

Gemeinschaft auf Zeit

Ein Einblick in die Welt der A-Freizeiten und
des Selbsthilfe-Freizeitwerks e.V.

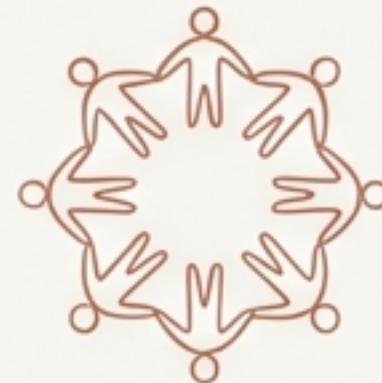


Selbsthilfe-
Freizeitwerks e.V.

NotebookLM

Die Idee: Eine Lebensgemeinschaft auf Zeit

A-Freizeiten sind Selbsthilfeveranstaltungen, bei denen die Teilnehmer eine Gemeinschaft bilden, um Geborgenheit, Wärme und Erholung zu finden. Sie basieren auf dem 12-Schritte-Programm, das ursprünglich von den Anonymen Alkoholikern entwickelt wurde.



"Lebensgemeinschaft auf Zeit"

Ein Zitat, das das intensive Miteinander betont.



Geborgenheit & Wärme

Fokus auf die emotionale Heilung und das Wiedererleben von Urvertrauen.



Respektvoller Umgang

Betonung des achtsamen Umgangs mit eigenen und fremden Grenzen.



Frei von Alkohol & Rauch

Ein geschützter Rahmen für Genesung.

Das Prinzip: Von Mitgliedern für Mitglieder gestaltet

Wer kann teilnehmen?

- Mitglieder von Zwölf-Schritte-Gruppen und deren Angehörige.
- Menschen, die in einer 12-Schritte-Klinik waren.
- Manche Veranstaltungen sind auch für nahestehende Nichtmitglieder offen.

Das Programm wird von allen gestaltet

Der zentrale Punkt: »**Der Ablauf der Freizeit, das Freizeitprogramm, wird von den Teilnehmern selbst organisiert und gestaltet.**«



Beispiele für Angebote: Meetings, Meditationen, Trommeln, Tanzen, Singen, Wanderungen, Lagerfeuer und der traditionelle »Bunte Abend«.

»Jeder ist für sich selbst und die Gemeinschaft verantwortlich.«

Die Organisation: Das Selbsthilfe-Freizeitwerk e.V.

Der Verein bildet seit über 30 Jahren das stabile und verlässliche Dach für die A-Freizeiten.



Gemeinnützigkeit

Der Verein verfolgt keine finanziellen Ziele.



Non-Profit-Prinzip

»Eventuelle Überschüsse werden den an der Freizeit teilnehmenden Vereinsmitgliedern erstattet.«



Ehrenamtliches Engagement

Alle Freizeiten und der Verein selbst werden von ehrenamtlichen Mitgliedern (»Teamern«) organisiert.

Die Philosophie: »Der Mensch ist des Menschen Medizin«

»Der Mensch kann sich nur in der Begegnung mit anderen Menschen selbst heilen.«

(sinngemäß aus den Grundlagen des Herrenalber Modells)

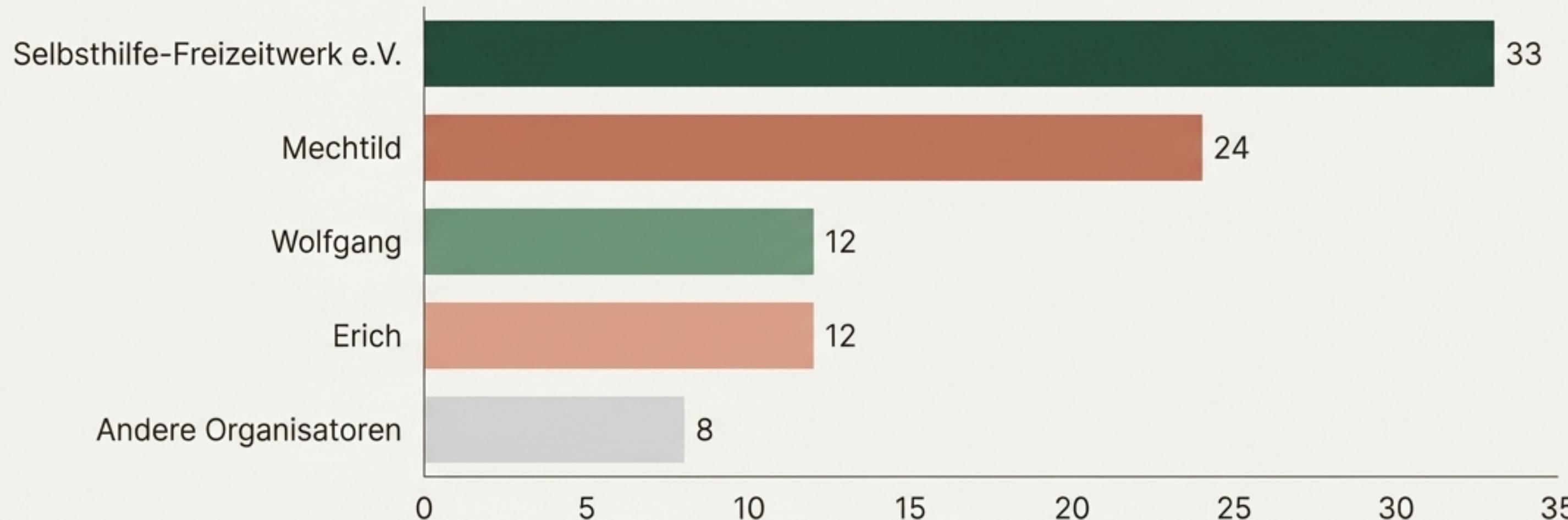
Das Herrenalber Modell als Fundament

- Ein von Dr. Walther H. Lechler entwickeltes, ganzheitliches Therapiekonzept.
- Es verbindet eine psychosomatische Klinik, eine therapeutische Gemeinschaft und den Ansatz der 12-Schritte-Selbsthilfegruppen.
- Ziel: Stärkung der nach Gesundung drängenden Anteile in jedem Menschen durch die Gemeinschaft. Therapie als »Hilfe zur Selbsthilfe«.



Die Reichweite: 87 Freizeiten, eine starke Bewegung

Anzahl der analysierten Freizeiten pro Organisator (2016–2025)

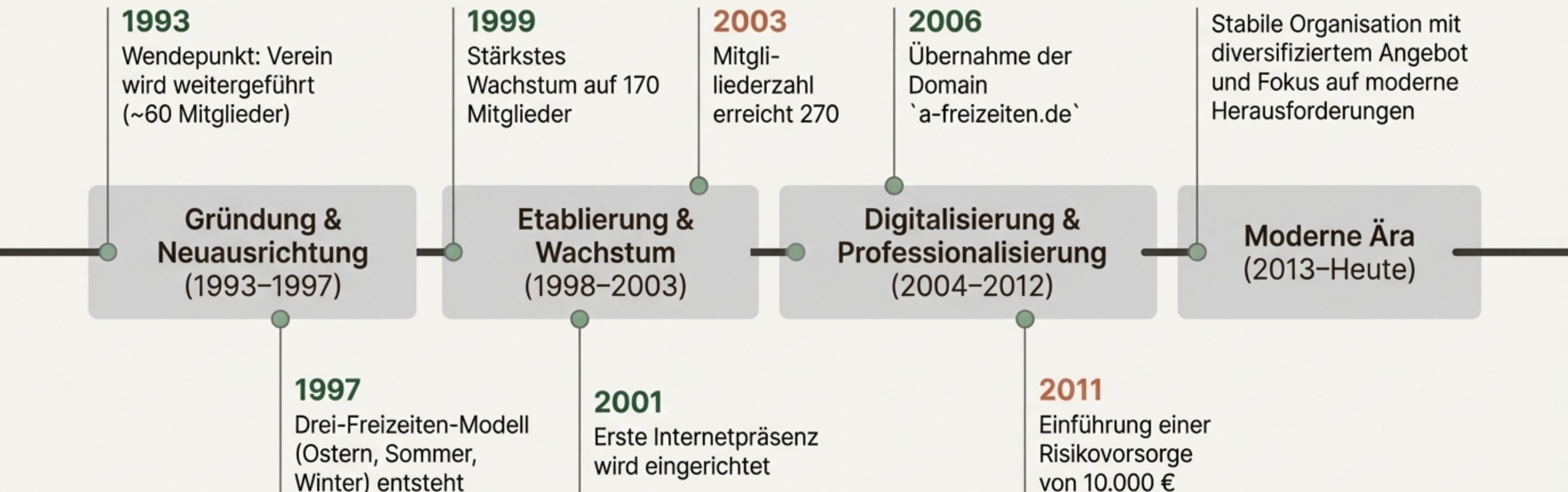


Das Selbsthilfe-Freizeitwerk e.V. ist der größte Einzelorganisator, doch die Vielfalt der Anbieter zeigt eine lebendige und breit getragene Gemeinschaft.

Die Vielfalt: Eine Landkarte der Begegnungen



Die Reise: Über 30 Jahre Wachstum und Wandel



Beständigkeit und Wandel: Unsere Prinzipien und Aufgaben

Unsere zeitlosen Kernprinzipien



Non-Profit & Transparenz: Überschüsse werden erstattet, Finanzen sind nachvollziehbar.



Ehrenamt: Getragen vom freiwilligen Engagement der Mitglieder.



Anonymität & Schutzraum: Strikte Wahrung der Anonymität als Basis des Vertrauens.



Gemeinschaft: Der heilsame Kern jeder Freizeit.

Unsere modernen Herausforderungen



Datenschutz (DSGVO): Sichere Verwaltung von Mitgliederdaten.



Risikomanagement: Finanzielle Absicherung bei Ausfällen und Unterbelegung.



Digitalisierung: Balance zwischen Online-Kommunikation und dem Schutz der Anonymität.



Motivation: Kontinuierliche Gewinnung neuer ehrenamtlicher Teamer.

Ihr Weg in die Gemeinschaft

Wir laden Sie ein, Teil unserer Gemeinschaft zu werden und die besondere Atmosphäre einer A-Freizeit selbst zu erleben.

Besuchen Sie unsere Webseite für alle Informationen und Termine:

www.a-freizeiten.de



Aktuelle Freizeittermine

Finden Sie die nächste passende Veranstaltung.



Mitglied werden

Unterstützen Sie den Verein (Jahresbeitrag 15 €) und erhalten Sie Vorrang bei der Platzvergabe.
Kontakt: vorstand@selbsthilfe-freizeitwerk.de

»Anziehung statt Werbung« - wir freuen uns auf Sie.