



# LOTSENNETZWERK

## MÄRKISCHER KREIS

### Idee Lotsennetzwerk

Seit über 10 Jahren gibt es Lotsennetzwerke in Deutschland, bisher aber noch nicht flächendeckend. Wir möchten im Märkischen Kreis ein solches Netzwerk aufbauen.

„Lotse“ steht ursprünglich für eine Person, die Schiffe durch schwierig zu befahrende Gewässer, in denen sie sich genau auskennt, leitet. Das Ziel besteht also darin, dass Menschen, die diese „Gewässer“ bereits erfolgreich befahren haben und die Gefahren der Untiefen kennen, ihre wertvollen Erfahrungen an Betroffene weitergeben. So sollen suchtkranke Menschen möglichst frühzeitig erreicht und über bestehende Angebote der Sucht(-selbst)hilfe informiert werden. Der persönliche Kontakt und Austausch sind dabei sehr wichtig. Lotsen helfen, den „Drehtüreffekt“ zu unterbrechen bzw. zu verhindern.

Das Lotsennetzwerk ist aber auch als Hilfe für Angehörige gedacht – also Angehörige lotsen Angehörige.

### Was bedeutet es für mich, ehrenamtlich als Lotse tätig zu sein? Was muss ich „mitbringen“?

Ich bin selbst betroffen und habe meine Erfahrung mit einer Suchterkrankung und deren Bewältigung gemacht. Seit geraumer Zeit lebe ich stabil abstinent und besuche im Idealfall auch weiterhin regelmäßig eine Selbsthilfegruppe. Ich möchte meine Erfahrungen gerne mit Menschen teilen, die noch ganz am Anfang stehen.

### Wie werde ich Lotse und welche Formen der Unterstützung habe ich bei meiner Lotsentätigkeit?

Ich nehme Kontakt zu Frau Deitmerg auf

Tel.: 02351-9665166; Email: [lotsennetzwerk@maerkischer-kreis.de](mailto:lotsennetzwerk@maerkischer-kreis.de)

Durch die Teilnahme an einer kostenlosen Lotsen-Schulung werde ich auf meine Lotsen-Tätigkeit vorbereitet. Ich erhalte eine Info-Mappe mit den wichtigsten Informationen und Kontaktadressen der Kooperationspartner.

Die erste Lotsen-Schulung findet am 07. September 2024 in der Zeit von 10-16 Uhr statt. Für das leibliche Wohl ist gesorgt. Eine Anmeldung kann bis zum 30.08.2024 über Frau Deitmerg erfolgen.

Darüber hinaus kann ich an angeleiteten Lotsen-Treffen teilnehmen, um mich auszutauschen und über meine Erfahrungen zu sprechen. Einmal im Jahr ist die Teilnahme verpflichtend. Darüber hinaus stehen mir bei Bedarf feste Ansprechpartner zum persönlichen Austausch zur Verfügung.

### **Welche Menschen kann ich lotsen und wie komme ich mit Ihnen in Kontakt?**

Ich werde in eine Datenbank aufgenommen. Sobald ein\*e Betroffene\*r passend erscheint (Faktoren können die Art des Suchtmittels, Geschlecht, Alter, etc.) sein, nimmt die Koordinatorin Kontakt zu mir auf und gibt mir die Kontaktdaten weiter, damit ich Kontakt zu dem Betroffenen aufnehmen kann.

Anschließend kann ich ein persönliches Treffen auf neutralem Boden vereinbaren. Das erste Gespräch dient dem „Brücken bauen“. Ziel ist das gegenseitige Kennenlernen. Dabei vermittelt der Lotse/ die Lotsin einen Überblick über die Möglichkeiten dieser Hilfe. Beide Seiten entscheiden für sich, ob eine Zusammenarbeit gewünscht ist.

Weitere Treffen (maximal 5) werden individuell vereinbart und sind zielgerichtet (z.B. Begleitung zu Kooperationspartnern, Mitnahme in eine Selbsthilfegruppe).

Beide Seiten können die Zusammenarbeit jederzeit beenden, ohne dass diese Entscheidung Konsequenzen hat.

### **Welchen Zeitaufwand habe ich dadurch?**

Bei Anfrage entscheide ich, ob ich aktuell Kapazitäten habe. Die einzelnen Termine spreche ich mit dem Betroffenen/der Betroffenen ab. Ich entscheide demnach selbst, wie viel Zeit ich in die Lotsentätigkeit investieren kann.

### **Entstehen mir durch meine ehrenamtliche Tätigkeit Kosten?**

Da es sich um eine ehrenamtliche Tätigkeit handelt, erziele ich kein Einkommen oder ähnliches dadurch. Ich erhalte eine Aufwandsentschädigung pro Fall (z.B. für Einladungen zum Kaffee, Parkgebühren etc.).