

Melanchthon-Gymnasium Bretten

Frank Milbich – „Ein Stiefel auf ex, so fing es an...“

Frank Milbich ist seit 10 Jahren trockener Alkoholiker. In der Woche vor den Osterferien war er bei uns am MGB und hat allen achten Klassen über sein Leben erzählt, wie er seine Handballer-Karriere weggeschmissen und sein Leben ganz dem Alkohol überlassen hat.

Offen berichtete er uns, wie es anfang und wie die Alkoholsucht sich entwickelte. Am Anfang, in der Handball-B-Jugend, tranken die Sportler nach dem Spiel immer einen zwei Liter Stiefel mit Bier, er dachte er sei cool, wenn er den Stiefel auf Ex leertrinkt. Als er dann eine Anfrage von einem Verein in der Bundesliga bekam, lehnte er diesen vor lauter Alkohol ab. Er trank immer mehr und mehr. Jedes Wochenende war er total zugetrunken. Niemand konnte ihm helfen. Seine Freunde wandten sich von ihm ab, jede Beziehung scheiterte am Alkohol: „Mit dem Alkohol habe ich mir mein ganzes Leben versaut.“

Ein Großteil der Freunde, die er in den 28 Jahren als Alkoholiker verloren hat, hat er jetzt wieder. Auf jeder Party, auf die er eingeladen ist, gibt es speziell für ihn immer nur Saft, keinen Alkohol.

Ende 30, Anfang 40 waren für ihn zwei Promille den ganzen Tag über ganz normal. Jeden Morgen reichten drei Flaschen Bier nicht, um das Zittern seines Körpers zu beruhigen.

Er lebte nach dem Motto: „Ich bin normal, die anderen spinnen.“ Das dachte er jedes Mal, wenn alle ganz normal irgendwo standen und er herumtaumelte. Doch Schlägereien waren gar nicht seins, eher saß er in der Ecke und heulte.

In seinem Leben hat er insgesamt 224.000.- € nur für Alkohol ausgegeben und war davon vier Jahre lang Harz IV-Empfänger. Deshalb hat er später dann auch geklaut.

Als er an einem Morgen, Mitte Dezember 2004, in einer Kneipe sitzt, kommt seine Mutter, zerrt ihn ins Auto und fährt mit ihm zum Arzt. Mit dem Arzt ist er von früher noch per „Du“. Er sagte zu ihm: „Frank, du hast noch vier Wochen, willst du, dass dein Sohn ohne Vater eingeschult wird? Dass er erzählen muss, dass sein Vater sich zu Tode gesoffen hat?“ Sein Sohn war damals fünf.

Dieser Satz des Arztes regte ihn zum Nachdenken an. Er hätte sofort in die Entzugsklinik sollen und müssen. Doch das tat er nicht.

Er entschloss für sich alleine, dass er den Dezember noch durchsaufen würde und am 1. Januar 2005 etwas passieren musste. Daraufhin schloss er sich für ein halbes Jahr in seine Wohnung ein und nur seine Schwester kam einmal in der Woche und brachte ihm Apfelschorle und Wasser. Gegessen hat er im ersten Vierteljahr

nichts. Jeden Abend ging er nach Karlsruhe zur Selbsthilfegruppe für anonyme Alkoholiker.

Heute macht er Alkoholprävention für Schüler und Vereine und ist in ganz Baden-Württemberg unterwegs. Außerdem hat er täglich Kontakt zu seinem Sohn, den er damals mit fünf Monaten im Kinderwagen vor dem Supermarkt stehen gelassen hat

Herr Milbich hat uns Schüler mit seinem Vortrag begeistert, denn es ist etwas völlig anderes von einem trockenen Alkoholiker mehr über Alkohol, seine Wirkung und seine Folgen zu erfahren, von jemandem, der so etwas selbst erlebt hat und nicht von jemandem, der das nur irgendwo gelesen hat. Außerdem fanden wir er sehr begeisternd, wie ehrlich und offen er uns gegenüber sein Lebenslauf erzählt hat.

Bericht von Luisa Lafferton (Klasse 8b) im Schuljahr 2014/15