

„Gott, gebe mir die Gelassenheit, Dinge hinzunehmen, die ich nicht ändern kann
und den Mut, Dinge zu ändern, die ich ändern kann
und die Weisheit, das eine vom andern zu unterscheiden.“

Impressum

Neues Land Bremen e.V.
www.neues-land-bremen.de

Café Chance
Beratungsstelle Kontaktcafé
Sielwall 51/53
28203 Bremen
Tel.: 0421 7901657
Mobil: 0174 2944349
info@neues-land-bremen.de

beth manos
Übergangwohnheim
Am Dobben 84
28203 Bremen
Tel.: 0421 51652888
Fax: 0421 51652889
beth-manos@neues-land-bremen.de

Investiere ins Leben:

Bankverbindung Spendenkonto
Postbank Hamburg
Konto 800 765 207
BLZ 200 100 20

Iban DE53 2001 0020 0800 7652 07
BIC PBNKDEFF

Möchtest du in Zukunft den
Freundesbrief per Email erhalten?
Dann schreibe uns:
info@neues-land-bremen.de

Liebe Freunde,

es geht heute um Veränderung. Veränderung passiert laufend. Um uns herum ändern sich die Dinge permanent und in der momentanen Zeit in einem rasenden Tempo. Wir sind gefordert, uns ständig auf neue Dinge und Situationen einzustellen. Das erfordert immer neue Auseinandersetzung und Lernen von Neuem. Für manchen eine echte Herausforderung!

Und auch wir persönlich ändern uns laufend. Unser Körper verändert sich mit dem Älterwerden, aber auch wir als Persönlichkeit. Wenn es gut läuft, finden innerlich bei uns positive Erneuerungsprozesse statt, die uns weiterbringen, uns gelassener machen – einfach innerlich wachsen lassen. Dazu können wir selber eine Menge beitragen. Hilfreich finde ich dabei das oben zitierte Gebet.

Wir können uns an Dingen aufreiben, auf die wir keinen Einfluss haben oder sie akzeptieren, uns mit den Gegebenheiten unseres Lebens einverstanden erklären. Wenn wir dies bewusst tun, kehrt innerer Friede in unserem Herzen ein. Oftmals ist dies jedoch ein längerer und auch schwerer Prozess, für den wir uns jedoch entscheiden können.

Und dann gibt es Dinge, die wir aktiv angehen und anders leben können. Auch das geht nur Schritt für Schritt und eines nach dem anderen. Stabile Veränderungen finden immer in Prozessen statt.

Wie gut ist es, dass wir diesen Weg nicht alleine gehen brauchen, sondern Gott mit einbeziehen können und ihn um Mut, seine Leitung und Durchblick bitten dürfen. Und dann geht er mit – hindurch auch durch die schwersten Prozesse, die wir anzugehen haben.

Auch die Drogenabhängigen, die wir im Neuen Land Bremen begleiten, durchleben massive Veränderungsprozesse, wenn sie sich für ein abstinentes Leben entscheiden. Einen Einblick gibt uns Werner in seinem Bericht.

In unserem Übergangshaus beth manos dürfen wir die Menschen auf diesen Wegen in ein neues Leben hinein begleiten. Das bedeutet immer wieder große Herausforderungen für sie – und manches Mal auch für uns in der Begleitung. Stark, dass wir dabei Gott an unserer Seite haben!



Und auch ihr, unsere Freunde, die auf unterschiedliche Weise unsere Arbeit begleiten und mittragen sind eine wertvolle Unterstützung. Herzlichen Dank dafür!

Wir wünschen euch eine gesegnete Advents- und Weihnachtszeit und Mut für ein neues Jahr voller Veränderungen!

Liebe Grüße aus dem Neuen Land Bremen

Marianne Richter

Angehörigenarbeit

Neben der direkten Begleitung der Drogenabhängigen liegen uns auch ihre Angehörigen auf dem Herzen. In Beratungsgesprächen werden wir mit einer riesengroßen Not konfrontiert, die oftmals sehr einsam und im Geheimen getragen wird. Gibt es einen Suchtkranken in der Familie, ist das ganze nähere Umfeld mit betroffen. Aus Scham und mangelndem Verständnis der Menschen, zu denen nähere Kontakte bestehen, wird die Problematik oft verschwiegen oder verharmlost. Wer mag schon offen dazu stehen, wenn das eigene Kind im Gefängnis sitzt? Oder die vierte Therapie schon wieder nicht geschafft hat?

Oft erleben Angehörige Äußerungen ihrer Umgebung als Druck - „dann musst du deinen Sohn einfach rauswerfen“, „trenn dich von deinem Mann, wenn er nicht aufhört zu trinken“, „du musst Grenzen setzen“ ...

In Gesprächen merken wir immer wieder, dass Betroffene diese Schritte jedoch nicht so einfach umsetzen können, sondern zuerst einmal Verständnis für ihre Situation benötigen und dann erst Veränderungen in ganz kleinen Schritten und mit viel Unterstützung angehen können.

Die Suchterkrankung eines Familienangehörigen oder eines nahestehenden Menschen bringt verschiedenste Problematiken für die Angehörigen mit sich:

- große Schuldgefühle
- Scham über das „Versagen“ in der Erziehung / der Partnerschaft
- Unsicherheiten, mit der Situation umzugehen
- Verzweiflung, extreme Belastung bis hin zu körperlichen Symptomen
- viele seelische Verletzungen durch den Suchtkranken / Manipulation
- Forderungen vom Umfeld
- Hilflosigkeit, dem Suchtkranken nicht helfen zu können
- Übernahme von Verantwortung / Kontrolle
- in die Abhängigkeit mit verflochten sein
- das Leben ist bezogen auf den Suchtkranken
- eigene Bedürfnisse werden hinten angestellt oder gar nicht mehr wahrgenommen
- Streitigkeiten in der Familie / Ehe bzgl. des Umgangs mit dem Suchtkranken

- Vernachlässigung der anderen Familienmitglieder...

In all dem möchten wir Menschen zur Seite stehen – einen Raum geben, über ihr Erleben sprechen zu können. Zuerst einmal zuhören, mittragen und dann ggf. gemeinsam Hilfestellungen und Lösungsmöglichkeiten erarbeiten.

Dazu bieten wir Beratung an

- in Form von Einzelgesprächen
- in einer vierzehntägig stattfindenden Angehörigengruppe

In der Gruppe kommt es zu einer starken inneren Verbundenheit der Teilnehmer untereinander. Und manche Erfahrungen der anderen helfen den Betroffenen enorm weiter. Auch ist es sehr entlastend zu erleben, andere machen die selben Erfahrungen, ich bin nicht „unnormale“ in meinem Erleben.

Wenn ihr selber betroffen seid, meldet euch gerne bei uns oder gebt die Info an Betroffene weiter! Wir geben hier gerne Unterstützung!

Danke



- Auch in diesem Jahr sind wir anlässlich des Erntedankfestes wieder sehr beschenkt worden: Die Epiphaniagemeinde,

die Landeskirchliche Gemeinschaft und die Paulusgemeinde haben wieder reichlich Gaben für uns gesammelt. Vielen herzlichen Dank allen Gebern!

- Danke auch allen Spendern (von Geldgaben, Möbeln, Gartengeräten, Kleinmaschinen bis zu Kleidung ist alles dabei)! Und danke allen Betern, die uns im Hintergrund aktiv unterstützen! Das ist so wertvoll und wichtig!

Nachsorgehaus

Wie im letzten Freundesbrief berichtet, sind wir auf der Suche nach Firmen die Rohbau- und Zimmererarbeiten durchführen können. Aufgrund voller Auftragsbücher, Lieferengpässen und nicht vorhersehbaren Bau- und Materialkosten gestaltet sich dies schwierig. Letztendlich hat Gott doch dafür gesorgt, dass wir einen Bauunternehmer aus Bremerhaven für unser Projekt gewinnen konnten.

Der nächste Schritt ist der Abriss des Nebengebäudes (s. Bild). Der Abriss ist notwendig, da das Nebengebäude später aufgestockt und erweitert werden soll. Hier sollen verschiedene Funktionsräume, eine Mitarbeiterwohnung und auch im Obergeschoss eine direkte Verbindung zum Haupthaus entstehen.



Dies möchten wir, soweit möglich, in Eigenleistung erbringen. Hierfür werden viele helfende Hände benötigt. Wenn ihr also kräftig genug seid und einen Samstag dafür opfern möchtet, meldet euch doch bei uns im Übergangshaus!



Tag der offenen Tür im Hofprojekt Lehnstedt

Der im Juli diesen Jahres geplante Tag der offenen Tür in Verbindung mit unserem Jubiläum musste leider kurzfristig aufgrund mehrerer Coronaerkrankungen ausfallen.

Nun haben wir für nächstes Jahr einen Termin vorgemerkt: Samstag, der 13. Mai 2023!

Ihr könnt ihn gerne schon einmal für euch notieren.

Nähere Infos kommen dann im nächsten Jahr.

Im Anbau werden derzeit unsere Werkzeuge und Maschinen gelagert. Diese müssen dann an anderer Stelle ihren Platz finden und hierfür benötigen wir einen entsprechenden Baucontainer, der abschließbar, wind- und wasserdicht ist. Die Kosten für einen gebrauchten seiner Art inclusive Anlieferung belaufen sich auf ca. 3000,- €. Wir freuen uns, wenn ihr diese Summe projektbezogen spendet, damit es an dieser Stelle weitergehen kann.

Gerne stellen wir das Projekt Nachsorgehaus in euren Gemeinden und Kreisen vor. Sprecht uns an, dann kommen wir gerne vorbei.

Serri Bustami

Beth manos - Finanzen

Aufgrund einer niedrigen Belegung in unserem Übergangshaus Anfang des Jahres sowie der notwendigen Sanierung des Daches (das jetzt super isoliert ist) mussten wir in diesem Jahr Darlehen in Höhe von insgesamt 50.000,- € aufnehmen. Für Unterstützung um diese zurückzahlen zu können, wären wir sehr dankbar!

Hei Leute,

ich heiße Werner, bin 38 Jahre alt und war die letzten 15 Jahre in Bremen.

Ich bin in einem christlichen, schönen und vor allem familiärem Umfeld aufgewachsen. Ganz normal habe ich die Schule absolviert und

danach eine Ausbildung zum Einzelhandelskaufmann gemacht.

Ganz normal, möchte man meinen. War es ja auch. Und dann kam es noch besser: Mit gerade mal 18 Jahren war ich dann plötzlich stellvertretender Filialleiter einer großen Geschäftskette. Alles super, alles toll. Doch das war es nicht.

Schon während meiner Ausbildung habe ich regelmäßig jeden Tag getrunken und des öfteren „einen geraucht“. Dachte mir nichts dabei. Es schadet ja nichts, wenn es auch alle anderen machen. Hauptsache dazugehören.

Auch zu Hause fühlte ich mich nur missverstanden und irgendwie fehl am Platz. Ich rebellierte gegen alles und jeden. Wollte immer Stress machen und tat das Gegenteil von dem, was gerade Sache war. Nur um aufzufallen. Um Aufmerksamkeit zu erregen, wollte ich den Großen markieren, der ich nicht war.

Als stellvertretender Filialleiter später war ich völlig überfordert. Ich wollte es aber nie zugeben. Mein Alkoholkonsum nahm zu, ohne dass ich es sehen wollte. Schließlich kümmerte ich mich um nichts mehr. Ich dachte, alles läuft schon von alleine. Ab dann war Ende. Ich kündigte meinen Job. Meine Wohnung hatte ich schon verloren. Also zog ich wieder zu meinen Eltern.

Man sollte meinen, dass ich aus all dem gelernt hatte, doch genau das Gegenteil war der Fall. Ich fand zwar schnell wieder eine neue Wohnung und dachte super, das läuft ja, hast du gut hinbekommen. Allerdings hätte ich sie ohne meine Eltern gar nicht bekommen ...

Weiter ließ ich alle Dinge schleifen. Meine Langeweile, meine völlige Selbstüberschätzung und Naivität führten dazu, dass ich es nicht mehr gepackt habe.

Ich lebte in den Tag hinein, feierte und bemerkte gar nicht, wie viel ich eigentlich schon konsumierte. Dies ging nicht lange gut und ich landete auf der Straße. Totaler Absturz! Anstatt zuzugeben, dass ich Hilfe brauchte und den Rat der anderen anzunehmen, rannte ich davon.

Ich ging nach Bremen. Ab dann ging mein Leben erst recht den Bach herunter... Am Anfang war aber erst einmal alles gut. Tolle Leute – tolles Feiern. Konsum,



Konsum, Konsum. Ich bemerkte gar nicht, wie tief ich rutschte. Ein Leben auf der Straße – geil, dachte ich. Frei sein. Endlich. Und so kam es, dass die Probleme kamen: Schlägereien, harte Drogen, den Harten markieren, Gericht usw. und sofort. Es nahm kein Ende. Selbst im Winter draußen leben fand ich cool – zumindest redete ich mir das ein, um nicht den eigentlichen Problemen auf den Grund zu gehen. Inzwischen gehörten auch harte Drogen zu meinem täglichen Leben. So fühlte ich mich frei und sorglos. Es gab kein Halten mehr. So war mein Leben – ein einziger Rausch!

Doch irgendwann war es soweit: Es kamen Nervenzusammenbrüche. Zunächst dachte ich mir nichts dabei. Sagte mir, jedem geht's mal Scheiße und machte weiter als ob es kein Morgen gäbe. Doch die Zusammenbrüche häuften sich mit der Zeit. Ebenso wie die körperlichen.

Aber immer wieder überspielte ich meine Probleme, wollte sie einfach nicht sehen, bis ich innerhalb von vier Monaten dreimal im Krankenhaus war.. Die Ärzte sagten mir, wenn ich so weiterleben würde, wäre ich innerhalb von sechs Monaten tot.

Als ich später bei einem Telefonat mit meinen Eltern wieder einmal einen Nervenzusammenbruch hatte, fing ich langsam an umzudenken und ich suchte mir Hilfe. Über meine Eltern bekam ich Kontakt zum Neuen Land Bremen.

Ich machte meine Entgiftung und ging von dort aus direkt ins Übergangwohnheim beth manos.

Inzwischen sind dreieinhalb Monate vergangen. Ich hätte es nicht besser treffen können.

Ich bin hier auf ein Umfeld gestoßen, in dem ich zur Ruhe finden konnte. Hier konnte ich ein großes Stück zu mir selbst finden. Mit jedem meiner Probleme konnte ich zu den Mitarbeitern kommen, welche mir mit Rat und Tat zur Seite standen. Sie haben mir geholfen, Probleme zu erkennen und anzugehen. Durch sie habe ich gelernt, Geduld zu haben. Kleine Schritte zu gehen. Ihre freundliche und herzliche Art haben mich in vielerlei Hinsicht zum Nachdenken gebracht. Zum Beispiel was den Umgang mit mir selbst und anderen betrifft. Auch mein Glaube hat sich gefestigt. Ich habe verstanden, dass ich nicht alleine bin und dass ich mich nicht überall beweisen muss.

All das habe ich den tollen Mitarbeitern des beth manos zu verdanken. Durch sie gehe ich gestärkt und frohen Mutes den nächsten Schritt zur Therapie. Es ist ein riesiger Schritt, doch durch das Neue Land und Gott an meiner Seite weiß ich, dass ich es schaffen kann. Also bis dann und vielleicht bis später.

Psalm 40, 1-4:

Alles Gute, euer Werner