

JAHRESBERICHT

2023



LICHTBLICK Flensburg e. V.
Hilfe bei Lebenskrisen und Selbsttötungsgefahr

LICHTBLICK FLENSBURG E.V. HILFE BEI LEBENSKRISEN UND SELBSTTÖTUNGSGEFAHR

Anschrift:

Norderstraße 31
Zuckerhof
24939 Flensburg
0461 - 14684076

Geschäftsstelle:

Norderstraße 99
24939 Flensburg
0461 - 79456724

www.lichtblick-flensburg.de
info@lichtblick-flensburg.de

Sprechzeiten:

Termine nur nach vorheriger Vereinbarung

Spendenkonto:

Lichtblick Flensburg e.V.
Nord-Ostsee-Sparkasse (NOSPA)
IBAN: DE53 2175 0000 0017 0409 06
BIC: NOLADE21NOS

Mitglied:

- im Paritätischen Wohlfahrtsverband
- in der Deutschen Gesellschaft für Suizidprävention
- im Gemeindepsychiatrischen Verbund Flensburg

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort	03
Lichtblick Flensburg e.V.	05
Entwicklung 2023	08
Aktuelle Zahlen Suizidalität	08
Faktencheck	09
Beratungsaufkommen 2023	11
Das Projekt LIFELINE	13
Angebote für Hinterbliebene nach Suizid	16
Finanzen 2023	18
Vorstellung des hauptamtlichen Teams	19
Ausblick auf das Jahr 2024	30

LIEBE MITGLIEDER, LIEBE UNTERSTÜTZER:INNEN UND INTERESSIERTE,

wir blicken zurück auf das 23. Lichtblickjahr und stellen einen zunehmenden Wirkungsgrad fest. Immer mehr Menschen finden den Weg zu uns in die Beratungsstellen und auch wir machen uns vermehrt auf den Weg, um gezielt an Schulen suizidpräventiv zu wirken.

Die stetig ansteigenden Beratungsgesuche haben uns 2023 vor quantitative Herausforderungen gestellt, denn Lichtblick hat nach wie vor den Anspruch, Menschen in Notlagen zeitnah und adäquat zu versorgen. Mit der personellen Verstärkung unseres Teams und gleichzeitig einer sensiblen Reduzierung der Beratungsdichte, konnten wir dem Anstieg an Hilfesuchen gerecht werden. Den bemerkenswerten Anstieg der Fallzahlen um 36 % führen wir auf unseren zunehmenden Bekanntheitsgrad und auch auf unsere verstärkte Präsenz an Schulen zurück. Die Nachbetreuung der Schüler:innen konnten wir aber mit den für LIFELINE zuständigen Mitarbeiter:innen abdecken.

Unsere Erfahrungen zeigen zudem, dass die weltweiten Krisen gerade viele junge Menschen zusätzlich belasten. Nicht nur die Corona-Pandemie hat große Spuren hinterlassen, die derzeitigen Kriege in der Ukraine und im Nahen Osten sowie auch der Klimawandel führen zu Verunsicherungen und Zukunftsängsten. Darüber hinaus begegnen uns Menschen, die existentielle Ängste haben, in unserer Gesellschaft zu bestehen.

Unser Kerngeschäft, die Beratung von Menschen in Krisen, wird durch die Fördermittel der Stadt Flensburg und durch Spendeneinnahmen getragen. Leider mussten wir 2023 einen Spendenrückgang feststellen, der natürlich mit den, bereits erwähnten, erhöhten quantitativen Anforderungen korrelierte. Wir erhoffen uns hier mehr finanzielle Sicherheit und Stabilität.

Das zusätzliche Schulprojekt LIFELINE hingegen, ist aufgrund der großzügigen Förderung des Landes Schleswig-Holstein weiterhin finanziell abgesichert. Wir konnten mit zwei Pädagog:innen im letzten Jahr zahlreiche Flensburger Schulen mit positiver Resonanz erreichen. Mit der Ausweitung unseres Auftrages durch das Land hatten wir 2023 auch Kapazitäten, LIFELINE in den angrenzenden Kreisen Schleswig-Flensburg und Nordfriesland anzubieten. Wir freuen uns über das Interesse und entgegengebrachte Vertrauen der Schül:innen und Schulleitungen.

Die Verankerung von suizidpräventiven Schulangeboten bedarf der Entwicklung ganz eigener örtlicher Konzepte mit Anschluss an das jeweils vorhandene psychosoziale Versorgungssystem.

Im September 2023 veranstalteten wir in langer Tradition den Welttag der Suizidprävention (WSPD) diesmal in der Auguste-Viktoria-Schule. Gastreferentin war die Journalistin Diana Doko von dem Verein „Freunde fürs Leben“ aus Berlin. Sie stellte eindrucksvoll die Arbeit ihres Vereins vor und bereicherte unsere anschließende Podiumsdiskussion, u.a. mit Herrn Glandorf von der SG Flensburg Handewitt und Frau Unmack von der Duborg Skolen.

Wir erleben gerade den WSPD als Gelegenheit, Suizidprävention in der Stadtgesellschaft zu kommunizieren und den Austausch miteinander anzuregen und voneinander zu lernen.

Unser kompetentes pädagogisches Team passt weiterhin unser breit gefächertes Angebotsspektrum von der Einzelberatung über Trauergruppen bis hin zur Suizidprävention stetig an. Anhand unserer Erfahrungen werden unsere Konzepte laufend überarbeitet und optimiert.

Positive Resonanzen bestätigen uns einen hohen Grad an Wirksamkeit und ermutigen uns, den eingeschlagenen Kurs zu halten.

Zu guter Letzt möchten wir uns mit einem ganz herzlichen Dank an alle Menschen wenden, die diese großartige Entwicklung von Lichtblick Flensburg verantworten. Wir danken ganz herzlich den Förder:innen und Spender:innen für die großzügige finanzielle Unterstützung. Wir danken dem kompetenten Team für so manche Klimmzüge und die gute Energie, Lichtblick engagiert weiterzuentwickeln. Wir danken allen im Hintergrund wirkenden ehrenamtlichen Wegbegleiter:innen aus Vorstand und Beirat.

Sie alle zusammen ermöglichen vielen Menschen Unterstützung in Krisen mit Zuversicht und Lichtblicken.



Verena Balve
Vorstandsvorsitzende



Soeren Hauke
Geschäftsführung

LICHTBLICK FLENSBURG E.V.

Lichtblick Flensburg e.V. wurde im November 2000 gegründet und kann nunmehr auf eine 23-jährige Vereinsgeschichte zurückblicken. Der Verein ist gemeinnützig anerkannt und im Vereinsregister Flensburg eingetragen.

Vereinszweck

Lichtblick Flensburg e.V. leistet Hilfe für Menschen in Lebenskrisen durch Beratung und Begleitung, insbesondere für Suizidgefährdete und deren Angehörige.

Leitlinien und Ziele des Vereins

- * Der Verein ist religiös und weltanschaulich nicht gebunden, richtet sich jedoch nach dem humanistischen Menschenbild
- * Die Angebote für die Hilfesuchenden sind unentgeltlich
- * Der Verein wird ausschließlich auf freiwilligen Wunsch des Hilfesuchenden tätig
- * Persönliche Erstgespräche werden unbürokratisch und ohne lange Wartezeiten angeboten
- * Alle Mitarbeiter:innen des Vereins unterliegen, auch über die Tätigkeit im Verein hinaus, ausdrücklich der Schweigepflicht
- * Vereinsmitglieder 2023
Im Jahr 2023 hatte der Verein Lichtblick Flensburg e.V. 41 Mitglieder

Vereinsvorstand 2023

Der, von der Mitgliederversammlung gewählte, Vereinsvorstand ist für alle Fach- und Sachangelegenheiten des Vereins zuständig und in Kooperation mit den hauptamtlichen Mitarbeiter:innen für die inhaltlichen, organisatorischen und konzeptionellen Aufgaben verantwortlich.

Im Jahr 2023 haben wir Horst Bendixen aus dem Vorstand verabschiedet. Wir bedanken uns herzlich für die langjährige Unterstützung in der Vorstandsarbeit und freuen uns, dass wir seine Kompetenz in der Zukunft im Beirat nutzen können.

Vorsitzende

Verena Balve

1. Stellvertretende Vorsitzende

Anke Bühring

2. Stellvertretende Vorsitzende

Katrin Dahm-Schomberg

Kassenwart

Karsten Witt-Thams

Schriftführer:in

vakant

Beirat

Der Beirat berät den Vorstand in allen wichtigen Vereinsangelegenheiten. Er fördert die Öffentlichkeitsarbeit des Vereins und die Verbindung zu anderen Organisationen. Dem Beirat gehören Persönlichkeiten des öffentlichen Lebens in unserem beruflichen Umfeld an. Wir sind froh über die Zusammenarbeit sowie die zahlreichen Ideen und wertvollen Gedanken zur Weiterentwicklung unserer Arbeit.

Beiratsvorsitzender

Ralf Pschibul

Stellvertretender Beiratsvorsitzender

Harald Heinsohn

Beiratsmitglieder

Horst Bendixen

Alan Brückner

Ole Dunklau

Dr. Frank Helmig

Dr. Peter Lorenzen

Martin Mommsen von Geisau

Hauke Staats

Claudia Toporski

Antje Walther

Fachkräfte

Geschäftsführung

Soeren Hauke

Pädagogische Mitarbeiter:innen

Lena Arndt

Marlene Detlefsen

Lina Harbeck

Dorit Helterhoff

Matthias Münchow

Dorina Wernecke

Trauerarbeit

Therese Lindenblatt

Aliena Schildhauer

Verwaltung

Gerhard Strahlendorf

Manon Zankl

ENTWICKLUNG 2023

AKTUELLE ZAHLEN: SUIZIDALITÄT

Deutschland:

12 Suizide*

Schleswig-Holstein:

14,5 Suizide*

Flensburg:

16 Suizide*

*auf 100 000 Einwohner:innen

Die Suizidrate steigt um ca. 10% – 28 Suizidtote pro Tag

Alle 52 Minuten nimmt sich eine Person in Deutschland das Leben. Die aktuellsten Zahlen (aus dem Jahr 2022) zeigen auf, dass die Suizidrate im Vergleich zum Vorjahr um rund 10% gestiegen ist. Im Jahr 2022 kam es zu 10119 Suizidtoten, wohingegen es 2021 noch 9215 waren. Schätzungen zur Folge kommt es alle fünf Minuten zu einem Suizidversuch. Sowohl bei den vollendeten Suiziden als auch bei den Suizidversuchen, gehen Expert:innen von einer weitaus höheren Dunkelziffer aus.

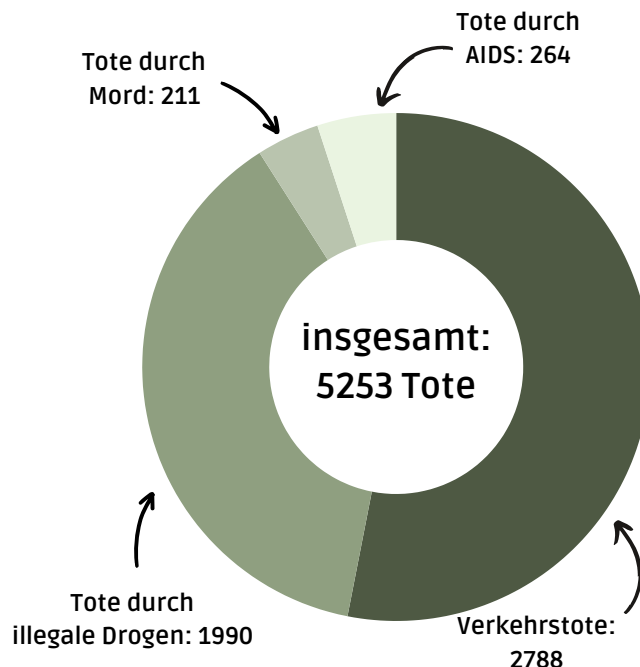
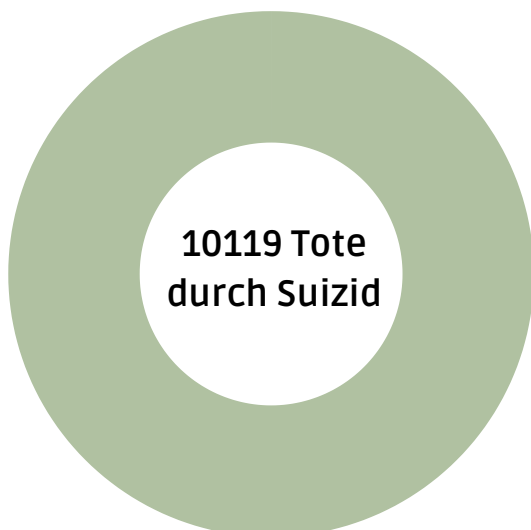
Bezogen auf 100.000 Einwohner:innen liegt der Durchschnitt in Deutschland im Jahr 2022 bei 12 Suiziden. Schleswig-Holstein liegt mit einem Wert von 14,5 über dem Bundesdurchschnitt. In Flensburg jedoch ist die Zahl deutlich gestiegen und liegt mit einem Wert von 16 deutlich über dem Durchschnitt.

Es ist ein deutlicher Anstieg der Suizidrate zu verzeichnen, was die Wichtigkeit unserer Arbeit unterstreicht und uns darin bestärkt, vor allem die Suizidprävention immer weiter voranzutreiben.

Es ist wichtig, zu betonen, dass jährlich deutlich mehr Menschen durch Suizid versterben als durch Mord, illegale Drogen, Verkehrsunfälle und AIDS zusammen.

Im Jahr 2022 kam es in Summe so zu 5253 Toten, wohingegen es 10119 Suizidtote gab.

(Mord: 211; AIDS: 264; Drogen: 1990; Verkehrstote: 2788. Quelle: www.destatis.de (2022))



FAKTENCHECK

Suizidgedanken sind immer ernst zu nehmen

Es ist falsch, zu glauben, dass Menschen, die von Suizid sprechen, es nie tun! Wenn ein Freund oder eine Freundin Suizidgedanken äußert, ermutige die Person, darüber zu sprechen und professionelle Hilfe zu suchen.

Mehr als 10.000 Suizidtote jährlich in Deutschland

Erstmals seit 2015 kam es 2022 wieder zu mehr als 10.000 Suiziden in Deutschland. 500 Betroffene sind Jugendliche und junge Erwachsene.

100.000 Suizidversuche jährlich in Deutschland

Auffällig ist, dass Suizidversuche häufig von jungen Frauen unternommen werden. Zudem versucht etwa jede:r Dritte nicht nur einmal, sich das Leben zu nehmen, sondern unternimmt einen weiteren Versuch.

Zweithäufigste Todesursache bei jungen Menschen

Suizid ist die zweithäufigste Todesursache bei jungen Menschen zwischen 15 und 29 Jahren. Im Jahr 2022 kam es in dieser Altersspanne zu 830 Suiziden.

Hilfesuche oft erst nach 11 Monaten

Durchschnittlich vergehen 11 Monate, bevor Menschen mit Depressionen ärztliche Hilfe in Anspruch nehmen. Dabei ist es wichtig, so schnell wie möglich Hilfe zu suchen: Denn Depressionen in frühen Stadien haben bessere Chancen, schnell behandelt zu werden.

Vielfältige Ursachen

Zu den Risikofaktoren zählen unter anderem ein geringes Selbstwertgefühl, traumatische Ereignisse, Depression, bipolare Störung, Alkoholismus oder Suizidenten in der Familie, Missbrauch von Alkohol und Drogen und chronische Krankheiten.

Mehr Tote als durch Verkehrsunfälle, Drogen, Mord und Aids zusammen

In Deutschland sterben deutlich mehr Menschen durch Suizid, als aufgrund von Verkehrsunfällen, Drogen und HIV zusammen.

80% kennen Suizidgedanken

80 % aller Bundesbürger haben schon einmal mit dem Gedanken gespielt, sich zu suizidieren. Bis zu einem gewissen Grad sind diese Gedanken normaler Bestandteil des Lebens und weisen nicht unbedingt auf suizidales Verhalten hin. Aber anhaltende Suizidgedanken sind ein Warnzeichen.



BERATUNGSaufKOMMEN

Die psychosoziale Krisenbegleitung wurde im Jahr 2023 von 500 Klient:innen in Anspruch genommen. Im Vergleich: 2022 waren es noch 341 Klient:innen (2021: 191, 2020: 223). Die Anzahl der Hilfesuchenden wächst also deutlich und hat sich seit 2020 mehr als verdoppelt. Insgesamt fanden 2023 bei Lichtblick 3346 Beratungsgespräche statt. Dort haben wir im Vergleich zum Vorjahr einen Zuwachs von 36,79% zu verzeichnen. Schaut man sich das Beratungsaufkommen im Jahr 2021 an, so zeigt sich eine Steigerung um 87,03%.

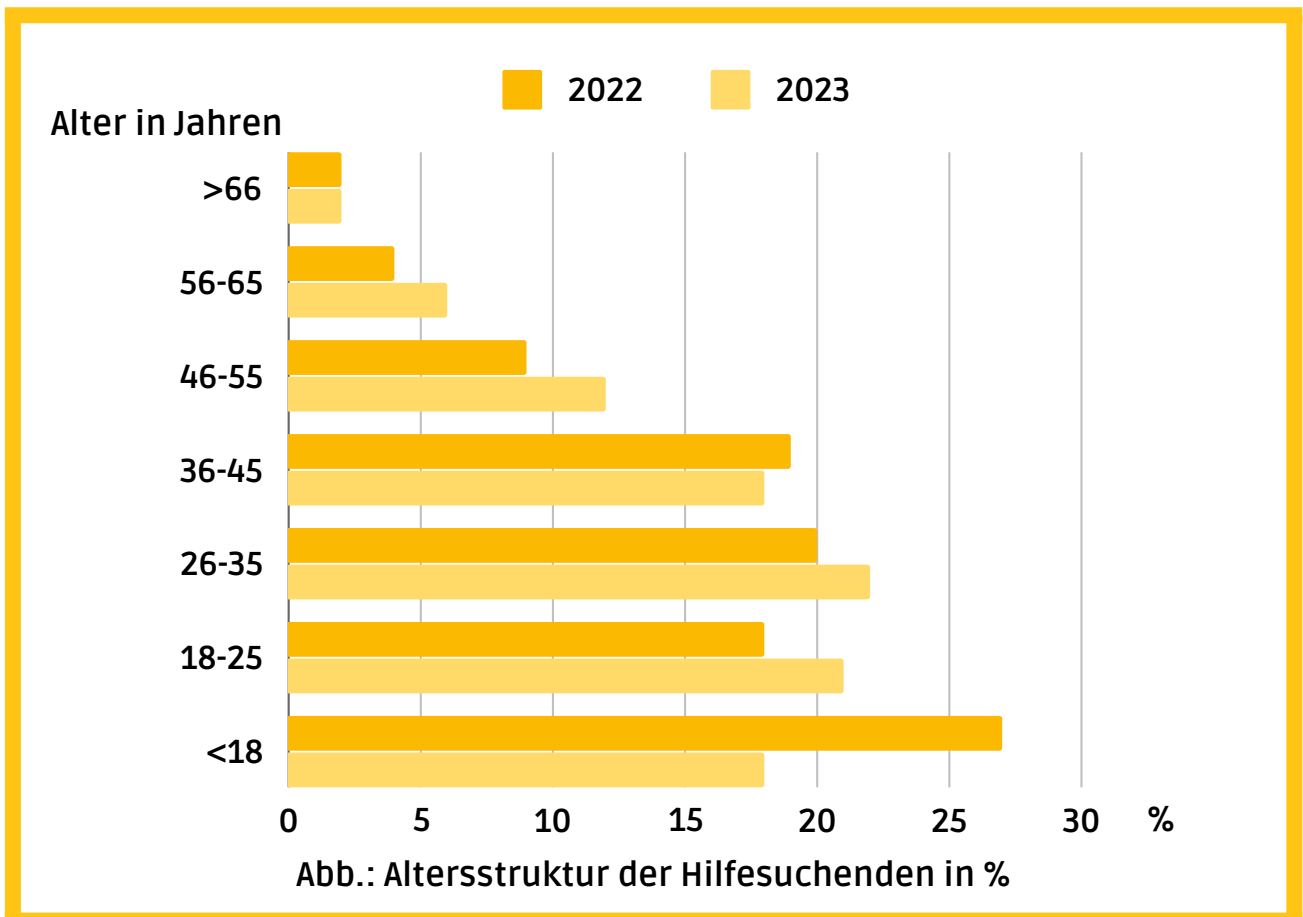
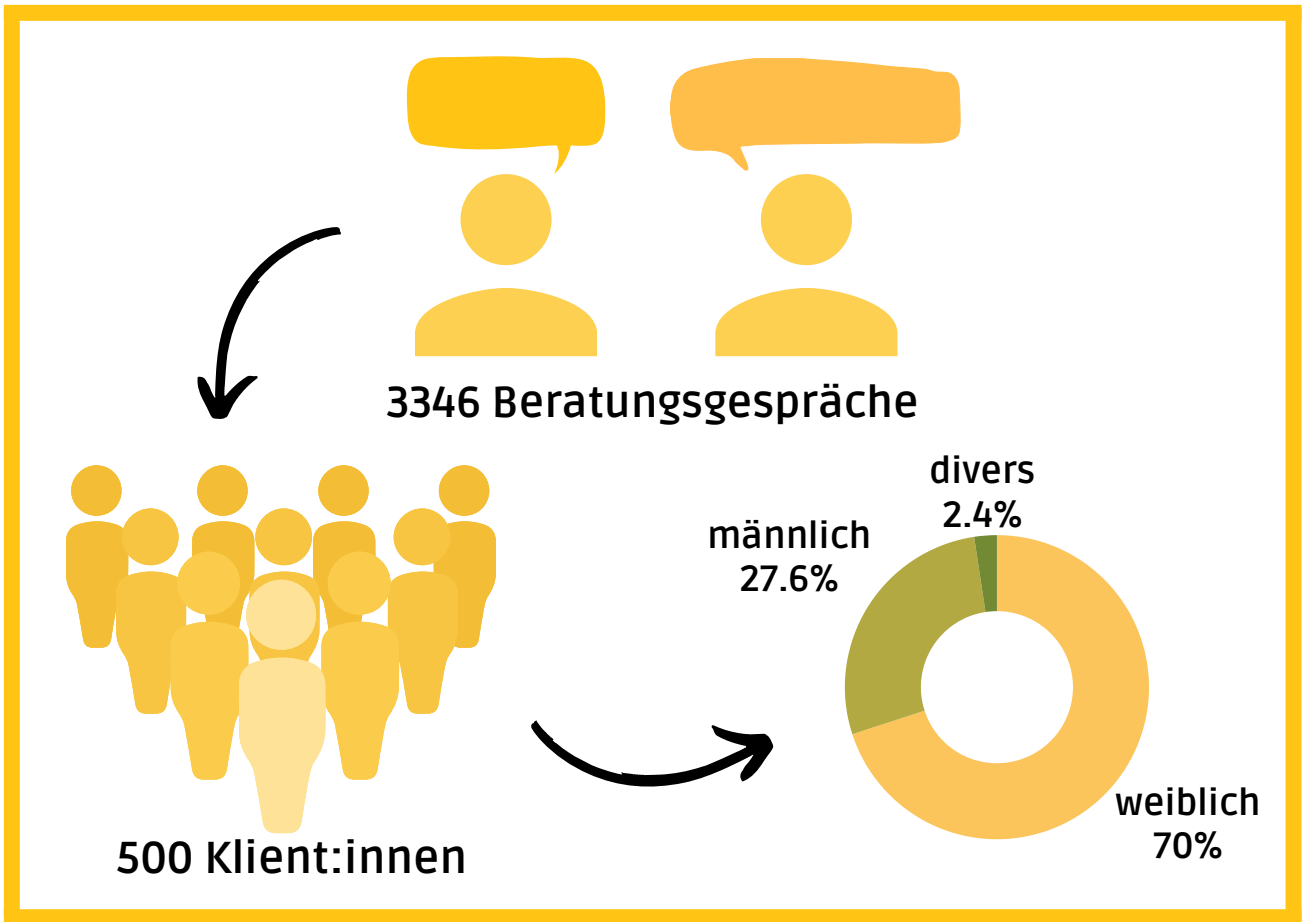
Die Hilfesuchenden waren zu 70% weiblich, zu ca. 28% männlich und 2% divers. So bleibt die Verteilung nahezu identisch (2022: 68% weiblich, 27% männlich, 5% divers).

Im Durchschnitt kamen Klient:innen, genauso wie in den Vorjahren, 7 Mal zu uns in die Beratung. Der Fokus liegt weiterhin auf der kurzzeitigen Krisenintervention.

Im Hinblick auf die Altersstruktur kann man der Grafik entnehmen, dass die vier jüngsten Alterskategorien ungefähr gleich verteilt und dort die meisten Klient:innen zugehörig sind. Mit rund 40% machen die Klient:innen zwischen 10 und 25 Jahren einen großen Teil der Hilfesuchenden aus. Mit zunehmenden Alter nehmen weniger Menschen unser Hilfsangebot wahr.

Termine, die der reinen Informationsverarbeitung dienen, beispielsweise zwecks Terminvergabe, werden in dieser Statistik nicht berücksichtigt.





KRISEN- UND SUIZIDPRÄVENTION FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

Das Projekt LIFELINE, welches seit 2019 intensiv von unseren Mitarbeitenden an Schulen durchgeführt wird, erhält seit dem Jahr 2022 eine Finanzierung durch das Land Schleswig-Holstein. Durch diese Anschlussfinanzierung, der vorhergegangenen Förderung von Aktion Mensch, war es möglich, dass unsere in Flensburg etablierten suizidpräventiven Projekte auch in den Kreisen Schleswig-Flensburg und Nordfriesland durchgeführt werden konnten und auch weiterhin installiert werden. In Flensburg gehören unsere Projekte an vielen Schulen bereits zu einer regelmäßigen Konstante der Präventionsarbeit.

Diese Finanzierung des Landes wurde kürzlich für vier weitere Jahre bewilligt und finanziell erweitert, sodass wir unser Angebot auch auf die Kreisgebiete Dithmarschen und Rendsburg-Eckernförde ausweiten werden.

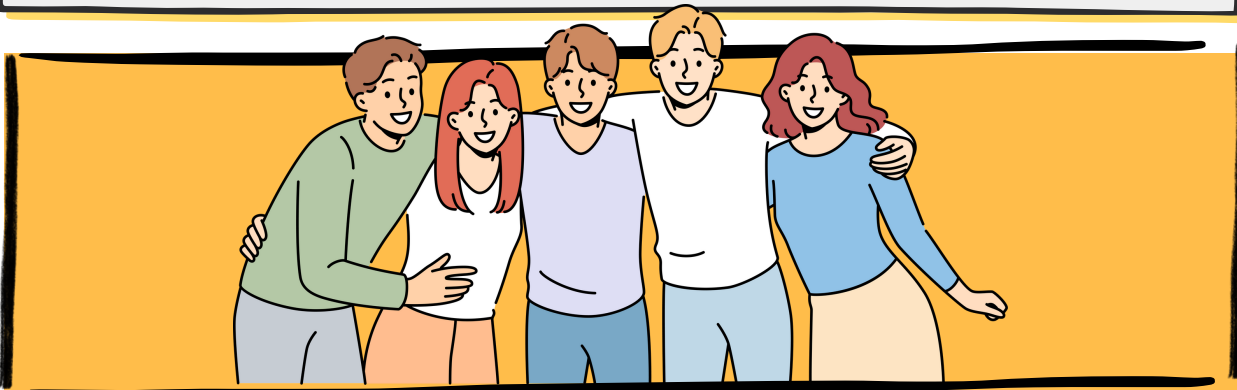
Das Projekt LIFELINE umfasst zwei unterschiedliche Modelle, bestehend aus der Krisenprävention der „Traurigen Traurigkeit“ und der Suizidprävention des „Alex-Modells“. Das Konzept der „Traurigen Traurigkeit“, welches für Kinder und Jugendliche ab der vierten Klasse geeignet ist, befasst sich primär mit dem Umgang mit unangenehmen Gefühlen und der Auseinandersetzung mit diesen. Es soll dazu dienen, eigene Ressourcen und hilfreiche Lösungsstrategien zu entdecken und ein Hilfsnetzwerk für Krisensituationen zu entwickeln.

Das „Alex-Modell“, welches für Schüler:innen ab der achten Klasse angeboten wird, beschäftigt sich mit den Ressourcen der Schüler:innen zur Bewältigung von Krisen. Zudem erarbeiten die Schüler:innen mit den Pädagog:innen in dem Modell den Umgang mit Suizidalität. Dabei geht es darum, zu erfahren, welche Hilfesysteme vorhanden sind und wie die Schüler:innen selbst mit Menschen umgehen können, die suizidal sind. Zusätzlich bietet das Konzept den Schüler:innen ein weiteres Hilfsangebot an. Dieses Hilfsangebot besteht darin, dass die Schüler:innen weitere psychosoziale Beratung und Krisenintervention bei uns erhalten können, welches von den Schulsozialarbeiter:innen in Flensburg und Umgebung dankend angenommen wird.

Seit Beginn des Projekts im Jahr 2019 haben wir mit LIFELINE unsere suizidpräventiven Angebote in den Schulen in Flensburg, Schleswig-Flensburg und Nordfriesland 103-Mal anbieten können. Insgesamt konnten wir damit 1647 Schüler:innen erreichen. Seit dem Jahr 2022 wird deutlich, dass das Angebot unserer suizidpräventiven Modelle umfangreicher angenommen wird. Der Bedarf und auch die Notwendigkeit, die dahintersteht, wurde vom Land Schleswig-Holstein erkannt, sodass die Finanzierung des Projekts LIFELINE auch über mehrere Jahre übernommen wird und wir durch eine größere Förderung noch mehr personelle Ressourcen erstellen können. Diese Entwicklung hilft uns dabei, zukünftig präsenter in den Kreisgebieten zu werden und auch den erhöhten Bedarf an Einzelberatung abdecken zu können.

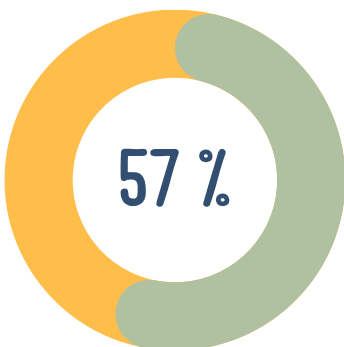


Statistik Schule

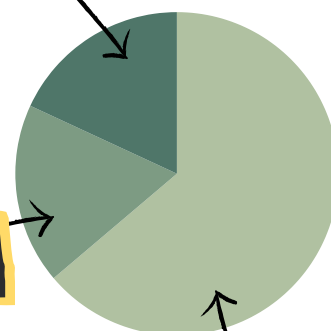


1647 Schüler:innen erreicht

Bedürfnisorientierte Prävention 18,1%



Traurige Traurigkeit 18,1%








Erreichte Schulen in Flensburg

Alex-Modell 63,8%

SUIZIDPRÄVENTION

ALEX-MODELL

Mittels einer fiktionalen Person (Alex) als Projektions- und Identifikationsfigur haben Schüler*innen die Möglichkeit ...

-  Sich mit Erfahrungen der eigenen Belastungen auseinandersetzen,
-  Gefühle zu beschreiben, die in Belastungssituationen entstehen,
-  Eigenen Ressourcen erkennen und benennen zu können,
-  Sich mit dem Hilfesystem vertraut zu machen,
-  Den Umgang mit Menschen zu erlernen, die sich in einer hohen Belastungssituation befinden.

ZIELE

Durch das Modell sollen Schüler*innen für eigene Lebenskrisen sensibilisiert werden und erfolgreiche Bewältigungsstrategien erlernen. Es ist uns wichtig, dass sich Betroffene einen hilfreichen Umgang mit Suizidgedanken, Traurigkeit und Überforderung aneignen, um einer möglichen Suizidalität entgegenzuwirken.

Infos unter info@lichtblick-flensburg.de
oder telefonisch unter 0461 14684076







LICHTBLICK Flensburg e.V.

KRISENPRÄVENTION

"Das Märchen der traurigen Traurigkeit"

Das Konzept richtet sich an Kinder im Alter von 10 Jahren und soll den Kindern die Möglichkeit geben...

-  sich mit dem Gefühl der Traurigkeit und mit eigenen Belastungen auseinandersetzen und diese benennen zu können.
-  gemeinsam eigene Ressourcen und verschiedene Lösungsmöglichkeiten zu entwickeln.
-  Hilfsmöglichkeiten kennen zu lernen und ein Hilfsnetzwerk zu entwickeln.
-  einen hilfreichen Umgang mit den eigenen Gefühlen zu erlernen und diese ausdrücken zu können.

ZIELE

Die Kinder sollen für ihre eigenen Gefühle sensibilisiert werden und erfolgreiche Bewältigungsstrategien kennenlernen um einer möglichen Krise entgegenzuwirken.



Infos unter: info@lichtblick-flensburg.de
Telefonisch: 0461 14684076



LICHTBLICK Flensburg e.V.

ANGEBOTE FÜR HINTERBLIEBENE NACH SUIZID

Wenn sich ein nahestehender Mensch das Leben nimmt, steht die Welt der Hinterbliebenen erstmal Kopf. Umso wichtiger ist es, dass wir für die Betroffenen ein Hilfsangebot bereitstellen, was diese genau dort abholt, wo sie gerade stehen.

Wir begleiten Trauernde und helfen dabei, in liebevoller Verbindung zu bleiben.

Laut der Weltgesundheitsorganisation (WHO) sind mindestens sechs Personen direkt von einem Suizid betroffen und können aufgrund des Verlustes ein psychisches Trauma entwickeln.

Entscheidend ist, dass die Trauer nach Suizid sich häufig komplexer zeigt und sich zusätzlich von der Trauer nach natürlicher Todesursache in wesentlichen Punkten unterscheidet. Der schmerzende Verlust geht oft einher mit Wut, Schuldgefühlen und Schuldzuweisungen, der Frage nach dem „Warum?“ und dem Gefühl, von dem Verstorbenen verlassen worden zu sein.

„Das schönste Denkmal, das ein Mensch bekommen kann,
steht in den Herzen der Mitmenschen.“

Albert Schweitzer

Hinterbliebene nach Suizid haben bei Lichtblick drei unterschiedliche Möglichkeiten, ihrer Trauer Raum und Zeit zu geben. In Einzelgesprächen und in der angeleiteten Trauergruppe helfen wir dabei, die Trauer in Worte zu fassen.

Ab Januar 2024 haben Hinterbliebene zusätzlich die Möglichkeit in einer Trauerwerkstatt ins kreative Handeln zu kommen.

Einzelgespräche

Es ist sinnvoll und hilfreich, sich mit seiner Trauer auseinander zu setzen und eigene Bedürfnisse herauszufinden und anzunehmen. In den Einzelgesprächen ist ausreichend Raum und Zeit, um sich Gedanken und Gefühle anzusehen und mögliche Handlungsschritte zu erarbeiten. Hierbei gibt es kein „richtig“ oder „falsch“.

Jede:r trauert unterschiedlich – und das ist gut so.

Die Gespräche finden bei uns in der Beratungsstelle statt und wiederholen sich regelmäßig oder unregelmäßig, je nach dem, wie es gebraucht wird.

Angehörigengruppe

Seit vielen Jahren bietet der Verein zwei offene Angehörigengruppen für Hinterbliebene nach Suizid an, die jeweils einmal monatlich stattfinden. Die Gruppen treffen sich in den Räumlichkeiten von Lichtblick in der Norderstraße. An diesen Abenden wird der individuellen Trauer in geschützter Atmosphäre Raum und Zeit gegeben. Wer mit der eigenen Trauer nicht allein sein mag, darf sich von diesem Angebot angesprochen fühlen. Jede:r Teilnehmende entscheidet für sich, was und wie viel er oder sie erzählen möchte. Häufig braucht man nicht viele Worte, sondern das Gefühl von Gemeinschaft ähnlich Betroffener. So entstehen möglicherweise Wege aus der Trauer und es können neue Schritte ins Leben gewagt werden.

Ende 2023 hat sich unsere geschätzte Kollegin Therese Lindenblatt in ihren wohlverdienten Ruhestand verabschiedet. Sie war über 20 Jahre in unterschiedlichen Funktionen im Verein tätig. Seit 2016 leitete Therese mit viel Empathie und ressourcenorientiert die Trauergruppen und begleitete Hinterbliebene in Einzelgesprächen. Mit ihrer Fachlichkeit und ihrem persönlichen Engagement gelang es ihr, dass diese wichtige Säule immer weiter wachsen konnte und sich fest etabliert hat.



Seit 2018 hat Aliena Schildhauer bereits urlaubs- und vertretungsweise die Trauergruppen angeleitet und Einzelgespräche mit Hinterbliebenen geführt. Nach ihrer Elternzeit hat sie 2021 eine weitere Trauergruppe aufgebaut und ist seither ebenfalls fester Bestandteil der Trauerbegleitung hier im Verein. Ab 2024 fokussiert Frau Schildhauer sich noch mehr auf die Trauerbegleitung und bietet zusätzlich einmal im Monat die Trauerwerkstatt an. Die Trauerwerkstatt wird finanziert durch die VR Bank Nord Stiftung und ermöglicht den Trauernden somit eine kreative Auseinandersetzung mit ihrer Trauer und den Lebensbereichen, die sich neu sortieren.

FINANZIELLE SITUATION

Für den originären Arbeitsbereich von Lichtblick Flensburg e.V. war im Jahr 2023 ein finanzieller Spagat erkennbar. Es war deutlich, dass der Spendeneingang, wie bereits im Vorjahr erkennbar war, merklich zurückgegangen ist, dem stehen zudem die höheren Personalkosten entgegen.

Durch eine Verstärkung der Bemühung in der Spendenakquise und der Nutzung der Rücklagen, gelang es uns, das Jahr erfolgreich finanziell zu beenden.

Die präventiven Angebote konnten auch im Jahr 2023 durch die Förderung des Landes Schleswig-Holstein finanziert werden. Im Zuge der Verlängerung der Zuwendungen wurde das finanzielle Budget zudem erhöht. Wir freuen uns, dass wir bereits eine langfristige Zusage für die Förderung erhalten haben und auch in Zukunft unser Angebot der Prävention aufrecht erhalten können.

Für die Bereiche der Beratungs- und Trauerangebote sind wir aber auch im kommenden Jahr gefragt, die Spendeneinnahmen zu erhöhen, um den gestiegenen finanziellen Aufwand zu bedienen.

An dieser Stelle möchten wir uns herzlich bei den Personen und Institutionen bedanken, die uns mit Spenden bedacht haben. Unser Dank gilt auch unseren Vereinsmitgliedern, die nicht nur durch ihre Mitgliedsbeiträge, sondern auch durch ihre Identifizierung mit den Zielen des Vereins und der damit verbundenen Darstellung in der Öffentlichkeit dazu beitragen, das Bewusstsein in unsere Arbeit zu stärken.

Auch die verschiedenen Kirchengemeinden in Flensburg, Schleswig-Flensburg, Nordfriesland, Ostholstein, Hamburg und Mecklenburg-Vorpommern haben uns 2023 weiterhin mit Geldern aus Kollekten unterstützt.

Wir freuen uns auf die weiteren Unterstützung im kommenden Jahr.

VORSTELLUNG DER HAUPTAMTLICHEN MITARBEITER:INNEN

Im Jahr 2023 ist das hauptamtliche Team stetig und stark gewachsen. Daher möchten wir auf den folgenden Seiten die Möglichkeit nutzen, Ihnen die Mitarbeiter:innen des Vereins kurz vorzustellen.

Wenden Sie sich bei Fragen und Anliegen gerne an uns.
Wir freuen uns, von Ihnen zu hören.





ALIENA SCHILDHAUER

Pädagogische Mitarbeiterin

✉ schildhauer@lichtblick-flensburg.de

☎ 01573 49 89 081

Alter: 32

Berufsausbildung:

Master of Arts (Gesundheitspädagogin)

Aufgaben im Verein:

Psychosoziale Beratung,
Leitung der Trauergruppe & Trauerwerkstatt

Mein persönlicher Lichtblick:

Meine Familie, Kater Knut und die Natur, insbesondere das Meer

Mein letzter Urlaub war in:

Dänemark an der Ostsee

Das ist mein ungewöhnlichstes Interesse:

Ich liebe es, mit einem Hörbuch oder Podcast auf den Ohren
Unkraut zu zupfen. Das empfinde ich als sehr meditativ.





DORINA WERNECKE

Pädagogische Mitarbeiterin

✉ wernecke@lichtblick-flensburg.de

☎ 0461 146 84 076

Alter: 31

Berufsausbildung:

Master of Education

Aufgaben im Verein:

Psychosoziale Beratung, LIFELINE - Suizidprävention an Schulen

Mein persönlicher Lichtblick:

Die Natur, kreativ sein, meine Liebsten

Mein letzter Urlaub war in:

Holland

Das ist mein ungewöhnlichstes Interesse:

Kristalle sammeln





DORIT HELTERHOFF

Pädagogische Mitarbeiterin

✉ helterhoff@lichtblick-flensburg.de

☎ 0461 79 4567 24

Alter: 26

Berufsausbildung:

Master of Education

Aufgaben im Verein:

Psychosoziale Beratung, LIFELINE - Suizidprävention an Schulen

Mein persönlicher Lichtblick:

Zeit mit Menschen, die mir gut tun

Mein letzter Urlaub war in:

Dänemark

Das ist mein ungewöhnlichstes Interesse:

Ich kann Stunden damit zubringen, mir Wohnungen und Häuser im Internet anzugucken, die zur Miete oder zum Verkauf stehen.



GERHARD STRAHLENDORF

Administration und Verwaltung



✉ strahlendorf@lichtblick-flensburg.de

☎ 0461 79 4567 24

Alter: 76

Berufsausbildung:

Dipl. Verwaltungswirt

Aufgaben im Verein:

Administration und Verwaltung

Mein persönlicher Lichtblick:

Familie und Enkelkinder

Mein letzter Urlaub war in:

Dänemark

Das ist mein ungewöhnlichstes Interesse:

Dass ich Musik studiert habe.





LENA ARNDT

Pädagogische Mitarbeiterin

✉ arndt@lichtblick-flensburg.de

☎ 01575 44 94 136

Alter: 27

Berufsausbildung:

Master of Education

Aufgaben im Verein:

Psychosoziale Beratung, LIFELINE - Suizidprävention an Schulen

Mein persönlicher Lichtblick:

Meine Katzen, meine Freunde, meine Familie und Kunst

Mein letzter Urlaub war in:

Lettland in der Nähe von Riga

Das ist mein ungewöhnlichstes Interesse:

Eine meiner großen Leidenschaften sind Videospiele. Am liebsten habe ich RPGs.



LINA HARBECK

Pädagogische Mitarbeiterin



✉ harbeck@lichtblick-flensburg.de

☎ 0461 79 4567 24

Alter: 23

Berufsausbildung:

Sonderpädagogin

Aufgaben im Verein:

Psychosoziale Beratung, LIFELINE Suizidprävention an Schulen

Mein persönlicher Lichtblick:

tiefe Gespräche und Zeit am Meer

Mein letzter Urlaub war in:

Dänemark

Das ist mein ungewöhnlichstes Interesse:

“Der Bergdoktor”





MANON ZANKL

Administration und Verwaltung

✉ zankl@lichtblick-flensburg.de

☎ 0461 79 4567 24

Alter: 35

Berufsausbildung:

Wirtschaftsfachwirtin

Aufgaben im Verein:

Administration und Verwaltung

Mein persönlicher Lichtblick:

meine Tochter, Freunde und Familie, mein Kater, Natur und Yoga

Mein letzter Urlaub war in:

Dänemark

Das ist mein ungewöhnlichstes Interesse:

Online-Version des Schaufensterbummels - im Online Shop stöbern, munter unzählige Produkte dem Warenkorb hinzufügen und dann letztendlich nicht den "Kaufen"- Button klicken.





MARLENE DETLEFSEN

Pädagogische Mitarbeiterin

✉ detlefsen@lichtblick-flensburg.de

☎ 01575 420 55 95

Alter: 36

Berufsausbildung:

Traumapädagogin

Aufgaben im Verein:

Psychosoziale Beratung, LIFELINE - Suizidprävention an Schulen

Mein persönlicher Lichtblick:

Meine Familie und meine Freunde, mich auf besondere Erlebnisse freuen

Mein letzter Urlaub war in:

der Toskana Nähe Pisa

Das ist mein ungewöhnlichstes Interesse:

Ich mag es sehr Lego zu bauen und dabei ein Hörbuch zu hören.





MATTHIAS MÜNCHOW

Pädagogischer Mitarbeiter

✉ muenchow@lichtblick-flensburg.de

☎ 0461 146 84 076

Alter: 37

Berufsausbildung:

Master of Education

Aufgaben im Verein:

Psychosoziale Beratung, LIFELINE - Suizidprävention an Schulen

Mein persönlicher Lichtblick:

Sonnenaufgang

Mein letzter Urlaub war in:

Italien

Das ist mein ungewöhnlichstes Interesse:

Fischen





SOEREN HAUKE

Geschäftsführung

✉ hauke@lichtblick-flensburg.de

☎ 0461 - 79 4567 24

Alter: 42

Berufsausbildung:

Dipl. Erziehungswissenschaft

Aufgaben im Verein:

Geschäftsführung, Psychosoziale Beratung

Mein persönlicher Lichtblick:

Meine Familie

Mein letzter Urlaub war auf:

Fehmarn

Das ist mein ungewöhnlichstes Interesse:

Dass ich mich gerne mit 100 km/h schnellen Bällen bewerfen lasse.



AUSBLICK

Schon am Ende des vergangenen Jahres wurde deutlich, dass das Jahr 2024 ganz im Zeichen des Wachstums stehen wird. Durch eine langfristige Zusage der Landesfinanzierung, welche zudem mit einer finanziellen Erhöhung der Fördermittel verbunden ist, ist es uns möglich, den Wirkungskreis unserer Arbeit im folgenden Jahr zu erweitern. Uns wird es in den bevorstehenden Jahren möglich sein, unsere suizidpräventiven Angebote auch in den Kreisgebieten Rendsburg-Eckernförde und Dithmarschen aufzubauen. In diesem Zuge können wir weitere personelle Ressourcen schaffen und unser Team erneut ausbauen. Wir freuen uns, am Anfang des neuen Jahres gleich drei weitere Kolleg:innen in unserem Team willkommen zu heißen.

Mit der Verstärkung unseres Teams haben wir die Ressourcen unserer Beratungsräumlichkeiten in der Norderstraße 31 überschritten und haben bereits am Ende des vergangenen Jahres mit der Suche einer weiteren Beratungsstelle begonnen. Schnell sind wir in der Norderstraße 99 fündig geworden. Ab Anfang des kommenden Jahres werden wir also an zwei Standorten agieren.

Auch die Säule der Trauerbegleitung wird im folgenden Jahr wachsen. Durch die Finanzierung der VR-Bank Stiftung haben wir die Möglichkeit, eine Trauerwerkstatt zu installieren.

Zudem planen wir einen Tag der offenen Tür, damit Interessierte einen Einblick in unsere Arbeit erhalten können.

Wir freuen uns auf ein spannendes Jahr und die neuen Kolleg:innen.



Norderstraße 99





Schleswig-Holstein
Ministerium für Justiz
und Gesundheit

FLENSBURG



Norderstraße 31
24939 Flensburg

LICHTBLICK Flensburg e. V.
Hilfe bei Lebenskrisen und Selbsttötungsgefahr

Spendenkonto:

Lichtblick Flensburg e.V.

Nord-Ostsee Sparkasse (NOSPA)

BIC: NOLADE21NOS

IBAN: DE53 2175 0000 0017 0409 06