



KREUZ **bunt + @ktuell**

63



April/Mai 2000

- Das Magazin des Kreisverbandes Düsseldorf e.V. - **KREUZBUND**

A
u
ß
e
r
s
t
e
h
u
n
g

*An jenem Tage...
der kein Tag mehr ist-
vielleicht wird er sagen:*

*Was tretet ihr an
mit euren Körbchen voller Verdienste,
die klein sind wie Haselnüsse
und meistens hohl?*

*Was wollt ihr
mit euren Taschen voller Tugenden,
zu denen ihr gekommen seid
aus Mangel an Mut,
weil euch Gelegenheit fehlte
oder
durch fast perfekte Dressur?*

*Habe ich euch
davon nicht befreit?*

*Wissen will ich:
Habt ihr die anderen
angesteckt mit Leben?*

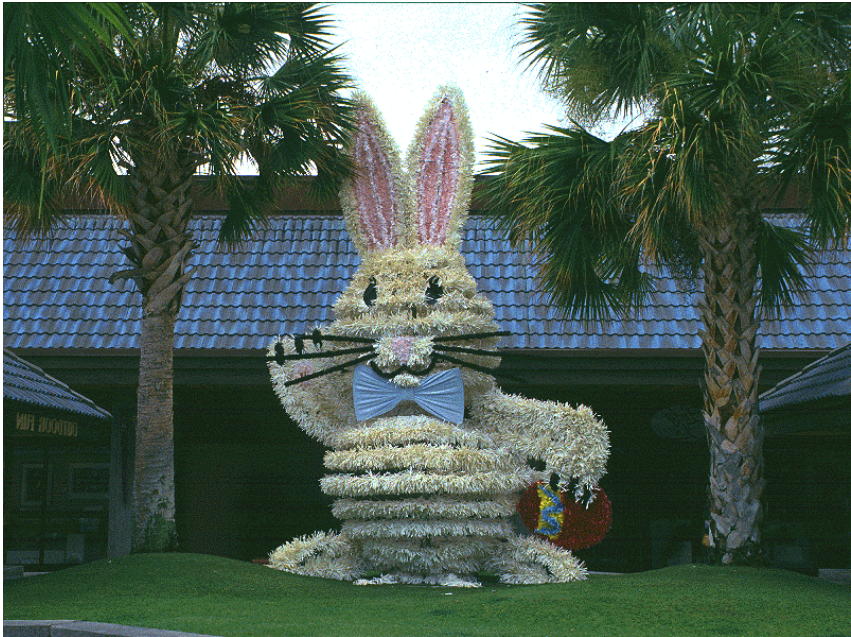
Frohe Ostern



Woher kommt eigentlich.....

„OSTERN“

Ostern, Fest der Auferstehung Christi; aus mhd. *osteren*, ahd. *ostarun*, auch *ostra* „Osterfest“; die Bezeichnung geht vielleicht auf ein germanisches Fest der Göttin des Frühlings und der Morgendämmerung, überhaupt des Lichts zurück, deren Name *Ostara* im Altengl. als *Eastre* erscheint; ahd. *ostar* bedeutet zugleich „östlich“, was ebenfalls auf die Vorstellung des aus dem Osten wiederkehrenden Lichts, der zunehmenden Tage, des aufsteigenden Jahres hinweist.(alles klar? Oder?).....



*Wir wünschen allen „Kreuzbündlern“, deren Angehörigen
und allen Lesern ein frohes Osterfest!*

Das soziale Netz wird dünner...

von R.B. Firnhaber



Die persönliche Ansprache und Unterstützung "nasser Alkoholiker" dringender denn je

Das soziale Netz für "nasse Alkoholiker" wird spürbar dünner, der Sturz ins Nichts ist kein Einzelfall. Das zeigt sich im Bundesdurchschnitt an der erhöhten Sterblichkeit mit etwa 34 000 alkoholbezogenen Todesfällen im Jahr, das zeigt sich aber auch ganz speziell in Düsseldorf :

Der Chefarzt der Suchtabteilung der Rheinischen Kliniken (Haus 13), Dr. Wilhelm Burt-scheidt, beklagt die zunehmend schwierigere Zusammenarbeit mit grossen Arbeitgebern in Düsseldorf wie die Deutsche Post oder Henkel – um stellvertretend für viele andere - zwei Namen zu nennen. Alkoholauffällige Mitarbeiter im Betrieb werden oft nicht mehr wie früher vorbeugend abgemahnt mit der Auflage, sich einer stationären oder ambulanten Therapie zu unterziehen. Alkohol am Arbeitsplatz ist nach seinen Angaben ein Kündigungsgrund ohne wenn und aber – und sei es nur, um die Zahl der Mitarbeiter zu verringern. "In den Betrieben schwindet die Bereitschaft, alkoholgefährdete Mitarbeiter erst einmal aufzufangen und nicht gleich zu entlassen."

Entsprechend hoch ist der Anteil an Arbeitslosen mit mehr als 50 %, die in der Grafenberger Suchtklinik entgiftet werden und auf eine stationäre Behandlung warten.

Er bemängelt an unserem sozial-medizinischen System weiterhin, dass Alkoholabhängige viel zu spät behandelt werden : "Im Durchschnitt vergehen bei Frauen sechs und bei Männern zehn Jahre, bis sie Hilfsangebote in Anspruch nehmen - dann sind sie oft schon schwer geschädigt und in das soziale Abseits gerutscht."

Zusammen mit dem Lehrstuhl für Allgemeinmedizin der Heinrich-Heine-Universität und etwa 100 niedergelassenen Ärzten sollen in einem staatlichen Forschungsprogramm neue Kurzinterventionstechniken erprobt, die medikamentöse Behandlung verbessert und praktische Ärzte für Suchtprobleme sensibilisiert werden.

"Die Medizin und speziell die Psychiatrie wollten lange Zeit mit der Sucht nichts zu tun haben. Das muß sich ändern und zwar in Zusammenarbeit mit den vorhandenen Selbsthilfe-Organisationen" – Also auch dem Kreuzbund.

Wie können nun Helfer und Mitarbeiter des Kreuzbundes dazu beitragen, dass Menschen mit Alkohol- und anderen Suchtproblemen sich früher "öffnen" und Hilfe akzeptieren?

Sicher nicht dadurch, auf die Ergebnisse von Forschungsprogrammen und dringend erforderlicher Ärzteschulung zu warten.

Weitaus effektiver aber dadurch, Bekannte und Verwandte mit offensichtlichen Alkoholproblemen liebevoll-energisch - und durch den eigenen Erfahrungsreichtum auch überzeugend – auf ihre "Dauerfahne" anzusprechen und ihnen die Schwellenangst für den Besuch einer Selbsthilfegruppe zu nehmen. Zumindest ein kleiner Beitrag der "Hilfe zur Selbsthilfe."

„Alkoholischer Völkermord an den Russen“...

von Manfred Engelhardt Gr. Derendorf 2



...so bezeichnete kürzlich der Direktor des Forschungsinstitutes des Moskauer Innenministeriums die gegenwärtigen Verhältnisse in Rußland, wo schon die kommunistische Regierung auf die hohen Einnahmen aus dem staatlichen Brandweinmonopol — 40% des Staatshaushaltes—nicht verzichten wollte.

Das Alkoholproblem hat sich seit dem Zusammenbruch der kommunistischen Sozial- und Wertordnung noch verstärkt. Ein viertel Liter Wodka trinkt der Durchschnittsrusse am Tag. 4 % der Bevölkerung sind alkoholkrank, gegenüber etwa 2,5 % in Europa. Nachdem das staatliche Branntweinmonopol 1992 aufgehoben wurde, sind in grossem Umfange billige Surrogate hergestellt worden, die zumeist äußerst gesundheitsschädlich sind. 1992 sind hierdurch 55.000 Menschen an Vergiftung gestorben. Eine intensive Aufklärung der Gesundheitsbehörden hat dazu geführt, dass die Todesfälle in Folge von Vergiftungen 1998 bis auf 24.000 gesunken sind.

1998 ist es einer Spezialkommission im Innenministerium zwar gelungen, 3.000 Schwarzbrennereien auszuheben und 1.460.000 Ltr. (1 Millionvierhundertsechzigtausend) gesundheitsschädigender Getränke zu beschlagnahmen. Doch die Bedrohung geht jetzt von den staatlich lizenzierten Brennereien aus, die sich illegal Äthylalkohol beschaffen und damit billige, hochgradig gesundheitsschädliche Erzeugnisse herstellen.

Das Staatskomitee für Statistik hat festgestellt, dass gegenwärtig von 20 Flaschen Wodka, die in Rußland produziert werden, 8 aus diese Weise illegal in lizenzierten Fabriken hergestellt werden.

Schon die Regierung Primakow leitete entsprechende Gegenmaßnahmen ein, konnte sich aber nirgends gegen die örtliche Alkoholmafia nachhaltig durchsetzen. Lediglich in Moskau gelang es dem fähigen Oberbürgermeister Luschkow und auch der Regierung der Teilrepublik Tatarstan, die dortige Alkoholmafia unschädlich zu machen.

Die neue Regierung Putin befindet sich jetzt in einem Teufelskreis: Erhöht sie die Preise, um den allgemeinen Alkoholkonsum einzuschränken, vermehrt sie hierdurch auch die Aktivitäten und somit die Gewinnaussichten der Fälscherbanden. Fördert sie dagegen den Vertrieb von „sauberen“ Alkohol zu herabgesetzten Preisen, vermehrt sie hierdurch wiederum den Alkoholmissbrauch!



Gedanken zum Osterfest

von Klaus Kehrbusch (geistlicher Beirat)



Zuerst kommt der Karfreitag, danach Ostern. Zuerst kommt das Sterben und der Tod, danach die Auferstehung und das Leben. Das wissen wir. Und denken deshalb: Karfreitag ist der Tod dran, Ostern das Leben, damit ist der Tod vorbei. Und weil wir am Karfreitag immer schon von Ostern wissen, laufen wir Gefahr, den Tod nicht mehr ganz so ernst zu nehmen.

Vorsicht: es geht um Leben und Tod! Es geht auch zu Ostern um den Tod. Es geht zu Ostern nicht einfach so um das Leben, sondern um ein ganz bestimmtes Leben: ein Leben, das durch den Tod hindurch gegangen ist.

Der Tod ist nie einfach vorbei. Die Wunden der Kreuzigung sind mit der Auferstehung nicht einfach verschwunden. Die verkrusteten, vernarbten Wunden des Todes trägt Jesus auch zu Ostern mit sich. Sie haben sich tief eingepägt, sie prägen sein neues Leben. Und seine Jünger erkennen Jesus nach der Auferstehung an diesen Wunden.

Die Erfahrung des Todes gibt es nicht erst am Ende des Lebens. Es gibt Spuren, Vorboten dieses Todes schon mitten im Leben. Das Scheitern einer Lebensbeziehung zum Beispiel ist Tod mitten im Leben.

Viele Weggefährten beschreiben das Ende ihrer Saufzeit und den Beginn der trockenen Zeit als neue Geburt. „Da hat mein Leben neu begonnen.“, habe ich oft gehört. Und das bedeutet wohl auch, dass die Saufzeit eine Erfahrung des Todes schon mitten im Leben ist.

Das neue Leben der trockenen Zeit ist nicht einfach so ein Leben, sondern ein ganz bestimmtes: ein Leben, das durch den Tod der Saufzeit hindurch gegangen ist.

Die Sucht ist nie einfach vorbei. Die Wunden dieser Krankheit sind mit dem Beginn der trockenen Zeit nicht einfach verschwunden. Die Wunden können heilen, aber die Narben trägt jede Weggefährtin und jeder Weggefährte ein Leben lang mit sich herum. Die Krankheit der Sucht prägt das neue Leben in der trockenen Zeit,

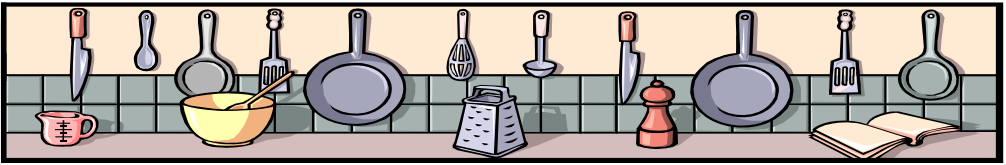
Saufzeit—Tod mitten im Leben.

Trockene Zeit—Auferstehung schon vor dem Tod.

Einem Gott, der die Tiefen des Menschlichen Lebens und Todes selbst durchlitten hat, kann ich auch die Worte von der Auferstehung und vom ewigen Leben leichter glauben.

Ostern ist nicht ein abstrakter Glaube vom ewigen Leben. Die Zukunft von Ostern kann schon mitten in Unserem Leben beginnen. Wer sich auf Jesus einlässt und auf seinen Weg durch den Tod zum Leben, für den kann das Leben neu beginnen—schon vor dem Tod.

Werden wir Jesus auf seinem Weg durch den Tod zum Leben folgen?



Begegnungszentrum unter „neuer-alter“ Verantwortung
 von Gerda Hemmerling

Nachdem Folkert Sackmann, unser Vorstandsmitglied für den Bereich „Begegnungszentrum“ sein Amt aufgegeben hatte, bestand die Gefahr, dass das Begegnungszentrum aufgelöst würde.

Damit hätten viele Suchtkranke und Mitbetroffene, viele hilfeschuchende und auch viele langjährige Kreuzbundmitglieder ihre Anlaufstelle verloren, die drogenfreie Zone zur Begegnung, die Gelegenheit, ein gemütliches Gespräch zu führen, einen Kaffee zu trinken oder eine Kleinigkeit zu essen. Die vielbeschworene „Heimat“ wäre verloren gegangen.

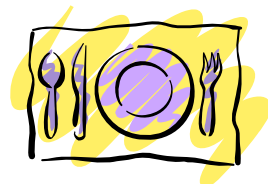
Wir, Erika Müller-Pittroff, Brigitte Bongartz und Gerda Hemmerling, sind der Meinung, dass erhalten werden muss, was 1987 gegründet wurde. Daher haben wir uns spontan bereit erklärt, die Verantwortung für den Bereich Begegnungszentrum gemeinsam zu tragen.

Erika Müller-Pittroff ist für die Organisation (z.B. Dienstplan) verantwortlich und wird das Team im Vorstand vertreten. Brigitte Bongartz hat ihre tätige Hilfe zugesagt. Ich habe den Wareneinkauf übernommen.

Wir wollen solidarisch für die Gemeinschaftsaufgabe eintreten – brauchen dazu aber die Unterstützung von euch allen! Speziell die Lücken im Dienstplan können wir nicht alleine füllen, sondern nur mit eurer tatkräftigen Unterstützung. Damit wir (wieder) gemeinsam an der Auf-

gabe „Begegnungszentrum“ arbeiten können, gründen wir eine AG Begegnungszentrum, in der alle Probleme des Betriebes unserer Räume gemeinsam besprochen werden sollen.

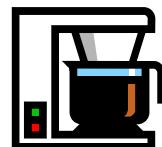
Zum Gründungstreffen dieser AG laden wir alle ein, die schon immer mitgemacht haben und alle, die neu dazugekommen sind oder erst dazukommen werden. Alle: das heißt natürlich alle Frauen **und** Männer, die unserer Gemeinschaft verbunden sind. Das heißt alle, die im Kreuzbund wieder das Laufen gelernt haben.



Kommt am 28. April 2000 um 19.00 Uhr in die Bendemannstraße! Wir wollen Erfahrungen austauschen, Ideen entwickeln, Impulse aufnehmen und in die Tat umsetzen – und auch gemeinsam dabei etwas knabbern und trinken.

Wir freuen uns auf viele Mit-Macher am 28. April, damit wir wieder ein gutes Gefühl haben, wenn wir im Begegnungszentrum sind.

Damit wir planen können, bitten wir um Anmeldung für diesen Abend, persönlich im BZ oder telefonisch unter 17936611 (Büro: Rosi Gundelach). Und wenn ihr/du nicht teilnehmen könnt/kannst, aber trotzdem mitmachen wollt, so ruft uns (Erika Müller-Pittroff: Telefon 487791) trotzdem mal an.



Trotz Querelen gern dabei!

Wilfried Bloser, Gr. Flingern 2



Hallo Ihr Lieben
Den Text hab ich für mich geschrieben.
Es hat keine Ruhe gelassen
Ich musste in verfassen.
Der Kreuzbund macht doch immer Sinn
Ich bin froh, dass ich im Kreuzbund bin.
Da kam folgendes Wort doch an mein Ohr
Dass ich den Glauben an die Gemeinschaft fast verlor.
„Ich bin nicht soviel Idealist
Dass mit mir Cafeteriadienst zu machen ist“
Macht da der Kreuzbund wirklich Sinn
Und bin ich froh dass ich in der Gemeinschaft bin?
Ich dachte da gibt es keine Steigerung
zu der Cafeteriadienst Verweigerung.
Da bietet jemand Geld mir an
Dass ich den Cafeteriadienst dann machen kann.
Bin ich jetzt Idealist
Der noch zu bezahlen ist?
Ist der Gemeinschaftssinn am Ende
Ich komme nur noch nach Erhalt der Spende.
Macht der Kreuzbund da noch Sinn
Und gehe ich wirklich gerne hin?
Da sagt mein Weib schau auf den Kalender
Schau ins Fernsehen oder im Radio die Sender
Es ist ja wieder mal soweit
Da sind Büttenreden zur Karnevalszeit.
Gott sei Dank es macht Sinn,
Dass ich so gern im Kreuzbund bin.
Mir fällt sonst nämlich auch ein Vorschlag ein.
Es könnte ja auch so mal sein,
Ist das Wetter wirklich schlecht
Und da raus gehen mir gar nicht recht
Wird dann beim Kreuzbund gegen Geld
Ein Gruppenleiter zu mir nach Haus bestellt.
Aber wie gesagt es sind Büttenreden
Die gibt es zu Karneval nun eben.
Herrlich es macht doch Sinn
Dass ich Idealist im Kreuzbund bin
Ich nicht nur allein
Sonst ist der Kreuzbund auch ein armes Schwein.
Gibt es doch eine Vielzahl die arbeiten Hand in Hand
Was ich beim Kreuzbund immer gut doch fand.
Nicht umsonst, nur ohne Geld
Das ist doch echte Kreuzbund-Welt.
So macht es auch wirklich Sinn
Und ich geh gern zum Kreuzbund hin.
Wollt Ihr einem letzten Satz noch lauschen
Da gibts den Vorschlag Dienst zu tauschen.
Man spricht ganz einfach mit anderen Gruppen
Die als freundlich sich entpuppen.
Was lern' ich unter andrem am Gruppenabend
Nicht das Schweigen, sondern sprechend ist erlabend
Und so macht's für mein Weib und mich dann Sinn
Wir sind gern im Kreuzbund drin
Es ist eben wegen „gemein schafft Sinn“
Entschuldigung wegen dem Gemeinschaftssinn.

Kb-intern:



An alle Gruppenleiter und
deren Stellvertreter

KREUZZBUND

Bundesverband, Hamm
Zentrale 02381 / 67 27 20

Denkt bitte noch mal an die folgenden Termine für die Supervision:

20.05.2000

KREUZZBUND

Diözesanverband Köln
FAX-Kontakt 0211 / 4 84 98 52
Gesch.-Zimmer 0211 / 4 84 98 22

Bendemannstr. 17
Beginn 10:00 Uhr

Karin Schüren-Keller 0228 / 9 63 77 09

Kontaktadressen der Regionen:

Köln 0221 / 49 49 10
0221 / 3 60 67 93
Neuss 02131 / 54 31 29
Wuppertal 0202 / 2 42 28 43
Ratingen 02102 / 8 07 68
Velbert 02051 / 25 12 09

Einzelgespräche

Jeden Donnerstag
von 10:00—12:00 Uhr

Anmeldung: Büro Bendemannstr. 17

Hans Koch

Wir trauern um...

Horst Johnen
† 10.02.2000

Manfred Krüger
† 15.02.2000

Gruppe Hassels sucht Mitglieder.

(ev. Pfarrzentrum, Fürstenberger
Str.14)

Treffpunkt Dienstags ab 19:00 Uhr

Gruppe ab 19:45 Uhr

Gruppenleiter: Manfred Greiner

Tel.: 0211—27 70 61

(S6 bis Bhf Reisholz od. Buslinie 785,
776 Haltestelle „In der Donk“.)



Kreuzbund-intern:

Zum Geburtstag gratulieren wir.....

10.04.	Sophie Aßhauer	70 Jahre
16.04.	Marion Hedderich	55 Jahre
21.04.	Erika Müller-Pittroff	60 Jahre
22.04.	Ruth Grimm	60 Jahre
	Alexander Seinig	65 Jahre
27.04.	Rosemarie Lehmann	60 Jahre
30.04.	Heidemarie Marquard	55 Jahre
04.05.	Rosamunde Brodka	60 Jahre
21.05.	Rainer Romagno	55 Jahre
22.05.	Siegfried Lobüscher	70 Jahre

15 Jahre Mitglied im Kreuzbund ist.....

01.05.2000 Andjelko Pintar

J J J J J J JJ

10 Jahre Mitglied im Kreuzbund sind.....

01.04.2000 Dieter Fromhage
Ferdinand Claren

01.05.2000 Marianne Kalthoff
Gerd Schulz

Ansprechpartner der Regionen in der Erzdiözese Köln:

Region Süd: Günter Tech
Ludwig-Jahn-Str. 15
51789 Lindlar
Tel.+ Fax: 02266 / 74 54

Region West: Reinhold Frommen
Annostr. 41
41462 Neuss
Tel.: 02131 / 54 31 29

Region Ost: Moritz Bachtig
Im Johannistal 45
42119 Wuppertal
Tel.: 0202 / 2 42 28 43

Region Nord: Hans-Joachim Wachowski
Rather Kreuzweg 54
40472 Düsseldorf
Tel.: 0211 / 6 58 18 81

Diözesan—Seminartermin—2000

26.05.2000 Regionalgespräch der
Region West Neuss-Nord
Beginn 19:30 Uhr

30.05.2000 Großgruppe Stadtverband
Köln e.V., Georgstr. 18
Info-Veranst. Referent
Dr. Lütz, Alexianer-
Krankenhaus Köln-Porz
Beginn 19:00 Uhr

Wir gratulieren recht herzlich!

Kreuzbund

Gruppen in Düsseldorf
Treff 19:00 Uhr

Informationsstand vom 26.03.2000

Montag 19:30—21:30 Uhr

<p>● BZ 12 Bendemannstr. 17 August Ubbenhorst Tel.: 29 34 81</p>	<p>● Bilk—St. Martin Gemeindezentrum-Gladbacher Str. 11 Henni Borgard Tel.: 3 98 21 10</p>
---	---

Dienstag 19:30—21:30 Uhr

<p>● BZ 1 Bendemannstr. 17 Oliver Eberlein Tel.: 6 41 50 98</p>	<p>● Rath Pfarre Heilig Kreuz Rather Kreuzweg 43 Frauke Piepmeyer Tel.: 39 62 65</p>
<p>● BZ 2 Bendemannstr. 17 Udo Leitschuh Tel.: 02102 / 44 42 03</p>	<p>● Holthausen Pfarre St. Josef Neues Pfarrzentrum, Ritastr. 9 Dieter Rölike Tel.: 7 59 73 14</p>
<p>● Derendorf 2 Pfarre St. Dreifaltigkeit Jugendheim, Becher-/Ecke Barbarastr. Ulrich Lütkemeyer Tel.: 5 14 01 81</p>	<p>● Urdenbach Pfarre Herz Jesu Urdenbacher Dorfstr. 22 Hans Koch Tel.: 15 12 57</p>
<p>● City 2 Pfarre St. Elisabeth Gerresheimer Str. 71 Jugendheim Joachim Zeyer Tel.: 2 20 17 56</p>	<p>● Garath Nikolaus-Ehlen-Haus Mathias-Erzberger-/Ecke Carl Severing Str. Peter Bleich Tel.: 02173 / 7 41 73</p>
<p>● Unterrath Pfarre St. Bruno Kalkumer Str. 60 (Pfarrzentrum) Nicko Thiel Tel.: 479 17 32</p>	<p>● Hassels Evang. Gemeindezentrum Fürstenberger Str. 12-14 Manfred Greiner Tel.: 27 70 61</p>
<p>● Info+ Motivationsgruppe für Alle Bendemannstr. 17 Marita Reiher-Bialk Tel.: 6 58 89 33</p>	<p>● Spätnachmittagsangebot !!! 17:30—19:00 Uhr !!! BZ 14 Jochen Wachowski Bendemannstr. 17 Tel.: 6 58 18 81</p>

KREUZBUND/Gruppen in Düsseldorf



Mittwoch 19:30—21:30 Uhr

<p>● BZ 3 Fred Strothauer Bendemannstr. 17 Tel.: 75 29 88</p>	<p>● BZ 7 Rudolf Lauderbach Bendemannstr. 17 Tel.: 7 88 16 45</p>
<p>● BZ 10 Peter Schulz Bendemannstr. 17 Tel.: 34 88 10</p>	<p>● Kaiserswerth Pfarre St. Suitbertus An der Swidbert 70 Willi Sievers Tel.: 32 73 66</p>
<p>● Gerresheim, Ökum.Begegnungsstätte Neusser Tor 12 Gudrun Heidemann Tel.: 29 64 42</p>	<p>● Wersten 1 Orthod. Kirchengemeinde Werstener Feld 65 Axel Nolte Tel.: 78 98 56</p>

Donnerstag 19:30—21:30 Uhr

<p>● BZ 4 Walter Kern Bendemannstr. 17 Tel.: 0203 / 33 67 30</p>	<p>● Derendorf 1 Pfarre Heilig Geist Ludwig-Wolker-Str. 10 Franz Behrend Tel.: 46 17 10</p>
<p>● BZ 5 Hans Beckmann Bendemannstr. 17 Tel.: 41 33 87</p>	<p>● Flingern 1 Pfarre St. Vinzenz Pfarrzentrum, Eingang Albertstr. Erich Morgenthaler Tel.: 22 22 38</p>
<p>● BZ 6 Edeltraut Gerlach Bendemannstr. 17 Tel.: 72 01 31</p>	<p>● Flingern 2 Pfarre Liebfrauen Lindenstr. 176 (Pfarrzentrum) Manfred Zilm Tel.: 02104 / 80 16 54</p>
<p>● City 1 Pfarre St. Elisabeth Gerresheimer Str. 71 Jugendheim (im Hof) Günter Wolf-Thissen Tel.: 35 66 17</p>	<p>● Heerd Pfarre St. Benediktus Baldurstr. 24 (Pfarrzentrum) Udo Becker Tel.: 02129 / 93 67 11</p>
<p>● Bilk 1 Frauke Mühlmann St. Ludger Merowinger Str. 170 Tel.: 31 43 64</p>	

Freitag 19:30—21:30 Uhr

<p>● BZ 8 Peter Hartmann Bendemannstr. 17 Tel.: 44 30 12</p>	<p>● Wersten Mitte Stephanushaus Evang. Gemeindezentrum Wiesdorfer Str. 11-15 Dieter Dupick Tel.: 0203 / 74 09 51</p>
<p>● Vennhausen Markuskirche Sandträgerweg 101 (Clubraum) Hans-Jürgen Rost Tel.: 22 46 37</p>	



April 2000

- 01.04. 25 Jahre Kreuzbund Velbert
03.04. Vorstandssitzung
Bendemannstr. 18:00 Uhr
08.04. Supervision-Vorstand
Bendemannstr. 10:00-14:00
17.04. Frauenarbeitsgespräch
Bendemannstr. 19:00 Uhr
28.04. Frauengruppe Fr. Lerch
Unkostenbeitrag 5,- DM
Bendemannstr. 19:00 Uhr

Mai 2000

- 06.05. Maiball in Euskirchen
06.05. Frauengruppe
Frau Hoffmann 10:00 Uhr
08.05. Vorstandssitzung
Bendemannstr. 18:00 Uhr
15.05. GL-Arbeitsgespräch
Bendemannstr. 19:00 Uhr
19.05. Frauengruppe Fr. Lerch
Unkostenbeitrag 5,- DM
Bendemannstr. 19:00 Uhr
20.05. Supervision für Gruppen-
leiter und stellvertreter
Bendemannstr. 10:00 Uhr
26.05. Frauenseminar in Kommern
- 28.05. „Frauenträume“
27.05. Supervision-Vorstand
Bendemannstr. 10:00-14:00
28.05. Grillfest er Gruppe Dormagen
in Tannenbusch,
Beginn 11:30 Uhr

Juni 2000

- 05.06. Vorstandssitzung
Bendemannstr. 18:00

Wochenenddienste im BZ

- 01.04.—02.04. City 1
08.04.—09.04. BZ 2
15.04.—16.04. BZ 14
21.04.—22.04. BZ 7
23.04.—24.04. Urdenbach
29.04.—01.05. Holthausen
06.05.—07.05. Wersten 1
13.05.—14.05. Flingern 1
20.05.—21.05. Vennhausen
27.05.—28.05. Rath
03.06.—04.06. Derendorf 1
10.06.—12.06. Derendorf 2

KB—Kontakte:

KREUZBUND-Kreisverband Düsseldorf

Telefon 0211 / 17 93 66—0
F a x 0211 / 17 93 66—22

- Günter Rolf-Thissen 0211 / 35 66 17
(Handy) 0171 444 8783
Günter Grommes 0211 / 2 38 33 30
Rita Müller 02104 / 80 42 20
Heinz Drillen 0211 / 6 58 13 86
Marita Reiher-Bialk 0211 / 6 58 89 33
Erika Müller-Pitroff 0211 / 48 77 91
Klaus Kehrbusch 0211 / 35 59 31-10
(Geistl. Beirat)



Notrufnummern

Kreuzbund

- Büro** 0211 / 17 93 66—0
Cáfeteria 0211 / 17 93 66—16
Telefonnotruf 0211 / 32 55 55
Telefonseelsorge 0800 / 1 11 02 22
Treff-In 0211 / 73 53 —20 6
Grafenberg 13A 0211 / 9 22—36 10





Achtung!
Am 16.07.2000
Frauenaktivtag

Fitwerden mit der

Kreuzbund-

Freizeit-Sport-Gruppe

Treffen: Freitags, 20.00 Uhr

Sporthalle in der Reitzenstein-Kaserne,

Lenastrasse

Bahn: 712 und Busse: 730; 731; 733

Ansprechpartner:

Iwan Erlauer

Tel.: 6 91 19 89

Dieter Rölke

Tel.: 7 59 73 14

Ein Weiser wurde gefragt,
welches die wichtigste Stunde
sei,
die der Mensch erlebt,
welches der bedeutendste
Mensch,
der ihm begegnet,
und welches das notwendigste
Werk sei.

Die Antwort lautet:
Die wichtigste Stunde ist immer
die Gegenwart,
der bedeutendste Mensch immer der,
der dir gerade gegenübersteht,
und das notwendigste Werk



Redaktionsschluss für
das nächste
„Gelbe Heft“
No. 64/2000 ist der
22. Mai 2000

Rückblick



Vor 13 Jahren, mit Aufgabe unserer Kreuzbundzentrale Rosmarienstrasse und Gründung der Bendemannstrasse, sollte in Flingern eine neue Gruppe entstehen. Nach zwei Jahren Trockenheit und Teilnahme an der Helferschulung erklärte ich mich bereit, diese Gruppe zu leiten.

Nachdem Katja Kuhlen neue Räume im Kindergarten der Pfarre St. Vinzenz gefunden hatte, wurde die Gruppe gegründet. Ich wurde von Herrn Braunshausen als kommissarischer Gruppenleiter eingesetzt und wir starteten mit 10 Weggefährten in eine neue Zukunft. Ich habe die Gruppe im Sinne von Willi May, dem damaligen Gruppenleiter der Rosmarienstrasse, hier begann auch meine Abstinenz, aufgebaut und geleitet.

Nach neunjähriger Tätigkeit wurde ich dann einstimmig als neuer Gruppenleiter gewählt. Es kamen später auch Weggefährten die zur Bendemannstrasse gegangen waren zurück, und über Neuzugänge konnten wir uns auch nicht beklagen. So waren wir manchmal 30 Personen am Gruppenabend. Ich glaube dass unsere lockere Art und die Aktivitäten auch ausserhalb der Gruppenabende , wie 3-tägige Gruppenfahrt mit Programm, Busfahrt ins Blaue, Wanderungen, Radtouren, Theaterbesuche, Kegeln, Altweiberfastnacht und nicht zu vergessen unsere jährliche Gartenparty dazu beigetragen haben, trocken zu bleiben, Freunde zu finden und ein neues zu Hause gefunden zu haben.

So sind wir eine große Familie geworden, denn schließlich haben wir ja auch eine Gruppenmutter. Es ist unsere liebe Ingrid. Wir haben in den

13 Jahren viel Freude aber auch Leid erfahren, viel Zeit investiert, doch wir haben es gerne getan.

Da ich mein Amt niederlege hat eine Neuwahl stattgefunden und Weggefährte Erich Morgenthaler ist einstimmig als neuer Gruppenleiter gewählt worden. Er wird sein Amt ab 01.04.00 übernehmen. Ich wünsche ihm dazu alles Gute und Freude und Spaß an seiner Tätigkeit.

Nun möchten wir uns bei allen Gruppenmitgliedern für die Mithilfe und das in uns gesetzte Vertrauen bedanken!

„Es war eine schöne Zeit“

Das wärs.

Eure Ingrid + Euer Werner / Gr. St.Vinzenz, Albertstr.

Ein Gruppenleiter stellt sich vor...

Erich Morgenthaler Gr. St.Vinzenz

Karneval



Als neuer Leiter der Gruppe St.Vinzenz möchte ich mich kurz vorstellen:

Mein Name ist **Erich Morgenthaler**; ich bin 48 Jahre alt. Meine Entgiftung habe ich im Jahre 1985 im LKH in Düsseldorf gemacht. Seitdem bin ich trocken!

Anfangs nur durch zuhören, später durch die Beteiligung an Gruppengesprächen, konnte ich Erfahrungen sammeln, Rat-schläge annehmen und für mich umsetzen. Hierbei hat mir der Kreuzbund, zunächst durch Gruppenbesuche in der Rosmarien-, danach in der Bendemannstrasse und seit einiger Zeit in der Gruppe St. Vinzenz, wesentlich geholfen. Dafür, dass auch andere diese Hilfe in Anspruch nehmen können, möchte ich mich, soweit es mir möglich ist, jetzt einsetzen.

Am 01.04.2000 löse ich den bisherigen Gruppenleiter der Gruppe St. Vinzent, Herrn Werner Skirlo, ab. Die Gruppe hat mich einstimmig zu ihren neuen Leiter gewählt. Für das in mich gesetzte Vertrauen möchte ich mich hiermit bedanken!



Oldie Parade

Pünktlich um 19:00 Uhr eröffnete Heinz Drillen die Party. Ab dann ging es Schlag auf Schlag. Zuerst ein Lob an das Düsseldorf-Duo, was man weiterempfehlen kann, vor allem an den Keyboardspieler Dieter Cornelius, der nebenbei noch Karnevalspräsident des Vereins „die Röttgelchen“ ist. Ein Dankeschön auch dem guten Opersänger Günther Gommies.

Ein besonderes Lob gebürt der Büttenrednerin „Die Bruni vom Ring“, die mit ihrem Vortrag den Saal zum Kochen brachte.

Aber auch der Knastrologe aus Wächte mit seinem Liedervortrag war gut. Ein Höhepunkt der Veranstaltung war auch der Auftritt der Düsseldorfer Schloßturngarde, nicht allein weil sie kostenlos für den KREUZBUND aufgetreten ist. Einen ganz besonderen Dank gebürt den ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer, ohne die so eine Veranstaltung gar nicht möglich wäre. Heinz, Du hast eine tolle Veranstaltung organisiert!

Christa Strelow, Gr. Rath

P.S.

Ich schließe mich den Worten des Dankes von Christa Strelow an.

Danke auch an Horst Strelow für die tolle Conference, auch an die Sportgruppe unter Dieter Röllicke für ihre tatkräftige Hilfe, ebenso den Helfern der Gruppe Rath unter Frauke Piepmeyer für die Bewirtung der Gäste. Auch ich fand die Karneval-Oldie-Nacht rundum gelungen.

Am 17.2.2001 wird diese Veranstaltung, mit hoffentlich gleichem Erfolg, wiederholt werden; (J denkt bitte rechtzeitig an die Karten-reservierung J).

Heinz Drillen, Gr. Rath

Ein Gruppenleiter stellt sich vor...

Oliver Eberlein Gr. BZ 1



Hallo erst einmal - Vorstellung:

Hiermit möchte ich mich erst einmal bei Euch vorstellen!

Ich heiße Oliver Eberlein, wohne in Düsseldorf, bin 26 Jahre alt und habe als neuer Gruppenleiter die Dienstagsgruppe von Katja Kuhlen, BZ 1 übernommen. Meine Lehre habe ich als Schlosser absolviert und übe diesen Beruf immer noch aus.

Damit Ihr Euch ein Bild (siehe unten) von mir machen könnt: Einen kleinen Teil zu meiner Person. Seit ca. 10 Jahren bin ich abhängig! Ich bin **Polytoxikomane**, d.h. ich bin in allen Sachen abhängig, die mich früher irgendwie betäubt haben: Alkohol, Tabletten und Drogen in jeder Weise. Mein Weg in die Sucht war nicht sehr ungewöhnlich, er hat allerdings schon sehr früh mit 14 Jahren begonnen. Ich musste erst einmal ganz nach unten kommen um schlauer zu werden. Nach mehrmaligen Anläufen bin ich Anfang 1998 in eine Langzeittherapie von 9 Monaten gegangen. Alle, die auch schon einmal Therapieerfahrungen gesammelt haben, kennen das. Ich habe anfangs nicht gewusst, was die Therapeuten von mir wollten und es dauerte eine ganze Zeit, bis ich mir meine Sucht eingestanden habe. Jedenfalls hatte jeder Therapeut lange an mir zu knacken um mich auf den Weg des Clean-Seins zu bringen. Es war oft hart für mich und natürlich auch für die Therapeuten, weil ich alles ziemlich flach machte. Ich bin ihnen sehr dankbar, dass sie mich etwas härter angefasst haben, ich wäre ansonsten bestimmt nicht da, wo ich jetzt bin und auch stehe.

In der Therapie habe ich gelernt wie ich draußen leben sollte um nicht wieder rückfällig zu werden.

Nach meiner Therapiezeit habe ich zwei Gruppen besucht, darunter auch die BZ 1. Die Gruppe hat mir geholfen manche Schwächen zu überwinden, wofür ich der Gruppe auch sehr verbunden bin. Im Dezember wurde ich gefragt, ob ich nicht Gruppenleiter der BZ 1 werden möchte und nach sehr ernsthaften Überlegungen sagte ich ja. Ich bedanke mich bei meiner Gruppe, die mir erst einmal das Vertrauen gegeben hat um die Gruppe leiten zu können. Sie gibt mir die Kraft für mein weiteres Clean-Sein und auch die Unterstützung, die ich für meine Aufgaben benötige, da ich durch meinen Beruf nicht immer Zeit habe.

Anschließend möchte ich mich noch bei Katja Kuhlen und Erika Worbs bedanken, die mich sehr oft und in vielen Dingen unterstützten.

**Bild
folgt**

Der Umzug

Wilfried Bloser , Gr. Flingern 2



Ein Mensch zum Umzug ist gestartet.
Hat nur auf seine Frau gewartet
Dann rann auch schon des fleißigen Schweiß
Denn er wollt fertig werden um jeden Preis
Doch sah es so dieser Ehegatte
Der ja auch eine Dame hatte
Ein heiß geliebtes Eheweib
Die stand nun da wie zum Zeitvertreib
Durfte nicht an Pinsel, Farbe und Tapeten
Kam auch sonst nicht an technischen Geräten
Muss sich mit ihrem kranken Rücken
die Umzugskartons reinbücken
In der Wohnung in der alten
Darf sie Decken und Wände gestalten
Nach Herzenslust alles rollen
Und sich so richtig austollen
Doch wie es so geht im Leben
In der neuen Wohnung war nicht alles eben
Eine Leitung die war weg
Ewig suchen hat keinen Zweck
Die Arbeit war verteuftelt schwer
Und irgendwo muss auch die Kohle her
Der Mensch der so auf sich gesetzt
Wirkt nicht nur sondern ist auch abgehetzt
Nun strengen beide noch mal alle Kräfte an
Damit die Wohnung fertig werden kann
Schon haben sie und können es nicht fassen
Den Stress und die Mühen hinter sich gelassen
Ziehen in die neue Wohnung ein
Die nach ihren Wünschen ist jetzt fein
Und zum Abschluss noch einen Spruch
Ein Satz aus einem Buch
Aus dem Buch des Lebens
Die Anstrengung war nicht vergebens
Nun habt ihr endlich die Belohnung
Seid glücklich in der neuen Wohnung
Ladet oft euch Freunde ein
Wir werden gern darunter sein
Die Gruppe die in Gedanken mit gemacht
Und immer hat an euch gedacht
Lieber Manfred, liebe Ellen
Wir werden bald mal bei euch schellen.



*Die Gruppe, die ist stumm vor Glück
Endlich hat sie euch zurück
Habt ihr uns doch sehr gefehlt
Während ihr euch abgequält!*

Nicht sortierte Gedanken...

von Wilfried Blosser, Gr. Flingern 2



Ich bin Angehöriger, Ehepartner, Ko-Alkoholiker. Ich habe das Helfersyndrom, meine Frau ist „nur“ alkoholkrank! Für wen ist die Gruppe wichtig? Ist die Gruppe überhaupt wichtig oder werde ich da nur verrückt gemacht? Selbst bei jahrelanger Trockenheit ist ein Rückfall denkbar. Wie muss ich mich verhalten? Darf ich noch eine eigene Meinung haben oder fördere ich den Rückfall durch Widerspruch? Muss ich wie ein deutscher Schäferhund immer die Nase am Atem meiner Partnerin haben? Außer ihr weiß zunächst mal keiner ob sie wieder trinkt oder noch trocken ist. Ich muss ihr glauben, muss ihr vertrauen. Traue ich mir selbst? Rieche ich schon, was nicht da ist. Wenn ich mal was sage, in Bezug auf Sucht, heißt es nur, da hast du keine Ahnung von, das kann nur ein Süchtiger, ein Abhängiger wie ich verstehen, zumindest fühlen. Jahrelang habe ich die besoffene Alte umsorgt. Ängste ausgestanden, ob die Bude abbrennt wenn sie allein zu Hause ist. Nirgendwo konnten wir gemeinsam hingehen, denn immer hatte sie Kopfschmerzen. Bei Freunden und Bekannten trinkt sie nicht, aber die Abende waren ihr zu lang ohne Alkohol. Im Urlaub trinkt sie 3 Wochen nicht. Sie ist dort eine Fremde unter Fremden und wäre dann mit Alkohol allein; das heißt noch schlimmer als ganz alleine, hilflos unter Unbekannten. Ich Trottel glaubte sie trinkt nicht mehr. Am Heimatflughafen fing ich die mittlerweile gefürchteten Kopfschmerzen wieder an. Verzweifelt sagte ich ihr, sie solle nur zu Hause trinken damit die Nachbarn nichts merken. Eine Familie, oder was sich dafür hielt, eine Abhängige, ein hilfloser, noch schulpflichtiger Sohn, ein völlig entnervter und falsch reagierender Ehepartner: das Chaos war perfekt. Das ist auch das Einzige was bei uns perfekt ist. Ich habe die Tage, Stunden, Wochen oder waren es Jahre, nicht gezählt, wo mich eine aufgedunsene dumme Sau anödet, mich meine eigene Hilflosigkeit verrückt machte. Fluchen, schreien, toben, bitten und betteln war alles ohne Ergebnis. Der scheiß Alkohol und meine willenlose Alte. Ich haue ab, ich hab die Schnauze voll. Meine Schwiegermutter: von wem hat sie das? Bei uns trinkt doch keiner. Meine Mutter: Ich habe immer gesagt, das ist keine Frau für dich. Haltet die Schnauze, ihr könnt mich mal! Was soll aus Gabi werden, wenn unser gemeinsamer Sohn und ich gehen? Gemeinsam hatten wir nur die Angst, wie es enden wird, wie es weiter geht. Nicht nur abwärts, ich möchte auch leben, aber nicht so. Nicht der Sohn, nicht ich, sondern die Alkoholikerin, dieses versoffene Luder, hat die Initiative ergriffen. Eines morgens steht sie auf und sagt: „Ich trinke nicht mehr, ich suche mir Hilfe!“ Ich schaffe es nicht allein und ihr seid mir keine Hilfe. Bei allem Eifer, aber geholfen habt ihr mir nicht. Das ist kein Vorwurf, nein, ich danke euch, so lange zu mir gehalten zu haben. Bevor ich verrecke versuche ich den Absprung. Ich spüre noch die Kraft für einen neuen Anfang. Das Ergebnis: Langerstrasse. Beratung, Aufenthalt in 13a und 13b in der Heile im Landeskrankenhaus. Zwei Frauen, nämlich Frau Lerch, die Therapeutin „von oben“ und Katja Kuhlen waren die Krücken, die Gehilfen aus dem Sumpf der Hilflosigkeit. 5 Monate Heile mit dem Ergebnis, das eine völlig neue, ja fast unbekannte Frau mit mir zusammenlebte. Sie traf Entscheidungen, machte die Dinge selbst, und ich, wofür bin ich noch da? Erst ewig alles alleine gemacht, dann kommt sie nach Hause und übernimmt das Kommando. Fast 3 Jahre Gruppe, Gespräche, Streit und Unsachlichkeit haben uns wieder auf eine Ebene gebracht, wo es sich lohnt, zusammen zu leben. Es sind jetzt 16 Jahre und 7 Monate her, vom ersten Tag in Grafenberg bis heute. Warum heute die Erinnerung kommt? Wir sitzen auf dem Sofa und meine Gedanken wandern nicht sortiert! Ereignisse des Alltags, die

Verschiedenes



Mein neuer „Job“

Heidi Meyer, BZ 12

mich wieder an das gestern erinnerten. Was habe ich gelernt aus dem erlebten und in der Gruppenarbeit. Es gibt kein beschönigen, kein Rücksicht nehmen, nur Ehrlichkeit und konsequentes Handeln. Wie leicht sich das sagt, wenn ich nicht betroffen bin.

Wilfried, Wilfried, wo bist du mit Deinen Gedanken, du bist ja richtig bläss. Hast Du was?

Ja Gabi, **Dich!**

Noch nie gab es soviel Freizeit, soviel Urlaub, soviel Entspannung.

Noch nie gab es soviel Genussmittel, soviel Alkohol, soviel Drogen.

Noch nie gab es so bequeme Verkehrsmittel, so gut eingerichtete Wohnungen, so hohen Lebensstandard. Und noch nie gab es soviel gescheiterte Ehen, soviel zerrüttete Familien. Noch nie gab es so wenig Freude.

Ohne Freude wird das Leben unlebbar, eine Aneinanderreihung von Langeweile und Lustlosigkeit. Denn der tiefste Sinn des Lebens ist die Freude.

Sag auch mal:

Ich muss nicht mehr haben.

Ich habe genug.

Während meiner Langzeittherapie letztes Jahr in Grafenberg berichtete ein Mitpatient, dass er während einer längeren Zeit der Arbeitslosigkeit in der Düsseldorfer Armenküche geholfen habe, um nicht so abzuhängen. Zunächst musste ich doch innerlich grinsen, da ich mir ihn in Schürze und kartoffelschälend vorstellte. Doch dann setzte sich in mir langsam der Gedanke fest, auch eine ehrenamtliche Tätigkeit zu übernehmen.

Meine Frühpensionierung vor nunmehr fast 7 Jahren war mit ein „Grund“ für mein allmähliches Rutschen in die Alkoholabhängigkeit. In der Therapie habe ich gelernt, wie wichtig es ist, seinen Lebensstil zu ändern. Also habe ich daran gearbeitet, meine Woche sinnvoll zu strukturieren. Dazu gehört, dass ich seit über einem halben Jahr einmal in der Woche ca. 5 Stunden in der Armenküche helfe. Ich habe dort nette Kollegen kennengelernt, mit denen ich nun in der Schürze sitze und Kartoffel schäle, Essen ausbeige und mir manchmal auch die Sorgen unserer Gäste anhöre. Wenn ich dann zufrieden nach Hause gehe, bin ich meist ganz schön kaputt. Und oft ist auch mein Herz schwer von dem was ich dort erlebe. Doch möchte ich diese Tätigkeit auf keinen Fall mehr missen, denn indem ich anderen helfe, helfe ich auch mir. Ich sehe, wie gut es mir wieder geht und bin dankbar dafür!



Unser Drink-Tip:

Kiwi-Joghurt-Drink

Zutaten für 1 Drink:

- 1 Kiwi
- 1 Eßl. Zucker
- 150 gr. Kalter Joghurt (natur)
- 1 Kugel Vanilleeis
- +
- 1 Kelchglas
- 1 Teelöffel
- 1 Trinkhalm

1. Die Kiwi schälen und halbieren. Eine Scheibe abschneiden und zum Garnieren beiseite legen. Die übrige Kiwi grob zerkleinern und dann zusammen mit dem Zucker und dem Joghurt in den Mixer geben. Alles etwa 15 Sekunden gut durchmischen.
2. Das Vanilleeis in das Glas geben und die Mischung darauf abgießen.
3. Die Kiwischeibe an den Glasrand stecken. Den Drink mit dem Teelöffel und dem Trinkhalm sofort servieren-



Zum guten Schluss...

Vater und Sohn gehen spazieren. Plötzlich grüßt der Kleine einen wildfremden Mann. Fragt der Vater: „Wer war denn das?“ - „Einer vom Umweltschutz. Er fragt Mutti immer, ob die Luft rein ist...“

. JJJJJJJ

„**Herr Ober**, was schwimmt denn hier in meiner Suppe?“ - „Keine Ahnung, mein Herr! Ich bin hier als Kellner angestellt und nicht als Zoologe!“

. JJJJJJJ

Axel sitzt im Biologieunterricht, schüttelt den Kopf und murmelt: „Nee, hätte ich nie gedacht, dass Mädchen so wichtig sind.“

. JJJJJJJ

Weißt Du eigentlich, warum dich deine Eltern in die Schule schicken?“ fragt der entnervte Lehrer. „Klar, weil sie zu Hause ihre Ruhe haben wollen.“

. JJJJJJJ