

Alkoholprävention – Vortrag am 25.02.2014 – Sportschule Steinbach - Ich dachte, ich bin der coolste!

„Ich dachte, ich bin der coolste“, mit dieser These lebte Frank Milbich 27 Jahre alkoholisiert in den Tag hinein. Mehr als 100 Jugendliche und Trainer der SG Kappelwindeck/Steinbach sind der Einladung zum Vortrag „Alkoholprävention“ gefolgt. Den Vereinen SV Kappelwindeck und SR Yburg Steinbach ist es wichtig sich auch außerhalb des Trainings- und Spielbetriebs der Verantwortung zu stellen und sich auch mit dem Thema Jugend und Alkohol zu befassen.

Deshalb wurden Trainingszeiten „geopfert“ um den Jugendlichen diesen Vortrag zu ermöglichen. Eingeladen waren alle Jugendlichen ab der C-Jugend bis zur A-Jugend. Den Kontakt und die Organisation des Abends übernahmen von der SG Kappelwindeck/Steinbach Steffi Fath-Oberle und Joachim Powalla.



„Mein Name ist Frank Milbich, ich bin 51 Jahre alt und seit Januar 2005 trockener Alkoholiker“, so stellte er sich vor. Gleich zu Beginn seines Referats hat er die Jugendliche zur aktiven Mitarbeit aufgefordert und gebeten ihn mit Fragen zu löchern, denn mit Zahlen und Statistiken will er die Zuhörer nicht langweilen.

Offen und schonungslos berichtete er über sein Leben, seine Erfahrungen und seine Erlebnisse. Er will den Jugendlichen mit seiner Geschichte ein abschreckendes Beispiel geben.

Als talentierter Handballer spielte er mit den Roth-Zwillingen in einer Mannschaft berichtet Frank Milbich mit Stolz. Doch bald hat er lieber zur Bierflasche gegriffen als ins Stützpunkttraining zu gehen, später war es die Schnapsflasche die wichtiger war als Auswahlspiele zu besuchen. „Während die Roth-Zwillinge duzende Mal für die Nationalmannschaft im Einsatz waren, habe ich meine Karriere absolut versoffen!“

„Wie kam es dazu?“ eine Frage aus dem Publikum. Der Gruppenzwang war es zuerst, zum Beispiel beim Stiefel-ex-trinken nach dem Spiel. "Dann hab ich gesoffen, bis ich umfiel." Trotz seiner Alkoholsucht spielte er noch Jahre lang respektablen Handball, war Torschützenkönig in der Oberliga und schaffte sogar den Sprung in die Regionalliga. Doch dann wurde das Alkoholproblem immer stärker.

Es kam der totale Absturz, sein Tagesablauf war nur noch saufen, schlafen, kotzen. In letzter Sekunde konnte er die Notbremse ziehen und schaffte den Entzug. Dies hat er seiner Mutter und seinem Hausarzt zu verdanken. Sie hat ihn aus der Kneipe gezerrt und zum Hausarzt gebracht. Der Hausarzt attestierte ihm, dass er noch 6 Wochen zu leben hat wenn er nicht mit dem Trinken aufhört. Auch gab er ihm den entscheidenden Satz mit auf den Weg: „Dein Sohn muss dann ohne Vater aufwachsen.“

Frank Milbich hat sich dann selbst auf sogenannten „kalten“ Entzug gesetzt. Sechs Monate lang hat er sich in seiner Wohnung nur mit Wasser und Milch eingeschlossen und die Wohnung nur zu täglichen Treffen der Anonymen Alkoholiker verlassen. Es war die Hölle.



Seit nunmehr 9 Jahren ist er trocken gesteht aber, dass er Angst hat vor einem Rückfall.

Bei seinen Erzählungen war es oft sehr still, die Jugendlichen waren beeindruckt und stellenweise auch nachdenklich gestimmt über seine damaligen Probleme.

Mit seinen Vorträgen will Frank Milbich die Jugendlichen auf die Gefahren mit Alkohol sensibilisieren und gleichzeitig auch in seinem Leben etwas Sinnvolles tun. Umfangreiches Informationsmaterial wurde den Jugendlichen und Trainern im Anschluss zur Verfügung gestellt.