

# SELBSTHILFE UND MEHR

in Niedersachsen und Sachsen-Anhalt

## Programm

Januar bis April 2023



# Nottelefon Sucht

# 0180 365 24 07\*



\*Festnetzpreis 9 ct/min.;  
Mobilfunkpreise maximal 42 ct/min.

- 24 Stunden erreichbar
- bundesweit
- streng vertraulich
- ehrenamtlich

Ein Förderprojekt der **BAHN**BKK



Scan mich

**GUTTEMPLER**   
... SELBSTHILFE UND MEHR  
[www.guttempler.de](http://www.guttempler.de)

# INHALTSÜBERSICHT

<u>Wegweiser durch den Inhalt</u>	<u>3</u>
<u>Guttempler-Aussagen, Grundsätze und Angebote</u>	<u>4-7</u>
<u>Termine im Überblick</u>	<u>8-9</u>
<u>LEB und GBW Veranstaltungen + Information</u>	<u>11-14</u>
<u>Gemeinschaften im Überblick</u>	<u>15-17</u>
<u>Guttempler-Kindergruppen</u>	<u>36-37</u>
<u>Forut</u>	<u>42</u>
<u>Geschäftsstellen</u>	<u>60-61</u>
<u>Landesvorstand</u>	<u>62</u>
<u>Beauftragte für die Kreise</u>	<u>63</u>
<u>Sachberater auf Landesebene</u>	<u>64-65</u>
<u>Einrichtungen</u>	<u>66</u>
<u>Guttempler-Museum Mildstedt</u>	<u>67</u>
<u>Förderer willkommen</u>	<u>68</u>

---

**Einsendeschluss der Programme an die  
Geschäftsstelle:  
10. Februar - 10. Juni - 10. Oktober**

---

## **Herausgabe:**

**Guttempler in Deutschland**

**Landesverband Niedersachsen und Sachsen-Anhalt e.V.**

**Kiebitzstraße 16, 27318 Hoya**

**Verantwortlich:** Edeltraud Krethe

Ruf: 0 47 07 / 4 59 & Fax. 0 47 07 / 88 89 04

Mail: [ekrethe@ewetel.net](mailto:ekrethe@ewetel.net)

[edeltraud.krethe@guttempler-nds.de](mailto:edeltraud.krethe@guttempler-nds.de)

**Mit freundlicher Unterstützung der GKV-  
Die gesetzlichen Krankenkassen.**

## **Guttempler in Deutschland Wir über uns**

Wir wollen, dass alle Menschen auf dieser Welt sich frei von Beeinträchtigungen durch Alkohol und andere Drogen entwickeln und in Selbstbestimmung, Eigenverantwortung und Gesundheit leben können.

Wir konsumieren weder Alkohol noch andere Drogen. Dies einerseits als Folge einer überwundenen Abhängigkeit, andererseits aber auch als Bekenntnis der Solidarität mit den Menschen, die durch Alkohol und andere Drogen Leid erfahren. Zugleich machen wir hiermit deutlich, dass Alkohol für den Einzelnen und für die Gesellschaft mehr Schaden verursacht, als Nutzen stiftet. Mit der bewussten Entscheidung, alkohol- und drogenfrei zu leben, geben wir ein persönliches Beispiel für eine gesündere und unabhängige Lebensweise.

Zu unseren Grundsätzen gehört die Hilfe für Menschen mit Alkohol- und anderen Suchtproblemen sowie deren Angehörige. Diese Haltung setzt sich im Miteinander in der Gemeinschaft fort und gilt im Umgang mit allen Menschen, gleich welcher Herkunft, Hautfarbe, Geschlecht, religiöser oder weltanschaulicher Einstellung oder gesellschaftlicher Stellung.

Wir sind Mitglied der weltweiten Gemeinschaft von IOGT International. Alle Mitglieder unserer internationalen Dachorganisation setzen sich für Frieden zwischen den Menschen ein. Frieden begreifen wir als einen Prozess, in dem ein gerechter Ausgleich unterschiedlicher Interessen gewaltfrei geschieht. Für uns beginnt dies im engsten Kreis, in der Familie, in der Guttempler-Gemeinschaft.



## Die Guttempler – Grundsätze

### ***Enthaltbarkeit***

bedeutet Freiheit von persönlichkeitsverändernden Suchtmitteln  
ist grundsätzlich eine individuelle Entscheidung  
ist die Grundlage für eigenverantwortliches Handeln  
ermöglicht eine positive Lebensgestaltung  
ist Hilfe für andere  
macht unabhängig  
ist die Voraussetzung für die beiden nachstehenden Guttemplergrundsätze

### ***Brüderlichkeit***

heißt Toleranz gegenüber dem anderen  
ist Bereitschaft zur Hilfe, ohne Gegenleistung zu fordern  
bedingt ein unbedingtes Bekenntnis zur Gleichberechtigung aller Menschen  
ist die Fähigkeit, den Mitmenschen mit all seinen Stärken und Schwächen anzunehmen  
ist ein Ziel der Persönlichkeitsentwicklung  
ist nicht teilbar

### ***Frieden***

fängt in jedem selbst an  
heißt Konfliktbewältigung ohne Gewalt  
ist ohne Gerechtigkeit und Verantwortung nicht möglich  
beinhaltet Toleranz gegenüber allen Religionen, Ideologien und Kulturkreisen  
duldet keine Unterdrückung  
ohne Waffen ist unser Ziel  
ist für Guttempler eine ständige Herausforderung

<p><b>Enthaltbarkeit ist die Grundlage, Brüderlichkeit der Weg und Frieden das Ziel der Guttempler.</b></p>
---

## **Das Guttempler – Angebot**

**Guttempler** informieren über die Auswirkungen des Konsums von Alkohol und anderen Suchtmitteln

**Guttempler** beraten Menschen mit Suchtproblemen und ihre Angehörigen absolut vertraulich und kostenfrei

**Guttempler** bieten Gelegenheit zu Einzel- und Gruppengesprächen, Freizeitgestaltung und Weiterbildung

**Guttempler** unterstützen eine verantwortliche Lebenseinstellung

**Guttempler** setzen sich ein für eine alkoholfreie Gastlichkeit und eine suchtfreie Lebensweise

**Guttempler** laden Sie ein zu Freundschaft und froher, aktiver Mitarbeit

**GUTTEMLER HELFEN!**



# SOBERGUIDES

DEIN BEGLEITER AUS DER SUCHT

persönlich · vertraulich · deutschlandweit

[www.soberguides.de](http://www.soberguides.de)



Scan mich

Die SoberGuides sind  
ein Projekt der

**GUTTEMLER**   
... SELBSTHILFE UND MEHR

Ermöglicht durch die  
Selbsthilfeförderung der

**BARMER**

## **Termine 2023:**

- |                 |  |
|-----------------|--|
| 18.03.          | Landesverbandstag in Hoya                  |
| 23.06. – 25.06. | Treffen neue Mitglieder und Interessierte  |
| 26.08.          | Treffen der Vorstände                      |
| 06.10. – 08.10. | Guttemplertag<br>in Neunkirchen (Saarland) |
| 21.10.          | Landesverbandstag in Hoya                  |



**18.03.2023**  
**Landesverbandstag**  
**im „Lindenhof“**  
**27318 Hoya, Deichstraße 27**

# Veranstaltungen der Guttempler-Gemeinschaften in Niedersachsen und Sachsen-Anhalt



Maßnahmen der Erwachsenenbildung  
im Sinne des Niedersächsischen Gesetzes zur Förderung der  
Erwachsenenbildung werden in der pädagogischen  
Verantwortung der Ländlichen Erwachsenenbildung  
durchgeführt. LEB Regional-Büro Mitte, Bernstrasse 13  
30175 Hannover, Ruf: 0511 / 304 11-0

Die mit LEB gekennzeichneten Veranstaltungen finden im  
Rahmen der Ländlichen Erwachsenen-Bildung (LEB) statt.

Terminverschiebungen und zusätzliche Veranstaltungen  
sind im Rahmen der Bestimmungen des  
Nds. Erwachsenenbildungsgesetzes möglich.

# Guttempler - Bildungswerk (GBW)

Landesverband Niedersachsen e.V.

Geschäftsstelle: Hoya

Das GBW-Nds. ist eine Institution der außerschulischen Weiterbildung im Dienste der Allgemeinheit auf dem Gebiet der politischen, sozialen und internationalen Bildungsarbeit.

Das GBW-Nds. wendet sich mit seinen Programmen an **alle Kreise der Bevölkerung**. Es steht mit seinen Bildungsveranstaltungen **nicht nur Mitgliedern, sondern jedem offen** und ist in Zusammenarbeit mit anderen nationalen und internationalen Trägern der Bildungsarbeit insbesondere auf folgenden Gebieten tätig:

1. Persönlichkeitsbildung
2. Aufklärung über Alkohol- und Rauschmittelgefahren für den einzelnen und seine Familie, im Berufsleben, im Verkehrswesen, in der Jugendarbeit.
3. Internationale Verständigung, einschließlich Bildungshilfen für Ausländer.
4. Pädagogische Freizeithilfen.

Das GBW-Nds. ist religiös, weltanschaulich und parteipolitisch nicht gebunden, verfolgt ausschließlich und unmittelbar gemeinnützige Zwecke und erstrebt keine Gewinne.

Anmeldungen bitte an:

Guttempler Bildungswerk, LV Niedersachsen e.V.

Gerhard Siems, Dürerring 6a

31275 Lehrte, Ruf 0 51 32 / 5 65 57

eMail: [gerhard.siems@guttempler-kreis-hannover.de](mailto:gerhard.siems@guttempler-kreis-hannover.de)

## Soziales Engagement – Grundseminar

Referenten: Ilona und Stefan Weseloh

Lehrgang: 24.02. – 26.02.2023

### **Seminarbeschreibung:**

- Bedingungsfaktoren sozialen Engagements
- Ziele der sozialen ehrenamtlichen Arbeit
- Grundsätze sozialen Engagements
- Die Geschichte der Sozialarbeit
- Der Stellenwert tradierter Werte und Normen in der sozialen Arbeit
- Von der Selbsthilfe zur Hilfe – Erarbeiten eines persönlichen Handlungspotenzials
- Soziales Engagement im Verein
- Soziales Engagement und Hierarchien
- Grenzen sozialen Engagements

Das Seminar findet statt in der  
Bildungsstätte Hoya  
Akademie für soziale Bildung  
Kiebitzstraße 16  
27318 Hoya / Weser

## **Gruppenleiter-Qualifikation (4-teilig)**

Die Gruppe (Struktur und Dynamik)	05.05. - 07.05.2023
Die Person d. Gruppenleiters/d. -leiterin	02.06. – 04.06.2023
Kommunikation, Gesprächsverhalten	15.09. – 17.09.2023
Konfliktbewältigung	10.11. – 12.11.2023
Referenten: Erwin Vartmann Ede Schneider NN.	

Die Seminare finden statt in der  
Bildungsstätte Hoya  
Akademie für soziale Bildung  
Kiebitzstraße 16  
27318 Hoya / Weser

## **Ausbildung Suchthelfer 2023**

### **Seminarreihe 01-10**

- |         |                                     |   |
|---------|-------------------------------------|---|
| Teil 01 | Die Person des/der Helfers/Helferin | 17.02.-19.02.2023<br>Referent Erwin Vartmann    |
| Teil 02 | Alkohol und Rauschmittel            | 24.03.-26.03.2023<br>Referent Gerrit Mühlbrandt |
| Teil 03 | Behandlung der Suchterkrankung      | 21.04.-23.04.2023<br>Referent Klaus Bredlow     |
| Teil 04 | Praxis der Helfertätigkeit          | 19.05.-21.05.2023<br>Praxisberater aus Hamburg  |
| Teil 05 | Erstgespräche – Einzelgespräche     | 09.06.-11.06.2023<br>Referent Erwin Vartmann    |
| Teil 06 | Möglichkeiten und Grenzen der Hilfe | 30.06.-02.07.2023<br>Praxisberater aus Hamburg  |
| Teil 07 | Angehörige von Suchtkranken         | 08.09.-10.09.2023<br>Praxisberater aus Hamburg  |
| Teil 08 | Prävention und Nachsorge, Rückfall  | 13.10.-15.10.2023<br>Referent Klaus Bredlow     |
| Teil 09 | Rechtliche Fragen zur Suchthilfe    | 03.11.-05.11.2023<br>Referent Gerrit Mühlbrandt |
| Teil 10 | Zusammenfassung und Abschluss       | 01.12.-03.12.2023<br>Referent Erwin Vartmann    |





**Kreis:/ Ort:** **Gemeinschaft:** **Seite:**

**Kreis Osnabrück**

49080 Osnabrück "Osnabrück" 47

**Kreis Osterholz**

27711 Osterh.-Scharmbeck "Klosterholz" 48

27729 Hambergen "OHZ-Nord" 49

27711 Osterh.-Scharmbeck "Osterholz-Scharmbeck" 50

**Kreis Soltau-Fallingbostenl**

29640 Schneverdingen "Höpentäl" 51

29690 Schwarmstedt "Swarmstede" 52

**Kreis Wilhelmshaven-Ostfriesland**

26316 Varel "Graf Bentinck" 53

26411 Jever "Jever" 54

26529 Marienhafe "Nordstern" 55

26340 Zetel "Zetel" 56

**Kreis Winsen/Luhe**

21423 Winsen/Luhe "Aufwärts" 57

21244 Buchholz i. d. N. „Happy Ohne“ 58

21423 Winsen/Luhe "Sieg" 59

## Kreis Braunschweig

Gemeinschaft „Am Wendenthor“  
Deutsche Angestellten-Akademie (DAA)  
Julius-Konegen-Straße 24a  
38114 Braunschweig

Gegr. 13.04.1985

Mittwoch, 19.00 Uhr

Ruf 01 77 / 7 73 37 27 oder 01 79 / 2 15 57 45

**Kontakt:** Marco Fahl, Ruf 01 62 / 4 99 03 44  
Heiko Stolp, Ruf 01 52 / 18 03 74 40  
Bettina Jänsch, Ruf 01 60 / 96 59 86 12



- |               |  |            |
|---------------|--|------------|
| 04.01.        | Jahreshauptversammlung                                 |            |
| 11.01. LEB    | Respektvoller Umgang mit sich selbst und anderen       | K. Horejsi |
| 18.01. LEB    | Können wir noch dankbar sein?                          | P. Kühner  |
| 25.01. LEB    | Generationsvertrag – ist er noch aktuell?              | U. Becker  |
| 01.02.        | Mitgliederversammlung                                  |            |
| 08.02. LEB    | Hat die Selbsthilfe eine Zukunft?                      | B. Jänsch  |
| 15.02. LEB    | Selbsthilfegruppe – ein Ort der Vertrautheit           | K. Lütje   |
| 22.02. LEB    | Belasten Abhängige die Gesellschaft?                   | W. Horejsi |
| 01.03.        | Mitgliederversammlung                                  |            |
| 08.03. LEB    | Wie zufrieden macht mich mein Ehrenamt?                | B. Jänsch  |
| 15.03. LEB    | Wie lerne ich Nein zu sagen?                           | H. Stolp   |
| <b>18.03.</b> | <b>Landesverbandstag in Hoya</b>                       |            |
| 22.03. LEB    | Sind Ältere nur ein Kostenfaktor?                      | K. Lütje   |
| 29.03. LEB    | Rente mit 63 – Lebensqualität oder Geldverlust?        | C. Bürgel  |
| 05.04.        | Mitgliederversammlung                                  |            |
| 12.04. LEB    | Was gebe ich meinen Kindern, was geben die Kinder mir? | U. Becker  |
| 19.04. LEB    | Was brauchen Kinder – Konsum od. Verständnis?          | K. Heyn    |
| 26.04. LEB    | Wie weit geht meine Hilfsbereitschaft?                 | P. Kühner  |

Gäste sind jederzeit herzlich willkommen.

## **Kreis Braunschweig**

**Gemeinschaft „Brunsviga“**

Gegr. 05.11.1977

**Hamburger Straße 29**, Ruf 05 31 / 33 05 55

**38114 Braunschweig**

**Montag, 19.00 Uhr**

**Kontakt:** A. M. Schumacher Ruf 0 53 05 / 29 19

A. Strehlow, Ruf 05 31 / 50 81 84

**Gesprächskreis**

**Mittwoch, 19.00-22.00 Uhr**

**Treffpunkt:** siehe oben

**Kontakt:** S. Schramm, Ruf 0 53 05 / 18 44

### **18.03. Landesverbandstag in Hoya**

Die Gemeinschaft hat kein festes Programm.

Probleme Einzelner oder der Gemeinschaft  
werden vorrangig behandelt.

Ansonsten befassen sich die  
Teilnehmer mit allgemeinen  
Lebensfragen.

Gäste sind jederzeit herzlich willkommen.

Einmal im Monat Arbeitskreis Sucht, Kegeln, Basteln, Spielen

## Kreis Braunschweig

Gemeinschaft „Heinrich-Emil-Schomburg“ Gegr. 29.01.1949

Hamburger Straße 29, Ruf 05 31 / 33 05 55

38114 Braunschweig

Donnerstag, 19.00 Uhr

Kontakt: Andreas Hillebrand, Ruf 0 15 20 / 1 00 31 00

Hans-Jürgen Zell, Ruf 0 15 75 / 2 15 79 12

**Einzel- und Gruppengespräche** Donnerstag, 10.00–12.00 Uhr

**Treffpunkt:** siehe oben

**Kontakt:** Karin Schulz, Ruf 05 31 / 37 73 43

- 05.01. LEB Mit Fitness ins neue Jahr  
12.01. LEB Filmabend: Wie ein Licht in der Nacht  
19.01. LEB Diskussion zum Film: Wie ein Licht in der Nacht  
26.01. Wir erstellen unser Programm
- 02.02. LEB Tipps für eine alkoholfreie Geburtstagsfeier  
09.02. LEB Mit dem Fahrrad sicher unterwegs sein  
16.02. LEB Stellenwert von Gesellschaftsspielen heute  
23.02. LEB Unsere Möglichkeiten in der Suchtselbsthilfe
- 02.03. LEB Süchte gestern und heute  
09.03. LEB Wege zur inneren Gleichgültigkeit  
16.03. LEB Anleitung zur österlichen Dekoration  
**18.03. Landesverbandstag in Hoya**  
23.03. LEB Wo finde ich meinen persönlichen Rückzugsort?  
30.03. LEB Paradoxien einfach erklärt
- 06.04. Der Osterhasi kommt  
13.04. LEB Aufrecht bis ins hohe Alter  
20.04. LEB Muss ich meine Enthaltsamkeit erklären?  
27.04. LEB Warum streben wir nach „mehr“?

Gäste sind jederzeit herzlich willkommen.

**Gemeinschaft „Stand up“**  
**Deutsche Angestellten-Akademie (DAA)**  
**Julius-Konegen-Straße 24a**  
**38114 Braunschweig** Ruf 01 57 / 78 14 65 48

Gegr. 11.11.2007

**Montag, 18.30 Uhr**



**Kontakt:** Michael Müller-Stein, Ruf 01 57 / 78 14 65 48  
Klaus Weidemann, Ruf 0 53 41 / 2 96 63 47

- 02.01. Jahreshauptversammlung  
09.01. LEB Ist unsere Steuerpolitik gerecht? U. Diers  
16.01. LEB Sind wir wegen des Klimawandels  
noch zu retten? K. Zimmermann  
23.01. LEB Ist Wasserstoff die neue Zukunft? M. Urbanke  
30.01. LEB Ist die Politik noch zeitgemäß? Th. Meyer
- 06.02. Mitgliederversammlung  
13.02. LEB Vorbereitung auf einen Stromausfall U. Brennecke  
20.02. LEB Ist die Gaspolitik noch in Ordnung? C. Redepnning  
27.02. LEB Was hat Corona aus unserem Land gemacht? U. Finger
- 06.03. Mitgliederversammlung  
13.03. LEB Reichen unsere Energievorräte aus? M. Urbanke  
**18.03. Landesverbandstag in Hoya**  
20.03. LEB Energie sparen – aber wo? M. Müller-Stein  
27.03. LEB Braunschweig im Wandel der Zeit K. Weidemann
- 03.04. Mitgliederversammlung  
10.04. Ostermontag  
17.04. LEB Sucht und ihre Folgen Th. Meyer  
24.04. LEB Wie wichtig ist mir die Gemeinschaft? K. Zimmermann

Gäste sind jederzeit herzlich willkommen.

## Kreis Celle

Gemeinschaft "Allergarten"  
Gemeindehaus der Kreuzkirche  
Windmühlenstraße 45  
29221 Celle

Gegr. 09.05.1987

jeden 2. Donnerstag, 19.30 Uhr  
in den geraden Wochen

Kontakt: Ortrun Rinkel, Ruf 0 51 44 / 42 76



### 18.03. Landesverbandstag in Hoya

Die Gemeinschaft hat kein festes Programm.

Probleme Einzelner oder der Gemeinschaft  
werden vorrangig behandelt.

Ansonsten befassen sich die  
Teilnehmer mit allgemeinen  
Lebensfragen.

Gäste sind jederzeit herzlich willkommen.

## Kreis Celle

**Gemeinschaft "Rising Hope"**  
**Herzogin-Elèonore-Allee 3 B**  
**29221 Celle**

Gegr. 31.01.2004



**Kontakt:** Dagmar Zabel, Ruf 01 72 / 5 12 15 61

### **Gesprächsgruppen**

**Treff:** siehe oben

**Montag, 19.30 Uhr**

**Kontakt:** Klaus-Dieter Grimm, Ruf 01 74 / 8 56 61 84

**Treff:** Gemeindehaus Langlingen

**Montag, 17.30 Uhr**

**Kontakt:** Christa Hoppe, Ruf 0 50 82 / 12 27

**Treff:** Auferstehungskirche, Hambühren

**Mittwoch, 18.30 Uhr**

**Kontakt:** Klaus-Dieter Grimm, Ruf 01 74 / 8 56 61 84

### **18.03. Landesverbandstag in Hoya**

Die Gemeinschaft hat kein festes Programm.

Probleme Einzelner oder der Gemeinschaft  
werden vorrangig behandelt.

Ansonsten befassen sich die  
Teilnehmer mit allgemeinen  
Lebensfragen.

Gäste sind jederzeit herzlich willkommen.

Kinder- u. Jugendgruppe: freitags ab 16.00 Uhr Schwanenhaus

**Gemeinschaft „Langen“**

Gegr. 30.06.1984

**Gemeinderäume St. Petri Kirche Langen**

**Kapellenweg 7a, 27607 Geestland**

**Mittwoch, 20.00 Uhr**

**Kontakt:** Edeltraud Krethe, Ruf 0 47 07 / 4 59

Ernst Walper, Ruf 0 47 43 / 10 56



**Gesprächsgruppe nach Bedarf**

**Mittwoch, 19.45 Uhr**

**Treffpunkt:** siehe oben

**Kontakt:** Ewald Bonkowski, Ruf 0 47 43 / 15 83

Brigitte Schiemann, Ruf 0 47 43 / 9 12 79 99

- |            |  |              |
|------------|--|--------------|
| 04.01.     | Was erwarten wir vom Neuen Jahr 2023?        |              |
| 11.01. LEB | Was ist aus den alten Volksliedern geworden? |              |
| 18.01. LEB | Die Grundsätze der Guttempler                | S. Hein      |
| 25.01.     | Jahreshauptversammlung/Programm              | E. Krethe    |
| 01.02. LEB | Lebensmitteltricks im Snackregal             | H. Ennen     |
| 05.02.     | Grünkohlwanderung                            |              |
| 08.02. LEB | Ersthelfer am Unglücksort                    | E. Bonkowski |
| 15.02. LEB | Sucht – erblich oder anerzogen?              | W. Penning   |
| 22.02.     | Mitgliederversammlung                        | E. Krethe    |
| 01.03. LEB | Haustiere als Therapeuten                    | H. Schmedes  |
| 08.03. LEB | Wie viel Freiraum braucht der Mensch?        | U. Volkman   |
| 15.03. LEB | Gut, dass wir uns haben – Guttempler         | E. Walper    |
| 18.03.     | <b>Landesverbandstag in Hoya</b>             |              |
| 22.03. LEB | Was verstehen wir unter Esskultur?           | B. Schiemann |
| 29.03.     | Mitgliederversammlung                        | E. Krethe    |
| 05.04.     | Spieleabend zu Ostern                        | E. Krethe    |
| 12.04. LEB | Werden Krankheiten im Kopf gesteuert?        | P. Hesse     |
| 19.04. LEB | Haltbar machen durch Räuchern?               | S. Korn      |
| 26.04.     | Mitgliederversammlung                        | E. Krethe    |

Gäste sind jederzeit herzlich willkommen.

Jeden 2. Sonntag im Monat Kegeln mit der Gemeinschaft „Rotersand“.  
Gemeinsame Freizeitgestaltung nach Absprache.

## Kreis Delmenhorst

Gemeinschaft „Burg-Insel“

Gegr. 23.09.1986

Schreiberstraße 29a

27755 Delmenhorst

Dienstag, 15.00 – 18.00 Uhr

Kontakt: Brigitte Lindner, Ruf 0 42 21 / 7 31 09

- 03.01. LEB Aktuelles aus Politik und Zeitgeschehen  
10.01. LEB Ukrainekrieg und seine Folgen in Europa  
17.01. LEB Was sind Long-Covid-Symptome?  
24.01. LEB Was sind Winterdepressionen?  
31.01. LEB Smartphone Apps – wie abhängig sind wir schon?
- 07.02. LEB Aktuelles aus Politik und Zeitgeschehen  
14.02. LEB Die Zeit heilt alle Wunden – ist das so?  
21.02. LEB Wie man Strom und Gas einsparen kann  
28.02. LEB Gedächtnistraining B. Lindner
- 07.03. LEB Internationaler Frauentag B. Lindner  
14.03. LEB Die Zukunft der Guttempler-Gemeinschaften  
**18.03. Landesverbandstag in Hoya**  
21.03. LEB Mikroplastik im Meer  
28.03. LEB Umweltbilanz v. E-Auto – weniger Stickoxide  
in unserer Stadt?
- 04.04. LEB Aktuelles aus Politik und Zeitgeschehen  
11.04. LEB Man muss auch Nein sagen können  
18.04. LEB Hilfsbereitschaft – manchmal kann Hilfe geben  
schwierig sein  
25.04. LEB Demenz – wie gehen wir damit um?

Gäste sind jederzeit herzlich willkommen.

# Kreis Delmenhorst

Gemeinschaft "Deichhorst"

Gegr. 16.09.1977

Schreiberstraße 29a

27755 Delmenhorst

Mittwoch, 19.00 Uhr

Kontakt: Berend Reefmann, Ruf 0 42 21 / 8 13 47

Inge Pilatscheck, Ruf 0 42 21 / 7 09 41

- 04.01. LEB Was wünschen wir uns für das Neue Jahr?  
11.01. LEB Wie können wir übermäßigen Müll vermeiden? G. Chylek  
18.01. LEB Politik aktuell  
25.01. LEB Wie wichtig ist Nachbarschaft im Alter? Ho. Morbitzer
- 01.02. LEB Was bedeutet mir die Gemeinschaft heute? A. Fest  
08.02. LEB Sind wir mit den Flüchtlingen überfordert? I. Pilatscheck  
15.02. LEB Politik aktuell  
22.02. LEB Ich habe immer weniger Zeit B. Reefmann
- 01.03. LEB Wie stehen wir zu unserem Alter? He. Morbitzer  
08.03. LEB Wie wichtig ist mir die Guttemplerarbeit? Ho. Morbitzer  
15.03. LEB Politik aktuell  
**18.03. Landesverbandstag in Hoya**  
22.03. LEB Nimmt die Altersarmut zu? A. Fest  
29.03. LEB Wie haben wir die Strom- u. Gasabrechnungen überstanden?
- 05.04. LEB Bedeutung von Ostern in der heutigen Zeit G. Chylek  
12.04. LEB Wie gesund sind unsere Lebensmittel? B. Reefmann  
19.04. LEB Politik aktuell  
26.04. LEB Vergeht die Zeit mit zunehmendem Alter schneller? He. Morbitzer

Gäste sind jederzeit herzlich willkommen.

## Kreis Delmenhorst

Gemeinschaft „Delmenhorst“

Gegr. 17.01.1970

Schreiberstraße 29a

27755 Delmenhorst

Montag, 19.00 – 21.30 Uhr

**Kontakt:** Kornelia Seemann, Ruf 0 42 21 / 6 85 19 52

Wolfgang Schmidt, Ruf 0 42 21 / 7 11 51

Karin Habeck, Ruf 0 42 21 / 58 84 38

- 02.01. LEB Brauchen wir Regeln im täglichen Leben?  
09.01. LEB Das Erbe der Templer W. Schmidt  
16.01. LEB Politik aktuell  
23.01. LEB Alkohol am Arbeitsplatz E. Bodes  
30.01. LEB Möchte ich noch über meine Sucht reden?
- 06.02. LEB Corona neue Welle – schon da oder kommt?  
13.02. LEB Die Technik der Inquisition W. Schmidt  
20.02. LEB Politik aktuell  
27.02. LEB Muss ich mich immer rechtfertigen?
- 06.03. LEB Rückblick in Bildern, Teil 2 S. Bodes  
13.03. LEB Mitfeiern, wenn andere Alkohol trinken  
**18.03. Landesverbandstag in Hoya**  
20.03. LEB Politik aktuell  
27.03. LEB Verstreut über ganz Europa – Templer W. Schmidt
- 03.04. LEB Zufriedenheit – wie erreiche ich sie? E. Bodes  
10.04. LEB Sandstein und Sorben W. Schmidt  
17.04. LEB Was bedeutet Familie für mich?  
24.04. LEB Alles wird teurer – worauf verzichten? E. Bodes

Gäste sind jederzeit herzlich willkommen.

## Kreis Delmenhorst

Gemeinschaft "Wasserturm"

Gegr. 24.10.1987

Schreiberstr. 29a

27755 Delmenhorst

Donnerstag, 19.00 Uhr

**Kontakt:** Harald Olbrich, Ruf 0 42 21 / 7 40 31

Jacek Bit, Ruf 01 74 / 3 89 42 55

Manfred Kreisel, Ruf 0 42 21 / 9 46 86 25

od. 01 52 / 25 10 77 58

05.01. LEB Wie habe ich die Feiertage o. Alkohol bewältigt?

12.01. LEB Aktuelles aus Politik und Zeitgeschehen

19.01. LEB Folgen der Inflation

26.01. LEB Fahrzeuge mit Zukunft – E-Autos?

02.02. LEB Ziele der Therapie

09.02. LEB Welche Sorgen plagen mich für meine Zukunft?

16.02. LEB Überforderungen u. Grenzen d. Selbsthilfegruppe

23.02. LEB Sucht hat immer eine Geschichte

02.03. LEB Wie gehe ich mit Enttäuschungen um?

09.03. LEB Bin ich bereit zum Helfen?

16.03. LEB Alpträume nach jahrelanger Abstinenz

**18.03. Landesverbandstag in Hoya**

23.03. LEB Aktuelles aus Politik und Zeitgeschehen

30.03. LEB Migration in Deutschland – schaffen wir das?

06.04. LEB Was ist ein Helfersyndrom?

13.04. LEB Wie geht es mir?

Rundgespräch

20.04. LEB Die Folgen des Klimawandels

27.04. LEB Stärken erkennen und ausbauen

Gäste sind jederzeit herzlich willkommen.

**Frauengruppe:** Treffen jeden 3. Mittwoch im Monat um 19.00 Uhr

18.01. Wenn Frauen zu sehr lieben, außer sich selbst

15.02. Mein stiller Freund – wenn Frauen trinken

15.03. Aktuelles aus Politik und Zeitgeschehen

19.04. Frisch auf den Tisch – unsere Ernährung

**Gemeinschaft "Eiserner Wille"**  
**Parkstraße 5**  
**27211 Bassum**

Gegr. 30.10.1982

**Mittwoch, 19.30 Uhr**

**Kontakt:** Monika Harting, Ruf 0 42 43 / 23 82  
Brigitte Rath, Ruf 0 42 44 / 73 98

**Gesprächsgruppe**

**Dienstag, 19.00 Uhr**

**Klinik Bassum, Zentrum f. seelische Gesundheit**

**Gesprächsgruppe**

**Mittwoch, 19.30 Uhr**

**Treffpunkt:** siehe oben

**Kontakt:** Jutta Knöbel, Ruf 0 42 43 / 94 11 90

- 04.01. LEB Wurden unsere pers. Vorsätze 2022 umgesetzt?
- 11.01. LEB Erzabbau in Kiruna – eine Stadt zieht um B. Fischbeck
- 18.01. Jahreshauptversammlung
- 25.01. LEB Lebensmitteltricks – Luftnummern im K-Regal U. Guddat
- 01.02. LEB Wie kann ich am besten Geografie lernen? H. Früchtenicht
- 08.02. LEB Aus der Welt der Technik H. Horstmann
- 15.02. LEB Wie kommt Wurst u. Fleisch auf den Tisch?
- 22.02. LEB Die außergewöhnliche Geschichte der Wörter M. Harting
- 01.03. LEB Ärzte fordern – Menschen vor Profit A. Horstmann
- 08.03. LEB Blick in die Vergangenheit – Kinderfotos B. Rath
- 15.03. LEB Unsere Landschaft als Lebensraum T. Guddat
- 18.03. Landesverbandstag in Hoya**
- 22.03. LEB Handelsplatz Hafen – Menschen + Berufe G. Köhler
- 29.03. LEB Das war denn mal weg – Wackeldackel & Co. U. Guddat
- 05.04. LEB Betrugsmasken – so können wir uns schützen M. Harting
- 12.04. LEB Anleitung zum Gedächtnistraining Frau Früchtenicht
- 19.04. LEB Alte Bauernregeln – Wahrheit od. Mythos? I. Burdorf
- 26.04. LEB Internet + Handy – Fluch od. Segen? Kleingruppen

Gäste sind jederzeit herzlich willkommen.

**Frauengruppe:** letzter Dienstag/Monat 15.00 Uhr, Treff: siehe oben

- 31.01. LEB Bilder unter die Haut – Tattoos T. Guddat
- 28.02. LEB Hilfe bei chronischen Schmerzen H. Horstmann
- 28.03. LEB Anleitung zum Osterbasteln M. Harting
- 25.04. LEB Peinlich geht immer R. Süßenbach

## Kreis Diepholz

www.guttempler-veyhe.de

**Gemeinschaft "Gemeinsamer Lebensweg"** Gegr. 01.03.1992

**Martha-Schubert-Haus**

**Bahnhofstraße 33, 28844 Weyhe**

**Freitag, 19.30 Uhr**

**Kontakt:** Jörg Niemeyer, Ruf 0 42 03 / 78 43 13

Elvira Schmidt, Ruf 0 42 03 / 81 01 02



**Gesprächsgruppe**

**Dienstag, 19.00 Uhr**

**Treffpunkt:** siehe oben

**Kontakt:** siehe oben

### 18.03. Landesverbandstag in Hoya

Die Gemeinschaft hat kein festes Programm.

Probleme Einzelner oder der Gemeinschaft  
werden vorrangig behandelt.

Ansonsten befassen sich die  
Teilnehmer mit allgemeinen  
Lebensfragen.

Gäste sind jederzeit herzlich willkommen.

**Gemeinschaft „Neues Ziel“  
Haus der Hilfe**

Gegr. 26.11.1988

**Bremer Weg 2, 28857 Syke**

**Mittwoch, 19.00 Uhr**

**Kontakt:** Werner Ponick, Ruf 0 42 42 / 50 93 25

Heinz-Dieter Reis, Ruf 04 21 / 64 36 66 64

**Gesprächsgruppe**

**Mittwoch, 19.00 Uhr**

**Treffpunkt und Kontakt:** siehe oben

- |               |  |              |
|---------------|--|--------------|
| 04.01. LEB    | Neues Ziel 2022 – Jahresrückblick                    | H.-D. Reis   |
| 11.01.        | Jahreshauptversammlung                               |              |
| 18.01. LEB    | Großzimmer – damals + heute, Teil 1                  | L. Siegmayer |
| 25.01. LEB    | Stegreifrede – spontan + aus dem Bauch heraus        |              |
| 01.02. LEB    | Peter Hahne: Vorbild statt Vorschrift                | W. Scharf    |
| 08.02. LEB    | Anleitung zum Gedächtnistraining                     | Kleingruppe  |
| 15.02. LEB    | Großzimmer – damals + heute, Teil 2                  | L. Siegmayer |
| 22.02. LEB    | Warum entschuldigen, wenn man keinen Alkohol trinkt? | W. Ponick    |
| 01.03. LEB    | Die Geschichte des Witzes                            | D. Rosiefsky |
| 08.03. LEB    | Anleitung zum Gedächtnistraining                     | Keingruppe   |
| 15.03. LEB    | Politik aktuell                                      |              |
| <b>18.03.</b> | <b>Landesverbandstag in Hoya</b>                     |              |
| 22.03.        | Mitgliederversammlung                                |              |
| 29.03. LEB    | Tiere mit Einwanderungsgeschichte                    | B. Reis      |
| 05.04. LEB    | Weltraumforschung: das James-Webb-Teleskop           | H.-D. Reis   |
| 12.04. LEB    | Alte Hausmittel für Gesundheit + Haushalt            | A. Steike    |
| 19.04. LEB    | Blick in die Tageszeitung                            |              |
| 26.04. LEB    | Mein Garten: welche Pflanzen im Klimawandel?         | A. Steike    |

Gäste sind jederzeit herzlich willkommen

## Kreis Diepholz

www.guttempler-syke.de

### Gemeinschaft „Syke“ „Haus der Hilfe“

Gegr. 25.11.1978

Bremer Weg 2, 28857 Syke

Freitag, 19.30 – 21.45 Uhr

Kontakt: Susanne Meyer-Maiwald, Ruf 0 42 41 / 8 04 79 60

### Gesprächsgruppe

Freitag, 19.30 – 21.45 Uhr

Treffpunkt: siehe oben

Kontakt: Klaus Meyer, Ruf 0 42 41 / 8 04 79 60

06.01. LEB Wie geht es dir? Fragerunde

13.01. LEB Wie öffentlich will ich sein?

20.01. LEB Politik aktuell

27.01. Jahreshauptversammlung

03.02. LEB Anleitung zum Gedächtnistraining F. Klußmann

10.02. LEB Zu jung für die Rente – ich werde noch gebraucht

17.02. LEB Wie bleibe ich in der Krise zuversichtlich?

24.02. LEB Zufriedenheit – was ist das?

03.03. LEB Aktuelles aus der Tageszeitung

10.03. LEB Corona – wie weit haben wir es unter Kontrolle?

17.03. LEB Wie halten wir unseren Kopf fit?

**18.03. Landesverbandstag in Hoya**

24.03. LEB Niemand ist perfekt

31.03. LEB Kann Kritik motivieren?

07.04. Karfreitag

14.04. LEB Man ist so alt wie man sich fühlt

21.04. LEB Momente, die das Leben verändern

28.04. LEB Politik aktuell

Gäste sind jederzeit herzlich willkommen

**Frauengruppe:** jeden 2. Dienstag im Monat 19.00 Uhr, Treff: s. o.

10.01. LEB Hausarbeit – nur Frauensache?

14.02. LEB Chronische Schmerzen – was kann helfen?

14.03. Wir erkunden Syke

11.04. LEB Fühle ich mich in der Frauengruppe wohl?

# Dillertal

GASTRONOMISCHE VIELFALT

RESTAURANT  
**Dillertal**

Dille 8,  
27305 Bruchh.-Vilsen  
T. 04252-2680  
info@dillertal.de  
www.dillertal.de

GÄSTEHAUS  
**Dillertal**

Brautstraße 17,  
27305 Bruchh.-Vilsen  
T. 04252-1865  
info@dillertal.de  
www.gaestehaus-dillertal.de

CATERING  
**Dillertal**

Dille 8,  
27305 Bruchh.-Vilsen  
T. 04252-2680  
info@dillertal.de  
www.dillertal.de

RESTAURANT  
**Bahnhof**

Bahnhof 1,  
27305 Bruchh.-Vilsen  
T. 04252-913835  
info@dillertal.de  
www.dillertal.de



Wir freuen uns, Sie in einem unserer Häuser begrüßen zu dürfen.

*Heiner und Bastian Bomhoff*

## Kreis Hannover

**Gemeinschaft "Alte Heide"**

**Alte Heide 20, Ruf 05 11 / 60 27 07  
30657 Hannover**

**Kontakt:** Gerrit u. Regina Mühlbrandt  
Ruf 05 11 / 60 26 60

Gegr. 14.12.2002

**Dienstag, 15.00 Uhr**

**Gesprächsgruppe**

**Treffpunkt:** siehe oben

**Kontakt:** siehe oben

**Dienstag, 18.00 Uhr**

- 03.01. Mitgliederversammlung
- 10.01. LEB Rückblick auf das Jahr 2022
- 17.01. LEB Wie wichtig ist die ehrenamtliche Arbeit?
- 24.01. LEB Angehörige von Suchtkranken und ihre Ängste
- 31.01. LEB Ist Selbsthilfe noch zeitgemäß?
  
- 07.02. Jahreshauptversammlung
- 14.02. LEB Alles wird teurer – worauf verzichten?
- 21.02. LEB Sind E-Autos Öko?
- 28.02. LEB GBW – Weiterbildung in der Suchthilfe  
Was benötigen wir?
  
- 07.03. Mitgliederversammlung
- 14.03. LEB Aktuelles aus Politik und Zeitgeschehen
- 18.03. Landesverbandstag in Hoya**
- 21.03. LEB Hat das Ehrenamt noch Zukunft?
- 28.03. LEB Zuhören – können wir das noch?
  
- 04.04. Mitgliederversammlung
- 11.04. LEB Corona und die Folgen für die Selbsthilfe
- 18.04. LEB Das Leben nach der Sucht
- 25.04. LEB Erkennen einer Rückfallsituation

Gäste sind jederzeit herzlich willkommen.

## Kreis Hannover

**Gemeinschaft "Ansporn"**

Gegr. 03.12.1995

**Alte Heide 20**, Ruf 05 11 / 60 27 07

**30657 Hannover**

**Donnerstag, 19.30 Uhr**

**Kontakt:** Vera Dahlke, Ruf 05 11 / 61 26 68

Anke Renz, Ruf 05 11 / 9 58 42 99

**Suchtberatung**

**Donnerstag ab 18.30 Uhr**

**nach telefonischer Anmeldung**

**Treff + Kontakt:** Joachim Becker, Ruf 05 11 / 52 31 88

- |                           |   |                             |
|---------------------------|---|-----------------------------|
| 05.01.                    | Kein Gemeinschaftsabend                       |                             |
| 12.01.                    | Persönlicher Jahresrückblick                  |                             |
| 19.01.                    | Mitgliederversammlung                         |                             |
| 26.01.                    | Wir feiern Geburtstag                         | A. Dalmer<br>Ch. Siems      |
| 02.02.                    | Jahreshauptversammlung                        |                             |
| 09.02.                    | (Aus-)Bildung bei den Guttemplern             | G. Siems                    |
| 16.02.                    | Singen mit der Gemeinschaft                   | K. Warnecke<br>Frau Kassner |
| 23.02. <small>LEB</small> | Auswirkungen v. Feiern auf das Suchtverhalten | J. Becker                   |
| 02.03.                    | Mitgliederversammlung                         |                             |
| 09.03.                    | Bericht über das Leben in Frankreich          | Frau Kassner                |
| 16.03. <small>LEB</small> | Anderes Länder - andere Sitten, Teil 2        | A. Dalmer                   |
| <b>18.03.</b>             | <b>Landesverbandstag in Hoya</b>              |                             |
| 23.03. <small>LEB</small> | Auswirkungen v. Feiern auf Alkoholsucht       | J. Becker                   |
| 30.03. <small>LEB</small> | Alkoholismus im Arbeitsleben                  | E. Renz                     |
| 06.04.                    | Mitgliederversammlung u. Osterbräuche heute   |                             |
| 13.04.                    | Schlagertexten wird auf den Grund gegangen    | G. Siems                    |
| 20.04.                    | Wir feiern Geburtstag                         | S. Dalmer                   |
| 27.04. <small>LEB</small> | Westberlin - Leben auf einer Insel            | Herr Knorps                 |

Gäste sind jederzeit herzlich willkommen.

Guttempler-Kindergruppen  
im Landesverband Niedersachsen und Sachsen-Anhalt



Ziel der Kindergruppe:

in einer alkohol- und drogenfreien Umgebung versuchen wir die Kreativität der Kinder zu fördern

Konflikte gewaltfrei zu lösen

das Selbstbewusstsein der Kinder zu stärken

die Freizeit sinnvoll zu gestalten

Die Kinder kommen regelmäßig zusammen und werden von erfahrenen Gruppenleitern betreut.

Konflikte und Probleme der Kinder werden ernst genommen und gemeinsam wird nach Lösungen gesucht. Die Eltern werden in unsere Arbeit mit einbezogen, denn wir wollen ein gemeinsames Miteinander erreichen.

Die Kinder sollen den Gruppennachmittag mit gestalten. Ihre Wünsche und Vorstellungen werden dabei berücksichtigt.

Das wichtigste Ziel unserer Arbeit ist jedoch, fröhliche gemeinsame Stunden zu verbringen.

## Guttempler-Kindergruppen im Landesverband Niedersachsen und Sachsen-Anhalt

Kindergruppe „Die Fröhlichen Spielspatzen“ in Celle

Kindergruppe: freitags ab 16.00 Uhr  
im Schwanenhaus

Jugendgruppe: samstags ab 18.00 Uhr  
im Schwanenhaus

29211 Celle, Herzogin-Elëonore-Allee 3B

Leitung: Dagmar Zabel, Schmolkamp 48

29358 Eicklingen, Ruf 01 72 / 5 12 15 61

---

Kindergruppe „Höpengeister“ Schneverdingen

jeden Mittwoch, 15.00 bis 17.30 Uhr

29640 Schneverdingen, Osterwaldweg 9

Leitung: Erika Hanke, Im Winkel 1

29640 Schneverdingen, Ruf 0 51 93 / 29 56

---

**Alle Kinder  
mit ihren Freunden**

**sind uns herzlich  
willkommen**



## **Kreis Lüchow-Dannenberg**

**Gemeinschaft "Am Jeetzelufer"**

Gegr. 19.11.1988

**Ev. Gemeindehaus**

**An der Kirche 4a**

**29451 Dannenberg**

**Donnerstag, 19.00 Uhr**

**Kontakt:** Ulrike Freudenthal, Ruf 0 58 61 / 9 60 34 48

Brigitte Dorow, Ruf 0 58 61 / 72 44

**Gesprächsgruppe**

**Donnerstag, 18.30 Uhr**

**Treffpunkt:** siehe oben

**Kontakt:** siehe oben

### **18.03. Landesverbandstag in Hoya**

Die Gemeinschaft hat kein festes Programm.

Probleme Einzelner oder der Gemeinschaft  
werden vorrangig behandelt.

Ansonsten befassen sich die  
Teilnehmer mit allgemeinen  
Lebensfragen.

Gäste sind jederzeit herzlich willkommen.

## Kreis Lüchow-Dannenberg

**Gemeinschaft "Stafette"**  
**Lüneburger Straße 15 a**  
**29456 Hitzacker**

Gegr. 12.10.1984

**Freitag, 19.30 Uhr**

**Kontakt:** Hans-Dieter Stahlbock, Ruf 0 58 62 / 87 80  
Eckhard Furchert, Ruf 0 58 62 / 80 71  
Karin Recht, Ruf 0 58 62 / 79 61

### **18.03. Landesverbandstag in Hoya**

Die Gemeinschaft hat kein festes Programm.

Probleme Einzelner oder der Gemeinschaft  
werden vorrangig behandelt.

Ansonsten befassen sich die  
Teilnehmer mit allgemeinen  
Lebensfragen.

Gäste sind jederzeit herzlich willkommen.

## Kreis Lüneburg

www.guttempler-lueneburg.de

### Gemeinschaft "Lüneburg"

Gegr. 04.05.1978

Wallstraße 42, Ruf 0 41 31 / 4 25 50

21335 Lüneburg

**Donnerstag, 20.00 Uhr**

Kontakt: Rüdiger Luck, Ruf 0 41 36 / 90 01 19

Bürozeiten:

**Montag + Mittwoch, 10.30-14.30 Uhr**

Email: buero-lueneburg@guttempler-niedersachsen.de

### Gesprächsgruppe

**Donnerstag, 18.30-19.30 Uhr**

Treffpunkt: siehe oben

Kontakt: Klaus Behrend, Ruf 0 41 31 / 3 33 26

Frauengruppe:

**jeden 2.+4. Dienstag, 20.00-22.00 Uhr**

05.01.      Ausblick 2023

15.01.      Jahreshauptversammlung

19.01.      Buchvorstellung – Böse, Teil 2

R. Luck

02.02.      Wir erstellen unser Programm

16.02.      Neue Medien und die Informationsflut

02.03.      Guttempler aktuell

16.03.      Einblick in die Arbeit als Betreuer

K. Behrend

**18.03.      Landesverbandstag in Hoya**

30.03.      Familien gestern und heute

13.04.      Das ist mein faszinierendes Hobby

27.04.      Abend der Gesundheit (AKTIV)

Gäste sind jederzeit herzlich willkommen.

www.guttempler-magdeburg.de

## Kreis Magdeburg

**Gemeinschaft "Elbaue"**  
**ASZ Olvenstedt, Bruno-Beye-Ring 3**  
**39130 Magdeburg**

Gegr. 18.05.2002

**Kontakt:** Erwin Rickmann, Ruf 03 92 00 / 5 42 96  
Sabine Rickmann, Ruf 03 92 00 / 5 42 96

**Donnerstag, 19.00 Uhr**



**Gesprächsgruppe**  
**Treffpunkt:** siehe oben  
**Kontakt:** Ruf 01 52 / 01 43 32 71

**Donnerstag 19.00 Uhr**

### 18.03. Landesverbandstag in Hoya

Die Gemeinschaft hat kein festes Programm.

Probleme Einzelner oder der Gemeinschaft  
werden vorrangig behandelt.

Ansonsten befassen sich die  
Teilnehmer mit allgemeinen  
Lebensfragen.

Gäste sind jederzeit herzlich willkommen.



**FORUT** engagiert sich für mehr Bildung und eine Schulbildung für alle Kinder dieser Welt. Bildung ist die Grundlage für faire Chancen im Leben. FORUT bietet Entwicklungszusammenarbeit an und fördert Projekte, die auch zur Suchtprävention und Suchtbehandlung beitragen.

**Sie möchten FORUT unterstützen?**

- Sie können spenden (IBAN:DE21 8306 5408 0004 6947 59).
- Werden Sie Mitglied (oder Fördermitglied).
- Ihre Guttempler-Gemeinschaft wird kooperatives Mitglied.

**FORUT Projekte**

Guinea-Bissau (Westafrika):

- Erweiterung der Schule in Kinak um die Klassen 5-6
- Fertigstellung der Schule in Madina Hafía
- Ostercamp für Kinder- und Jugendliche (Gambia und Guinea-Bissau)
- Fussballclub FC IOGT, Suchtprävention für Jugendliche aus Bissau

**Uganda (Ostafrika):**

- Zusammenarbeit mit ‚Hope and Beyond‘, der IOGT Sucht- und Rehabilitationseinrichtung in Kampala

**Wir besuchen Sie gerne in Ihrer Gemeinschaft und berichten von unseren Projekten.**

Vorsitz: Simone Giehl, 0151 27527022

Ulrike Klahn, 030 55873191

E-Mail: [vorstand@forut.de](mailto:vorstand@forut.de)

**Bankverbindung:** IBAN:DE21 8306 5408 0004 6947 59,  
Deutsche Skatbank Zwnl. VR-Bank Altenburger Land e.G.

[www.forut.de](http://www.forut.de)

**Gemeinschaft “Bastion Hoffnung“**  
**Gemeindehaus der St. Michael-Kirche**  
**Martinsheidestraße 8**  
**31582 Nienburg**

Gegr. 22.08.1981

**Mittwoch, 19.00 Uhr**

**Kontakt:** Gerhard Kulawenski, Ruf 0 50 21 / 92 55 96  
Norbert Siemering, Ruf 0 50 21 / 6 42 17



**Frauengruppe** **alle 4 Wochen donnerstags, 20.00 Uhr**  
**vorab Kontakt:** Petra Rauer, Ruf 0 50 21 / 8 87 76 97

- 04.01. Jahresrückblick 2022  
11.01. LEB Wir müssen lernen zu verzichten  
18.01. LEB Macht Spielen süchtig?  
25.01. LEB Der Traum vom Frieden od. der Glaube  
an eine gute Zukunft J. Mänz  
26.01. 19.00 Uhr Jahreshauptversammlung
- 01.02. LEB Wilhelm Busch G. Schardt  
08.02. LEB Wie man es schafft, endlich loszulassen  
15.02. LEB Golf (Grundbegriffe) H. Pohl  
22.02. LEB Geliebter Feind oder die rote Linie G. Schardt
- 01.03. LEB Ganz normaler Wahnsinn (süchtige Gesellschaft) J. Mänz  
08.03. LEB Filmabend (Suchtthema) anschl. Diskussion G. Kulawenski  
15.03. LEB Wie manipuliert der Süchtige sein Umfeld? D. Nehls  
**18.03. Landesverbandstag in Hoya**  
22.03. LEB Über Leben und Tod (Triage) G. Schardt  
29.03. 18.00 Uhr Mitgliederversammlung  
29.03. LEB Wie man Konflikte gewaltfrei löst
- 05.04. LEB Früher war alles besser?  
12.04. LEB Wie gehe ich als Süchtiger mit Krankheiten um? P. Rauer  
19.04. LEB Nachhaltigkeit – ein dehnbarer Begriff J. Mänz  
26.04. LEB Wann wird das Feierabendbier gefährlich?

Gäste sind jederzeit herzlich willkommen.



# Essen, feiern: einfach nett bei uns!

*Wer eine gute Küche schätzt und ungezwungene Geselligkeit in angenehmer Atmosphäre liebt, der ist im Lindenhof Hoya genau richtig — ob im Restaurant, der luftigen Außenterrasse, der Kegelbahn, einem der freundlichen Clubzimmer oder im großzügigen Saal.*

**LINDENHOF**  
ESSEN · FEIERN · EINFACH NETT HIER

Matthias Duske  
Deichstr. 27 · 27318 Hoya  
Tel.: 04251-7000 · Fax: 7070  
[www.lindenhof-hoya.de](http://www.lindenhof-hoya.de)

## Kreis Neustadt – Nienburg

Gemeinschaft "Hoya und umzu"  
in den Räumen des GBW

Gegr. 21.10.2006

Kiebitzstraße 16  
27318 Hoya

jeden 2. Mittwoch, 20.00 Uhr  
in den geraden Wochen

Kontakt: Karin Vornefeld, Ruf 0 42 55 / 9 83 97 52

### 18.03. Landesverbandstag in Hoya

Die Gemeinschaft hat kein festes Programm.

Probleme Einzelner oder der Gemeinschaft  
werden vorrangig behandelt.

Ansonsten befassen sich die  
Teilnehmer mit allgemeinen  
Lebensfragen.

Gäste sind jederzeit herzlich willkommen.

## Kreis Oldenburg / Land

Gemeinschaft "Altes Forsthaus"  
Begegnungsstätte

Gegr. 21.11.1987

Amtsfreiheit 5-7, 27243 Harpstedt

Freitag, 19.00 Uhr

Kontakt: Heinz Remme, Ruf 0 42 44 / 80 96

Ingo Melle, Ruf 01 72 / 2 38 92 94

Reinhard Jamry, Ruf 0 42 24 / 8 00 86 16



- 06.01. LEB Politischer Jahresrückblick  
13.01. LEB Stehen die Selbsthilfegruppen vor dem Aus?  
20.01. LEB Halt – hart am Limit  
27.01. Mitgliederversammlung
- 03.02. LEB Suchtmittelfrei – geht das?  
10.02. LEB Gedanken zum Jubiläum  
17.02. LEB Soziale Medien – die neue Sucht?  
24.02. LEB Muss man noch Nachrichten schauen?
- 03.03. LEB Bewusst alkoholfrei oder nur trocken?  
10.03. LEB Bin ich durch die Alkoholkrankheit  
ein anderer Mensch?  
17.03. LEB Warum macht Alkohol süchtig?  
Aber nicht bei jedem
- 18.03. Landesverbandstag in Hoya**  
24.03. LEB Hilfe was heißt das – wie kann ich helfen?  
31.03. LEB Macht Abnehmen eigentlich Sinn?
- 07.04. Karfreitag  
14.04. LEB Was bedeutet Gas abschalten für den tägl. Gebrauch?  
21.04. LEB Hilft der Glaube bei der Abstinenz?  
28.04. LEB Höheres Herzinfarkttrisiko durch Bluthochdruck?

Gäste sind jederzeit herzlich willkommen.

**Gemeinschaft "Osnabrück"**  
**Heinrichstraße 75 a**  
**49080 Osnabrück**

Gegr. 16.04.1906

**Freitag, 20.00 Uhr**

**Kontakt:** Marion Mosler, Ruf 01 76 / 83 48 82 29  
Gudrun Thies, Ruf 01 62 / 6 40 52 04



**Beratungsgespräche nach Vereinbarung**

**Treff u. Kontakt:** siehe oben

**Frauengruppe**

**jeden 1. Montag/Monat, 16.00 Uhr**

**Treff u. Kontakt:** siehe oben

- |               |  |           |
|---------------|--|-----------|
| 06.01.        | Neujahrstreffen                          |           |
| 13.01. LEB    | Stätten des Nationalsozialismus          | W. Sprado |
| 20.01. LEB    | Aktuelles zur Suchtproblematik           |           |
| 27.01.        | Jahreshauptversammlung                   |           |
| 03.02.        | Grünkohlessen                            |           |
| 10.02. LEB    | Suchterkrankungen, Teil 1                | Hr. Meler |
| 17.02. LEB    | Erinnerungskultur in Osnabrück           | W. Sprado |
| 24.02. LEB    | Aktuelles zur Suchtproblematik           |           |
| 03.03. LEB    | Blitzlicht – Rundgespräch                | M. Mosler |
| 10.03. LEB    | Suchterkrankungen, Teil 2                | Hr. Meler |
| 17.03. LEB    | Meine fünf Jahre Guttempler-Gemeinschaft | W. Sprado |
| <b>18.03.</b> | <b>Landesverbandstag in Hoya</b>         |           |
| 24.03. LEB    | Mein Weg in die Abhängigkeit             | HS        |
| 31.03. LEB    | Sachsen-Anhalt – Neubeginn 3. Okt. 1990  | W. Sprado |
| 07.04.        | Karfreitagsfrühstück                     |           |
| 14.04. LEB    | Humor ist eine Haltung                   | G. Thies  |
| 21.04. LEB    | Was bedeutet Umweltschutz?               |           |
| 28.04. LEB    | Ist die deutsche Esskultur ausgestorben? | G. Thies  |

Gäste sind jederzeit herzlich willkommen.

Mitgestaltung des Angehörigen-Seminars in Bramsche

## Kreis Osterholz

www.guttempler-ohz.de

Gemeinschaft "Klosterholz"  
Guttemplerhaus, Am Stadtpark 14  
27711 Osterholz-Scharmbeck

Gegr. 13.11.1904

Donnerstag, 19.00 Uhr

Ruf 0 47 91 / 1 36 69

**Kontakt:** Heidrun Michaelis, Ruf 0 47 91 / 29 89  
Uwe Landscheid, Ruf 01 74 / 1 82 81 29

### Gesprächsangebot für Kinder und Jugendliche nach telefonischer Absprache

**Treff und Kontakt:** Heidrun Michaelis, Ruf 0 47 91 / 29 89

- |               |   |               |
|---------------|---|---------------|
| 05.01. LEB    | Haben wir Angst vor 2023?               |               |
| 12.01. LEB    | Das Telefonieren in Dänemark            | M. Kopec      |
| 19.01.        | Programmplanung                         |               |
| 26.01.        | Jahreshauptversammlung                  |               |
| 02.02.        | Montagsmaler                            | M. Kopec      |
| 09.02. LEB    | Rückfälle fallen nicht vom Himmel       | H. Michaelis  |
| 16.02. LEB    | Leuchte des Nordens                     | R. v. Oehsen  |
| 23.02. LEB    | Gedächtnistraining                      | H. Michaelis  |
| 02.03. LEB    | Kann man in Dänemark noch angeln?       | M. Kopec      |
| 09.03. LEB    | Stuhlgymnastik                          | H. Michaelis  |
| 16.03. LEB    | Aktuelles Thema                         |               |
| <b>18.03.</b> | <b>Landesverbandstag in Hoya</b>        |               |
| 23.03.        | Bericht vom Landesverbandstag           | R. v. Oehsen  |
| 30.03. LEB    | Lesestunde                              | H. Michaelis  |
| 06.04. LEB    | Ist der Klimawandel noch aufzuhalten?   | M. Kopec      |
| 13.04. LEB    | Impressionen vom Harz                   | R. v. Oehsen  |
| 20.04. LEB    | Welche Bedeutung haben Rituale für uns? | H. Michaelis  |
| 27.04.        | Glücksrad                               | U. Landscheid |

Gäste sind jederzeit herzlich willkommen.

## Kreis Osterholz

**Gemeinschaft "OHZ-Nord"**  
**Altes Rathaus, Bremer Straße 4**  
**27729 Hambergen**

Gegr. 01.09.1979

**Montag, 19.30 Uhr**

**Kontakt:** Helga Uhdén, Ruf 0 47 91 / 1 27 69  
Ingrid Indorf, Ruf 0 47 93 / 25 63

### **Beratungsgespräche nach Vereinbarung**

**Kontakt:** Klaus Hofmeister, Ruf 0 47 93 / 27 00

- |               |                                       |               |
|---------------|---------------------------------------|---------------|
| 02.01. LEB    | Jahresrückblick 2022                  |               |
| 09.01. LEB    | Worpsweder Kunsthandwerk              | Herr Köhler   |
| 16.01. LEB    | Suchtentwicklung u. Generationen      | I. Indorf     |
| 23.01. LEB    | Herzinfarkt – Risiko Arbeit           | K. Hofmeister |
| 30.01. LEB    | Leben wir in einer Suchtgesellschaft? | K. Kolhossler |
| 06.02. LEB    | Hat Corona uns Lebenszeit geraubt?    |               |
| 13.02. LEB    | Alt werden – wie gehe ich damit um?   | H. Uhdén      |
| 20.02.        | Jahreshauptversammlung                |               |
| 27.02. LEB    | Lebenslauf                            | H. Kettler    |
| 06.03. LEB    | Mit Nichts zufrieden sein             | R. Hofmeister |
| 13.03. LEB    | Fünf Jahre später                     |               |
| <b>18.03.</b> | <b>Landesverbandstag in Hoya</b>      |               |
| 20.03. LEB    | Aus seiner Mitte leben                | U. Möller     |
| 27.03. LEB    | Leben Vegetarier gesünder?            | Herr Köhler   |
| 03.04. LEB    | Aktuelles Thema                       |               |
| 10.04.        | Ostermontag                           |               |
| 17.04. LEB    | Frauen und Männer fühlen anders       | S. Kolhossler |
| 24.04. LEB    | Ein Leben im Hamsterrad               | H. Renke      |

Gäste sind jederzeit herzlich willkommen.

Kegeln alle 4 Wochen donnerstags, 20.00 Uhr  
bei „Fidelio“ in Osterholz-Scharmbeck

## Kreis Osterholz

**Gemeinschaft "Osterholz-Scharmbeck"** Gegr. 15.10.1968

**Guttemplerhaus, Am Stadtpark 14**

**27711 Osterholz-Scharmbeck**

**Dienstag, 19.00 Uhr**

Ruf 0 47 91 / 1 36 69

**Kontakt:** Edelgard Kairies, Ruf 0 47 91 / 77 08

Hans-Jürgen Kairies, Ruf 01 60 / 99 67 37 97

Sylvia Brauer, Ruf 0 47 91 / 5 88 53

- |                           |                                     |                |
|---------------------------|-------------------------------------|----------------|
| 03.01.                    | Jahresrückblick                     |                |
| 10.01. <small>LEB</small> | Süchtig nach Likes und Klicks       | E. Kairies     |
| 17.01.                    | Rundgespräch                        |                |
| 24.01.                    | Wir planen unsere Kohlfahrt         |                |
| 31.01.                    | Jahreshauptversammlung              |                |
| 07.02.                    | Wir erstellen unser Programm        |                |
| 14.02. <small>LEB</small> | Auslöser für erneuten Alkoholkonsum | A. Rust        |
| 21.02.                    | Veilchendienstag                    |                |
| 28.02. <small>LEB</small> | Stoffunabhängige Suchtverlagerung   | U. Splettstöße |
| 07.03. <small>LEB</small> | Ohne Ehrenamt geht es nicht         | T. Kiesner     |
| 14.03.                    | Mitgliederversammlung               |                |
| <b>18.03.</b>             | <b>Landesverbandstag in Hoya</b>    |                |
| 21.03. <small>LEB</small> | Biographie von K.-H. Böhm           | S. Brauer      |
| 28.03.                    | Positiv – negativ denken            |                |
| 04.04.                    | Wir planen unser Fischessen         |                |
| 11.04. <small>LEB</small> | Wie beeinflussen uns die Medien?    | U. Splettstöße |
| 18.04. <small>LEB</small> | Aktiv im Sitzen                     | S. Brauer      |
| 25.04.                    | Rundgespräch                        |                |

Gäste sind jederzeit herzlich willkommen.

## Kreis Soltau-Fallingbostal

**Gemeinschaft "Höpental"**

Gegr. 29.10.1988

**Gemeindehaus Mitte**

**Friedenstraße 3, 29640 Schneverdingen Montag, 19.30 Uhr**

**Kontakt:** Wolfgang Precht, Ruf 0 51 95 / 21 34

**Gesprächskreis**

**jeden Montag, 19.30 Uhr**

**Treffpunkt:** siehe oben

**Kontakt:** siehe oben

- 02.01. LEB Wie habe ich die Feiertage verbracht?  
09.01. LEB Verlauf der Alkoholkrankheit - Jelinek W. Precht  
16.01. LEB Was ist Heimat? K.-H. Dybowski  
23.01. LEB Reisebericht Südafrika Herr Schwarz  
30.01. LEB Wir planen unser Programm 2023 - 02
- 06.02. LEB Ursachen Gruppenmüdigkeit K. Ruschmeyer  
13.02. LEB Gespräche/Beziehungen nach der Therapie  
20.02. LEB Was ist Stress? K.-H. Dybowski  
27.02. LEB Wie weit geht es mit der Hilfsbereitschaft?
- 06.03. LEB Sind Tiefpunkte der Anfang eines Rückfalls? M. Bornkessel  
13.03. LEB Was ist aus meinem Berufswunsch geworden? E. Müller
- 18.03. Landesverbandstag in Hoya**
- 20.03. LEB Versteckter Alkohol K.-H. Dybowski  
27.03. LEB Corona - negative Auswirkungen auf die Gesellschaft K. Ruschmeyer
- 03.04. LEB Bekanntschafts-/Heiratsportale - Fluch oder Segen? G. Twiefel
- 10.04. Ostermontag - kein Treffen  
17.04. LEB Wie verfällt man in die Sucht?  
24.04. LEB Abstinenz - Vor- und Nachteile

Gäste sind jederzeit herzlich willkommen.

Kindergruppe: jeden Mittwoch 15.00 Uhr im MGH, Osterwaldweg 9

## Kreis Soltau-Fallingbostel

Gemeinschaft "Swarmstede"

Gegr. 04.09.1982

Ev. Gemeindehaus, Hauptstraße 3

29690 Swarmstedt

Donnerstag, 19.30 Uhr

Kontakt: Peter Czajor, Ruf 0 50 71 / 91 36 20

Christoph Lehmann, Ruf 01 75 / 6 47 58 47

Erstkontakt  
nach telefonischer Absprache

Donnerstag, 19.00-19.30 Uhr

Gesprächskreis

Donnerstag, 19.30 Uhr

Treffpunkt: siehe oben

Kontakt: siehe oben

### 18.03. Landesverbandstag in Hoya

Die Gemeinschaft hat kein festes Programm.

Probleme Einzelner oder der Gemeinschaft  
werden vorrangig behandelt.

Ansonsten befassen sich die  
Teilnehmer mit allgemeinen  
Lebensfragen.

Gäste sind jederzeit herzlich willkommen.

## Kreis Wilhelmshaven-Ostfriesland

Gemeinschaft "Graf Bentinck"

Gegr. 06.08.1988

Haus des Handwerks

Neumühlenstraße 11

26316 Varel,

Montag, 19.00 Uhr

Kontakt: Antje Stührenberg, Ruf 0 44 51 / 34 27

Anna Kriesten, Ruf 0 44 51 / 95 93 05

Klaus-Dieter Otte, Ruf 0 44 21 / 5 11 90



- 02.01. Politik aktuell  
09.01. Gewalt auf der Straße  
16.01. Aufbruch nach Corona  
23.01. Denken Männer und Frauen anders?  
30.01. 45 Jahre Guttemplermitgliedschaft M.u.K.-D. Otte
- 06.02. Jahreshauptversammlung  
13.02. Ich will leben  
20.02. Isolation im Alter?  
27.02. Wie wichtig ist ein Hobby im Alter?
- 06.03. Politik aktuell  
13.03. Ich bin Alkoholiker  
**18.03. Landesverbandstag in Hoya**  
20.03. Sucht und Geld  
27.03. Wenn die Rente nicht mehr reicht
- 03.04. Politik aktuell  
10.04. Ostermontag  
17.04. Wie sehe ich die Zukunft?  
24.04. Angrillen bei Antje

Gäste sind jederzeit herzlich willkommen.

# Kreis Wilhelmshaven-Ostfriesland

Gemeinschaft "Jever"

Gegr. 04.12.1976

Ev. Gemeindehaus

Kirchplatz 13

Dienstag, 19.30 – 21.30 Uhr

26441 Jever

Kontakt: Jutta Boyken, Ruf 0 44 61 / 8 46 47



- 03.01. Politik aktuell
- 10.01. Hat Corona das Gruppenleben verändert?
- 17.01. Ich über mich
- 24.01. Politik aktuell
- 31.01. Gewalt im Alltag: hinsehen od. wegschauen?
  
- 07.02. Fressen uns die Energiekosten auf?
- 14.02. Politik aktuell
- 21.02. Wie viel Sucht ist noch in mir?
- 28.02. Welche Auswirkungen hat der Alkohol auf den gesamten Körper?
  
- 07.03. Politik aktuell
- 14.03. Hat Toleranz Grenzen?
- 18.03. Landesverbandstag in Hoya**
- 21.03. Ich über mich
- 28.03. Politik aktuell
  
- 04.04. Außenseiter durch Abstinenz?
- 11.04. Habe ich ein Lebensmotto?
- 18.04. Politik aktuell
- 25.04. Was bedeutet Heimat für mich?

Gäste sind jederzeit herzlich willkommen.

## Kreis Wilhelmshaven-Ostfriesland

**Gemeinschaft "Nordstern"** Gegr. 15.11.1986  
**Ev. Gemeindehaus**  
**Am Markt 20, 26529 Marienhaf** **Montag, 19.30 Uhr**  
**Kontakt:** Hermine Valentin-Fischer, Ruf 01 51 / 40 26 25 42

**Gesprächsgruppe** **Montag, 19.30 Uhr**  
**Treffpunkt:** siehe oben  
**Kontakt:** siehe oben

- |               |  |                    |
|---------------|--|--------------------|
| 02.01.        | Jahresrückblick                                |                    |
| 09.01. LEB    | Warum bin ich Guttempler/in?                   | K.v.d.K.           |
| 16.01. LEB    | Politik aktuell                                | T.K.               |
| 23.01.        | Jahreshauptversammlung                         |                    |
| 30.01. LEB    | Reden wir noch gerne über Suchtthemen?         | K.H.               |
| 06.02. LEB    | Warum bin ich Mitglied in einem Verein?        | G.D.               |
| 13.02. LEB    | Politik aktuell                                | H.V.-F.            |
| 20.02. LEB    | Was bedeutet Familie für mich?                 | W.v.d.K.           |
| 27.02. LEB    | Ostfriesland im Wandel der Zeit                | T.K.               |
| 06.03. LEB    | Hat Corona die Gesellschaft verändert?         | F.R.               |
| 13.03. LEB    | Politik aktuell                                | G.D.               |
| <b>18.03.</b> | <b>Landesverbandstag in Hoya</b>               |                    |
| 20.03. LEB    | Achtsamkeit                                    | D.P.               |
| 27.03.        | Gesunde Ernährung: Kuchen alternativ           | E.R.,K.v.d.K.,K.H. |
| 03.04. LEB    | Wie teile ich meine Freizeit ein?              | D.P.               |
| 10.04.        | Ostermontag – kein Treffen                     |                    |
| 17.04. LEB    | Politik aktuell                                | A.D.               |
| 24.04. LEB    | Ist die Frage „Wie geht es dir?“ eine Floskel? | K.v.d.K.           |

Gäste sind jederzeit herzlich willkommen.

Vorstellung und Gesprächsrunde im Krankenhaus Norden  
ab 12.09.2022 alle 14 Tage montags 20.00 Uhr

# Kreis Wilhelmshaven-Ostfriesland

www.guttempler-zetel.de

**Gemeinschaft "Zetel"**

Gegr. 20.09.1979

**St. Martinshaus**

**Westerende 19b, 26340 Zetel**

**Montag, 19.30--21.30 Uhr**

**Kontakt:** Bärbel Jechimer, Ruf 0 44 53 / 48 80 40



**Gesprächsgruppe**

**Montag, 18.30 Uhr**

**St. Martinshaus**

**Westerende 19b, 26340 Zetel**

**Kontakt:** Bärbel Decker, Ruf 0 44 53 / 98 58 14

**Frauengruppe: letzter Mittwoch/Monat, 15.00-17.00 Uhr**

**Treff u. Kontakt:** Bärbel Jechimer, Ruf 0 44 53 / 48 80 40

02.01. LEB Rückblick auf 2022

09.01. LEB Politik aktuell

16.01. LEB Was ist mir wichtig in der Gemeinschaft?

23.01. LEB Fachkräftemangel

30.01. LEB Was bedeutet mir Mobilität?

06.02. LEB Klimawandel – Sturm, Starkregen, Gewitter

13.02. LEB Deutsche Küche oder auch mal International?

20.02. LEB Beratungsgespräch führen

27.02. LEB Welche Jahreszeit mag ich am liebsten?

06.03. LEB Beziehungen erhalten

13.03. LEB Naturschutz Wattenmeer

**18.03. Landesverbandstag in Hoya**

20.03. LEB Betrüger im Internet – wie schützen?

27.03. Spieleabend

03.04. LEB Cannabis legalisieren – eure Meinung

10.04. Ostermontag

17.04. LEB E-Auto – pro und kontra

24.04. LEB Fußball und Gewalt

Gäste sind jederzeit herzlich willkommen.

## Kreis Winsen / Luhe

**Gemeinschaft "Aufwärts"**

Gegr. 31.03.1985

Rathausstraße 7, Ruf 0 41 71 / 25 57

21423 Winsen / Luhe

**Montag, 19.00 Uhr**

**Kontakt:** Wolfgang Schmidt, Ruf 0 40 / 7 63 62 93

**Gesprächsgruppe**

**Montag, 18.30 Uhr**

**Treffpunkt:** siehe oben

**Kontakt:** Wolfgang Schmidt, Ruf 0 40 / 7 63 62 93

Erich Siebert, Ruf 01 51 / 10 61 57 97

### 18.03. Landesverbandstag in Hoya

Die Gemeinschaft hat kein festes Programm.

Probleme Einzelner oder der Gemeinschaft  
werden vorrangig behandelt.

Ansonsten befassen sich die  
Teilnehmer mit allgemeinen  
Lebensfragen.

Gäste sind jederzeit herzlich willkommen.

## Kreis Winsen / Luhe

Gemeinschaft "Happy Ohne"

Gegr. 25.08.2019

Mehrgenerationenhaus Kaleidoskop

Steinstraße 2

jeden 2. + 4. Mittwoch, 16.45 Uhr

21244 Buchholz i. d. N.

Kontakt: Ilona Weseloh, Ruf 01 71 / 8 40 93 66

Annabelle Steincke, Ruf 01 79 / 1 66 38 12



Gemeindehaus St. Petrus

Lüneburger Straße 23

jeden 3. Donnerstag, 16.45 Uhr

21244 Buchholz i. d. N.

Kontakt: siehe oben



- |            |     |   |               |
|------------|-----|---|---------------|
| 11.01.     | LEB | Meine Erwartungen an das Jahr 2023          | Rundgespräch  |
| 19.01.     |     | Mitgliederversammlung                       |               |
| 25.01.     | LEB | Fortschritt Hygiene - Medizingeschichte     | E. Schuhr     |
| 08.02.     | LEB | Auf einmal war es weg...                    | R. Schlumbohm |
| 16.02.     |     | Jahreshauptversammlung                      |               |
| 22.02.     | LEB | Erlebnisse, die mein Leben veränderten      | I. Weseloh    |
| 24.-26.02. |     | Soziales Engagement in der Praxis           | I. Weseloh    |
| 08.03.     | LEB | Perspektive von Hilfe und Beratung          | A. Steincke   |
| 10.-12.03. |     | Gartengestaltung im Frühjahr in der Praxis  | S. Weseloh    |
| 16.03.     | LEB | Osterbastelei                               | E. Schuhr     |
| 18.03.     |     | <b>Landesverbandstag in Hoya</b>            |               |
| 22.03.     | LEB | Gedächtnistraining                          | E. Schuhr     |
| 12.04.     | LEB | Gedächtnistraining mit Gesellschaftsspielen |               |
| 20.04.     |     | Mitgliederversammlung                       |               |
| 26.04.     | LEB | Gesundes Abendessen                         |               |
| 30.04.     |     | Tanz in den Mai                             |               |

Gäste sind jederzeit herzlich willkommen.

## Kreis Winsen / Luhe

**Gemeinschaft "Sieg"**

Gegr. 26.08.1900

**Rathausstraße 7, Ruf 0 41 71 / 25 57**

**21423 Winsen / Luhe**

**jeden 1. + 3. Dienstag, 16.00 Uhr  
von Mai bis September**

**jeden 1. + 3. Dienstag, 14.00 Uhr  
von Oktober bis April**

**Kontakt:** Joachim Greß, Ruf 0 41 71 / 7 93 95 31

Jutta Neuer, Ruf 0 41 78 / 3 44

03.01. LEB Stolpersteine in Winsen

B. Hartmann

17.01. LEB Gedächtnistraining

H. Schulz

07.02. Jahreshauptversammlung

21.02. LEB Pinselheinrich und seine Zeit (Zille)

J. Greß

07.03. LEB Imkern wie vor 150 Jahren

Herr Dunker

**18.03. Landesverbandstag in Hoya**

21.03. LEB Leuchte des Nordens

J. Neuer

04.04. LEB Wir singen Frühlingslieder

P. Schneemann

18.04. LEB Wir waren in Berlin

M. Trittel

H. Schulz

02.05. Nächste Sitzung

Gäste sind jederzeit herzlich willkommen.

# **GUTTEMLER** **IN DEUTSCHLAND**

## **Bundesgeschäftsstelle:**

Adenauerallee 45, 20097 Hamburg

Ruf 0 40 / 28 40 76 99 0

Fax 0 40 / 28 40 76 99 99

<http://www.guttempler.de>

Mail: [info@guttempler.de](mailto:info@guttempler.de)

**Guttempler in Deutschland e. V.**  
**Landesverband**  
**Niedersachsen und Sachsen-Anhalt e. V.**

**Geschäftsstelle:**

Post: Postfach 1109, 27314 Hoya  
Haus: Kiebitzstraße 16, 27318 Hoya  
Ruf: 0 42 51 / 62 95  
Fax: 0 42 51 / 62 96  
Mail: niedersachsen@guttempler.de

**[www.guttempler-nds.de](http://www.guttempler-nds.de)**

Telefon Montag bis Donnerstag  
9.00 Uhr - 14.00 Uhr  
sonst Anrufbeantworter

**Landeskonto:** Sozialbank Hannover  
BIC: BFSWDE33HAN  
IBAN: DE58251205100007410000



## Landesvorstand

### **Landesvorsitzende**

**Karin Horejsi**, Dürerring 46  
38228 Salzgitter, Ruf 0 53 41 / 55 09 79  
Mail: karin.horejsi@guttempler-nds.de

### **stellv. Landesvorsitzender**

**Jürgen Hagen**, Große Schulgasse 2 B  
39116 Magdeburg, Ruf 03 91 / 6 31 42 45  
Handy 01 51 / 52 92 33 52  
Mail: juergen.hagen@guttempler-nds.de

### **stellv. Landesvorsitzender**

**Klaus Bredlow**, Wegesende 4  
27211 Bassum, Ruf 0 42 41 / 8 20 89 55  
Mail: klaus.bredlow@guttempler-nds.de

### **Sekretärin**

**Hannelore Schulz**, Bürgermeister-Soetebier-Straße 5 a  
21395 Tespe, Ruf 0 41 76 / 9 44 16 40  
Mail: hannelore.schulz@guttempler-nds.de

### **Schatzmeister**

**Reinhard von Oehsen**, Kantstraße 37  
27711 Osterholz-Scharmbeck  
Ruf 0 47 91 / 64 78 & Fax 0 47 91 / 9 31 57 08  
Mail: reinhard.vonoehsen@guttempler-nds.de

## **Beauftragte für die Kreise**

### **Kreis „Cuxhaven“**

Edeltraud Krethe, Ortsallee 41  
27607 Geestland, Ruf 0 47 07 / 4 59  
Mail: [ekrethe@ewetel.net](mailto:ekrethe@ewetel.net)  
[edeltraud.krethe@guttempler-nds.de](mailto:edeltraud.krethe@guttempler-nds.de)

### **Kreis „Delmenhorst“**

Manfred Kreisel, Aarhuser Straße 21  
27755 Delmenhorst, Ruf 0 42 21 / 9 46 86 25  
Handy 01 52 / 25 10 77 58  
Mail: [manfred.kreisel@guttempler-nds.de](mailto:manfred.kreisel@guttempler-nds.de)

### **Kreis „Diepholz“**

Klaus Meyer, Lange Reihe 30  
27211 Bassum, Ruf 0 42 41 / 8 04 79 60  
Mail: [klaus.meyer@guttempler-nds.de](mailto:klaus.meyer@guttempler-nds.de)

### **Beauftragter für das Internet**

Johann Tjaden, Alter Postweg 45  
26529 Marienhaf, Ruf 0 49 34 / 99 05 00  
Mail: johann.tjaden@guttempler-nds.de

### **Sachberater für Verbandskontakte**

Gerrit Mühlbrandt, Tempelhofweg 36  
30179 Hannover, Ruf & Fax 05 11 / 60 26 60  
Mail: muehlbrandt.ghw@kabelmail.de

### **Sachberater für Seniorenarbeit**

Klaus-Dieter Grimm, Ludwig-Hölty-Straße 13  
29225 Celle, Ruf 01 74 / 8 56 61 84

### **Sachberaterin für das Sachgebiet Kinder und Jugend**

Hannelore Schulz, 21395 Tespe  
Bürgermeister-Soetebier-Straße 5a  
Ruf 0 41 76 / 9 44 16 40  
Email: hannelore.schulz@guttempler-nds.de

### **Sachberaterin für Junge Multitoxe**

Katrin Heyn, Am Teichholz 14  
38527 Meine, Ruf 01 79 / 2 15 57 45  
Email: katrhey@web.de

### **Sachberater für Junge Multitoxe**

Marco Fahl, Kruppstraße 42  
38126 Braunschweig, Ruf 01 62 / 4 99 03 44  
Email: fahl@guttempler.de

### **Sachberater für Gruppenkontakte**

Heiko Stolp, Mark-Twain-Straße 6  
38112 Braunschweig, Ruf 01 52 / 18 03 74 40  
Email: h.stolp@arcor.de

### **Sachberaterin für Gruppenkontakte**

Bettina Jänsch, David-Mansfeld-Weg 26  
38116 Braunschweig, Ruf 01 60 / 96 59 86 12  
Email: tina0258@web.de

### **Sachberater für Finanzen**

Christoph Lehmann, Orderweg 13 B  
29690 Essel, Ruf 0 50 71 / 6 67 89 45  
Handy 01 75 / 6 47 58 47  
Email: talosstar114@gmail.com

**Die in diesem Heft genannten Adressen sind nur zur internen Information sowie für Interessierte und für soziale Dienste bestimmt. Ihre sonstige Verwendung, insbesondere für Werbezwecke, ist unzulässig.**

## **Einrichtungen der Guttempler in Deutschland e. V.**

**Guttempler - Hilfswerk e. V.**  
**Guttempler - Sozialwerk e. V.**

### **Sozialtherapeutisches Übergangwohnheim**

für suchtkranke Männer und Frauen

nach stationärer Behandlung

Röderichstraße 6, 60489 Frankfurt, Tel. 0 69 / 78 19 51

### **Adaptionseinrichtung**

Strichweg 85, 27472 Cuxhaven, Tel. 0 47 21 / 5 00 71-0

Fax 0 47 21 / 5 00 71-29

---

### **FORUT—Entwicklungshilfeorganisation deutscher Guttempler e. V.**

Vorsitz: Simone Giehl, Tel. 01 51 / 27 52 70 22

Ulrike Klahn, Tel. 0 30 / 55 87 31 91

E-Mail: [vorstand@forut.de](mailto:vorstand@forut.de)

Konto: Deutsche Skatbank

Zwvl. VR-Bank Altenburger Land e.G.

IBAN: DE21 8306 5408 0004 6947 59

---

### **GUTTEMLER STIFTUNG**

Geschäftsstelle: Adenauerallee 45, 20097 Hamburg

Tel. 0 40 / 28 40 76 99-0

Konto: Hamburger Sparkasse

IBAN: DE28 2005 0550 1280 2868 14

Vorsitz: Rolf Hüllinghorst

Loheide 29 b, 33609 Bielefeld

Tel. 05 21 / 8 15 35

Handy 01 72 7 2 74 32 13

[rolf.huellinghorst@guttempler-stiftung.de](mailto:rolf.huellinghorst@guttempler-stiftung.de)



Deutschlands einziges Guttempler-Museum in Mildstedt (nahe Husum, Nordsee) zeigt auf über 400 Quadratmeter Ausstellungsfläche die Geschichte der Hilfe für suchtkranke Menschen und ihre Angehörigen durch die Guttempler.

#### Besuch vereinbaren

Marlies Zöhrens  
Mobil: 0162-3743772  
zoehrens@guttempler-museum.de

Nicole Grund  
Mobil: 0152-22668931  
grund@guttempler-museum.de

#### Anschrift

Zu den Tannen 2  
25866 Mildstedt

## Förderer willkommen

Unterstützung ja, Mitgliedschaft nein?

Sie finden die Ziele, Ideen und Aktivitäten der Guttempler unterstützenswert, scheuen aber die Verpflichtungen einer Mitgliedschaft?

Sie finden die alkoholfreie Lebensweise lobenswert, mögen sich selbst aber nicht dazu bekennen?

Dann können Sie uns gleichwohl helfen, indem Sie Guttempler-Förderer werden.

Sie können wählen, ob Sie Förderer Ihrer Lieblings-Gemeinschaft oder des Landesverbandes Niedersachsen und Sachsen-Anhalt e.V. werden wollen.

Ja, ich möchte Guttempler-Förderer werden! ( )

Ja, ich möchte  
den LV Niedersachsen und Sachsen-Anhalt e.V. fördern. ( )

Ja, ich möchte  
die Gemeinschaft ..... fördern. ( )

Ich bin zu einem  
monatlichen ( )

vierteljährlichen ( )

halbjährlichen ( )

jährlichen ( )

Entsprechendes  
bitte ankreuzen!

Förderbeitrag in Höhe von ..... Euro bereit.

Mein Name: .....

Anschrift: .....

PLZ, Ort: .....

Geburtsdatum: .....

Einsenden an:

Guttempler in Deutschland (I.O.G.T.)

Landesverband Niedersachsen und Sachsen-Anhalt e. V.

Postfach 1109, 27314 Hoya

Kiebitzstraße 16, 27318 Hoya

# Kalender 2023

Kalenderpedia  
Informationen zum Kalender

Januar							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
52							1
1	2	3	4	5	6	7	8
2	9	10	11	12	13	14	15
3	16	17	18	19	20	21	22
4	23	24	25	26	27	28	29
5	30	31					

Februar							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
5			1	2	3	4	5
6	6	7	8	9	10	11	12
7	13	14	15	16	17	18	19
8	20	21	22	23	24	25	26
9	27	28					

März							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
9			1	2	3	4	5
10	6	7	8	9	10	11	12
11	13	14	15	16	17	18	19
12	20	21	22	23	24	25	26
13	27	28	29	30	31		

April							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
13						1	2
14	3	4	5	6	7	8	9
15	10	11	12	13	14	15	16
16	17	18	19	20	21	22	23
17	24	25	26	27	28	29	30

Mai							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
18	1	2	3	4	5	6	7
19	8	9	10	11	12	13	14
20	15	16	17	18	19	20	21
21	22	23	24	25	26	27	28
22	29	30	31				

Juni							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
22				1	2	3	4
23	5	6	7	8	9	10	11
24	12	13	14	15	16	17	18
25	19	20	21	22	23	24	25
26	26	27	28	29	30		

Juli							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
26						1	2
27	3	4	5	6	7	8	9
28	10	11	12	13	14	15	16
29	17	18	19	20	21	22	23
30	24	25	26	27	28	29	30
31	31						

August							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
31		1	2	3	4	5	6
32	7	8	9	10	11	12	13
33	14	15	16	17	18	19	20
34	21	22	23	24	25	26	27
35	28	29	30	31			

September							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
35					1	2	3
36	4	5	6	7	8	9	10
37	11	12	13	14	15	16	17
38	18	19	20	21	22	23	24
39	25	26	27	28	29	30	

Oktober							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
39							1
40	2	3	4	5	6	7	8
41	9	10	11	12	13	14	15
42	16	17	18	19	20	21	22
43	23	24	25	26	27	28	29
44	30	31					

November							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
44			1	2	3	4	5
45	6	7	8	9	10	11	12
46	13	14	15	16	17	18	19
47	20	21	22	23	24	25	26
48	27	28	29	30			

Dezember							
KW	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
48					1	2	3
49	4	5	6	7	8	9	10
50	11	12	13	14	15	16	17
51	18	19	20	21	22	23	24
52	25	26	27	28	29	30	31

## Gesetzliche Feiertage 2023 (bundesweit)

1. Januar	Neujahr	1. Mai	Tag der Arbeit	3. Oktober	Tag d. Dt. Einheit
7. April	Karfreitag	18. Mai	Christi Himmelfahrt	25. Dezember	1. Weihnachtstag
10. April	Ostermontag	29. Mai	Pfingstmontag	26. Dezember	2. Weihnachtstag

© Kalenderpedia® www.kalenderpedia.de

Angaben ohne Gewähr



**Wir danken für die freundliche Unterstützung**



**Deutsche  
Rentenversicherung**



**Kassenartenübergreifende Förderung für  
Selbsthilfeorganisationen gemäß § 20h SGB V  
der GKV-Gemeinschaftsförderung**



Postfach 11 09

27314 Hoya

Tel. 04251 6295

Fax 04251 6296

Mail: [niedersachsen@guttempler.de](mailto:niedersachsen@guttempler.de)

[www.guttempler-nds.de](http://www.guttempler-nds.de)