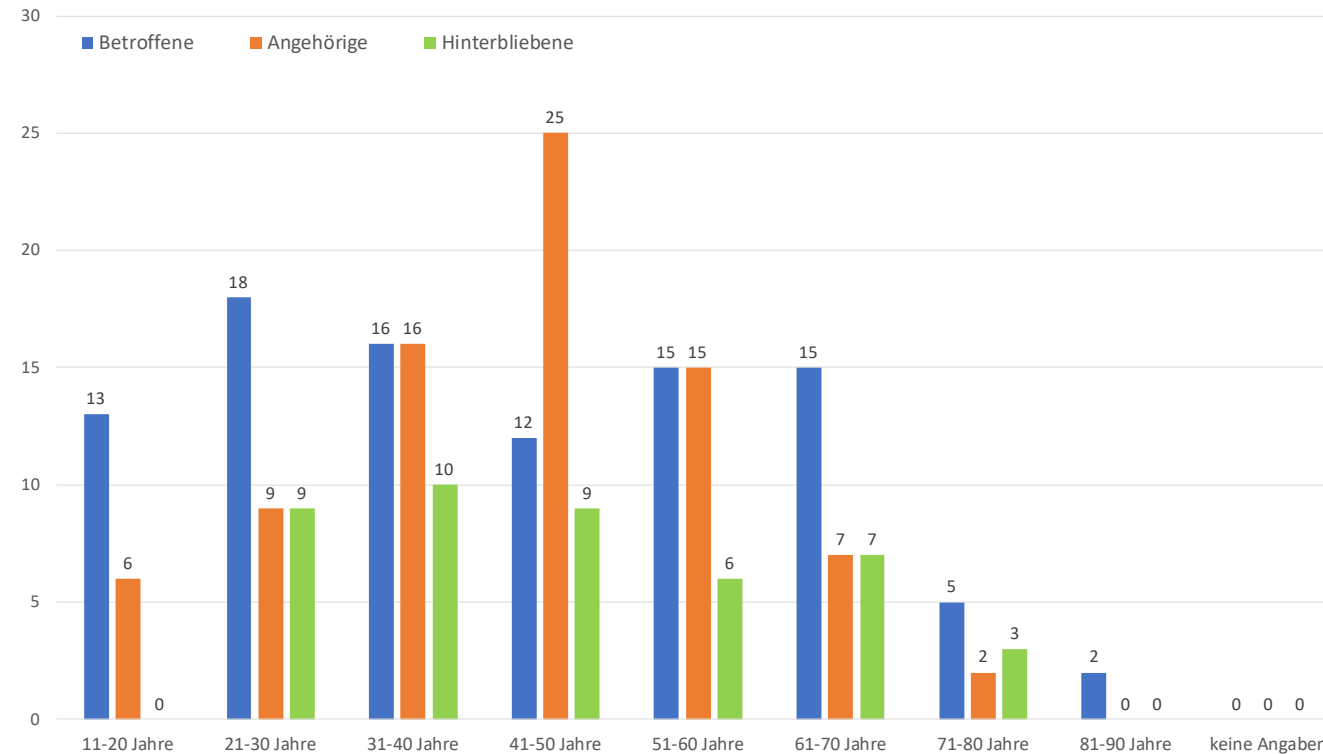
Kontakte zum AKL in den letzten drei Jahren

|                    | 2025 | w   | m  | div. | 2024 | w   | m  | div. | 2023 | w   | m  | div. |
|--------------------|------|-----|----|------|------|-----|----|------|------|-----|----|------|
| Kontakte insgesamt | 345  |     |    |      | 337  |     |    |      | 265  |     |    |      |
| Begleitungen:      | 222  | 156 | 65 | 0    | 222  | 165 | 57 | 0    | 181  | 134 | 45 | 2    |
| • Betroffene       | 96   | 64  | 32 | 0    | 100  | 67  | 33 | 0    | 76   | 54  | 20 | 2    |
| • Angehörige       | 81   | 54  | 26 | 1    | 57   | 45  | 12 | 0    | 50   | 34  | 16 | 0    |
| • Hinterbliebene   | 45   | 38  | 7  | 0    | 65   | 53  | 12 | 0    | 55   | 46  | 9  | 0    |
| Fachberatung       | 13   |     |    |      | 26   |     |    |      | 19   |     |    |      |
| Kurzkontakte*      | 110  |     |    |      | 89   |     |    |      | 65   |     |    |      |

\* Anfragen, die noch keine Begleitung sind, sowie Anfrage aller Art



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



## Immer mehr junge Menschen werden erreicht

**23 % der Betroffenen waren 2025 jünger als 26 Jahre.** Das ist ein Anstieg um 4 % im Vergleich zum Vorjahr. Fast 25 % aller Begleitungen im Jahr 2025 waren 30 Jahre oder jünger.

Der AKL Karlsruhe erreicht mit seinen Angeboten steigend die jungen Menschen.

Im Jahr 2025 **waren 1/5 der Begleitungen Hinterbliebene nach Suizid.** Über 50 % der Hinterbliebenen waren zwischen 31 und 60 Jahren.

## Verantwortung in der Mitte des Lebens

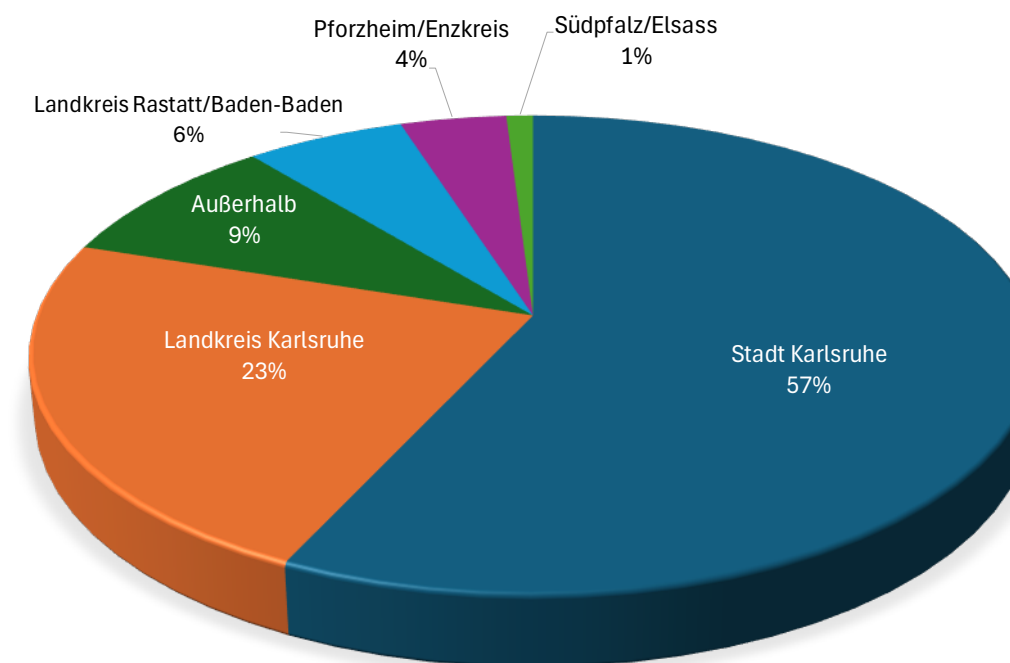
Besonders stark vertreten unter den Angehörigen sind Menschen im Alter zwischen 41 und 50 Jahren: Sie machen 30 % dieser Gruppe aus. Viele von ihnen stehen mitten im Leben – häufig in einer Phase, in der sie gleichzeitig Verantwortung für ihre Kinder und ihre älter werdenden Eltern tragen.

Insgesamt zeigt sich, dass vor allem Menschen zwischen 31 und 50 Jahren Unterstützung beim AKL suchen. Sie stellen mit 40 % den größten Anteil aller Begleitungen. Diese Lebensphase ist oft geprägt von hoher Belastung, vielfältigen Anforderungen und dem Spagat zwischen Beruf, Familie und persönlicher Verantwortung.

## Hilfe vor Ort

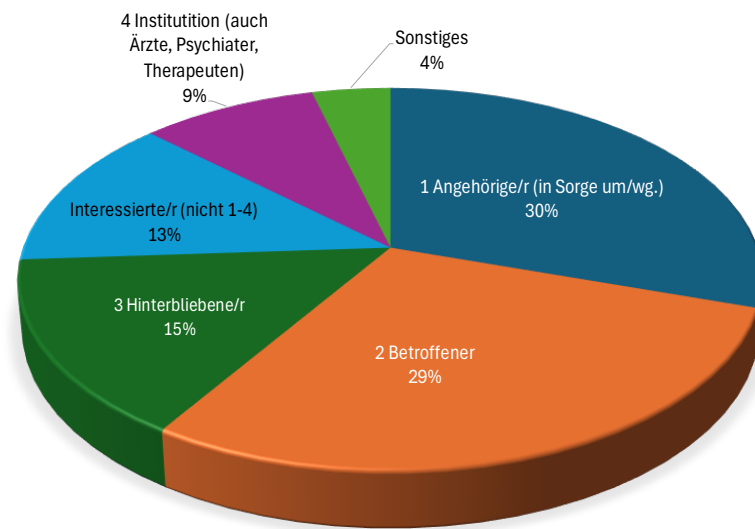
Wie in den vergangenen Jahren kamen ca. 80% aller Kontakte/Anfragen aus der Stadt Karlsruhe und dem Landkreis Karlsruhe. Die Anfragen von außerhalb, so wie aus dem Gebiet Südpfalz/Elsass sind leicht zurück gegangen. Dafür sind die Anfragen aus Pforzheim/Enzkreis gestiegen.

Wohnortverteilung der 345 Kontaktanfragen in %





Wer fragt an? Insgesamt (n = 345) in %



### Klientenbezogene Anfragen überwiegen

Fast 80 % der 345 Kontakte/Anfragen an den AKL waren 2025 „Klientenbezogene Anfragen“ – also Anfragen die sich direkt auf eine Person / eine Personengruppe bezogen.

Wie die Grafik zeigt, haben sich **im Jahr 2025 vor allem Angehörige** an den AKL gewandt – Menschen, die Verantwortung übernehmen und die oft selbst an ihre Grenzen stoßen, weil sie einen geliebten Menschen in einer Krise begleiten. Im Jahr 2024 standen noch häufiger die Betroffenen selbst im Mittelpunkt der Anfragen – diese Verschiebung zeigt, wie sehr auch das Umfeld von Krisen betroffen ist.

### Belastungen, die Menschen bewegen

Hinter jeder Anfrage stehen belastende und oft existenzielle Situationen: psychische Auffälligkeiten und/oder diagnostizierte psychische Erkrankungen, Beziehungssituationen sowie das Gefühl der Verein-samung. Häufig treten mehrere dieser Belastungen gleichzeitig auf (Mehrfachnennungen sind möglich). Sie machen deutlich, wie komplex die Lebenslagen sind – und wie wichtig es ist, dass Menschen in solchen Momenten nicht allein bleiben.

### Unterstützung für Fachkräfte

Insgesamt erfolgten 2025 **13 Fachberatungen**, die zu 100 % auf Einzelpersonen (über 60 % weiblich) bezogen waren. **In 85 % der Fälle lag Suizidalität vor** und es ging um eine Gefährdungseinschätzung sowie den Umgang mit der aktuellen Situation (kol-legiale Supervision). Über 90 % der Fachberatungen kamen aus der Stadt Karlsruhe und dem Landkreis.

### Darüber reden kann Leben retten!

Die Zahlen zeigen, wie groß der Bedarf an Unter-stützung ist. Hinter jeder Zahl steht ein Mensch – mit Sorgen, Ängsten und oft dem Gefühl, allein zu sein.

Jeder Kontakt kann ein Wendepunkt sein. Jede Be-gleitung kann Leben verändern – und manchmal sogar retten. Als AKL Karlsruhe sind wir in genau diesen Momenten da. Wir hören zu. Wir gehen ein Stück des Weges mit.

### Das ABC des AKL:

#### Aktivitäten – Begegnungen – Kooperationen

Unsere **Aktivitäten** 2025: Gemeinsam wirken und Verantwortung übernehmen.

Mit unseren Projekten und vielfältigen Aktivitäten fördern wir **Aufklärung, Austausch und Unter-stützung**. Wir stärken Menschen darin, Krisen frühzeitig zu erkennen, darüber zu sprechen und Hilfe zu finden – mit dem Ziel, **Leben zu schützen**.

#### 1. Wenn Reden Leben bedeutet – Suizidprävention an Schulen

Mit unserem bundesweit ausgezeichneten Pro-jekt „Suizidprävention an Schulen“ setzen wir ein starkes Zeichen für mo-derne, wirksame Präven-tionsarbeit. In Workshops für Schüler\*innen und pädagogische Fachkräfte vermitteln wir Wissen, bauen Tabus ab, zeigen Hilfsangebote auf und stär-ken die Handlungssicherheit im Umgang mit Krisen und Suizidalität.

**○ Darüber reden, hinschauen und handeln – das kann Leben retten.**



#### 2. Da sein wenn's drauf ankommt – Begleitung in Krisen

Im letzten Jahr suchten 345 Menschen Hilfe beim Arbeitskreis Leben e.V. Karlsruhe – hinter jeder Zahl steht ein Mensch in einer kritischen Lebenssituation, der den Mut gefunden hat, Unterstützung zu suchen. Viele dieser Menschen konnten wir begleiten, Orientierung geben und gemeinsam Wege aus der Krise entwickeln. Immer mehr Menschen brauchen Unterstützung – und wir sind für sie da.

**○ Unsere Arbeit wird gebraucht – mehr denn je.**

#### 3. Nicht allein in der Trauer – AKL Trauergruppe und Hinterbliebenengottesdienst

Auch 2025 lag ein Schwer-punkt unserer Arbeit in der Begleitung von Menschen, die Angehörige durch Sui-zid verloren haben. Mit Trauergruppen und dem Hinterbliebenengottes-dienst begleiten wir Sui-zidhinterbliebene, schaffen Räume zum Austausch und begleiten dabei, Isolation zu überwinden.

**○ Trauer teilen, Halt geben und neue Per-spektiven ermöglichen.**







## ABC des AKL - Aktivitäten

### 4. Mut machen. Wege zeigen – AKL Präventionsarbeit

In zahlreichen Veranstaltungen zur Suizidprävention – vor Ort, online und im Radio – erreichten wir unzählige Menschen und sensibilisierten für Risiken und hilfreiche Wege im Umgang mit Krisen und Suizid.

○ **Frühzeitig aufklären, Menschen stärken und Risiken gemeinsam vorbeugen.**

### 5. Qualifizieren. Sensibilisieren. Verantwortung übernehmen – AKL-Ausbildungsgruppe 2025

Auch 2025 haben wir eine neue Ausbildungsgruppe als ehrenamtliche Begleiter qualifiziert. Über einen Zeitraum von acht Monaten wurden fachliche Kompetenzen sowie die persönliche Haltung im Umgang mit Menschen in Krisensituationen systematisch vermittelt.

○ **Kompetenzen aufbauen, Haltung stärken und verantwortungsvoll begleiten.**

### 6. Menschen erreichen, wo sie sind – AKL Social Media Group

Über Instagram und Facebook sprechen wir Menschen zielgerichtet an – modern, visuell und nah an der Lebenswelt, auch jüngere Zielgruppen. So erreichen wir Menschen dort, wo sie heute

kommunizieren – digital, schnell und vernetzt – und vermitteln unser Anliegen: zuhören, unterstützen, Leben schützen.



○ **Menschen erreichen, Aufmerksamkeit schaffen.**

### 7. Wissen teilen. Zukunft gestalten – AKL-Vereins-Wiki

Mit dem vereinsinternen Wiki setzen wir auf innovative, digitale Zusammenarbeit, die Vereinfachung schafft. Als zentrale Wissensplattform bündelt das Wiki Informationen, Dokumente und gemeinsame Erfahrungen und macht diese für alle Mitglieder transparent und jederzeit zugänglich.

○ **Gemeinsam Wissen sichern, Qualität stärken**

## ABC des AKL - Begegnungen

### Begegnungen

- mit dem Autor Andy Feind zur Lesung aus seinem Buch Gedankengewitter (Seite 11)
- mit der Bundestagsabgeordneten der Grünen, Dr. Zoe Mayer (Seite 12)
- mit dem Rotary Club Karlsruhe Albtal (Seite 12)
- mit den „Jungen Alten“ einer Initiative der evangelischen Kirche zur Erwachsenenbildung (Seite 13)
- mit Mitgliedern des TRIALOG Karlsruhe (Seite 14)
- mit dem Team des jungen Staatstheaters in der Insel (Seite 15)

### Begegnung mit Andy Feind „Gedankengewitter“.

Die Lesung aus dem Buch Gedankengewitter durch den Autor selbst, fand am Mittwoch dem 5. Februar in den Räumlichkeiten von Kairos 13, in der Karlsruher Kreuzstraße statt. Sie entstand auf Initiative von Kairos 13, einem Coworking Space der evangelischen Kirche, in Cooperation mit dem AKL.

Sein autobiografisches Buch „Gedankengewitter“ schrieb Andy Feind, Jahrgang 1984, über mehrere Jahre, immer wieder unterbrochen durch Schreibblockaden, die seine psychische Erkrankung mit sich brachten.

Er leidet seit sehr vielen Jahren an Dysthymie, einer chronischen Form der Depression.

Sehr sprach- und wortgewaltig las er Ausschnitte aus seinem Buch – die einzelnen Kapitel nennt er Bruchstücke –, die berühren, nachdenklich machen, teilweise auch amüsieren.

Auf humorvolle Weise beschreibt Andy Feind beispielsweise einen Dialog mit seiner Depression, die er seinen schwarzen Hund nennt, der ihm letztendlich zu verstehen gibt, dass er ihn in seinem Leben einfach akzeptieren muss.

Weniger humorvoll aber detailgenau stellt er dar, wie die Auswirkungen (s)einer Depression aussehen und es sich anfühlt – dieses lähmende Grau in Grau, das alles Farbige erstickt.

Man glaubt Andy Feind, geht mit ihm durch Hoffnungen und Rückschläge, die in den einzelnen

Kapiteln Beachtung finden, kommt diesem Krankheitsbild näher und durchlebt mit ihm einige prägende Stationen seines Lebens. Gedankengewitter ist das authentische Werk eines Betroffenen, das nichts verklärt und doch eine leise Hoffnung zulässt.

Am Ende dieses lesenswerten Buches schenkt Andy Feind uns „Dreißig Ratschlä-

ge fürs Leben“ – eine Hilfestellung, die dem Autor selbst und (nicht nur) Leidensgefährten als Hilfestellung dienen sollen, sich selbst anzunehmen.





### Begegnung mit Dr. Zoe Mayer

Im Rahmen der von ihr angebotenen Bürgersprechstunden, luden wir Zoe Mayer in die Räumlichkeiten des AKL ein, um erneut auf uns aufmerksam zu machen, die Entwicklung seit ihrem letzten Besuch im Jahr 2023 und unsere derzeitigen Modalitäten bezüglich der Finanzierung des AKL aufzuzeigen.



Hierzu war es uns wichtig, die Kostenentwicklung, den steigenden Bedarf an Geldern und vor allem die Notwendigkeit einer gesicherten Finanzierung, unabhängig von Spenden, anzusprechen. In diesem Zusammenhang äußerten wir auch unsere Bedenken zu den möglichen Folgen der Haushaltskürzungen im Sozialbereich und gleichzeitig unsere diesbezüglichen Wünsche an politische Entscheidungsträger. Die Besucherinnen, Frau Mayer und Frau Blümle, waren sehr interessiert an unserer Arbeit, den

Entwicklungen und Strukturen, was sich durch gezieltes und reges Nachfragen äußerte. Insgesamt war es ein sehr angenehmer, wertschätzender und informativer Austausch, wenngleich die Ergebnisse unsere Hoffnungen bezüglich der bedarfsorientierten finanziellen Unterstützung durch Bund, Land und Gemeinde eher gedämpft haben. Es war herauszuhören, dass nach dem Bruch der Ampelkoalition noch einige politische Entwicklungen im Unklaren sind und es somit wenig konkrete Ansatzmöglichkeiten und Orientierungshilfen gibt. Wie sich inzwischen herausgestellt hat, betreffen die Haushaltskürzungen der Stadt Karlsruhe unter anderem alle sozialen Einrichtungen, so auch den AKL.

### Begegnung mit dem Rotary Club Karlsruhe Albtal

„Verbindungen nutzen, um uns bekannt zu machen und in diesem Zuge eventuell auch (die für uns so unentbehrlichen) Spenden zu generieren“. Das war (und ist) die Devise mit der an die Vorstandsmitglieder des AKL und alle Aktiven appelliert wird. Manchmal liegt die Schwelle dafür hoch und es scheint, dass es im vertrauten Umfeld am einfachsten ist Unterstützung zu erfragen. Dorothea Manz z.B. (eine der hauptamtlichen Mitarbeiterinnen) scheint eine Meisterin darin zu sein, Familie und Freunde und ihr halbes Dorf für aller-

hand gewinnbringende Aktionen zu mobilisieren. Dank meines Nachbarn, der Mitglied im Rotary Club Karlsruhe Albtal ist, wurde uns der Weg geebnet, den AKL in diesem Gremium bei einem der regelmäßigen Treffen im Hotel Erbprinz Ettlingen vorzustellen. Als Repräsentantin des AKL sah ich mich dabei einem Respekt einflößenden ausschließlich männlichem Publikum gegenüber, das sich zu meiner Erleichterung als sehr zugewandt und aufmerksam erwies - und die Fragerunde am Ende des Vortrags bescheinigte ein echtes Interesse an unserer Arbeit und unseren Themen. Es war durchaus interessant für mich, einen kleinen Eindruck zu den Gepflogenheiten der Rotarier und deren soziale Grundsätze zu erhalten und die erfolgte großzügige Spende für den AKL wissen wir sehr zu schätzen!

### Bericht zur Vorstellung des AKL bei den *jungen alten* am 8. Oktober 2025

„junge alte“ nennt sich die Plattform der evangelischen Erwachsenenbildung Karlsruhe, die ein umfangreiches Bildungsprogramm anbieten, mit breiten Themenfeldern wie Gesellschaft, Politik, Theologie, Kunst, Literatur, Umwelt, Philosophie... um nur eine Auswahl zu nennen. Das Programm richtet sich hauptsächlich an

Menschen in der „nachberuflichen Lebensphase“ wie es elegant im Flyer genannt wird, die mit einem geringen Obolus die vielfältigen Angebote nutzen können. Das Gemeindehaus „Am Zwinger“ in Durlach bietet für die meist hybrid angebotenen Veranstaltungen ideale Voraussetzungen.



Am 8. Oktober 2025 durfte ich als Mitglied des Vorstands den AKL vorstellen, im Anschluss an den Vortrag „Suizide – Eine stille Epidemie“. Der Referent, Herr Dr. Breitmaier, Psychiater und Psychotherapeut, war 1993 Mitbegründer des AKL Karlsruhe. Er brachte die Erkenntnis ein, dass es zusätzlich zu den therapeutischen Einrichtungen ein niedrigschwelliges Angebot für Menschen in Krisensituationen und mit Suizidgedanken bedarf.



## ABC des AKL - Begegnungen

Damals schon gab es lange Wartezeiten für Therapieplätze, eine Situation, die sich im Laufe der Jahre, wie wir wissen, noch deutlich verschärfte. Zu dem Vortrag von Dr. Breitmaier erfolgten von Seiten des interessierten Publikums viele Rückmeldungen und Fragen und auch die Vorstellung des AKL war eine passende Ergänzung, die auf viel Aufmerksamkeit stieß.

Für die Möglichkeit uns in diesem Rahmen vorstellen und auf uns aufmerksam machen zu dürfen bedanke ich mich im Namen des AKL, ebenso für das freundliche Willkommen und den interessanten Austausch.

*Sigrun Goos*

### **Begegnungen mit Mitgliedern des TRIALOG**

„Trialog in Karlsruhe“ versteht sich als eine Gesprächsplattform im psychiatrischen Kontext für Betroffene, deren Angehörige und Professionelle. Bei dem Treffen im Krille-Saal stand die sensible Frage im Mittelpunkt:

„Ist Suizidalität ein Tabuthema?“

Die gut besuchte Diskussionsrunde wurde von Frau Drumm und Herrn Stefan Ritz, Ex-In-Gesungsbegleiter, eröffnet.

Sigrun Goos stellte den AKL vor und erläuterte, welche Aufgaben und Unterstützungsangebote in diesem Rahmen angeboten werden.

Anschließend kam es zu einem regen Austausch zwischen Betroffenen, Angehörigen, Fachleuten sowie Mitarbeitenden aus verschiedenen sozialen

und kirchlichen Einrichtungen, u.a. Vertreterinnen und Vertretern der Brücke und der Diakonie. Besonders intensiv wurde die Frage nach der Selbstbestimmung behandelt: Jeder Mensch hat grundsätzlich das Recht, frei über sein Leben zu entscheiden.



Doch wie gestaltet sich dies aus juristischer Sicht? Wann gilt das Unterlassen von Hilfe als strafbar? Und kann ein Mensch, der sich in einer akuten Psychose befindet überhaupt noch von freiem Willen sprechen?

Im Laufe der Diskussion wurde deutlich, dass es einen entscheidenden Unterschied gibt zwischen: nicht mehr leben wollen oder so nicht mehr leben wollen.

Die Veranstaltung bot Raum für offene Gespräche, differenzierte Sichtweisen und wichtige Impulse zum Umgang mit dem Thema, das noch immer stark tabuisiert ist.

*Dajana Ullrich*

### **Begegnungen mit dem Team des Junges Staatstheaters in -Die Insel- im Zusammenhang des Theaterstücks „norway.today“**

Das INSEL Theater Karlsruhe führte ein Zwei Personen Stück über zwei Jugendliche auf, die sich im Internet zu einem gemeinsamen Suizid verabredeten. Die Thematik beruft sich auf eine wahre Begebenheit, bei der sich im Jahr 2000 zwei junge Menschen im Internet fanden und gemeinsam im norwegischen Fylke Rogaland von einer Felsplatt-



form sprangen.

Der 1964 in Prag geborene schweizer Dramatiker Igor Bauersima schrieb das Stück, das dem Regisseur Fatih Göksu so fesselte, dass er es unbedingt auf die Bühne bringen wollte.

Im mit wenig Requisiten, dafür mit beeindruckender Lichtgestaltung auskommenden Theaterstück selbst, wird anfangs der Chatverlauf durch die zwei Protagonisten an Mikrofonen in den Raum gesprochen. Julie, eine energiegeladene aber existentiell

erschütterte junge Frau findet so August, einen

depressiven desillusionierten jungen Mann. Sie machen sich gemeinsam nach Norwegen auf und ver-



bringen dort ihre letzte Nacht, in der aller lebensbejahender Gedanken und Impulse zum Trotz doch der für den nächsten Tag geplante Sprung von der Felsplatte bleibt. Das Ende wird in der Inszenierung offen gelassen.

Frau Almut Munke nahm anschließend an einer Podiumsdiskussion mit den Schauspielern Sophie von Grudzinski/Nico Herzig sowie dem Regisseur Fatih Göksu und dem Dramaturgen Bastian Boß teil. Sie stellte die aktuelle Situation der Suizidalität bei Jugendlichen dar und gab Auskunft darüber, wie suizidale Tendenzen bei Jugendlichen erkannt und angesprochen werden können.

*Alexander Grünling*





Cooperationen

- Telefonseelsorge
- Beratungsstelle die brücke
- De brevitae vitae
- Initiative gegen Depression
- AK Trauer
- Selbsthilfe Rastatt

Finanzbericht 2025

Die finanzielle Situation des Arbeitskreis Leben e.V. ist angespannt. Öffentliche Mittel haben immer nur die Hälfte gedeckt, während die Nachfrage nach Hilfe weiter steigt. Das bedeutet konkret: Nicht jede Anfrage kann beantwortet werden, Angebote müssen begrenzt werden – obwohl hinter jeder Anfrage ein Mensch in Not steht.

Im Jahr 2025 verzeichnete der Arbeitskreis Leben Karlsruhe e. V. Ausgaben in Höhe von 127.012,10 € sowie Einnahmen von 105.548,60 €. Die Ausgaben sind in allen Bereichen gestiegen, während die Spendenbereitschaft im Vergleich zum Vorjahr zurückgegangen ist.

Wie bereits in den Vorjahren war es nicht möglich, den Haushalt ausschließlich durch öffentliche Zuwendungen zu decken. Der AKL Karlsruhe ist daher weiterhin auf die großzügige Unterstützung von Spenderinnen und Spendern angewiesen. Diese Entwicklung macht deutlich, wie wichtig neben öffentlichen Fördermitteln insbesondere private Spenden für die Sicherung und Fortführung unserer Arbeit sind.

Allen Fördernden, Spenderinnen und Spendern sowie Unterstützenden gilt hierfür unser herzlicher Dank. Durch ihr Engagement leisten sie einen wichtigen Beitrag dazu, dass der AKL Karlsruhe seine Arbeit verlässlich fortführen kann.

Ausgaben

|                                              |             |
|----------------------------------------------|-------------|
| • Personalkosten                             | 91.094,81 € |
| • Aus- und Fortbildung                       | 518,47 €    |
| • Supervision, 2 Gruppen                     | 5.390,60 €  |
| • Ausbildungsgruppe                          | 2.800,00 €  |
| • Miete/Betriebskosten                       | 13.020,46 € |
| • Geschäftsaufwand und Öffentlichkeitsarbeit | 4.095,61 €  |
| • Verbrauchsmittel                           | 409,70 €    |
| • Erstattung von Aufwand für das Ehrenamt    | 4.383,60 €  |
| • Versicherungen/Beiträge/Gebühren           | 1.220,07 €  |
| • Telefonkosten                              | 656,36 €    |
| • Prävention Schulprojekt                    | 1.365,16 €  |
| • Trauerangebote                             | 325,67 €    |
| • Sonstige Ausgaben                          | 1.731,59 €  |

Einnahmen

|                                   |             |
|-----------------------------------|-------------|
| • Zuschuss Land Baden-Württemberg | 29.823,33 € |
| • Zuschuss Stadt Karlsruhe        | 15.448,00 € |
| • Zuschuss Landkreis Karlsruhe    | 12.000,00 € |
| • Spenden                         | 29.194,70 € |
| • Zweckgebundene Spenden          | 8770,00 €   |
| • Mitgliedsbeiträge               | 3.817,00 €  |
| • Bußgelder                       | 600,00 €    |
| • Mitarbeiter Spenden Aufwand     | 1.709,00 €  |
| • Sonstige Einnahmen              | 4.186,57 €  |



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

ABENDGOTTESDIENST

**Gedenken an Suizidtote**

**Sonntag, 22. November 2026  
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

## Dankeschön 2025

### Wir danken unseren Spendern

Ohne Sie wäre unsere Arbeit nicht möglich. Ihre Unterstützung schenkt Menschen in schweren Krisen neue Hoffnung, öffnet Wege aus der Verzweiflung und kann im entscheidenden Moment **Leben retten**.

Mit Ihrem Vertrauen und Ihrem Engagement stehen Sie an der Seite derjenigen, die Hilfe brauchen – oft genau dann, wenn es am wichtigsten ist.

**Dafür sagen wir Ihnen von Herzen: Danke**

### Herzlich danken wir den großzügigen Spendern:

- Der Stadt Karlsruhe, dem Landkreis Karlsruhe und dem Land Baden-Württemberg für die gewährten Förderungen
- Der Wilhelm-Baur-Stiftung Karlsruhe
- Dem Info-Center am Hauptfriedhof und der evangelischen Erwachsenenbildung Karlsruhe für die Unterstützung unserer Öffentlichkeitsarbeit
- Dem evangelischen Kirchenbezirk und dem katholischen Dekanat Karlsruhe für die Unterstützung des ökumenischen Gottesdienstes in der Kleinen Kirche Karlsruhe
- Den verschiedenen Kirchengemeinden für ihre Kollekten
- Dem Rotary Club Karlsruhe Albtal
- Dem Internationaler Frauenclub
- Der Laienspielgruppe Plittersdorf
- Der Frauenfastnacht Bietigheim
- Der Firma apollo.tec Gebäudemanagement
- Den Timebreaker für ihr Benefizkonzert
- Dem Hilfswerk Human Aktiv
- Spendenläufer\*in Susanne Ebel und Andreas Manz für ihr tolles Engagement beim Spendenlauf LAUFEN mit HERZ.

**Wir bedanken uns herzlich bei allen privaten Spendern.**

**Mit Ihren Zuwendungen helfen Sie uns, den wirtschaftlichen Bestand unserer Einrichtung zu bewahren.**



### Buchempfehlungen zum Themenkreis: Krisen-Verlust-Hoffnung

#### Gedankengewitter

(Autor Andy Feind – Verlag Books on Demand)

Das autobiografische Buch beschreibt sehr sprach- und wortgewaltig den Umgang mit der chronischen Depression des Autors in Kapiteln, die berühren, nachdenklich machen, zum Teil amüsieren. Es ist das authentische Werk eines Betroffenen, das nichts verklärt und doch Hoffnung zulässt.

#### Mein drittes Leben

(Autorin Daniela Krien – Verlag Diogenes)

Nach dem Tod ihrer einzigen Tochter sieht die Ich-Erzählerin Linda in einen Abgrund. Doch nach und nach findet sie die Kraft ins Leben zurückzukehren. Dabei helfen ihr die Begegnung mit der Natur und mit Menschen, auf die sie in einer neu gewählten Umgebung trifft und die so bunt, außergewöhnlich und tiefgründig sind wie das Leben selbst.

#### Ghost Stories

(Autorin Siri Hustvedt – Rowohlt Verlag)

Siri Hustvedt verarbeitet in ihrem aktuellen Buch den Tod ihres Ehemanns und Schriftstellerkollegen Paul Auster, mit dem sie 43 Jahre zusammen war. Sie beschreibt ein eindrückliches Bild dieser Beziehung und die Wunde, die der Tod des Partners gerissen hat.

*„Ein tieftrauriges aber nie deprimierendes Buch, ein literarisches Vergissmeinnicht voll aufrichtiger Liebe für und Sehnsucht nach einem Menschen und seinen Gedanken“ (taz)*

#### Die Bibliothek im AKL

In unseren Räumlichkeiten in der Putlitzstraße führen wir eine kleine Bibliothek mit Fachliteratur, Ratgebern und Informationsmaterial zu unseren Themenkreisen, aber auch mit passender, ausgewählter Prosa und Lektüre. Interessierte können sich die Bücher über die jeweiligen Krisenbegleiter unentgeltlich und über einen großzügig bemessenen Zeitraum ausleihen.

Wir freuen uns auch über Buchtipps oder passende Beiträge zur Erweiterung unserer Bibliothek.

### Gemeinsam stark für eine niedrigschwellige Suizidprävention - die Zusammenarbeit in der Landesarbeitsgemeinschaft (LAG) der Arbeits- kreise Leben.

2025 stand bei der Arbeit der LAG die politische Arbeit im Vordergrund. Diese ist derzeit vor dem Hintergrund der Ausgestaltung des neuen Suizidprä-

Baden-Württemberg im Foyer des Landtags an Infoständen vertreten. Dort waren wir rege im Austausch mit den Landtagsabgeordneten und informierten über unsere Arbeit und Angebote. Darauf aufbauend waren Vertreter\*innen des Sprecherrates der LAG im Oktober zu Gast beim sozialpolitischen Frühstück im Landtag in Stuttgart. Im September haben sich der Großteil der AKLs für eine gemeinsame Aktion am Welttag



ventionsgesetzes wichtiger denn je. Im Mai waren daher ehren- und hauptamtliche Mitarbeiter\*innen fast aller Standorte der AKL in

der Suizidprävention zusammengeschlossen und diese auch mit einer gemeinsamen Pressemitteilung begleitet.



Dies ist Teil des Anliegens, als AKLs geschlossen und einheitlich öffentlich aufzutreten. Unter diesem Aspekt bekamen 2025 die LAG und die meisten AKLs auch einen neuen Internetauftritt, um das gemeinsame öffentliche Bild zu stärken.

Wir nutzten unsere guten Kontakte und die Zusammenarbeit mit dem Paritätischen Wohlfahrtsverband und konnten mit Hilfe unseres Dachverbandes einen Artikel in der Zeitschrift ParitätInform veröffentlichen, um auf unsere Angebote aufmerksam zu machen.

Zusammenfassend war die Arbeit 2025 ein wichtiger Start und Vorbereitung für ein großes Ziel: Suizidprävention in Baden-Württemberg flächendeckend und niederschwellig zugänglich zu machen. Das ist nur durch die Sicherung und den Ausbau der bewährten, auf Expertise beruhenden Angebote möglich, weshalb wir eine Erhöhung der Landesgelder im Doppelhaushalt 2027/28 anstreben und hierzu unsere politische Arbeit weiter forcieren und den Austausch mit den politischen Entscheidungsträgern fortführen werden.

Weitere Informationen zur Arbeit der LAG finden Sie unter <http://www.suizidpraevention-bw.de>



Timebreakers Benefizkonzert zu Gunsten des AKL Karlsruhe am 24.05.2025 in Au am Rhein

## Adressen AKLs in Baden-Württemberg (LAG)

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

Internet - Beratungsmöglichkeiten für Jugendliche: [www.u25-freiburg.de](http://www.u25-freiburg.de) (AKL Freiburg e.V.)  
[www.youth-life-line.de](http://www.youth-life-line.de) (AKL Tübingen/Reutlingen e.V.)

Für Menschen ab 60 Jahre: [www.lebenslinien-60plus.de](http://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:

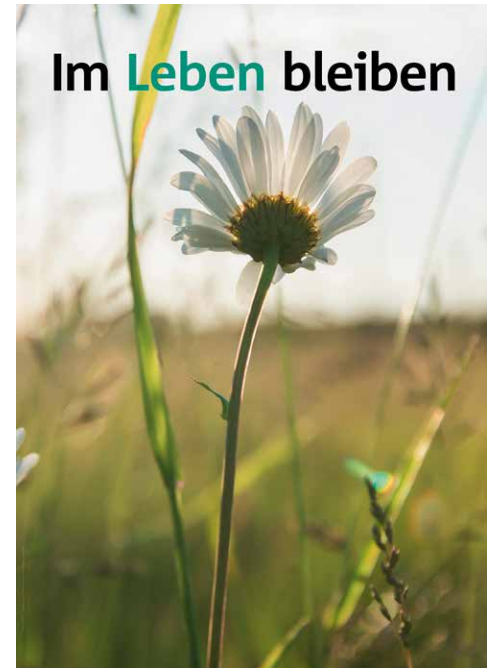
dorothea.manz@ak-leben.de  
almut.munke@ak-leben.de

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)
- Paritätischer Wohlfahrtsverband (DPWV)



Gefördert durch  
die Stadt Karlsruhe

