



Meldungen und Angebote des KREUZBUND
Kreisverbandes Düsseldorf e. V.

Okt./ Nov.

Grosses Lob für eine kleine Zeitung

Ein Leserbrief von Dr. Irmgard Wolf

Irgendwo im Zug zwischen Düsseldorf und Bonn lernte ich die kleine gelbe Kreuzbund-Zeitung kennen. Ich hatte sie: mit einem eher höflichen Interesse bei meinen Gastgebern entgegen-genommen. Die Thematik lag mir fern. Aber da sich Journalisten bekanntlich für alles interessieren müssen, las ich und merkte bald, daß diese ganz unprätentiöse Publikation etwas hat, das wir in unserem Beruf oft händeringend suchen, den "human touch", den menschlichen Bezug.

Der Eindruck blieb über Jahre hinweg. Hier schreiben Menschen, die sich redlich um andere kümmern, die einander beistehen und helfen wollen, die zuweilen in ganz naiver Weise die Isolation durchbrechen und aufheben, welche eines der schlimmsten Symptome unserer Zeit ist. In den schmalen Zeilen dieser Zeitung herrscht Vertrauen, das aus der Not geboren ist, und eine Zuversicht in die Kraft der Gemeinschaft, die sich hier als "Gruppe" versteht.

Wenn da zu lesen steht, daß der oder die "aufgefangen" wurde, wird mit einem Wort die vereinigte Macht des guten Willens deutlich, die Gefährdeten beisteht, die hilft zu bewältigen, auch aus Niederlagen sich zu erheben.

Das sind eigentlich fast schon zu

Intensität, mit der diese kleine Zeitung große Probleme unserer Gesellschaft angeht und zu Ende zu denken versucht. Sie vermittelt auch dem Nichtbetroffenen Denkanstöße zur Selbstdisziplin, zum verantwortlichen Umgang mit sich und mit anderen. Ohne Aufhebens gibt sie ethische Erkenntnisse von Menschen wieder, die durch den Scheuersand des Lebens gegangen sind und tägliche Überwindung und Selbstkontrolle praktizieren. Ein nicht zu unterschätzendes Vorbild in einer Zeit, die zu allseitiger Ausuferung tendiert. Und diese Denkanstöße kommen von Frauen und Männern, die unsere Gesellschaft vielleicht schon an den Rand verwiesen hatte.

(Frau Dr. Wolf ist als freie Journalistin seit langem an der führenden Bonner Tageszeitung tätig).

Wir sollten nur danach trachten, Menschen zum Nachdenken anzuregen, nicht, sie zu überzeugen.

Georges Braque, *Le jour et la nuit*
(Gallimard, Paris)



In eigener Sache

Auf Seite 1 unseres heutigen Heftes veröffentlichen wir den Leserbrief einer Journalistin aus Bonn, über den sich unsere Redaktion besonders freute.

Wir möchten an dieser Stelle allen denjenigen danken, die unsere Zeitschrift "Kreuzbunt+aktuell" aktiv mitgestalten und an diese das Lob des Leserbriefes weitergeben.

Gleichzeitig möchten wir diesen Leserbrief aber auch zum Anlaß nehmen, Sie alle, die diese Zeitschrift lesen, herzlich um Ihre Mitarbeit für weitere Ausgaben zu bitten.

Wir brauchen dringend Menschen, die Einfluß nehmen und unsere Zeitung weiterhin attraktiv und spannend gestalten.

Erlebnisse, Erfahrungen, Erinnerungen, wichtige oder besinnliche Begebenheiten: Es geschieht doch so viel in unserem Leben, worüber wir berichten können.

Wenn Sie meinen, Sie könnten gar nicht schreiben: Versuchen Sie es bitte trotzdem. Wenn die Form wirklich etwas kraus ist, wir bügeln sie mit Ihnen zusammen glatt.

Wir freuen uns auf eine Flut von Zusendungen für unsere nächsten Ausgaben.

Unsere zweite Bitte an Sie:

Der Ausschuß für Öffentlichkeitsarbeit sucht dringend interessierte Mitarbeiter.

Wir treffen uns alle 2 Monate an einem Montag für eine Stunde.

Der wesentliche Teil unserer Arbeit gilt der Zeitung "Kreuzbunt+aktuell". Darüber hinaus planen wir Sonderaktionen, Messen,

gemeinsame Veranstaltungen, Vorträge.

Wir suchen Damen und Herren mit Ideen, Einfallsreichtum, vielleicht etwas handwerklichem Geschick, Humor und natürlich Freude an der Öffentlichkeitsarbeit.

Wir möchten den Kreuzbund in der Öffentlichkeit bekannt machen, damit mehr abhängige Menschen den Mut haben, sich mit uns in Verbindung zu setzen.

Wir möchten den Kreuzbund aber auch für unsere Mitglieder weiterhin interessant und attraktiv erhalten, damit wir das bleiben, was wir immer schon sind: "Weggefährten" auf dem Weg in ein abstinentes Leben.

Rufen Sie einfach mal an und informieren Sie sich: Leonore Engelhardt, Tel. 68 24 99.

Und noch ein weiteres Anliegen haben wir an Sie:

In der **zweiten Etage des Begegnungszentrums** haben wir eine großflächige Wand, die wir nach unserem resp. Ihrem Belieben gestalten können. Daher bitten wir Sie um Ideen, Vorschläge, Anregungen für die Gestaltung dieser Wand.

Haben auch Sie schöne Fotos von Ihrer Urlaubsreise, von einer Feier, von Gruppenfahrten?

Oder, wenn Sie ganz etwas anderes dort anbringen möchten: Wir sind für alle Vorschläge offen und hoffen, daß Sie uns helfen. Wir haben schon oft Weggefährten vor dieser Wand stehen sehen. Lassen Sie dort wieder etwas Neues entstehen.

Ausschuß für Öffentlichkeitsarbeit



I k o n e der Liebe!

Die wunderschönen Sonnentage des August hierzulande und auch anderswo, wo wir unsere Ferien verbrachten, liegen nun schon einige Zeit hinter uns. Doch unsere Erlebnisse sind noch nicht verblaßt oder vergessen, und so können Sie sich vielleicht an einen Besuch in einer orthodoxen Kirche erinnern, in Griechenland oder auf Zypern, oder wo auch immer. Jene Kirchen, mit der großen Bilderwand (Ikonostase), mit der dunklen, mystischen Atmosphäre, den vielen Lampen und Ampeln, alles in allem sehr geheimnisvoll, und doch fühlt man sich da geborgen.

Die Ikonostase mit ihren vielen wunderschönen Bildern fällt ins Auge. Warum so viele Bilder? Ikonos - das Bild - bedeutet in der östlichen Theologie nicht einfach nur ein Bild, ein Abbild einer Wirklichkeit, sondern Ikonos ist selbst eine Wirklichkeit, also die Wirklichkeit Gottes, Jesu oder seiner Mutter Maria oder der Freunde und Jünger Jesu, der Heiligen. Hier wird also nicht nur ein Heiliger dargestellt, sondern das Bild, die I k o n e ist der Heilige.

I k o n e der Liebe nannte man in diesen Tagen die englische Prinzessin, die auf so tragische Weise ums Leben kam. In den Herzen vieler Menschen war sie eine I k o n e der Liebe geworden. Für sie war sie eine richtige Frau, eine gute Mutter, eine Frau, die um ihrer Liebe willen leiden mußte, ein Mensch, von der Aasgeiern moderner Medien gehetzt, der man keine Ruhe gab, keine Ehrfurcht vor ihrer Persönlichkeit und Privatsphäre. Und trotz alledem eine Frau, die unterwegs war,

leidende, kranke und hungernde Menschen zu suchen, zu besuchen und nach Wegen der Hilfe suchte.

Seltsam - wenige Tage nach ihr starb jene andere I k o n e der Liebe an den Schwächen des Alters, nach vielen Jahren des Daseins für andere, der Engel der Sterbenden, Mutter Teresa in Kalkutta. Eine Frau, die ganz vom Glauben her, ganz vom Anruf Jesu Christi her den Ärmsten der Armen diente. Eine Frau, die ganz bewußt und gewollt schon als junge Frau in einem katholischen Orden den Weg Jesu gehen wollte.

Zwei ganz unterschiedliche Frauen - aber ist nicht jede von ihnen für uns und unsere Zeit ein Anruf, ein Signal? Wir, unsere Zeit, brauchen Ikonen der Liebe. Menschen, welche die Wirklichkeit der Liebe praktizieren, Menschen, welche die stummen Schreie der Millionen, die um Diana und Mutter Teresa weinen, verstehen als Schreie der Sehnsucht nach einer anderen, besseren Welt, in der es immer mehr Menschlichkeit, Geborgenheit und Liebe gibt; aber dazu genügen Blumen und Tränen nicht, dazu müssen Menschen sich aufmachen, selbst anders zu werden!

Müßten nicht Selbsthilfegruppen

M o d e l l e menschlicher Liebe sein?

Peter Sülzen

Geistlicher Beirat



Vorstandsinfo - Vorstandsinfo -info

Info 1: Selbsterfahrungs-Seminare

Da die drei Seminare, die in diesem Jahr als Neuerung stattgefunden haben, besonders gut angekommen sind, planen wir für das kommende Jahr weitere und bitten um Meldung von Interessenten in der Geschäftsstelle, Telefon 35 40 88 bis Ende Oktober 1997. Wir müssen frühzeitig planen, um noch gute Therapeuten verpflichten zu können:

- * Selbsterfahrung für alle (ein Seminar ist bereits voll, weitere sind in Planung)
- * Selbsterfahrung für Paare
- * Selbsterfahrung für Gruppenleiter und deren Stellvertreter

Wir bitten um reichliche Anmeldungen.

Info 2: Düsseldorfer AG Suchtkrankenhilfe

Karl-Heinz Broich von der Diakonie Düsseldorf, Fachambulanz, ist zum ersten Vorsitzenden der AG gewählt worden. Gisela Schulz zur stellvertretenden Vorsitzenden. In den nächsten 2 Jahre sind wir somit in der Arbeitsgemeinschaft wieder bestens vertreten und knüpfen damit an die Tradition von Michael Kalwitzki an.

Info 3: BZ-Jubiläum

Das Fest "10 Jahre BZ" war, wie Ihr der Presse sicherlich entnommen habt, ein großer Erfolg. Ca. 200 bis 250 Personen haben teilgenommen. Die Cafeteria war

immer gut besucht und auch die Teilnahme an den Straßenbahnrundfahrten war äußerst rege. Viele Ehrengäste haben uns die Ehre erwiesen, und selbst der Bundesvorsitzende hat sich das Fest nicht entgehen lassen. Ein Dank an die nicht müden Helfer und einen Dank den Gästen sowie den **Kreuzbündlern**, die wir lange nicht in so reicher Zahl zusammen gesehen haben.

Info 4: Kreuzbunt+aktuell

Der Vorstand möchte allen Kreuzbundfreunden zukünftig in unserem Info-Heft zu ihren "runden" Geburtstagen gratulieren.

Sollte der ein oder andere diese öffentliche Gratulation nicht wünschen, bitten wir, dies der Redaktion (Leonore Engelhardt, Tel. 682499) **rechtzeitig** (mindestens 6 Wochen vor Erscheinen der neuen Nummer) mitzuteilen.

Wir gratulieren zum "runden" Geburtstag:

- 05.10. Gerda Block (60 Jahre)
- 13.10. Gisela Kohn (60 Jahre)
- 27.10. Gerda Leßmann (60 Jahre)
- 30.10. August Ubbenhorst (60 Jahre)
- 19.11. Edeltraut Gaedecke (60 Jahre)



Gedanken zur Abstinenz

Bereits nach einigen Wochen regelmäßiger Gruppenbesuche wurde mir klar, daß ich in meinem Leben etwas verändern mußte, wenn ich meine Suchterkrankung in den Griff bekommen wollte. Der jahrelange Alkoholmißbrauch hatte nicht nur meiner körperlichen Gesundheit erheblich geschadet, er hatte auch meine soziale Ordnung zerstört.

Die hemmungslose Gier nach dem Suchtmittel machten mich egoistisch, rücksichtslos und einsam. Partnerschaft, Freunde, Beruf und meine Persönlichkeit blieben auf der Strecke - mein Leben war in totaler Unordnung. Ich war gezwungen, mir wieder eine Ordnung zu schaffen, mich wieder auf mich verlassen zu können und meinem Umfeld Verlässlichkeit und Sollicität zu vermitteln.

Dies war für mich wie für alle abstinenten Weggefährten die Voraussetzung dafür, die Krankheit in den Griff zu bekommen.

*****!*****

Statt einer Buchbesprechung

möchten wir uns an dieser Stelle sehr herzlich bei der Regenbogen-Buchhandlung für ihre aktive Hilfe und Unterstützung bei der Präventionswoche "Sucht hat immer eine Geschichte" bedanken.

Die Regenbogen-Buchhandlung gestaltete ihre Schaufenster mit themengerechten Büchern zur Suchtwoche, sie legte unsere Prospekte aus und informierte auf Wunsch Kunden und Interessenten. Auf diese Weise trat der Kreuzbund auch in Derendorf ein-drucksvoll in Erscheinung.

Um so nachdenklicher machte mich da die Mitteilung in einem Gruppenleiter- arbeitsgespräch, daß von 15 gemeldeten Teilnehmern an einem Selbsterfahrungsseminar lediglich 5 bei ihrer Meldung geblieben sind. Hier sei mir die Frage erlaubt, wie ernst die 10 anderen sich und ihre Abstinenz nehmen. Wie sieht die Ordnung in ihrem Leben aus? Ein solches Verhalten empfinde ich nicht nur als sehr bedenklich, sondern auch als äußerst unsozial. Die Therapeuten müssen vom Verband bezahlt werden, unabhängig von der Anzahl der Teilnehmer. Bei geringer Teilnahme ist die finanzielle Belastung des Verbandes - also der zahlenden Mitglieder - naturgemäß hoch.

Es ist durchaus möglich, daß dieses Geld an anderer Stelle einmal fehlen könnte.

Hilbert Leineweber, Gruppe Garath

Der Regenbogen-Buchhandlung und ihren Mitarbeitern gilt unser herzlicher Dank, verbunden mit dem Wunsch auf weitere gute Zusammenarbeit.

Mehr als Bücher ...

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



**Regenbogen
Buchhandlung**

Bücherstr.3 · 40477 Düsseldorf · (0211) 443296



10 Jahre BZ -

Ein ganz besonderer Geburtstag

Hurra, es gab mal wieder etwas zu feiern - 10 Jahre Begegnungszentrum Bendemannstraße 17!! Es wurde hin und her überlegt, was wir unseren Weggefährten und Freunden bieten könnten, wodurch dieser Tag als ein besonderer im Gedächtnis bleibt. Selbstverständlich war, daß es ein "Tag der Offenen Tür im BZ" sein sollte und dann hatte - ich weiß nicht wer - die tolle Idee mit der "Historischen Straßenbahn".

Die Fahrt ging vom Hauptbahnhof aus durch Flingern und Grafenberg nach Gerresheim - fast schon selbstverständlich, daß die Landesklinik Grafenberg besonders erwähnt wurde - ist oder war sie doch für viele von uns Wegbereiter für die ersten Schritte in ein abstinentes Leben. Dank Leonore Engelhardt stand uns "Frem-

denführern" eine informative Streckenbeschreibung mit Erwähnung der Düsseldorfer Sehenswürdigkeiten zur Verfügung.

Bei meiner ersten Tour um 13.00 Uhr war die Beteiligung nicht sehr groß. Ich nehme

an, daß viele Kreuzbündler vor dem Fernseher saßen und sich die Trauerfeierlichkeiten in England ansahen. Ist dies doch ein sehr erschütterndes Beispiel, was Alkoholmißbrauch anrichten kann! Mir wurde in diesem Zusammenhang mal wieder bewußt, wieviel Glück (oder war's doch mein Schutzengel?) ich in meiner Saufzeit hatte, denn wie oft habe ich mich in angetrunkenen oder auch betrunkenen Zustand hinter's Steuer gesetzt.

Die zweite Fahrt um 14.30 Uhr war ein voller Erfolg. - Danke Katja, Du motivierst Deine Gruppe ja immer wieder wie kaum ein/e andere -. Ich denke und hoffe, daß die Fahrten mit der "Historischen Straßenbahn" ein voller Erfolg waren. Selbst ich, die ich seit fast 50 Jahren in Düsseldorf lebe, habe noch dazulernen können.



Ich hoffe für uns alle auf die nächsten 10, 20 oder gerne auch mehr Jahre im Kreuzbund, natürlich mit unserem Begegnungszentrum.

Frauke Piepmeyer, Gruppe Rath



Der Winter naht!

Ab **10.10.** trifft sich die
Freizeit-Sport-Gruppe
wieder in der Halle.

Treffen: **Freitags, 19.00 Uhr**
Sporthalle Erich-Müller-Str.
in Benrath

Fitwerden mit der Kreuzbund-
Sportgruppe

Ansprechpartner:

Iwan Erlauer (Tel. 691 19 89)

Dieter Rölike (Tel. 759 73 14)



Kreuzbund-Kontakte:

Kreisverband Düsseldorf: 02 11/35 40 88

Gerhard Huy: 02 11/79 99 83

Fred Strohauer: 02 11/75 29 88

Gisela Schulz: 02 11/67 55 48

Sigrid Beckmann: 02 11/41 33 87

Eduard Lanzinger: 02 11/22 73 52

Hilbert Leineweber: 0 21 31/98 04 47

Peter Sülzen: 02 11/72 25 91

Diözesanverband Köln:

Jochen Wachowski: 02 11/484 98 22

Brigitte Bongartz: 02 11/25 46 86

Bundesverband Hamm: 0 23 81/67 27 20



Rollenspiel für Frauen

Diese Gruppe (Leitung: Ingeborg Hoffmann) ist für neue Mitglieder offen. Die Termine werden regelmäßig im KB-Kalender auf Seite 10 veröffentlicht.

Herbstfest Neuss

am 25.10.1997 um 20.00 Uhr mit einem bunten Programm.

Info im Büro Bendemannstraße

Weihnachtsbasar:

Sonntag, 23.11.1997 ab 10.00 Uhr

Pfarrkirche St. Dreifaltigkeit, Becherstraße

Die Gruppe Derendorf 2 freut sich auf Besuche von Kreuzbund-Freunden.

Adventfeier

des Kreisverbandes Düsseldorf

mit Pfarrer Sülzen am 14.12.1997

Nähere Informationen durch die Gruppenleiter/innen.

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



Gruppengespräche

Treff: 19.00 Uhr
Ende: 21.30 Uhr

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

◆ **Stadtmitte (BZ 12)**, Bendemannstr. 17

Marlis Haas, Tel.: 71 47 25

◆ **Stadtmitte (BZ 13)**, Bendemannstr. 17

Catarina Fernau, Tel.: 67 25 09

◆ **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

◆ **Info- und Motivationsgruppe für alle**

Bendemannstr. 17

Walter Müller, Tel. 48 77 91 und

Udo Leitschuh, Tel. 0 21 01/44 42 03

◆ Spätnachmittagsangebot 17.30-19.00 h

◆ **Stadtmitte (BZ 14)**, Bendemannstr. 17

Klaus Wüster, Tel.: 9 34 73 21

◆ **Derendorf 2**, Pfarre St. Dreifaltigkeit

Becherstr./Ecke Barbarastr. (Jugendheim)

Leonore Engelhardt, Tel.: 68 24 99

◆ **Garath, Nikolaus-Ehlen-Haus**

Mathias-Erzberger-Str. /Ecke Carl-Severing-Str.

Peter Bleich, Tel.: 0 21 73/74 17 3

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

◆ **Hassels**, Evang. Gemeindezentrum

Fürstenberger Str. 12-14

Manfred Greiner, Tel.: 27 70 61

◆ **Holthausen**, Pfarre St. Josef

Neues Pfarrzentrum, Ritastr. 9

Dieter Rölike, Tel.: 759 73 14

◆ **Rath**, Pfarre Heilig Kreuz

Rather Kreuzweg 43

Armin Langer, Tel.: 65 61 89

◆ **Unterrath**, Pfarre St. Bruno

Kalkumer Str. 60 (Pfarrzentrum)

Wolfgang Albrecht, Tel. 6 54 96 36

◆ **Urdenbach**, Pfarre Herz Jesu

Urdenbacher Dorfstr. 22

Hans Koch, Tel.: 15 12 57

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

◆ **Stadtmitte (BZ 3)**, Bendemannstr. 17

Fred Strohauer, Tel.: 75 29 88

◆ **Stadtmitte (BZ 7)**, Bendemannstr. 17

Rudi Lauderbach, Tel.: 7 82 24 05

◆ **Stadtmitte (BZ 10)**, Bendemannstr. 17

Peter Schulz, Tel.: 34 88 10

◆ **Flingern 1**, Pfarre St. Vinzenz

Höherweg, Zugang neben Haus-Nr. 42

Werner Skirlo, Tel.: 28 62 30



Gruppengespräche

Treff: 19.00 Uhr
Ende: 21.30 Uhr

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

◆ Gerresheim, Ökum. Begegnungsstätte

Neusser Tor 12

Gudrun Heidemann, Tel.: 29 64 42

◆ Kaiserswerth, Pfarre St. Suitbertus

An St. Swidbert 70

Elsa Langen, Tel.: 40 08 10

◆ Wersten 1, Orthodoxe Kirchengemeinde

Werstener Feld 65

Axel Nolte, Tel.: 78 98 56

DonnerstagDonnerstag***

◆ Stadtmitte (BZ 4), Bendemannstr. 17

Katja Kuhlen, Tel.: 759 79 10

◆ Stadtmitte (BZ 5), Bendemannstr. 17

Hans Beckmann, Tel.: 41 33 87

◆ Stadtmitte (BZ 6), Bendemannstr. 17

Hannelore Hemmelder, Tel.: 66 57 39

◆ Bilk 1, Merowinger Str. 170

Walter Müller, Tel.: 48 77 91

◆ Derendorf 1, Pfarre Heilig Geist

Ludwig-Wolker-Str. 10

Franz Behrend, Tel.: 46 17 10

◆ Flingern 2, Pfarre Liebfrauer

Lindenstr. 176 (Pfarrzentrum)

Manfred Zilm, Tel.: 62 63 18

DonnerstagDonnerstag***

◆ Heerd, Pfarre St. Benediktus

Baldurstr. 24 (Pfarrzentrum)

Udo Becker, Tel.: 0 21 29/93 67 11

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

◆ Stadtmitte (BZ 8), Bendemannstr. 17

Andjelko Pintar, Tel.: 55 59 61

◆ Vennhausen, Markusgemeinde

Sandträgerweg 101 (Clubraum)

Hans-Jürgen Rost, Tel.: 22 46 37

◆ Wersten-Mitte

Evangelisches Gemeindezentrum

"Stephanushaus", 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: 1 11 01

Treff-In: 02 11/73 53-206

Grafenberg 13 A: 02 11/9 22-36 10





Oktober

10.-12. Bundesseminar für Frauen "Zum Schweigen verdammt", Info beim DV, Jochen Wachowski

13. Vorstandssitzung, 18.00 Uhr, BZ

14. Frauengruppe (R. Walter), 19.30 h, BZ

18. Therapeutisches Rollenspiel für Frauen (Ingeborg Hoffmann), 10.00 Uhr, BZ

18. Selbsterfahrungsgruppe 2 (Frau Kroke), 10.00 Uhr, BZ

24.-26. Wochenendseminar "Sucht - ein Schritt zum sinnvollen Leben" (Hoffmann/Sützen), Info im Büro Bendemannstraße 27.

24.-26. Helferschulungs-Wochenende (Hans-Dieter Braun), Waldbreitbach

25. Selbsterfahrungsgruppe 1 (Hermann-Josef Döring), 10.00 Uhr, BZ

25. **Herbstfest des KB Neuss, Info im Büro Bendemannstraße**

27. Treffen der Frauen bei Pfr. Sützen, 19.00 Uhr, Siegburger Straße 165

28. Helferschulung (Brigitte Emunds), 19.30 Uhr, BZ

November

03. Vorstandssitzung, 18.00 Uhr, BZ

10. AK Öffentlichkeitsarbeit, 18.00 Uhr, BZ

10. Diözesanarbeitsgespräch der Region Nord, 19.00 Uhr, BZ Bendemannstraße 17

11. Frauengruppe (Rita Walter), 19.30 Uhr, BZ

15. Selbsterfahrungsgruppe 1 (Hermann-Josef Döring), 10.00-17.00 Uhr, BZ

November

15. Selbsterfahrungsgruppe 2 (Barbara Kroke), 10.00-17.00 Uhr, BZ

21. Diözesan-Arbeitsgespräch, Region Süd, Euskirchen, Info bei Jochen Wachowski

23. Basar in der Pfarre St. Dreifaltigkeit, Gemeindesaal Becherstraße, ab 10.00 Uhr mit Beteiligung der Gruppe Derendorf 2

28.-30. Helferschulungs-Wochenende (Verena Verhoeven), Mechernich-Kommern

Dezember

02. Helferschulung (Brigitte Emunds), 19.30 Uhr, BZ

06. Helferschulung (Hans-Dieter Braun), 10.00-18.00 Uhr, BZ

08. Vorstandssitzung, 18.00 Uhr, BZ

09. Frauengruppe (R. Walter), 19.30 h, BZ

13. Therapeutisches Rollenspiel für Frauen (Ingeborg Hoffmann), 10.00 Uhr, BZ

Wochenend-Dienste im BZ

04.10.-05.10. Gruppe BZ 3

11.10.-12.10. Gruppe BZ 4

18.10.-19.10. Gruppe BZ 5

25.10.-26.10. Gruppe BZ 6

01.11.-02.11. Gruppe Heerdt

08.11.-09.11. Gruppe BZ 11

15.11.-16.11. Gruppe Unterrath

22.11.-23.11. Gruppe BZ 7

29.11.-30.11. Gruppe Westen-Mitte

Wochenend-Dienste im BZ



10 Jahre Gruppe Flingern 1 - Albertstraße

Am 16.08.1997 feierte die Gruppe St. Vinzenz/Albertstraße Flingern ihr 10-jähriges Bestehen. 10 Jahre Kreuzbunc-Selbsthilfegruppe in Flingern, sicher ein Anlaß zum Feiern und ein Grund zurückzublicken.

Katja Kuhlen und Willy May leiteten die Gruppe in der Rosmarienstraße. Einige Mitglieder der heutigen Gruppe waren damals schon dabei. Nachdem sich 1987 die Gruppe auflöste, beschloßen 10-12 Weggefährten, eine neue Gruppe zu bilden. Sie trafen sich fortan wöchentlich in der Pfarrei St. Vinzenz Albertstraße. Unter ihnen auch Werner Skirlo, der von Heinrich Braunshausen als kommissarischer Leiter eingesetzt wurde. Durch den Besuch der Helferschulung holte er sich das nötige Rüstzeug und ging mit viel Engagement an die nicht ganz einfache Aufgabe. Nach einem Jahr wurde er offiziell als Gruppenleiter gewählt. Seinem unermüdlichem Einsatz ist es zu verdanken, daß die Gruppe zu dem wurde, was sie heute ist.

Ehefrau Ingrid ("Sputnik") steht stets treu und aktiv an seiner Seite und ist für viele zur Gruppenmutter geworden. Ihre Negerküsse sind bei fast jedem Zusammensein ein Muß.

Werner versucht mit Erfolg, die Gruppe nach seinen Ideen zu gestalten. Schwerpunkt bleibt nach wie vor das Suchtproblem, doch Gemeinsamkeiten und Freizeitgestaltung auch außerhalb der Gruppenstunden rücken immer mehr in den Vordergrund. So sind im Laufe der Jahre viele private Kontakte geknüpft worden, die es den Betroffenen leicht machen, ihr altes Umfeld zu verändern.

Jährlich finden Gartenfeste statt, die jedem Beteiligten in guter Erinnerung sind. Weihnachtsfeier, gemeinsame Theaterbesuche und Martinsgansessen sind nur einige weitere Beispiele. Private Kaffeetafeln sorgen oft für regen Gedankenaustausch. Die meist von Heinz Enzian organisierten Fahrradtouren sind stets ein Erlebnis und oft voll von Überraschungen.

Höhepunkte waren und bleiben hoffentlich noch lange die jährlichen Gruppenfahrten. Ob Eifel, Westerwald, Mosel oder Bergisches Land, alle Fahrten waren ein Gewinn für den Zusammenhalt der Gruppe. Im gebotenen Programm war für jeden etwas dabei. Singen, Spiele, Tanzen, Männerballet, Milka Kuh, Wanderungen und Ausflüge. Erinnerungen, schöne Erlebnisse zum Teil in Bild und Ton festgehalten.

Bei allem Schönen in den ganzen Jahren bleibt die Erinnerung auch an die weniger erfreulichen Situationen. Einige Rückfälle erinnerten uns immer wieder an das Wichtigste des Phänomens "Gruppe": Offenheit, Ehrlichkeit sich selbst und anderen gegenüber und sich in der Gruppe einbringen. Viele konnten wieder eingegliedert werden, dank der Aufopferung von Werner. Leider haben uns auch einige Gruppenmitglieder in den vergangenen Jahren für immer verlassen, Lücken die nur schwer zu schließen sind.

Für den Großteil der Gruppe waren die zurückliegenden Jahre ein Weg aus der Sucht und ein Gewinn. Alle haben sich geschworen, auf diesem Weg weiter zu machen, um sich und anderen zu helfen.

Roland Heinicke, Gr. Flingern 1



Starke Männer

Nee, also, wenn Se mich fragen, die gibt's nich mehr, die sterben immer mehr aus. Ausnahmen na ja, natürlich, aber eben Ausnahmen, z.B. der Juhnke, das is en starker Mann, en ganzer Kerl, oder?

Wie der das immer wieder schafft, in de Schlachzeilen von de Zeitungen zu kommen, Klasse, oder? Un jetzt hat er sogar geschafft, blau ins Fernsehen zu kommen.

Was machen da schon die paar zerdepperten Sektgläser oder Spiegel in irgend so eener Schick-Micki-Bar, Hauptsache doch, die Kohle stimmt, und die stimmt ja immer noch bei dem Harry, oder?

Und wenn da ooch 'n paar Zuhörer umgeschickt wern müssen, weil Harry blau macht, das tut unserer Liebe zu ihm doch keenen Abbruch. Der verträgt doch wenigstens noch was, is eben en starker Mann der Harry, oder?

Na, und wenn er seinem Junior eene zwitschert - hat schließlich noch keenem geschadet, wenn sein Alter ihm eene gegeist hat, er ist eben ein starker Mann, oder?

Na ja, letztlich is er ja wohl etwas zu weit gegangen: Heilschlaf, Intensivstation, au Backe. Aber was macht das schon: die Publiziti in der Presse wird ihm schon wieder uff de Beene helfen. Immer schön alles genau beschreiben, damit wir mitfühlen könn' mit unserem Harry, oder?

Na, meine Sümpathie hat er immer noch, wir starken Männer müssen doch zusammenhalten, oder?

Da fällt mir ein: unser Stammtisch früher, ja, das waren auch alles starke Männer. Was ham wir doch für Molln gezischt, daß es nur so dampfte. Das warn noch Zeiten, bis, ja bis der Erwin ausscherte, der hatte es plötzlich an der Leber und mußte in ne FACHKLINIK, was immer das och is.

Na, nach nem halben Jahr war er wieder da, und wir dachten, das geht nu wieder lustig weiter, aber was der Erwin is, der wollte nur noch Cola trinken. Na, das is ja doch wohl nischt, wo wir doch alle starke Männer waren, oder? Na und da hab ich ihm nen Schnaps in de Cola gekippt. Sollte doch mal wieder was Ordentliches trinken, der Erwin, war dich en starker Mann, oder?

Na, ich kann Euch saachen, was der fürn Zirkus gemacht hat: das hab ich ja nu nich nötig, mir sowas anzuhören. Und er wollte en starker Mann sein, hat er jesacht, ja stark sein wollte er und nüscht mehr trinken. Und das will ein starker Mann sein?

Aber meine Erna, die hat ooch so komisch geguckt, als ich ihr das erzählt hab. Ich weeiß gar nich, was die nur hatte.

Aber ich denke, ich wer' mir nen anderen Stammtisch suchen, wo keener was an die Leber hat und wo wir alle ordentlich einen zischen, wie der Harry. Wir sind eben doch starke Männer, oder?

Leonore Engelhardt,

Gr. Derendorf 2



Nachruf auf ein "Vorbild"

Während meiner Saufzeit lernte ich "Max den Macher" kennen. Alle in der Kneipe nannten ihn so, und er selbst tat sein übriges dazu, daß es dabei blieb. "Max macht das schon!", war sein Standard-spruch, "verlaßt euch mal auf Max. Alles ist machbar und Max ist der Macher!" So und ähnlich. Max hatte schon Lintorf und Grafenberg "in der Mache", das eine dreimal, das andere fünfmal. "Alles überstanden," sagte Max, "und...!? Wie hab'n wir das wieder gemacht?" Danach schff er noch mehr. Max machte das schon!

Da ich auch voll drauf war, bewunderte ich Max natürlich. Er war etliche Jahre jünger als ich und seine scheinbare Urbekümmert-heit imponierte mir. Ich wollte es ihm unbedingt nachmachen. "Prost Max", sagte ich, "scheiß auf Lintorf!" "Scheiß auf Grafenberg!", antwortete Max und "wir machen das schon!" Dann machten wir unsere Gläser leer. Und nochmal "ex"! Und noch'n paar. "Mach mal voll", sagte Max zum Wirt, "noch 'ne Runde!"

So war "Max der Macher", und ich machte fleißig mit. Ich versuchte, ihm nachzueifern, denn er war für mich, - schlimmer aber wahr -, fast so etwas wie ein Vorbild geworden. Eines Tages aber wurde es zuviel für mich! Ich konnte und ich wollte nicht mehr mitmachen! Nicht mit Max und erst recht nicht mit mir. Vorbei mit diesen Mache:schaften! Mit mir war nichts mehr zu machen!

Ein neuer Anfang mußte her, eine Therapie, dann Nachsorge und Gruppe. Ich zog in einen anderen Stadtteil, und von Max sah und hörte ich jahrelang nichts mehr.

Vor einiger Zeit hatte ich in meiner früheren

Wohngegend zu tun, und ich benutzte dabei den Hauptweg durch den Friedhof als Abkürzung. Mein Blick fiel auf ein Grab, das noch ziemlich frisch war. Der Name "Maximilian Dittroth" rief irgendwelche hartnäckigen Erinnerungen in mir wach. Plötzlich fiel mir ein, daß dies der eigentliche Name von "Max dem Macher" war, unter dem ihn nur ganz wenige kannten! Eine spärliche Inschrift auf einem Holzbrettchen: Geboren am..... Gestorben am.....Er war gerade mal 41 Jahre alt geworden!

Etwas ganz und gar Pietätloses schoß mir durch den Kopf: Er hat sich davongemacht! "Max der Macher" hat sich davongemacht! Im selben Moment schämte ich mich auch schon für diese Regung. Eines aber blieb haften: Maximilian Dittroth, dieser Name, diese bürgerliche Existenz ist nie gelebt worden. Max war für sich und andere in dieses Theken-Leben hineingewachsen, aus dem er nicht mehr herausfand, weil er es wahrscheinlich gar nicht wollte. Daß er im Grunde kein übler Kerl gewesen sein mochte, konnte ich mir denken, und ich hätte ihm weiß Gott etwas anderes gewünscht, als daß ich jetzt vor seinem Grabe stehe, zwar nicht triumphierend, aber doch mit dem Bewußtsein der Einsicht und des Stärkeren.

Es bedurfte eigentlich gar nicht mehr der Bestätigung einer Bekannten, daß Max nach einem Delirium an Kreislaufversagen gestorben war. Ich hatte, vor seinem Grabe stehend, schon so etwas geahnt.

Der Name von Max ist natürlich nicht der wahre Name. Alles andere aber ist authentisch und nicht erfunden. Nichts daran ist "gemacht".

Gerd Böhm



Wachablösung

Am 15.11.1997 verabschiedet sich Brigitte Bongartz von ihrem Amt als Frauenbeauftragte auf Diözesanebene. Brigitte Bongartz hatte das Amt seit 6 Jahren inne und hat sich mit viel Begeisterung und Sachkenntnis dieser speziellen Aufgabe gewidmet. Brigitte Bongartz legt ihr Amt aus persönlichen und gesundheitlichen Gründen nieder, wird aber ihrer Nachfolgerin noch gern beratend zur Seite stehen.

Die Frauen des Kreuzbundes danken Brigitte Bongartz für ihre engagierte Arbeit und

wünschen ihr weiterhin alles Gute, und daß sie dem Kreuzbund auch in Zukunft mit Rat und Tat verbunden bleiben möge.

Für die Nachfolge von Brigitte Bongartz kandidiert Inge Küster aus Köln als Frauenbeauftragte auf Diözesanebene.

Damit Sie, liebe Kreuzbundfreundinnen Gelegenheit haben, Inge Köster etwas näher kennenzulernen, veröffentlichen wir nachstehend einen Artikel von ihr, der in der Zeitschrift KIK (KreuzbundInfoKöln) erschienen ist und den wir mit ihrer freundlichen Genehmigung gekürzt in unsere Zeitschrift übernehmen dürfen.

Mitmachen - ja! Aber mitgestalten? - mitverantworten?

„Da Sucht den ganzen Menschen erfaßt, ertreckt sich auch das Programm des Kreuzbundes neben der Information, Motivation und wöchentlicher Gruppenarbeit auf weitere Maßnahmen zur Persönlichkeitsentfaltung, auf Freizeitgestaltung und alkoholfreie Geselligkeit“ (KIK Nr.1/97)

Diese Freizeitgestaltung und alkoholfreie Geselligkeit ist meiner Meinung nach von großer Wichtigkeit. Schon in den Tagen meiner Entgiftung im LKH und später auch in der Langzeittherapie gingen Gespräche und Diskussionen gelegentlich darum, was man künftig mit der Freizeit anstellen könne. Die Zeit, die man bisher an der Theke oder zu Hause, alleine mit der Flasche verbracht hatte, mußte nun anders, insbesondere sinnvoller gestaltet werden. Sicher, da waren noch Erinnerungen an evtl. gehabte Hobbys, aber die konnten in so manchen Fällen auch nicht von heute auf morgen wieder aufgenommen werden. Hier boten die Freizeitaktivitäten des Kreuz-

sehr gute Möglichkeit, die frei gewordene Zeit zu nutzen. Ich möchte hier nur einige Beispiele nennen, wie Wandern, Kegeln, Grillfeste, Weihnachtsbasare, Karnevalsfeiern - und das alles in einer alkoholfreien Atmosphäre. Sofern man es verlernt hatte, konnte man hier wieder lernen, sich sicher unter Menschen zu bewegen. Mir hat dieses Freizeitangebot jedenfalls sehr geholfen, und ich habe es auch weitgehend ausgenutzt.

Nachdem ich wieder so ganz langsam Tritt gefaßt hatte, regte sich auch die Bereitschaft, zunächst kleinere Verantwortungen zu übernehmen und mitzuhelfen bei der Gestaltung der Aktivitäten.

Dies scheint nicht so ohne weiteres selbstverständlich zu sein, denn oft beobachtete ich, daß zwar die Bereitschaft zum Mitmachen vorhanden ist - wenn auch zu den jeweiligen Veranstaltungen unterschiedlich stark - nicht aber die Bereitschaft, selbst zu



gestalten oder zu helfen.

So standen z.B. nach einer gelungenen Karnevalsfeier nur noch wenige Helferinnen und Helfer für die Ab- und Aufräumarbeiten zur Verfügung. Obwohl sie an der äußersten Grenze ihrer Belastbarkeit angelangt waren, waren sie noch immer guter Dinge und voller Freude, zu einer Veranstaltung beigetragen zu haben, die vielen Weggefährten/innen Freude bereitet hatte.

Wie viel angenehmer wäre der Ausklang dieses Tages erst gewesen, wenn hier noch ein paar helfende Hände mehr mit zugepackt hätten!

Wieso kann man nicht nur die Freuden, sondern auch die Arbeiten miteinander teilen?

Das sollte hin und wieder Thema in den Gruppen sein.

Die Motivation konnte ich erfahren, indem ich mich in kleinen Schritten aus meiner Isolation und Anonymität hinauswagte. Die Unterstützung dazu erhielt ich über die Gemeinschaft im Kreuzbund. Man gab mir Hilfestellung bei dem Wagnis, die Grenzen meiner Fähigkeiten festzustellen. Niemand nahm mir einen evtl. Fehltritt übel oder verurteilte ihn, sondern ich wurde sogleich hilfreich aufgefangen und mit Ratschlägen zur Fortsetzung unterstützt.

Hierbei entdeckte ich so ganz nebenbei neue Hobbys und Interessen, erweiterte meinen Horizont und knüpfte, was für mich den größten Stellenwert hat, viele neue Kontakte und schloß neue Freundschaften.

Und wie gut tat mir dann ein Lob oder Kompliment, wenn ich den "inneren Schweinehund" und das Lampenfieber überwun-

den und einen eigenen Fortschritt erzielt hatte. Dies ermutigte, mich an weitere Aufgaben heranzuwagen.

In dieser Gemeinschaft fühle ich mich wohl und zufrieden und gegen Angriffe von "außen" geschützt, da ich mich mit vielen Gleichgesinnten austauschen kann.

Es mag sich vielleicht merkwürdig anhören, aber es ist so. Wenn ich heute innerhalb des Kreuzbund Köln eine Mitverantwortung trage - und wenn ich wieder im Berufsleben stehe, so habe ich das u.a. auch den Freizeitaktivitäten innerhalb des Kreuzbundes zu verdanken, denn hier in dieser alkoholfreien Geselligkeit habe ich wieder gelernt, mich frei und ungezwungen zu bewegen. Auf diese Gemeinschaft und die in ihr gemachten Erfahrungen möchte und will ich nicht verzichten!

Wir sind eine gemeinnützige Helfergemeinschaft und sollten uns nicht nur helfen lassen, sondern auch unseren Teil dazu beitragen, indem wir anderen Weggefährten/innen helfen!

Es macht so viel Spaß und auch stolz, wenn man an einem gelungenen Fest oder Veranstaltung mitwirken konnte!

Möchten Sie es nicht auch einmal versuchen? Ihr gestärktes Selbstwertgefühl wird es Ihnen lohnen und mir Recht geben!!!

Inge Küster

KIK
KREUZBUND INFO KÖLN



UNSER DRINK-TIP

Reben-Cocktail (für 4 Cocktailgläser)

2 Tassen kernlose Trauben, 1/4 Tasse Ananassaft, zerkleinertes Eis

Trauben durch den Entsafter geben. Trauben- und Ananassaft vermengen und über das Eis in die Gläser füllen. Dieser Reben-Cocktail läßt sich herrlich mit weißen Trauben garnieren, die man auf Spieße steckt.



"Ich könnte auch einen Drink vertragen!"

"Wieder habe ich im Lotto keine einzige Zahl richtig!" schimpft der Vater. "Mach dir nichts draus", tröstet ihn Karli, "mir ging es gestern bei der Mathearbeit genau so!"

Der Lehrer zum Schüler: "Komm nach vorn und zeig uns auf dem Globus den Nordpol."
- "Herr Lehrer, Cook hat ihn nicht gefunden, und da soll ausgerechnet ich ihn finden?"

Melissengeist-Sucht

Arzt entdeckte unerklärliche Symptome (WZ v. 6.8.97)

In der Ausgaben vom 31. Januar 1878 warnte der General-Anzeiger seine Leser vor einer besonderen Form der Alkoholsucht: "Besagter Arzt bemerkte nämlich an zahlreichen seiner den feinsten Kreisen angehörenden Clientinnen ganz unzweideutige Symptome von Alkoholismus. Er gelangte zu der Überzeugung, daß die unerklärlichen Krankheits-Erscheinungen von dem Gebrauche eines beliebten Hausmittels, des Eau de Melisse, herrühre.

Dieses Wasser wird besonders von Damen gegen Uebelkeiten, Schwäche und Nervosität eingenommen. Nachforschungen ergaben, daß es zum größten Theile aus Weingeist besteht. Es kann dem Publikum nicht oft genug empfohlen werden, mit den beliebten Hausmitteln vorsichtig zu Werke zu gehen."

Witze aus "RP", "Kirchenzeitung" und "Neue Post"

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

Satz und Druck: Kreuzbund Eigendruck

Auflage: 1000 Stück

Namentlich gezeichnete Beiträge spiegeln nicht in jedem Fall die Meinung des Herausgebers wieder.