

Kreuzbunt + aktuell

Meldungen + Angebote des KREUZBUND Kreisverbandes Düsseldorf e. V.

Heft 33

Juni/Juli 1995

Vorstand=KB-Alleinunterhalter? Niemals!

Seit einiger Zeit habe ich den Eindruck, daß meine Artikel in "Kreuzbunt+aktuell" immer vor dem Hintergrund eines erhobenen Zeigefingers zu sehen und zu lesen sind.

Mir persönlich gefällt das nicht!

Andererseits mußten wir in den vergangenen Monaten immer wieder recht deutlich zum Ausdruck bringen, daß die aktive Beteiligung unserer ach so großen und angewachsenen Mitgliederschar zu wünschen übrig ließ. Das betraf im Vorfeld das Karnevalsfest, das betrifft weiterhin die Gestaltung von Freizeitangeboten durch die Mitglieder und vor allem immer wieder unsere Cafeteria.

Wir haben vor Jahren von den Mitgliedern den Auftrag erhalten, ein Begegnungszentrum mit einer Cafeteria zu errichten; alle hielten dies für eine notwendige und gute Einrichtung. Die "Bewirtschaftung", vor allem die Besetzung des Dienstplanes, wurde dann jedoch zu einer Vorstandsaufgabe, aus welcher sich viele Kreuzbund-Freundinnen und -Freunde gerne heraushielten.

Ist denn die Besetzung von Diensten, die Gestaltung von Festivitäten wirklich nur eine Vorstandsaufgabe? Ist der Vorstand, nur weil er gewählt worden ist, immer ganz allein für den reibungslosen Ablauf im

Gesamtverband verantwortlich? Haben die Mitglieder mit ihrer Stimme bei der Vorstandswahl auch gleichzeitig ihre Verantwortung abgegeben?

So einfach, liebe Freundinnen und Freunde, könnt ihr es Euch nicht machen. Wir im Vorstand stellen sicherlich eine ganze Menge Zeit und Kraft zur Verfügung; wir sind aber keine Alleinunterhalter. Wir sind stets mit der Maßgabe angetreten, daß wir von der Mitgliederschaft unterstützt werden, und diese Unterstützung fordern wir nunmehr ein.

Eine gute Gelegenheit, Mitarbeit und Mitverantwortung zu demonstrieren, wäre durch eine aktive Beteiligung an der Besetzung der Cafeteria-Schichten gegeben. Der Dienstplan sieht im Moment - auch wegen der freundlichen Witterung und der Urlaubszeit - sehr mager aus. Laßt uns nicht hängen! Gebt uns nun die Unterstützung, die Ihr uns durch das Votum bei der Mitgliederversammlung vermuten ließe!

Gefreut haben wir uns über das Angebot der Gruppe Derendorf 3, die ab sofort in jedem Quartal die Cafeteria ein ganzes Wochenende betreuen will. Dieses Beispiel sollte Schule machen!

Euer

Ulrich Falck



Pfingsten und "Pfingstochse"

In unserer Kreuzbundbroschüre vom Mai/Juni 1994 habe ich u. a. unsere Leser zum Nachdenken über den Begriff "Pfingstochse" angeregt. Mehr oder minder Lustiges und dem Wort Entsprechendes ist mir inzwischen mitgeteilt worden. Hieraus habe ich zwei Erklärungen ausgewählt, die ich unseren Lesern nicht vorenthalten möchte. Von Herrn Engelhardt wurde mir der fotokopierte Zeitungsausschnitt "General-Anzeiger/Bonn vom 19.05.94" - Titel: "Pfingsten in alter Zeit" zugesandt.

Über den Pfingstochsen steht hier u. a. geschrieben: Zunächst galt Pfingsten als vorgezogenes Erntedankfest der Bauern. Zu Pfingsten trieben die Hirten ihre Herden auf bis dahin noch ungenutzte Wiesen. Dies entwickelte sich zu einem wahren Wettlauf um die besten Weideplätze. Die Verlierer wurden dann von den Siegern als "Pfingstkälber" oder "Pfingstochsen" verulkt.

Im rheinischen Raum kann man gelegentlich noch den Spottnamen "Pfingstochse" als Bezeichnung für einen besonders bunt und "jeckisch" angezogenen Zeitgenossen hören. Dies wiederum hat die Wurzeln vermutlich in der einst üblichen Schmückung der Rinder, wenn diese an Pfingsten auf die Weiden getrieben wurden. Denn dann flocht man ihnen farbige Bänder um die Hörner, um die schöne Frühlingszeit zu begrüßen.

Herr Hoffmann vom Caritasverband hatte zum Thema "Pfingstochse" den letzten großen Brockhaus "zu Rate" gezogen.

Hieraus nun folgender Beitrag in Auszügen: Vor der Technisierung der

Landwirtschaft wurde an Pfingsten das Vieh zum ersten Mal auf die Weide getrieben. Das erste und letzte Tier - bzw. der zum Braten bestimmte Pfingstochse - wurden festlich geschmückt (Mecklenburg). Soweit der Bericht über den "Pfingstochsen".

Allerdings wurde nicht nur dem Ochsen, sondern auch dem "Pfingstfuchs" im "Neuen Kölnischen Sprachschatz" ein eigenes Stichwort gewidmet. Diese merkwürdige Bezeichnung gilt einem Langschläfer, der sich zu Pfingsten als letzter aus dem Bett erhebt. Der "Pfingstfuchs" hatte jedoch zunächst eine ganz andere Bedeutung, wie eine kölnische Redensart vermuten läßt: "Dä paß op wie ne Pfingsfuss". (Er paßt auf wie ein Pfingstfuchs.) Der Ausdruck "lus wie ne Pfingsfuss" heißt soviel wie lose, listig, schelmisch, verschmitzt wie ein (junger) Fuchs zur Pfingstzeit, bezogen auf ein schlaues, pfiffiges, schelmisches Kerlchen. So sind Ursprung und Bedeutung des Pfingstfuchses in der Figur und Gestalt zu suchen, die in Umzügen am Pfingstfest Mittelpunkt von Volksvergnügungen und in vielen Bezeichnungen mit einem Tiernamen bedacht war.

So konnte ich auch in diesem Bericht wieder etwas mehr über außerchristliches Brauchtum schreiben und denke, es macht auch unseren Lesern Spaß mitzurecherchieren, wie ich aus den mir zugesandten Anregungen entnehmen konnte. Herzlichen Dank für alle Denkanstöße!

Peter Bleich, Gruppe Garath



Liebe Weggefährtinnen und Weggefährten!

Nach reiflicher Überlegung habe ich mich entschlossen, 1996 nicht mehr für den Vorstand des Kreuzbundes zu kandidieren.

Seit 1973 bin ich Mitglied im Kreuzbund und habe viele Jahre als Gruppenleiter und Mitglied des Kreisverbands-Vorstandes mitgearbeitet. In diesen vielen Jahren bin ich naturgemäß auch gealtert und denke nunmehr (ich werde im kommenden Jahr 60 Jahre alt), mich mehr dem Privatleben mit Frau, Kindern und Enkeln zu widmen.

In den Jahren seit 1973 hat sich im Kreuzbund vieles ereignet und verändert; alles ist nur mit erheblichem ehrenamtlichen Einsatz zustande gekommen. Ich hoffe, daß unser Verein neue Vorstandsmitglieder findet, die zu einem die erreichten Angebote und den guten Ruf, den unsere Arbeit auf breiter Ebene genießt, sichern und erhalten, zum anderen aber auch der Selbsthilfearbeit positive Impulse für die Zukunft geben.

Ich danke allen Mitgliedern für die Zusammenarbeit und wünsche schon jetzt dem neuen Vorstand eine gute Zeit.

Im November 95 werden wir bereits eine/n neue/n Vorsitzende/n wählen müssen. Über die Besetzung dieses Amtes sollten Sie sich bereits jetzt Gedanken machen. Ich wäre bereit, für das Amt des Vorsitzenden bis 1996 zu kandidieren, sofern keine anderen Kandidatenvorschläge eingehen. Sollte bereits im November ein neuer Kandidat für den Vorsitz gefunden worden sein, werde ich bis zum Ablauf der Wahlperiode im Jahr 1996 als stv. Vorsitzender weiterarbeiten.

Gerhard Huy

Zurücktreten, wenn es an der Zeit ist.....

Und wann ist es an der Zeit?

Wenn man älter wird, zum Beispiel, wenn man sich zu viele Verpflichtungen aufgeladen hat, zum Beispiel, wenn man auch mal etwas anderes tun möchte, zum Beispiel.

Und als diese Überlegungen zu Ende gedacht waren, beschlossen wir, **Leonore Engelhardt, Gerda Hemmerling und Erika Müller-Pittroff** nicht mehr für den nächsten Vorstand zu kandidieren.

Wir möchten Ihnen, liebe Kreuzbund-Freunde/innen, dies schon jetzt mitteilen, damit Sie genügend Zeit haben zu überlegen, ob nicht gerade Ihnen die Arbeit als Beisitzer/in im Vorstand unseres Kreuzbundes Freude machen würde.

Es ist eine interessante und vielseitige Tätigkeit, das können wir Ihnen versichern. Wir sind auch gerne bereit, Ihnen in der Einarbeitungszeit zu helfen, wenn Sie es wünschen.

Wir sind sicher, daß bei unseren 500 Mitgliedern in Düsseldorf Interessierte zu finden sind, die mit jugendlichem Schwung an die Aufgabe herangehen werden.

Denn das ist auch noch ein Argument: Wir sind der Meinung, daß es an der Zeit ist, unsere Arbeit in jüngere Hände abzugeben. Wir haben mit Freude und Engagement im Vorstand gearbeitet und das über einen längeren Zeitraum hinweg. Jetzt möchten wir die Aufgaben abgeben, weitergeben an Kreuzbundfreunde, die gewiß vieles anders machen werden, aber, genau wie wir, sich für unseren Kreuzbund einsetzen wollen.



Das Angebot einer großen Gemeinschaft nutzen!

Liebe Kreuzbundfreunde!

Am 13. Mai 1995 hatte der Arbeitskreis Freizeit eingeladen, um sich über Möglichkeiten zu unterhalten, wie das Gemeinschaftsleben unseres Kreuzbundes aktiv und lebendig zu erhalten wäre.

Nachdem ich ein ganzes Leben lang Geselligkeit, Spaß und den Großteil meiner Freizeit nur in Verbindung mit Alkohol oder einem anderen Suchtmittel erlebt habe, war eine sinnvolle Freizeitgestaltung auch für mich eine große Unterstützung auf meinem Weg zur Abstinenz und in meinem neuen, abstinenter Leben.

Viele, die unsere Angebote nutzen, haben mir diese Erfahrung auch als ihr eigenes Erleben bestätigt.

Aus vielen Gesprächen entstand für mich der Eindruck, je größer unser Verband wird, umso mehr verlieren wir die Möglichkeit oder die Bereitschaft, auch außerhalb unserer Gruppen Zuneigung, Bestätigung, Verantwortung, das Gefühl, "gebraucht zu werden" zu erleben. Resignierend wird oft gesagt: "Früher war alles ganz anders, da kannten wir uns alle, da war alles familiärer." Früher haben wir auch gesoffen und Tabletten geschluckt, und unsere Angehörigen haben gelitten.

Aber da haben wir dann Wege gesucht, um diesen Zustand zu ändern und haben gefunden: eine GEMEINSCHAFT - KREUZBUND, die uns die Möglichkeit geschaffen hat, in ihr zu lernen, gesund und bewußt zu leben, ein Leben lang. **Darauf** sollten wir uns besinnen!

Was früher war, Positives oder Negatives, das **WAR**.

Wenn wir den Wunsch haben, Positives zu erhalten, wieder anzustreben, müssen wir tun, was täglich in unseren Gruppen getan wird: Wege suchen! Prüfen, was möglich ist! Falsche Wege erkennen und eingestehen! Neues versuchen!

Warum ich diese vielen Worte schreibe?

Ganze **v i e r** Kreuzbundfreunde zeigten Interesse an der eingangs erwähnten Veranstaltung am 13.5.1995. Drei weitere hatten sich entschuldigt, waren verhindert. Wenn ich an die positive Resonanz des letzten Karnevals denke, an die außerordentliche Bereitschaft zur aktiven Mithilfe, erschreckt mich das. War Karneval nur ein Strohfeuer?

Als der Kreuzbund noch "Familie" war, bestand er aus dreißig Leuten, heute haben wir dreißig Gruppen! Was ist zu tun, um ein Stück dieses Familiengefühls zu erhalten, es neu entstehen zu lassen und zu fördern?

Wir **v i e r** **h a b e n** diskutiert und nach Möglichkeiten gesucht. Hier einige Anregungen aus diesem kleinen Kreis, über die es sich lohnt nachzudenken:

Wie schon öfter in der Vergangenheit, sollten die einzelnen Gruppen ihre Unternehmungen (Wanderungen, Radtouren, Grillen etc.) auch wieder anderen Gruppen anbieten. So kann Bereitschaft gezeigt werden: Wir möchten euch kennenlernen. Wir möchten unsere Erlebnisse mit euch teilen. Oder wir möchten ganz einfach nur entdecken, daß es eine ganze Menge Leute im Kreuzbund gibt, mit denen es Spaß macht, einen schönen Tag, einige schöne Stunden zu **ERLEBEN**.



Eine andere Anregung ist, sich zum Karneval einige eigene Programmpunkte einfallen zu lassen, über die organisatorische Hilfe hinaus. Zu diesem Punkt habe ich den Gruppen schon ein persönliches Anschreiben geschickt.

Auch weiterhin besteht das Angebot der Familie Rohn, ihren Partykeller als Bastelraum zur Verfügung zu stellen. Die einzelnen Gruppen könnten dort beispielsweise für Basare basteln. Wünschenswert wäre auch, wenn Freunde ihre kunsthandwerklichen Fähigkeiten anderen vermitteln würden, sie bei ebensolchen Arbeiten anleiten, beraten würden. (In dem Raum stehen z.Bsp. verschiedene Brennöfen, eine Drehscheibe sowie jede Menge Werkzeug zur Verfügung.) Auch als Übungs- oder Vorbereitungsraum für Karnevalsbeiträge könnte dieser Raum genutzt werden.

Ganz sicher gibt es noch viele, vielleicht auch effektivere Wege, das Gefühl einer Gemeinschaft von Weggefährten wieder wachsen zu lassen. Das "Familiäre", das die "alten Hasen" vermissen, sollten die "jungen Dachse" erfahren und spüren können.

All denen im Kreuzbund, die bisher nur Angebote genutzt und genossen haben, möchte ich aus persönlicher Erfahrung sagen: "Ihr habt eine gute Möglichkeit nicht genutzt!"

Ich selbst habe mich von Anfang meiner Gruppenzugehörigkeit an aktiv am gesamten Kreuzbundgeschehen beteiligt. Mein Gruppenleiter hat mich immer wieder animiert und mir die Scheu vor Fremden genommen. Ich habe dadurch viele Menschen kennengelernt, durch gemeinsames Tun Freunde gefunden. Ich hatte ein

Übungsfeld, um das, was ich in meiner Gruppe erarbeitet hatte, auszuprobieren und zu üben. Ich lernte, mich auseinanderzusetzen, durchzusetzen, Kritik zu ertragen oder auszusprechen, Ideen einzubringen und zu verwirklichen und Verantwortung zu tragen.

Gerade jetzt bin ich in einer Phase meines Lebens, wo ich Sinn und Zweck meiner zehnjährigen Abstinenz, ja den Sinn meines Lebens überhaupt, angezweifelt habe. Ich weiß ganz sicher, daß meine Gruppe alleine mir nicht die Kraft und den Mut hätte geben können, diese Krise zu überstehen und auch die noch anstehenden Probleme zu meistern.

Meine Gruppe ist ein ganz wichtiger Teil meines Lebens, aber erst die vielen Freunde aus der großen Kreuzbundfamilie, die mir zeigten, daß meine Lebenssituation sie interessierte, die sich meinen Kummer und meine Sorgen anhörten, mir sagten: "Ich bin da, wenn du mich brauchst!" und auch wirklich da waren - sie alle, meine Gruppe und die große Gemeinschaft, haben mich wieder meinen eigenen Wert für mich entdecken lassen.

Ich möchte nicht den Eindruck erwecken, mein Leid einem großen Forum klagen zu wollen. Im Gegenteil, ich möchte Mut machen und Ansporn geben, eine gute Chance zu nutzen, das Angebot einer großen Gemeinschaft in allen Bereichen auszuschöpfen.

Das nächste Treffen des Arbeitskreises Freizeit findet am 15.7.1995 um 10.00 Uhr in der Bendemannstraße statt.

Herzlich willkommen!

Manfred Greiner, Gruppe Hassels



Meine Langzeittherapie in Lintorf

Am 18.10.1994 bin ich aus freier Überzeugung in die Theodor-Fliedner-Klinik in Ratingen-Lintorf gegangen, weil ich von meinem Alkoholismus loskommen wollte. Ich wurde innerhalb von 2 1/2 Wochen dort entgiftet. Ab 3.11.1994 habe ich mich einer Langzeittherapie unterzogen. Diese Therapie dauerte ca. 8 Monate. In dieser Zeit erhielt ich keine Anrufe und keinen Besuch.

Ich möchte nunmehr in kurzen Worten von meinem dortigen Aufenthalt berichten: Die ersten vier Monate waren nicht ganz leicht zu ertragen, da der Entzug anfangs problematisch war.

Weihnachten und Neujahr sind sicherlich die Tage der Besinnlichkeit, die aber durch die gemeinsamen Feierlichkeiten mit den anderen Teilnehmern auch ohne Alkohol gut zu ertragen waren.

Viel Freude hatte ich an der Beschäftigungstherapie. Ich habe gern mit Holz und Ton gearbeitet. Aus vielen Farben habe ich eine bunte Schale getöpfert.

Ich bin richtig stolz auf diese Arbeit.

Dann habe ich mich auch sehr für die Geschichte von Lintorf und Angermund interessiert und mir einige Bücher gekauft, die ich auch gelesen habe. In meiner Saufzeit habe ich gar nicht mehr gelesen.

Und auch die Natur habe ich wieder gesehen, wie die Blätter anfangen, grün zu werden und die ersten Weidenkätzchen kamen. Ich habe mir einen Fotoapparat gekauft und angefangen zu fotografieren. Das macht mir viel Spaß.

Ab Februar war ich teilweise Freigänger ohne Begleitung, um mich auf meine baldige Entlassung vorbereiten zu können, was auch von Erfolg gekrönt war. Dabei lernte ich meine jetzige Kreuzbundgruppe kennen, die ich auch weiter besuchen will.

Ich habe mich in dieser Zeit nie beeinflussen lassen, die Therapie wie manch anderer zu unterbrechen. Der Erfolg hat mir recht gegeben.

In Zukunft möchte ich keinen Alkohol mehr trinken, und ich denke, daß ich es auch schaffen werde.

Werner Steimann, Gruppe BZ 8

Alkohol ist ein hervorragendes Lösungsmittel!

Er löst Familien, Ehen, Freundschaften,

Arbeitsverhältnisse, Bankkonten,

Leber und Gehirnzellen auf.

Er löst nur keine Probleme!

gefunden von Cécilie Spyra, Gruppe Vennhausen





Freizeit-Sport-Gruppe

Treffpunkt: Freitags, 19.00 Uhr

Sportplatz Altenbergstraße (Seitenstraße der Grafenberger Allee, zwischen Metro und Staufenbergplatz)

Gymnastik - Training - Spielen - Fitwerden mit der Kreuzbund-Sportgruppe

Ansprechpartner:

Iwan Erlauer (Tel. 66 78 73) und Dieter Rölke (Tel. 759 73 14)

Kreative Freizeit!

Unsere Werk- und Bastelgruppe

Die nächsten Termine: nur auf Absprache mit Amanda Strohauer (Tel.: 75 29 88)

Ort: im Hobby-Keller von Erika und Paul Rohn, Brachvögelweg 3, Unterrath

Busverbindungen : Linien 722 und 727 ab Hbf, H Birkhahnweg

Wieder im Angebot:

Musiktherapie-Gruppe

des Caritasverbandes, jetzt für abhängige und mitbetroffene Frauen und Männer.

Termin: Montags, 18.00 Uhr bis 19.30 Uhr, 14-tägig im Musikkeller des Kinderheimes St. Raphael, Oberbilker Allee 157

Informationen: Doris Bläser, Tel: 70 80 57

Notenkenntnisse und eine gute Singstimme sind nicht notwendig; in dieser Gruppe geht es um das Ausdrücken von Gefühlen mit anderen Mitteln, wie wir sie aus unseren Gesprächsgruppen kennen.

HOuSE - Gruppe für homosexuelle

Suchtkranke sowie deren Mitbetroffene

Oberbilker Allee 310 (Aids-Hilfe)

Thomas O. Schmidt, Tel.: 44 22 42

Mittwochs, Beginn: 19.00 Uhr

Unser Buchtip: Schweigen ist Schuld

Ein Lesebuch der Verlagsinitiative gegen Gewalt und Fremdenhaß, TB: DM 8,00

In über 50 Geschichten, Roman-auszügen, Gedichten und Zeichnungen wird von Gewalt erzählt, von den Gefühlen, fremd zu sein, ausgegrenzt zu werden. Dieses in seiner Zusammenstellung einzigartige Lesebuch vermittelt aber auch einen Eindruck von dem Abenteuer, sich auf Fremdes, nicht Vertrautes einzulassen und Vorurteile in Frage zu stellen.

Mehr als Bücher ...

- ... eine bunte Palette
- ... Umweltschutzpapier
- ... Kladden aus handgeschöpftem Marmorpapier
- ... Stifte nach Öko-Norm



**Regenbogen
Buchhandlung**

Blücherstr.3 • 40477 Düsseldorf • (0211) 443296



Gruppengespräche

Treff: 19.00 Uhr

Ende: 21.30 Uhr

*******Montag*****Montag*******

Stadtmitte (BZ 12), Bendemannstr. 17

Marlis Haas, Tel.: 71 47 25

Bilk - St. Martin

Gemeindezentrum, Gladbacher Str. 11

Henni Borgard, Tel.: 398 21 10

*******Dienstag*****Dienstag*******

Stadtmitte (BZ 1), Bendemannstr. 17

Katja Kuhlen, Tel.: 759 79 10

Derendorf 2, Pfarre St. Dreifaltigkeit

Becherstr./Ecke Barbarastr.(Jugendheim)

Leonore Engelhardt, Tel.: 68 24 99

Garath, Martin-Luther-King-Haus

Rostocker Str. 18

Peter Bleich, Tel.: 0 21 73/7 41 73

Hassels

Evangelisches Gemeindezentrum

Fürstenberger Str. 12-14

Manfred Greiner, Tel.: 72 45 67

Holthausen, Pfarre St. Josef

Neues Pfarrzentrum, Ritastr. 9

Gerhard Huy, Tel.: 79 99 83

Rath, Pfarre Heilig Kreuz

Räther Kreuzweg 43

Armin Langer, Tel.: 65 61 89

*******Dienstag*****Dienstag*******

Unterrath, Pfarre St. Bruno

Kalkumer Straße 60 (Pfarrzentrum)

Karl-Ernst Thiel, Tel.: 479 17 32

Urdenbach, Pfarre Herz Jesu

Urdenbacher Dorfstr. 22

Hans Koch, Tel.: 15 12 57

*******Mittwoch*****Mittwoch*******

Stadtmitte (BZ 2), Bendemannstr. 17

Horst Könnecke, Tel.: 34 99 25

Stadtmitte (BZ 3), Bendemannstr. 17

Fred Strohauer, Tel.: 75 29 88

Stadtmitte (BZ 7), Bendemannstr. 17

Rudi Lauderbach, Tel.: 75 16 56

Stadtmitte (BZ 10), Bendemannstr. 17

Peter Schulz, Tel.: 34 88 10

Flingern, Pfarre St. Vinzenz

Albertstr. 93

Werner Skirlo, Tel.: 28 62 30

Gerresheim, Ökum. Begegnungsstätte

Neusser Tor 12 (demnächst: Bürgerhaus, Neusser Tor 19)

Gerd Arenz, Tel.: 34 45 03

Kaiserswerth, Pfarre St. Suitbertus

An St. Swidbert 70

Willi Sievers, Tel.: 32 73 66



Gruppengespräche

Treff: 19.00 Uhr
Ende: 21.30 Uhr

*****Mittwoch****Mittwoch*****

Wersten, Orthodoxe Kirchengemeinde
Werstener Feld 65

Achtung: Treff um 19.30 Uhr!

Axel Nolte, Tel.: 78 98 56

Donnerstag**Donnerstag

Stadtmitte (BZ 4), Bendemannstr. 17

Katja Kuhlen, Tel.: 759 79 10

Stadtmitte (BZ 5), Bendemannstr. 17

Hans Beckmann, Tel.: 42 74 84

Stadtmitte (BZ 6), Bendemannstr. 17

Gabriele Cramer, Tel.: 24 52 87

Stadtmitte (BZ 9), Bendemannstr. 17

Käthe Lobüscher, Tel.: 438 02 53

Bilk, Merowingerstr. 170

Walter Müller, Tel.: 48 77 91

Derendorf 1, Pfarre Heilig Geist

Ludwig-Wolker-Str. 10

Adolf Bongartz, Tel.: 25 46 86

Flingern 2, Pfarre Liebfrauen

Lindenstr. 176 (Pfarrzentrum)

Renate Weyer, Tel.: 75 29 11

Heerdt, Pfarre St. Benediktus

Baldurstr. 24 (Pfarrzentrum)

Udo Becker, Tel.: 0 21 29/73 90

Stand: 01.06.1995

*****Freitag*****Freitag*****

Stadtmitte (BZ 8), Bendemannstr. 17

Klaus Mühe, Tel.: 59 27 39

Derendorf 3, Pfarre St. Dreifaltigkeit

Becherstr./Ecke Barbarastr. (Jugendheim)

Catarina Fernau, Tel.: 67 25 09

Vennhausen, Markuskirche

Sandträgerweg 101 (Clubraum)

Hans-Jürgen Rost, Tel.: 22 46 37

Wersten-Mitte

Evangelisches Gemeindezentrum "Stephanienhaus", Wiesdorfer Str. 11-15

Eduard Lanzinger, Tel.: 22 73 52

Essverhaltens-Gruppe (BZ 11)

Bendemannstr. 17

Erika Müller-Pittroff, Tel.: 48 77 91



Notrufnummern

Kreuzbund: 02 11/35 99 77

Telefonnotruf: 02 11/ 32 55 55

Telefonseelsorge: 02 11/1 11 01

Treff-In: 02 11/73 53-206

Gräfenberg 13 A: 02 11/9 22-36 12





Kalender

JuniJuliAugust

1995

****** Juni 95 **** Juni 95 ******

09. Arbeitsgespräch der Region Süd, Köln, Auskunft beim DV (Jochen Wachowski)
09. Arbeitsgespräch der Frauen auf Diözesanebene, St. Augustin, Auskunft beim DV (Brigitte Bongartz)
- 09.-11. Gruppenfahrt Gruppe BZ 1 nach Roßbach
10. Diözesan-Arbeitsgespräch Region Ost in Langenberg, Auskunft beim DV (Jochen Wachowski)
11. Grillfest des KB Dormagen, 11.00 Uhr, Im Tannenbusch
12. Vorstandssitzung, 18.00 Uhr, BZ
13. Frauengruppe (Rita Walter), 20.00 Uhr, BZ
- 14.-18. Gruppenfahrt Gruppe Holthausen nach Nassau
- 15.-18. Gruppenfahrt Gruppe BZ 8 nach Meschede
- 16.-18. Gruppenfahrt Gruppe Rath nach Lütz
17. Supervision der Vorstandsmitglieder (Brigitte Emunds), 9.00 Uhr, Haus von Pfr. Sülzen
- 23.-25. Gruppenfahrt Gruppe BZ 7 nach Waldbreitbach
24. Freundschaftsspiel der Sportgruppe, Poststadion, Dreherstraße
- 30.-02.07. Gruppenfahrt Gruppe BZ 9 nach Einruhr
- 30.-02.07. Gruppenfahrt Gruppe Garath nach Hillentrup

****** Juli 95 **** Juli 95 ******

01. Therapeutisches Rollenspiel für Frauen (Ingrid Hoffmann), 9.30 Uhr, BZ
03. Vorstandssitzung, 18.00 Uhr, BZ
- 06.-09. TOP 95, Messe von Frauen für Frauen, Düsseldorf, Messegelände: Wir stellen aus!!!
10. Gruppenleiter-Arbeitsgespräch, 19.00 Uhr, BZ
15. AKR Freizeitgestaltung, 10.00 Uhr, BZ
17. AKR Frauenarbeit, 19.00 Uhr, BZ
- 21.-23. Gruppenfahrt Gruppe Flöngern 2 nach Landkern

**** August 95 ** August 95 ****

07. Vorstandssitzung, 18.00 Uhr, BZ

Wir machen Urlaub!

Deshalb erscheint unser Heft 34 nicht vor dem 15. August 1995!

Damit auch dieses Heft wieder bunt und informativ wird, würden wir uns über Artikel von Ihnen ganz besonders freuen.

Redaktionsschluß: 07. August 1995

Wir wünschen allen eine schöne Urlaubszeit!



Die Redaktion



Lesenswert....

Aus den Medien war mir bekannt, daß in Düsseldorf eine neue Zeitschrift auf den Markt gekommen ist: "fifty fifty", ein Straßenmagazin, herausgegeben von Asphalt e.V., Verein zur Förderung obdachloser und armer Menschen, Düsseldorf.

Das Heft kostet DM 2.00, davon geht DM 1.00 an den Herausgeber, und DM 1.00 behält der/die Verkäufer/in. Das sind Obdachlose - "Betroffene" -, die beim Verkauf nüchtern sein müssen und nicht betteln dürfen. Vor dem Hauptbahnhof kaufte ich mir ein Exemplar, und der Verkäufer will mir Sinn und Zweck erklären, um dann erfreut festzustellen "Aha, Sie kennen uns!", und ich glaubte auch, diese Randgruppe zu kennen. Aber wie betroffen bin ich gewesen, nachdem ich Artikel für Artikel gelesen hatte, wie schnell der soziale Abstieg erfolgen kann und wie hoffnungslos die Situation wird, wenn Alkohol dazu kommt, und dieser Schritt ist sehr klein.

Gekauft habe ich das Blatt, weil ich dem Verkäufer helfen wollte. Ich habe sogar DM 3.00 anstatt DM 2.00 gegeben - wie großzügig von mir! Geholfen hat das Blatt jedoch mir, nachdem ich Schicksal für Schicksal verdaut hatte, und die Aussage auf der letzten Seite "Verständigung kommt von Verstehen" geht mir jetzt oft durch den Kopf - auch wenn ich Ausländer sehe. Wie schnell werden Menschen an den Rand gestellt und damit ins Ausseits - und nicht immer allein durch eigenes Verschulden.

Ich kann nur empfehlen, die Zeitschrift zu kaufen und Seite für Seite zu lesen.

Uschi Klein, Gruppe Derendorf 2

Sinn statt Sucht

war das Motto der Woche für das Leben, einer Initiative der katholischen und evangelischen Kirche vom 6.-12.5.1995. In dieser Zeit waren alle kirchlichen Einrichtungen aufgerufen, auf die Situation Betroffener und deren Angehöriger hinzuweisen und nach Wegen solidarischer Hilfe zu suchen.

Besonders wichtig erscheint mir, daß diese Woche eine ökumenische war und von beiden Kirchen Veranstaltungsangebote gemacht wurden, die auf die Wichtigkeit der Suchthilfearbeit aufmerksam machten.

Auf einer Fachtagung des Diözesan-Caritasverbandes in Köln wurde unter dem Thema "Sinn-Sucht-Selbsthilfe" die Bedeutung der Selbsthilfegruppen herausgestellt. Nur gemeinsam ist es möglich, ein nicht nur suchtfreies, sondern auch sinnvolles Leben zu führen.

Die Pfarre St. Dreifaltigkeit gab Mitgliedern der zwei Kreuzbund-Selbsthilfegruppen in ihrer Pfarre Gelegenheit, im Rahmen einer Pfarrveranstaltung über ihre Alkoholkrankheit und die Praxis der Gruppenarbeit zu informieren.

Im Markus-Haus fand ein Podiumsgespräch statt, wo Vertreter verschiedener Einrichtungen über ihre Arbeit mit Abhängigen sprachen. Gastgeber war die Markusgemeinde, vertreten durch Herrn Pfarrer Wiedemann.

Zum Abschluß der "Woche für das Leben" fand in der Diakonie ein ökumenischer "Thekengottesdienst" statt, der von Pastor Bartosch und Pfarrer Sülzen gefeiert wurde.

Leonore Engelhardt, Gruppe Derendorf 2



Über Monate hindurch erschien in "Kreuzbunt+aktuell" die Serie "Weg in die Abstinenz". Wir danken an dieser Stelle all den Kreuzbundfreunden, die uns dazu Beiträge geschrieben haben., die in ihrer Ehrlichkeit uns alle bewegten, in denen wir uns selbst erkannten. Gern möchten wir diese Serie weiterführen, wenn Sie uns mit Ihren Artikeln auch in Zukunft dabei behilflich sind. Gleichzeitig möchten wir aber in der Folgezeit auch Artikel von Mitbetroffenen veröffentlichen. Den Anfang der neuen Serie "Mein Partner trank" macht unser Kreuzbundfreund Manfred Engelhardt. Die Redaktion wünscht sich in den folgenden Monaten viele weitere Beiträge von Mitbetroffenen zu diesem Thema.

Mein Partner trank

Die Alkoholabhängigkeit meiner Frau entwickelte sich über einen längeren Zeitraum zunächst fast unmerklich. Irgendwann war ich verwundert über ihren immer größer werdenden Alkoholkonsum. Als ich ihr schließlich deshalb Vorhaltungen machte, versuchte sie, ihr Trinken geheimzuhalten. Nicht zu verbergen war dagegen das bald einsetzende "alkoholische Denken" und im Verstecken von Flaschen war meine Frau zwar erfunderisch, aber keinesfalls immer erfolgreich.

Zunehmende alkoholbedingte körperliche Beschwerden und zeitweilig auch "black outs" zwangen meine Frau, ärztliche Hilfe in Anspruch zu nehmen. Absolut unbegreiflich war es für mich, daß sie alle schwerwiegenden Warnungen der Ärzte hinsichtlich ihres Gesundheitszustandes in den Wind schlug. Mit geringen Trinkpausen wurde der "Selbstmord auf Raten" unbremst fortgesetzt.

Stationäre Entgiftungen wurden erforderlich. Ich hoffte immer wieder, meine Frau würde endlich in eine Therapie einwilligen. Dies geschah nicht und meine Besorgnis und Ratlosigkeit steigerte sich. Warum konnte meine Frau nicht endlich ihre Suchtkrankheit akzeptieren?

Gemeinsame Unternehmungen waren kaum noch möglich, und die Verbindungen zu Freunden, Bekannten wurden immer weniger. Ich konnte mit meiner Frau kaum noch normale Gespräche führen.

Die häuslichen Verhältnisse entwickelten sich immer chaotischer, so daß ich mich entschloß, unseren 10-jährigen Sohn in ein Internat zu bringen, was meine Frau mit allen Mitteln zu verhindern suchte. Ich strengte daher einen Prozeß vor dem Familiengericht gegen meine Frau an, den ich verlor. Das Gericht erkannte zwar die Alkoholkrankheit meiner Frau und deren Folgen auf unseren Sohn, vertrat aber den Standpunkt, daß eine einseitige Entscheidung von mir hinsichtlich des Internatsaufenthaltes bei einer existierenden Ehe gerichtlich nicht durchzusetzen sei.

In einer großen Menge von Fachliteratur suchte ich, dem Geheimnis dieser Selbstzerstörung auf den Grund zu kommen und besuchte schließlich eine Al-Anon-Gruppe der AA. Dort begriff ich, daß ich selbst völlig machtlos war, was allerdings meine Angst um meine Frau noch vermehrte.

Diese hatte sich, da sie offenbar ihre Situation endlich auch für sich als untragbar empfand, in Behandlung eines Facharztes für Suchtkrankheiten begeben, mit dem ich ebenfalls in engem Kontakt stand. Wiederum hoffte ich auf baldige Besserung, besonders als meine Frau in eine stationäre Therapie einwilligte, die ihr



dieser Arzt dringend empfohlen hatte. Maßlos enttäuscht war ich, daß auch diese Behandlung keinen Erfolg brachte und nach einiger Zeit, abermals vergeblich, wiederholt wurde.

Immerhin äußerte meine Frau, die sich einer AA-Gruppe angeschlossen hatte, auf einmal den Wunsch, mit mir zusammen eine Kreuzbund-Gruppe zu aufzusuchen. Ich war sofort dazu bereit, da dort die Möglichkeit bestand, daß wir uns gemeinsam dieser "Familienkrankheit" stellen konnten.

Ich fühlte mich beim Kreuzbund sehr wohl. Meine Frau jedoch trank weiter.

Aufgrund ärztlicher Aussagen hatte ich nun allen Grund zu der Befürchtung, meine Frau würde sich zu Tode trinken. Ein Facharzt erklärte mir, daß er zwar meine Frau entmündigen lassen könnte, dies würde ungefähr 1/4 Jahr dauern, aber es sei sehr wahrscheinlich, daß meine Frau dieses Vierteljahr nicht überleben würde.

Wiederum kam es zu einer stationären Entgiftung. Was dort tatsächlich geschah, habe ich nie nachvollziehen können, denn der hier von meiner Frau gefaßte Entschluß, nicht mehr zu trinken, erwies sich diesmal tatsächlich als dauerhaft. Ich konnte das genauso wenig begreifen, wie die zahlreichen Rückfälle zuvor.

Meine Frau entschloß sich zu einer ambulanten Behandlung in der Diakonie; zuerst eine 6-wöchige Motivationszeit, die sie ohne Rückfall durchstand, woran sich die eigentliche Therapie anschloß, die für mich die Teilnahme an einer dortigen begleitenden Angehörigengruppe einschloß.

Ich war jetzt glücklich, daß meine Frau im buchstäblich letzten Moment dem Tode oder der Irrenanstalt entronnen war. Ihr Hausarzt sprach von einem Wunder.

Über ein Jahrzehnt ständiger Spannungen, Belastungen und Sorgen waren vorüber. Meine anfänglichen Befürchtungen, daß es abermals zu einem Rückfall kommen würde, erwiesen sich als überflüssig. Die "alkoholfreie Zone" in unserer Wohnung war und ist für uns selbstverständlich.

Sehr bald konnte ich Verantwortlichkeiten meiner Frau, die ich während ihrer Trinkzeit übernehmen mußte, wieder an sie zurückgeben. Meine Frau veränderte sich völlig und das in kürzester Zeit. Sie fand ihr Selbstbewußtsein und ihre Vernunft wieder.

Nach einiger Zeit gab es auch wieder Kontakte zwischen meiner Frau und unserem inzwischen erwachsen gewordenen Sohn, der wegen der Alkoholkrankheit die Verbindung zu seiner Mutter total abgebrochen hatte.

Meine Frau, die sich ihren früheren Interessen und Aktivitäten wieder zugewandt hatte und ich erfreuten uns wieder an Reisen und anderen gemeinsamen Unternehmungen und bauten auch unseren Freundes- und Bekanntenkreis wieder auf.

Auch in meiner Firma setzte sich meine Frau wieder voll ein, so wie sie es vor Ausbruch ihrer Krankheit getan hatte.

Der regelmäßige Besuch einer Kreuzbundgruppe ist für uns selbstverständlich.

Manfred Engelhardt, Gruppe Derendorf 2



Tunesien entdecken und erleben

Strand, Wüste und Salzpflannen locken den Besucher ins Land der Berber und Karthager. Tunesien ist heute eines der beliebtesten Reiseziele in Afrika.

Zwei bis drei Flugstunden von Deutschland entfernt, betritt man afrikanischen Boden. Das Klima wechselt vom waldreichen Norden bis zu den reinen Wüstengebieten des Südens. Ein Land mit wechselvoller Geschichte.

Rund 1000 Jahre lebten hier, bis zur Zerstörung Karthagos, die Phönizier; rund 400 Jahre war es eine der wichtigsten römischen Provinzen, dann kamen die Vandalen, Byzantiner, zuletzt die Araber. Islamisch blieb das Land trotz des Zwischenspiels von Spaniern, Italienern und Franzosen.

Die Ureinwohner dieses Landes sind die Berber. Die Landessprache ist arabisch, französisch wurde als Umgangssprache beibehalten.

Bei meinen Exkursionen in den Norden und Süden Tunesiens wollte ich Land und Leute kennenlernen. Schade, daß ich die französische Sprache nicht beherrsche.

Während meiner Urlaubszeit ging der Ramadan zu Ende. Der Fastenmonat wird abgeschlossen mit einer Feier in familiärem Rahmen.

Von dem antiken Karthago war ich besonders angetan. Die Ausgrabungen geben Aufschluß über das Leben der verschiedenen Herrscher Karthagos. Aus dem 2. Jahrhundert n.Chr. stammt das Kolosseum, das dem von Rom nicht nachsteht. Auch die Thermen des Heiligen Augustus



stammen aus dem 2. Jahrhundert. Die Thermen von Karthago wurden von den Ausläufern des Atlasgebirges versorgt. Römische Baumeister hatten ein Äquadukt von über hundert Kilometern Länge gebaut.

Im Süden Tunesiens wird das Klima von der Sahara geprägt. Ein Sonnenuntergang in der Wüste ist ein unbeschreibliches Erlebnis!

Die Dromedarkarawanen, die einst Handelswaren durch dieses Gebiet transportierten, schaffen inzwischen Touristen von der Oase zum Dünenmeer und zurück.

Die Sahara hat eine magische Anziehungskraft auf den Menschen. Es ist das Wasser, um das sich alles dreht. Gott gab das Wasser und der Mensch wußte, sich damit zu helfen. Dort, wo das Lebensli-



xier Wasser von den Menschen nutzbar gemacht wurde, verwandelten sich Steppe und Ödland in fruchtbares Land. In der Wüstenregion leben viele Menschen vom Verkauf von Datteln.

Von meinem Urlaubsort Skanes (Monastir) war die Fahrt in den Süden anstrengend und weit, aber ein lohnendes Abenteuer.

Strände und Wasser gehören zu den saubersten im Mittelmeerraum. Tunesien verfügt über einen 1200 Kilometer langen Strand. Die Touristenzentren erstrecken sich von Hamamet bis Djerba.

Die Stadt Sousse hat ein Flair des Orients. Gleich gegenüber des Hafens befindet sich die arabische Altstadt, die Medina, die zu den schönsten des Landes zählt. Hinter der Stadtmauer erstreckt sich das Gewirr der Gassen und der verwinkelten Straßen mit den Souks und Basaren. In den unzähligen "Räuberhöhlen Ali-Babas", den Souks, breiten die Verkäufer ihre Schätze aus. Kaum ein Tourist schafft es, beim Streifzug durch die Souks nichts Orientalisches zu kaufen.

Eduard Frintrup, Gruppe Flingern 2

Das darf doch wohl nicht wahr sein!!!

Am 20.4.1995 erschien in der "Rheinischen Post" nachstehende Meldung:

Bad Kreuznach(dpa). Vor einer Senkung der Alkoholgrenze für Autofahrer von 0,8 auf 0,5 Promille hat der rheinland-pfälzische Hotel- und Gaststättenverband gewarnt. "Auf viele Gastwirte kämen horrende Schadenersatzforderungen von Brauereien und Getränke-großhändlern zu, wenn die Mindestbezugsmenge in den Bierlieferverträgen nicht mehr erreicht wird", hieß es in der neuesten Ausgabe der Mitgliederzeitschrift gestern. Der Verband bezweifelt, daß die Herabsetzung der Promillegrenze die Verkehrssicherheit erhöhen würde.

Hauptunfallursache auf unseren Straßen ist Trunkenheit am Steuer. Erwiesen ist, daß die Reaktionsfähigkeit eines Autofah-

ers bereits nach geringen Mengen genossenen Alkohols herabgesetzt ist. Die Grenze von 0,8 Promille ist schon seit langem umstritten.

Ich persönlich bin der Meinung, daß Alkohol und Auto einfach nicht zusammen passen. Wer Geld zum Trinken hat, wird ja wohl auch noch das Geld für ein Bus- oder Straßenbahnticket haben, oder er muß halt laufen.

Den Alkoholgenuß von Autofahrern aber zu einer Frage der Existenz von Kneipen zu machen, erscheint mir geradezu menschenverachtend.

Und das hat gar nichts damit zu tun, daß ich alkoholkrank bin.

Bitte, liebe Kreuzbundfreunde, schreiben Sie uns Ihre Meinung zu dieser Meldung.

Leonore Engelhardt, Gruppe Derendorf 2



MELISSE-BANANEN-MIX

5 Zitronenmelisseblätter, 1 geschälte Banane, 250 ml (1/4 l) frisch gepresster Grapefruitsaft, 250 ml (1/4 l) Orangensaft, 3 Eßl. frisch gepresster Zitronensaft, 1 Teel. Honig

Zitronenmelisse, Banane, Grapefruitsaft in einen Mixer geben, pürieren. Übrige Zutaten zugeben, kurz vermischen, in Stielgläsern gut gekühlt servieren.



Endlich keine finanziellen Probleme mehr — wir sind pleite.

Mit mürrischem Gesicht betritt McGregor die Buchhandlung. „Ich brauche für meinen Sohn einen Schulatlas“, erklärt er dem Verkäufer. „Möchten Sie einen neuen oder soll es ein antiquarischer sein?“ will der Buchhändler wissen. „Die neuen sind ja sündhaft teuer“, knurrt McGregor. „Geben Sie mir einen antiquarischen. Aber, wenn es geht, soll Amerika schon drin sein.“

Herausgeber:

KREUZBUND Kreisverband Düsseldorf e. V.,
Bendemannstraße 17, 40210 Düsseldorf,
FON: 02 11/35 40 88, FAX: 02 11/164 02 21

Verantwortl. Redakteurin:

Leonore Engelhardt, Gr. Derendorf 2
Druck: B&B Druckservice GbR, Schwelmer
Straße 1, 40235 Düsseldorf
Auflage: 850 Stück