

Mittwoch, 14. Dezember 2016

Informationsabend zur Suchtprävention "Beim Stiefelsaufen war ich der Coolste"

Am Mittwoch, 14.12.2016, veranstaltete die **Jugendabteilung** des **VfB St. Leon** im VfB-Schulungsraum eine Informationsveranstaltung zum Thema:

"Risiken des Alkoholkonsums und sonstiger Suchtgefahren"

Gespannt waren die D- und C-Junioren sowie die Erwachsenen auf den angekündigten Vortrag über Alkohol und seine Wirkungen.



Im ersten Teil gab Anne Saladin von der AWO soziale Dienste, Karlsruhe-Land einen Überblick über die Gefahren des Alkoholkonsums. Mit verschiedenen beispielhaften Grafiken machte sie den Jugendlichen deutlich welche Mengen von alkoholischen Getränken welche Wirkungen verursachen.

Sie erklärte die Berechnung der Promillegrenzen und die damit verbundenen Wahrnehmungsstörungen. Zur besseren Veranschaulichung brachte sie eine Alkoholbrille mit, die die Jugendlichen dann am Ende ausprobieren durften. Nach dem einleitenden theoretischen Teil stellte sich der **Handballer Frank Milbich** vor.

Als seit nahezu 12 Jahren trockener Alkoholiker erzählte er in beeindruckender Weise von seinen 28 Jahren als Alkoholiker. Mit der Frage: "**Wer von Euch hat schon einmal Alkohol probiert**"?, begann Milbich seinen Vortrag und sorgte von Anfang an für eine aufmerksame Stimmung bei den Jugendlichen.

Als er beginnt seinen Lebenslauf, von seinem beruflichen sowie sozialen Totalabsturz und von seinen Erfahrungen beim Entzug zu erzählen wird es im Raum still. „**Ich war immer der Coolste**". Bevor die letzte Flasche nicht leer war, bin ich nicht nach Hause. Mit dem Kasten Bier nach dem Spiel fing bei Milbich alles an. Schon im B-Jugendalter war sein Alkoholkonsum nicht normal.

Den Absprung schaffte Milbich erst, als sein Sohn kurz vor der Einschulung stand und ihm sein Arzt die Augen öffnete: „Wenn du willst, dass dein Sohn in der Schule erzählen muss, dass sein Vater sich tot gesoffen hat, dann **trinke weiter und du bist in sechs Wochen tot.**“

Weil er miterleben wollte, wie sein Sohn aufwächst, entschied er, den Kampf gegen den Alkohol aufzunehmen. „Bis am Abend schloss ich mich jeden Tag in der Wohnung ein. Dann ging ich zur Straßenbahnhaltestelle und fuhr nach Karlsruhe zu den Anonymen Alkoholikern. Jeden Tag. „Die erste Zeit war die Hölle“, berichtet Milbich. "Ich hatte Halluzinationen, Krämpfe, hab vor Verzweiflung die Tapeten mit den Fingernägeln von den Wänden gekratzt“. Durch seinen Kampfgeist und die Hilfe der Anonymen Alkoholiker hat er es geschafft, seither keinen Tropfen Alkohol mehr zu trinken. Seit fast 12 Jahren ist

er nun trocken. Seine Ehrlichkeit und die Offenheit, mit der Milbich über das Thema Alkohol spricht, beeindruckte auch die VfB Jugendlichen. In Bezug auf den Einfluss von Sportvereinen sagt Milbich, das es hier heutzutage besonders wichtig ist, dass Vereine und Jugendtrainer hier eine Vorbildrolle einnehmen müssen. Es darf nicht sein, dass schon im B-Junioren Alter (16-17 J.) wie damals, eine Kiste Bier in der Kabine getrunken wird.

Heute weiß er und gibt zum Abschluss des Vortrages den Jugendlichen einen wichtigen Satz mit: Nicht der, der in der Gruppe mit säuft ist der "Coolste", sondern derjenige ist **der "Coolste", der sagt: „Heute trinke ich nichts.“**

Mit der Alkoholbrille konnten sich die Jugendlichen einen Eindruck verschaffen, wie die Wahrnehmungsfähigkeit bei verschiedenen Promillestufen beeinträchtigt ist. Über einen Parcours mit der eingeschränkten Wahrnehmung zu laufen war nicht einfach. Auch das Öffnen eines Fahrradschlösses in diesem Zustand war nur durch geschicktes Tasten möglich



Der 1. Vorsitzende Helmut Lawinger bedankte sich bei den beiden Referenten Anne Saladin und Frank Milbich für den gelungenen Vortrag und bei Thomas Saladin für die Organisation der Veranstaltung.