



FREUNDE DER STIFTUNG MARIA EBENE

# FRIENDS OF ME

Friends of ME  
Stiftung Maria Ebene  
Maria Ebene 17  
6820 Frastanz  
Tel.: 05522 72746 1400  
<http://friends.mariaebene.at>  
[info@friendsofme.at](mailto:info@friendsofme.at)  
ZVR-Zahl: 903554800

58. Vereinsnewsletter | Jänner 2023

## im Kalender vormerken

*Sommerfest Highlight des Jahres*  
Freitag, 30. Juni 2023

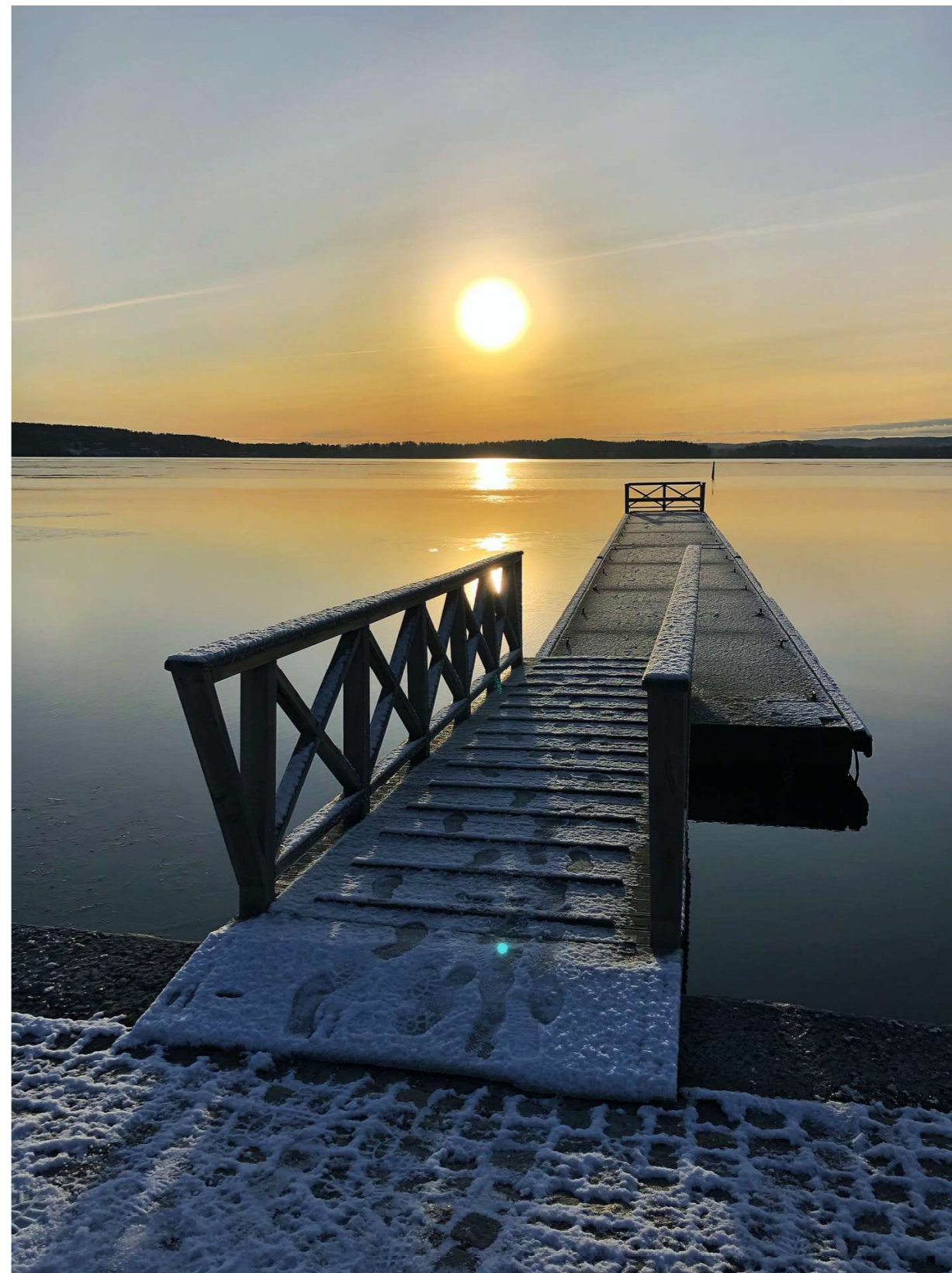


*Lesung*  
Donnerstag, 16. November 2023



FREUNDE DER STIFTUNG MARIA EBENE

# FRIENDS OF ME



Fr. B. ist in stationärer Therapie im KH Maria Ebene. Sie hat neben der Alkoholerkrankung einige körperliche Erkrankungen. Seit einigen Monaten ist sie arbeitslos, lebt Alleine in Salzburg in einer kleinen Wohnung am Land, ist oft einsam und bekommt nur wenig Krankengeld. Zu Ostern möchte Sie einen Ausgang mit Übernachtung nehmen, nach Hause fahren und ihre alte kranke Mutter besuchen, die sie schon lange nicht mehr gesehen hat. Vor kurzem ist die Jahresabrechnung für die Stromkosten gekommen und sie musste eine Nachzahlung von etwa € 180,- leisten. Jetzt geht sich die Heimfahrt eigentlich nicht mehr aus und sie weiß nicht was sie machen soll. Sie wird vom FoME-Krisenhilfefonds mit € 150,- unterstützt und ist sehr froh, dass sie damit die Fahrtkosten bezahlen kann und noch ein kleines Taschengeld zur Verfügung hat.

Prekär ist auch die Situation eines jungen Patienten in der TS Lukasfeld. Er ist minderjährig und schon vor der Therapie in einer betreuten Einrichtung fremduntergebracht. Sein Einkommen besteht aus Alimenten des Vaters und der Kinderbeihilfe. Aufgrund einiger Straftaten sind hohe Schulden entstanden, die er mit Hilfe seines Betreuers nun in monatlichen Raten bei den Gläubigern zu tilgen hat. Er hat somit absolut kein Geld mehr für sich zur Verfügung. Damit er bei therapeutischen Ausflügen und Aktivitäten ein kleines Taschengeld zur Verfügung hat, sich mal ein Öffi-Ticket leisten kann, oder einmal zum Friseur gehen kann, unterstützt ihn der FoME-Krisenhilfefonds mit € 100,-.

Dies sind nur ein paar wenige Beispiele von vielen, die zeigen wie Menschen durch den FoME-Krisenhilfefonds unterstützt werden. Im Jahr 2022 haben wir so in über 80 Fällen etwa € 7500,- an Unterstützungsleistungen gewährt. Seit Mitte 2014 besteht unser FoME-Krisenhilfefonds. Seitdem konnten in mehreren Hundert Fällen über € 40 000,- an Hilfeleistungen ausbezahlt werden.

Dank ihren Mitgliedsbeiträgen und Spenden ist die schnelle und unbürokratische Hilfe möglich, dafür Danken wir Ihnen auch im Namen unserer Patient:innen und ihren Angehörigen sehr herzlich. Ebenso möchte ich mich bei allen Kolleg:innen der Voralberger Suchthilfeeinrichtungen und beim gesamten FoME-Vorstand für die tolle Zusammenarbeit, den Austausch und jede wohlwollende Unterstützung bedanken.



*„Takt ist die Fähigkeit,  
einem anderen auf die Beine  
zu helfen, ohne ihm dabei auf  
die Zehen zu treten.“*

*Zitat: Curt Goetz*

# Wer schnell hilft, hilft am besten...

Text: Elmar Sturm, Dipl. Sozialarbeiter,  
Krankenhaus Maria Ebene, Frastanz



Um das Bewusstsein für die Armutrisiken suchtkranker Menschen und ihrer Familien zu stärken und die Wahrnehmung für deren Ursachen und Auswirkungen zu schärfen, bemüht sich der Verein Friends of ME immer wieder, entsprechende Informationsarbeit zu leisten und Themen aufzugreifen. Darüber hinaus wollen wir aber auch konkrete, unbürokratische und möglichst rasche Hilfestellungen und Unterstützungen geben, soweit wir dies in unserem Rahmen leisten können.

Über den FoME-Krisenhilfefonds unterstützen wir deshalb Klient\*innen und Patient\*innen aus Suchtberatungsstellen und Therapieeinrichtungen sowie ihre Familien möglichst unbürokratisch, unkompliziert, rasch und vor allem dort, wo es (noch) keine andere Möglichkeit der Hilfeleistung gibt. Wir können und wollen natürlich die Sozialhilfe oder andere staatliche Sozialleistungen nicht ersetzen. Aber das an sich noch gute soziale Netz in Vorarlberg und Österreich hat doch auch so manche Löcher und es gibt oftmals nicht unbeträchtliche Hürden, wenn Menschen kurzfristig passende Hilfe und Unterstützung brauchen.

Wir versuchen mit meistens kleinen finanziellen Sonderunterstützungen zwischen € 20,- bis ca. € 400,- Euro die ärgste Not zu lindern, bzw. Teilhabechancen von Armutsbetroffenen zu verbessern. Die Bearbeitung der Unterstützungsanfragen und die Abwicklung der Auszahlungen erfolgt durch die Sozialarbeiter im Krankenhaus Maria Ebene, DSA Gerhard Keckeis und DSA Elmar Sturm. Hier einige Beispiele dazu:

Da ist zum Beispiel Frau K., Klientin in einer CLEAN-Beratungsstelle. Sie lebt von Sozialhilfe. Als sie ein neues Bett braucht, bewilligt die Bezirkshauptmannschaft den Kauf eines Boxspringbettes bei Integra um € 120,- aber ohne Topper, bzw. Matratzenschoner. Im Unterbau des Bettes sind kräftige Metallfedern. Diese drücken beim Schlafen ganz ordentlich in den Rücken. Der Rücken schmerzt und der Schlaf ist so gar nicht erholsam. Ein passender Matratzenschoner kostet € 80,-. Den muss sie selbst bezahlen, von den € 586,76 die sie im Monat für ihren Lebensunterhalt bekommt. Der FoME-Krisenhilfefonds unterstützt Frau S. für den Ankauf eines Matratzenschoners.

Oder Herr F.. Er absolviert acht Monate Therapie in der TS Carina. Bekommt nur ein Taschengeld von der zuständigen Behörde über € 195,- monatlich. Nach der Therapie soll er in eine betreute Wohngemeinschaft einziehen und den Übergang in ein selbständiges Leben schaffen. Er hat keinerlei finanzielle Reserven. Auch keine Angehörigen, die ihn unterstützen können. Der FoME-Krisenhilfefonds unterstützt ihn mit € 200,-, für den Start in ein selbständiges neues Leben.

Eine Anfrage kam auch für Fr. S., die in der TS Lukasfeld in Meinigen ihre Therapie macht. Sie ist alleinerziehende Mutter eines 2 Jahre alten Mädchens. Das Kind ist während der Therapie beim Kindesvater in Obhut. Deshalb muss sie für diese Zeit Alimente an ihn bezahlen. Der Umzug in eine andere Wohnung steht an, die muss noch eingerichtet werden. Vor der Therapie hatte sie eine Teilzeitarbeit und eine geringfügige Beschäftigung und damit € 1000,- Monatseinkommen erhalten. Jetzt bekommt sie ca. € 600,- Krankengeld. Ein Wohnbeihilfeantrag ist gestellt und mit der Sozialhilfe wird verhandelt, welche Unterstützung noch möglich ist. Auf die Auszahlung des Krankengeldes muss sie noch warten, aber der Spielgruppenplatz für die Tochter wird nur reserviert, wenn der Beitrag jetzt bezahlt wird. Fr. S. wird vom FoME-Krisenhilfefonds mit € 250,- unterstützt.

# Frohes Neues Jahr 2023!

Liebe Freundinnen und Freunde der Stiftung Maria Ebene



2022 ist da lohnt es sich den Blick auf das vergangene Vereinsjahr zu richten. Noch einmal einzutauchen, Bilanz zu ziehen und abzuschließen. Blicke zurück, um Erkenntnisse mitzunehmen, um diese vorausblickend mitzunehmen. So beginnt dieser Newsletter mit einem berührenden Rückblick von Andreas Giselbrecht auf einen Teil seiner Suchterkrankung. Sie lässt offen, wie es weitergeht und lässt uns neugierig nach vorne blicken und phantasieren was da noch kommen mag. Zurückblicken dürfen wir auch auf eine außergewöhnliche Lesung mit Jürgen Thomas Ernst unter der nicht nur musikalischen Begleitung von Dietmar Kirchner. Ein außergewöhnliches Duo welches in dieser Form Premiere feierte. Außergewöhnlich in der Atmosphäre und auch menschlich berührend von woher unsere Vereinsmitglieder anreisen um mit dabei zu sein. Birgit Hackspiel berichtet darüber. Auch Elmar Sturm blickt zurück und erläutert wie der Friends of ME Krisenhilfefonds eingesetzt wird.

Zum Abschluss richten wir den Blick nach vorne. Was wird das Jahr 2023 bringen? Die Termine für das alljährliche Sommerfest und die diesjährige Lesung stehen bereits fest. Alles weiter wird sich zeigen. Wir wünschen euch allen ein gelingendes und freundschaftliches Jahr 2023!

Ihre Obfrau Susanne Ebner

Primar Dr. Philipp Kloimstein, MBA

# Gott sei Dank habe ich mich fürs Leben entschieden

Text: Andreas Giselbrecht und Theresia Metzler



Ich kann nicht mehr! Das war mein einziges Denken, mein einziges Fühlen als ich mich (mit richtig viel Restalkohol) über die steile Holzterrasse meiner Firma in den 1. Stock hinunterfallen ließ.

Der Notarzt wollte mir neben der Erstversorgung auch ein Beruhigungsmittel verabreichen, dass ich wohl sehr unverschämte verweigerte und zugleich den Arzt lautstark davonjagte.

Die Besorgnis, den Schrecken und das Entsetzen meiner Mitarbeiter trat ich mit Füßen. Ich schrie sie an: „Ihr habt mir vorher nicht geholfen – jetzt brauche ich euch grad auch nicht!“ (was für eine brutale und tiefe Kränkung in diesem Moment meinen treuen und leidgeprüften Mitarbeitern gegenüber)

Zu meinem riesengroßen Glück kam derselbe Arzt am Abend noch einmal zu mir und überzeugte mich einer Einweisung ins LKH Rankweil freiwillig zuzustimmen, da er sonst mit Hilfe der Polizei eine Zwangseinweisung veranlassen werde.

Betrunken wie ich war, stimmte ich zu und fand mich mit 1,6 Promille in der geschlossenen Abteilung der Psychiatrie wieder.

Ganz langsam und mit Hilfe entsprechender Medikamente kam ich zur Besinnung. Mein Vorsatz, am Tag nach der Einweisung wieder abzuhaufen, war gekippt. Statt mich gegen jeden und alles zu wehren, begann ich ganz leise mich selbst – mein Leben zu betrachten. Vielleicht begann sich damit der 2. Tiefpunkt in meinem Alkoholiker Leben anzubahnen. Ich kann ihnen sagen, mein Resümee war zutiefst erschütternd und traurig. Ganz langsam und nach einer gefühlten Ewigkeit im LKH Rankweil tauchte aus meinem sich lichternden Alkoholdunst die alles entscheidende Frage auf

## WILL ICH LEBEN ODER WILL ICH KREPIEREN?

Unglaublicher Weise fand ich in dieser Zeit die Kraft mit Gott zu reden und ihn um Hilfe zu bitten. Ich habe eigentlich einen Handel mit ihm vereinbart: „Ich tue alles was in meiner Macht steht und du hilfst mir mit allem was in deiner Macht steht!“

Wenn ich das heute im Rückblick betrachte, getraue ich mich zutiefst dankbar zu sagen: „Ich glaube wir haben uns beide an unser gegenseitiges Versprechen gehalten.“

Sehr gerne werde ich in der nächsten Newsletter-Ausgabe von Friends of ME erzählen wie meine Geschichte/ mein Leben weiterging...

# Bücher und Schmankerln

Text: Birgit Hackspiel  
Bilder: Birgit Hackspiel



Ein sehr gelungenen Abend gestalteten der Autor Jürgen Thomas Ernst und der Musiker und Komponist Dietmar Kirchner am 17. November 2022 in den Räumen der Aqua Mühle in Frastanz. Die beiden sind miteinander in die Schule gegangen und traten das erste Mal miteinander auf.

Deshalb gab es nicht nur Passagen aus den Büchern von Jürgen Thomas Ernst, sondern auch Schmankerln aus ihrer gemeinsamen Kindheit und Jugend. Sie erzählten spontan von ihren Erlebnissen und man spürte, dass sie sich über die Begegnung sehr freuten und gerne an ihre Zeit zurückdachten. Da war die Rede von einfachen Verhältnissen im Hohenems der 1970er Jahre, schlechten Fahrrädern und dem einen oder anderen Streich.

Freilich kamen auch die Bücher nicht zu kurz: Jürgen Thomas Ernst las Passagen daraus und erzählte etwas zur jeweiligen Entstehungsgeschichte. Abgerundet wurde der Abend mit köstlichen Brötchen aus der Aqua Mühle Küche.

