

KREUZ **bunt + @ktuell**

85



Dezember 2003/Januar 2004

- Das Magazin des Kreisverbandes Düsseldorf e.V. -

KREUZBUND



Advent: Gott kommt uns entgegen

von Klaus Kehrbusch (geistlicher Beirat)



„Advent“ heißt: Wir erwarten die Ankunft Jesu Christi. Das betrifft allerdings nicht nur die vier Wochen der Adventszeit. Es geht dabei nicht in erster Linie um eine bestimmte Zeit im Jahr der Kirche und in unserem Kalender.

Advent meint immer auch das ständige Ankommen Gottes in Jesus Christus bei uns. Er möchte bei uns gut ankommen, so wie man etwa von einem Redner sagt, er komme gut bei den Leuten an. Was er zu sagen hat, wird den Menschen wichtig. Gemeint ist nicht nur die Tatsache des Ankommens, sondern eine sehr persönliche Beziehung.

Gott kommt uns entgegen: Das „Entgegenkommen“ Gottes ist dabei nicht als räumliche Bewegung zu verstehen, es beschreibt eine Einstellung. Wenn man von jemandem sagt, sein Verhalten zeugt von großem Entgegenkommen, dann weiß man, was hier gemeint ist. „Entgegenkommen“ Gottes ist letztlich ein anderes Wort für die Menschenfreundlichkeit Gottes, von der die Bibel spricht.

Das ist die eine Bewegung des Advent: Gott kommt uns entgegen. Die andere Bewegung betrifft uns selbst. Der richtig verstandene Advent Jesu Christi möchte uns selbst in Bewegung bringen. Es ist ja nicht so, als säßen wir im Wartesaal und warteten – mit Ungeduld oder Langeweile –, dass nun endlich der angekündigte Gast, mit unheimlicher Verspätung, doch noch ankommt. Es ist vielmehr so, dass wir selbst in diese Bewegung mit einbezogen werden.

Die Worte „Advent“ und „Abenteuer“ haben sprachlich dieselbe Wurzel. Im englischen Wörterbuch folgen *advent* und *adventure* unmittelbar aufeinander. Advent: Das, was auf mich zukommt, und bei dem ich mit vielen Überraschungen rechnen muss.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen und Euch allen Zuhause und in den Kreuzbundgruppen eine besinnliche und zugleich spannende und bewegende Zeit im Advent!

Für Jugendliche ist Alkohol die größte Gefahr

Die in Lissabon ansässige **Europäische Beobachtungsstelle für Drogen und Drogensucht EBDD** teilte in ihrem im Oktober veröffentlichten **Jahresbericht 2003** mit, dass unter den Jugendlichen in Europa Alkohol das am meisten verbreitete Rauschgift ist. Dagegen spielen unter Jugendlichen Heroin, Kokain und synthetische Rauschgifte im allgemeinen keine besondere Rolle.

Alkohol wird von Jugendlichen nicht selten mit Cannabis, aber auch mit Medikamenten zusammen konsumiert. Jugendliche, die Cannabis probieren, haben in der Regel schon zuvor Erfahrungen mit Alkohol und Tabak gemacht. Zudem besteht häufig ein Suchtzusammenhang zwischen Nikotinabhängigkeit und starkem Trinken. Durch Alkohol und Rauschgiftkonsum sind besonders verwahrloste und straffällige Jugendliche, wie auch Mitglieder bestimmter Musikszenen gefährdet.

Die EBDD regt daher eine Abkehr von der bisher gängigen Unterscheidung von „legalen“ und „illegalen“ Drogen an.

Große Gesundheitsgefahren für Jugendliche durch Alkohol existieren nach Einschätzung der EBDD selbst in den Ländern, in denen der Alkoholgebrauch bei Jugendlichen seit längerer Zeit allgemein rückläufig ist; denn dort hat sich in den letzten Jahren das sogenannte „Kampfrinken“ außerordentlich verbreitet. Hierzu werden alkoholische Getränke von Jugendlichen meist in Gruppen bis zur Bewusstlosigkeit konsumiert. Durch diese gefährliche Unsitte praktizieren immer mehr Jugendliche einen hochriskanten Umgang mit Alkohol. Dem entsprechend sind schwere Gesundheitsschäden und auch frühe Abhängigkeit oft die Folgen.

Manfred Engelhardt,

Dankeschön

Am 10. November 2003 habe ich zum ersten Mal an der Kreisausschusssitzung in der Bendemannstr. teilgenommen.

Vorweg an alle Beteiligten: Vielen Dank für den fast reibungslosen Ablauf!

In einem Raum, der nicht unbedingt für ca. 40 Personen vorgesehen war, war es etwas eng, aber schön. Belegte Brötchen und Getränke gab es dazu. Wer heran kam, hat etwas abbekommen.

Nun möchte ich ein großes Lob an alle Beteiligten aussprechen. Selten habe ich erlebt, wie Menschen mit soviel Respekt, Rücksicht und Achtung vor einander umgegangen sind, wie an diesem Abend. Wer immer das Wort hatte um etwas mitzuteilen, alle Anderen waren still und haben zugehört. In der heutigen Gesellschaft leider eine Seltenheit und ich habe an vielen Versammlungen im Laufe der Jahre teilgenommen.

Um mich kurz zu fassen, was habe ich daraus gelernt und mit nach Hause genommen:

Offensichtlich gehen wir Alkoholranke mit viel mehr Respekt, Rücksicht und Achtung vor den Anderen um, als die restliche Gesellschaft. Ich denke auch, wir gehen liebevoller miteinander um. Nicht auszudenken, wenn die restliche Gesellschaft auch trocken wäre.

Wir könnten uns dann wahrscheinlich vor netten Umgang miteinander nicht mehr retten.

Nochmals vielen herzlichen Dank.

Euer Gerhard Wanhorst
Gr. Urdenbach



Psychologisches Praktikum in der Fachklinik Bad Tönisstein

von Leonore Engelhardt, Gr. Derendorf 2

Im Rahmen meines Psychologie-Studiums (im Oktober beginnt mein 8. Semester) muß ich zwei externe Praktika von je sechs Wochen Dauer nachweisen.

Es bleibt mir überlassen, ob ich diese an einem Stück, oder verteilt oder neben dem Studium z.B. abends, absolvieren möchte.

Mein ganz großer Wunsch war es von Beginn meines Studiums an, eines der Praktika in der Fachklinik Bad Tönisstein abzulegen.

Dort, in Bad Tönisstein, war ich 1982 und 1985 Patientin gewesen, und es erschien mir besonders erstrebenswert, nunmehr als angehende Psychologin ebendort zu arbeiten.

Den Kontakt zu der Klinik hatte ich in den Jahren meiner Abstinenz nie verloren: Selbstverständlich besuchte ich die jährlichen Ehemaligentreffen, nahm an Fachtagungen der Klinik teil und hielt auch selbst dort Vorträge.

Doch diesmal war es etwas anderes, für mich etwas ganz Besonderes, ich möchte sagen, daß diese 6 Wochen zu den Höhepunkten meines Studiums zählen.

Deshalb bin ich der Klinikleitung und allen Therapeuten dankbar für die Möglichkeit, dieses Praktikum überhaupt durchführen zu können und für die weitgehende kooperative Unterstützung, die mir von allen Beteiligten in Tönisstein entgegen gebracht wurde.

Nachstehend möchte ich meine Erlebnisse in dieser Zeit wiedergeben:

In den ersten 8 Tagen nahm ich an der Aufnahmegruppe teil. An den Gruppengesprächen beteiligte ich mich zunächst zurückhaltend, da ein festes Programm (Jelinek) vorgegeben war und die Gruppe sehr groß war.

Der zuständige Therapeut bestätigte mir, daß er meine Anwesenheit als sehr positiv empfand, da ich aufgrund meiner eigenen Betroffenheit und meiner langen Erfahrung in der Selbsthilfearbeit kompetente Beiträge geliefert habe.

Neben der eigentlichen Gruppenarbeit nahm ich auch an den Informationsgesprächen der medizinischen Betreuer teil, ebenso an den stattfindenden Therapeutengesprächen, sowie an dem Gespräch bezüglich der Verlegung der Patienten auf die Stammgruppen und an der Information der Therapeuten über die Neuzugänge in den entsprechenden Gruppen.

Die diensthabende Ärztin begleitete ich auf einer Visite.

Nach dieser Woche auf der Aufnahmestation wurde ich den Therapeuten zweier Stammgruppen zugeteilt. Ich nahm täglich aktiv an den GT (Gruppentherapie) teil.

Auf Anregung eines der Therapeuten durfte ich eine GT selbständig leiten. Während ich selbst diese GT für mich nicht als zufriedenstellend beurteilte, war der Therapeut mit meiner Arbeit zufrieden.

Außerdem war ich bei Erst-, Zwischen- und Abschlußgesprächen zugegen, welche die Therapeuten mit verschiedenen Patienten führten, sofern diese mit meiner Anwesenheit einverstanden waren. Bis auf einen Patienten war dies immer der Fall.

Beide Herren versäumten auch nicht, mich nach jedem Einzelgespräch zu meiner Meinung über den einzelnen Patienten zu befragen und mit mir darüber zu diskutieren und bescheinigten mir dabei Sicherheit bei der Beurteilung der einzelnen Patienten sowie Kompetenz und Sachkenntnis in meinen Ausführungen, die auf meine eigene Abhängigkeit, meine altersbedingte Lebenserfahrung sowie die im Studium gewonnenen Kenntnisse zurückzuführen seien.

Mehrere Patienten erbat Einzelgespräche mit mir, die von den Therapeuten intensiv befürwortet wurden.

Bei einer der Gruppen nahm ich auf deren Bitte hin an einer ihrer TZ (themenzentriertes Arbeiten ohne Therapeuten) teil.

Ich sollte von meiner Erfahrung berichten, wie ein Leben ohne Alkohol nach der Therapie in der Praxis aussähe.

Dabei legte ich großen Wert darauf, auf die Wichtigkeit des Besuches einer Selbsthilfegruppe hinzuweisen und auf die Notwendigkeit, zumindest in der ersten Zeit der Abstinenz für eine alkoholfreie Zone in der Wohnung zu sorgen.

Es blieb allein meiner Entscheidung überlassen, an welchen GT resp. Einzelgesprächen ich teilnehmen wollte, sofern sich die Termine überschneiden.

Überhaupt konnte ich den Einsatz meiner Arbeit völlig selbstständig entscheiden. In der Regel war ich von 8.00 bis 18.00 in der Klinik.

Bei Schlussgesprächen bestätigten mir die Therapeuten, dass sie gern mit mir zusammen gearbeitet hätten und ich eine Bereicherung für die GT gewesen sei. Sie meinten allerdings auch, dass meine Beiträge manchmal recht hart gewesen seien, aber auch, dass ich mir diese Art aufgrund meiner eigenen Alkoholerfahrung leisten könne und sie auch sehr glaubwürdig wäre.

An dieser Stelle noch ein Wort zu der Wichtigkeit des Besuches einer Selbsthilfegruppe:

Mit einiger Betroffenheit stellte ich fest, dass es unter den Patienten eine große Anzahl von Rückgängigen gab, die 5, 7, 12 in einem Fall sogar 23 Jahre abstinent gelebt hatten und dann rückfällig geworden waren:

ABER: Sie hatten keine Selbsthilfegruppen besucht!

Wäre ich bisher nicht selbst von der Wichtigkeit einer Selbsthilfegruppe überzeugt gewesen, spätestens jetzt wäre ich dazu bekehrt worden!

Zum Therapieprogramm der Klinik gehört, dass morgens und abends von einem Therapeuten ein suchtbezogener Vortrag von ca. 15 Minuten gehalten wird.

Ich hielt zwei Vorträge:

„Abenteuer Abstinenz“

handelte von den vielfältigen Möglichkeiten des abstinenten Lebens nach der Therapie.

„Raviolikinder“

beschrieb die traurige Rolle von Kindern in Familien, in denen ein Elternteil trank.

Die Resonanz zu diesen Vorträgen war bei Patienten und auch Therapeuten gleichermaßen sehr positiv. „Du weißt wovon du sprichst“ hörte ich vielfach.

In Tönisstein werden an einem Tag der Woche „indikative Gruppen“ angeboten. Die Themen reichen von „Wiedereingliederung in den Arbeitsprozess“ über „Raucherentwöhnung“, „autogenem Training“ bis hin zu „Partnerschaft“, aber auch „Wandern“ und „Rückenschule“ standen auf dem Programm. Jeder Patient kann sich die Gruppe seines Interesses wählen, sofern sie nicht vom Therapeuten vorgegeben wird, wie z.B. „Ernährungsberatung“ bei Diabetikern.

Ich besuchte jeweils die Gruppen, die ich nicht nur nach den Themen auswählte, sondern es kam mir vielmehr darauf an, möglichst viele verschiedene Therapeuten bei ihrer Arbeit kennen zu lernen.

Um meinen allgemeinen Eindruck der therapeutischen Arbeit in der Fachklinik Bad Tönisstein abzurunden, informierte ich mich bei den zuständigen Therapeuten über das Tätigkeitsgebiet in der Nachsorge und Öffentlichkeitsarbeit und nahm auch da bei Gelegenheit an einigen Gesprächen mit Patienten teil.

Mein ganz persönliches Resümee aus der Zeit meines Praktikums in Tönisstein:

Diese 6 Wochen gehören zu den schönsten, erlebnisreichsten und aufregendsten Wochen meiner Studienzzeit.

Soviel Erfolgserlebnisse, interessante und lehrreiche Stunden, aber auch bedrückende Erlebnisse waren in diesen Wochen zusammengefasst.

Da war z.B. der erste Morgen meines „Einsatzes“: Das Warten auf entsprechende Einweisung in der Klinik. Neue Patienten trafen ein, verquollene aufgedunsene Gesichter, Ratlosigkeit im Blick und in der Haltung. Hatte ich so auch ausgesehen, als ich als Patientin nach Tönisstein kam?

Und jetzt, saß ich wirklich als angehende Psychologin hier? Es war fürwahr ein weiter Weg gewesen

Die erste Woche in der Aufnahmestation: Der Therapeut geht ruhig und behutsam mit den Patienten um, hat nicht die Rauheigkeit der damaligen Therapeutin, die uns als Patienten gar nicht gefiel, mir im Nachhinein als einmalig vorkommt.

Mein zunächst entstandener Eindruck war, dass die Patienten nicht so „am Ende“ gewesen seien, wie wir damals. Viele kamen auf Druck des Arbeitgebers, waren durchweg entgiftet und kamen auch nicht angetrunken an.

Erst später erkannte ich, dass dasselbe Leid und Elend einer Trinkerkarriere sie bedrückte, wie damals uns.

Es war auch sehr wichtig für mich, dass ich seit meiner Operation und der damit verbundenen Behinderung (ich laufe am Stock), erstmals allein klarkommen musste mit allen Dingen des Alltags.

Das fing schon bei der Fahrt nach Tönisstein an, denn erstmals fuhr ich eine längere Strecke wieder alleine.

Ziemlich schnell merkte ich, dass ich mir Hilfe suchen musste, z.B. beim Tragen des Essens-tabletts in den Personalspeiseraum. Es fällt mir nicht leicht, aufgrund meiner Behinderung um Hilfe zu bitten, aber es ging halt nicht anders. Auch das war eine Erfahrung.

Es war mir nie klar geworden, aus wie vielen Treppen die Klinik besteht, die ich nun fortan täglich rauf- und runterhumpeln musste. Bald hatte ich auch diesen Dreh raus.

Eine große Freude erfuhr ich, als mich bereits am 2. Tag meine ehemalige Therapeutin anrief, um sich mit mir zu treffen. Ich weiß noch, wie viel Respekt ich vor ihr hatte: Heute war es ein freundschaftliches Gespräch von Gleichgesinnten: offen und auf gleicher Ebene. Ich „beichtete“ ihr, dass ich 1982 einfach nicht glauben konnte, dass sie nie und nie, auch nicht zu Weihnachten oder Sylvester, ein Glas Sekt tränke. Ich konnte es mir einfach nicht vorstellen, und heute gehört es für mich zur einfachsten Selbstverständlichkeit.

Am schönsten war für mich ihre rhetorische Frage: Was würde Sonja (meine Therapeutin 1985 und spätere Freundin. Leider starb sie vor 5 Jahren) zu deiner Entwicklung sagen? Ja, was wohl? Sie meinte, Sonja wäre stolz auf mich und sie sei es auch. Ich war so glücklich darüber.

Das war u.a. einer der Momente, wo ich sogar meine Behinderung total vergaß!

Es sei jedoch nicht verschwiegen, dass mich die Arbeit in Tönisstein an den Rand meiner psychischen und physischen Leistungskraft brachte.

Psychisch, da es doch einige Patientenschicksale gab, die mich ganz enorm beschäftigten und vor allem gelang mir nicht immer der nötige gefühlsmäßige Abstand; sah ich mich doch zu oft in der Rolle als Patientin. Besonders z.B. an meinem Geburtstag. Um das Angehörigenseminar noch mitmachen zu können, hatte ich mein Praktikum um 3 Tage verlängert und war daher zu meinem 68. Geburtstag in Tönisstein. (Fast alle Therapeuten gratulierten mir und von der Klinikleitung bekam ich Blumen). Ich hatte schon mal in Tönisstein Geburtstag gefeiert, meinen 50., also vor 18 Jahren, als Patientin. Damals flossen Tränenströme, diesmal nicht, im Gegenteil, wenn, wären es Freudentränen gewesen. Abends gab es einen großen Eisbecher im Jägerheim.

Physisch war ich oft am Ende meiner Leistungskraft, denn das dauernde Treppensteigen, die jede Minute notwendige Aufmerksamkeit und letztlich der lange Tag (6.00 aufstehen, erst gegen 18.00 aus der Klinik zurück, und nur ½ Std. Mittagspause) waren schon recht anstrengend.

Also Fazit: Es war schön, unbeschreiblich schön, interessant und aufregend, traurig und auf-rührend, kurzum, ein besonderes Erlebnis.

Nochmals sei aber erwähnt: Nicht zu unterschätzen ist mein wiedergewonnenes Selbstbe-wusstsein und das Wissen, dass man auch mit Behinderung noch etwas leisten kann. Das hat mir einfach gut getan.

Von 1983 bis heute 20 Jahre ohne Alkohol.

Käthe, Walter u. Gabi
von keine Meinung bis eigene Meinung
Siegfried, Marianne u. Wilfried
von hilflos bis hilfreich -----
Unser gemeinsamer Weg im Kreuzbund
mit Katja. Die Bewunderung für Katja,
selbst heute nach 20 Jahren kann nur
verstehen wer in der ausweglosen Situa-
tion die Hand greifen konnte die einem
Halt und Sicherheit bot. Katja, man sagt
auch Frau Kuhlen, doch wer macht das
schon. Katja, das sagt alles.
Etwas anderes war es mit dem May,
nicht den Wonnemonat, sondern Willi
May. Der ging die etwas rauhere Gangart,
seine Wortwahl war deftiger, brauchte
aber nicht hinterfragt werden. Es war nicht
der Willi nein bei ihm hieß es, bist du bei
dem May in der Gruppe. -----
Ich habe mich herunter gesoffen bis zur
Willenlosigkeit dem Alkohol gegenüber.
Gedankenlos, Gedanken los, denken las-
sen, eigene Gedanken fassen, scheitern
als Weg, Weg verlassen, Ziel neu definiert,
Schuldzuweisung an andere nicht mehr
nötig, habe erkannt, ich trinke, nicht ein
anderer, heute 20 Jahre trocken und zu-
frieden, nicht unzufrieden, trocken und
zufrieden,
20 Jahre das ist viel, aber eben eine
Leistung von gestern, heute denk ich
„ heute „
und bist Du noch nicht so lange trocken
ist unser Ziel doch gleich „heute „

Samstag 29.11.2003 Wilfried Bloser

Gleichgültigkeit! ?

Guten Tag.

Guten Tag.

Wie geht es dir?

**Danke gut und selbst, was machen Frau
und Kinder?**

Danke alles gut und bei Dir?

Auch alles in Ordnung.

Ja dann schönen Gruß und auf Wiederse-
hen.

**Ja bis zum nächsten mal und Grüße an
alle.**

Danke gut das wir uns mal unterhalten ha-
ben.

**Ja vielleicht treffen wir uns mal, wenn
wir mehr Zeit haben.**

Das würde mich freuen also nochmals auf
Wiedersehen.

**Ich gehe ein paar Meter und überlege mit
wem habe ich eben gesprochen, habe
ich überhaupt mit jemand gesprochen.**

**Alzheimer, das wäre ja noch eine Ent-
schuldigung. Gleichgültig vielleicht, kein
Interesse, ich weiß nicht, ist auch egal.**

Wer war das eben? Egal, lieber nicht zuhö-
ren, keine Verantwortung übernehmen.
Wie oft passiert mir das ? Ich weiß es nicht.

**Irgendwie stört mich das. Ich bin gleich-
gültig. Mache ich das Zuhause auch?
Wann habe ich mich mit meinem Partner
zuletzt unterhalten.**

Komisch, dass ich jetzt grade daran denke,
aber wie unterhalten wir uns Zuhause?

**Guten Morgen, deine Butterbrote sind-
geschmiert. Was sollen wir heute abend
mal essen?**

Ich weiß es nicht.

Ja dann bis heute Abend.

Wie war dein Tag?

**Wie immer. Sag mal was willst du es-
sen?**

Mach irgendwas.

Hier, ist das gut?

Ja danke, ich esse im Wohnzimmer, gleich
kommt Fußball.

Ich esse in der Küche und lese was.

Gute Nacht.

Ja, Scheiße der Blödmann muss doch frü-
her abspielen. Gute Nacht.

Oh sie ist schon weg.

Soviel Unterhaltung schweiß zusammen.

Hoch lebe die Ironie.



Kb - intern:



**An alle Gruppenleiter und
deren Stellvertreter**

**Denkt bitte noch mal an die folgenden
Termine für die Supervision
13.12.2003**

**Bendemannstrasse 17
Beginn: 10:00 Uhr
Ende: 16:00 Uhr**

Diözesan - Termine:

30.01.2004- Seminar Basiswissen:
01.02.2004 Was ist der Kreuzbund und
wie funktioniert er?

**Axel Nolte / Gruppe Wersten 1
sucht einen Nachfolger, der die
Gruppenleitung übernimmt.**

Interessenten melden sich bitte im
Büro Bendemannstr. 17

**Katja's Ehepaargruppe
hat noch Platz
für 1 Ehepaar
oder
2 Personen**

Interessenten melden sich bitte im
Büro Bendemannstr. 17

KREUZZBUND

Bundesverband, Hamm
Zentrale 02381 / 67 27 20

KREUZZBUND

Diözesanverband Köln
Georgstr. 20, 50676 Köln
Gesch.-Zimmer 0221 / 2 72 27 85
FAX-Kontakt 0221 / 2 72 27 86

Karin Schüren-Keller 0228 / 9 63 77 09

Ansprechpartner der Regionen in der Erzdiözese Köln:

Region Nord:

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

Region Ost:

Moritz Bachtig
Im Johannistal 45
42119 Wuppertal
Tel.: 0202 - 2 42 28 43

Region Süd-Ost:

Siegfried Hombach
Broelbahnstrasse 45
51545 Waldbröl
Tel.: 02291 - 25 89

Region West:

Reinhold Frommen
Annostr. 41
41462 Neuss
Tel.: 02131 - 54 31 29

Region Süd-West:

Kurt Brock
Goethestr. 1
53879 Euskirchen
Tel.: 02251 - 5 89 74

**Wir gratulieren
herzlich!**

zum Geburtstag...

01.12. Franz Jochen Schorn	65 Jahre
07.12. Hannelore Leineweber	50 Jahre
10.12. Horst-Armin Langer	65 Jahre
10.12. Marion Rentz-Seidensticker	50 Jahre
13.12. Bernhard Gieron	55 Jahre
14.12. Walter Schulz	55 Jahre
15.12. Jürgen Jahns	65 Jahre



Der Nikolaus kommt am 6. Dezember 2003

Am Samstag, den 6. Dezember 2003
kommt der Nikolaus in unser
Begegnungszentrum.

Beginn: 14:00 Uhr

Wir werden mit den Kindern singen,
Gedichte aufsagen,
zusammen auf den Nikolaus warten
und bangen,

dass er um 15:00 Uhr da ist.

Die Nikolausfeier ist natürlich auch für
Eure Enkel, Neffen, Nichten
oder Nachbars- und Freundeskinder.



Kreuzbund - Gruppengespräche

Gruppen in Düsseldorf - Treff: 19:00 Uhr

0211 / 17 93 66 - 0



Neu: Montag 18:00 - 19:00 Uhr

BZ 11 - Junge Erwachsene Bendemannstrasse 17
G.Schulz / R.Schüler

Montag 19:30—21:30 Uhr

☺ BZ 12 Bendemannstr. 17 Dieter Schwedland Tel.: 39 37 49	☺ Bilk—St. Martin Gemeindezentrum-Gladbacher Str. 11 Henni Borgard Tel.: 3 98 21 10
---------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------

Dienstag 19:30—21:30 Uhr

☺ BZ 1 Bendemannstr. 17 Erika Worbs Tel.: 15 21 34	☺ Rath Pfarre Heilig Kreuz Rather Kreuzweg 43 Joachim Graßmann Tel.: 65 37 24
☺ BZ 2 Bendemannstr. 17 Udo Leitschuh Tel.: 02102 / 44 42 03	☺ Holthausen Pfarre St. Josef Neues Pfarrzentrum, Ritastr. 9 Gerhard Huy Tel.: 79 99 83
☺ Derendorf 2 Pfarre St. Dreifaltigkeit Jugendheim, Becher-/Ecke Barbarastr. Ulrich Lütkemeyer Tel.: 5 14 01 81	☺ Urdenbach Pfarre Herz Jesu Urdenbacher Dorfstr. 22 Hans Koch Tel.: 15 12 57
☺ City 2 Pfarre St. Elisabeth Gerresheimer Str. 71 Jugendheim Joachim Zeyer Tel.: 2 20 17 56	☺ Garath Nikolaus-Ehlen-Haus Mathias-Erzberger-/Ecke Carl Severing Str. Peter Bleich Tel.: 02173 / 7 41 73
☺ Unterrath Pfarre St. Bruno Kalkumer Str. 60 (Pfarrzentrum) Wolfgang Albrecht Tel.: 40 77 30	☺ Hassels Evang. Gemeindezentrum Fürstenberger Str. 12-14 Annemarie Müller Tel.: 7 48 83 89

☺ Info- + Motivationsgruppe für Alle Bendemannstr. 17 Dieter Dupick Georg Petzoldt Heinz Drillen Tel.: 0203 / 74 09 51 Tel.: 23 68 67 Tel.: 4 38 39 98	☺ Spätnachmittagsangebot !!! 17:15—18:45 Uhr !!! BZ 14 Bendemannstr. 17 Jochen Wachowski Tel.: 6 58 18 81
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Neu: Mittwoch 11:00 - 12:30 Uhr

BZ 9 - Vormittagsangebot Bendemannstrasse 17
Heinz Drillen

Mittwoch 19:30—21:30 Uhr

☺ BZ 3 Fred Strohauer Bendemannstr. 17 Tel.: 75 29 88	☺ BZ 7 Christian Dohmen Bendemannstr. 17 Tel.: 23 16 23
☺ BZ 10 Peter Schulz Bendemannstr. 17 Tel.: 34 88 10	☺ Kaiserswerth Pfarre St.Suitbertus An der Swidbert 70 Willi Sievers Tel.: 32 73 66
☺ Gerresheim, Ökum.Begegnungsstätte Neusser Tor 12 Gudrun Heidemann Tel.: 29 64 42	☺ Wersten 1 Orthod. Kirchengemeinde Werstener Feld 65 Axel Nolte Tel.: 78 98 56

Donnerstag 19:30—21:30 Uhr

☺ BZ 4 Walter Kern Bendemannstr. 17 Tel.: 0203 / 33 67 30	☺ Derendorf 1 Pfarre Heilig Geist Ludwig-Wolker-Str. 10 Christian Dohmen Tel.: 23 16 23
☺ BZ 5 Hans Beckmann Bendemannstr. 17 Tel.: 41 33 87	☺ Flingern 1 Gruppe St. Vinzenz Flurstrasse 57 C Begegnungsstätte Liebfrauen Erich Morgenthaler Tel.: 22 22 38
☺ BZ 8 Christa Thissen Bendemannstr. 17 Tel.: 35 66 17	☺ Flingern 2 Pfarre Liebfrauen Lindenstr. 176 (Pfarrzentrum) Manfred Zilm Tel.: 02104 / 80 16 54
☺ Bilk 1 St. Ludger Merowinger Str. 170 Frauke Mühlmann Tel.: 31 43 64	☺ Heerd Pfarre St. Benediktus Baldurstr. 24 (Pfarrzentrum) Udo Becker Tel.: 02129 / 37 95 75

Einzelgespräche: Jeden Donnerstag von 15:00 - 17:00 Uhr
Anmeldung: Büro Bendemannstrasse 17 (Hans Koch)

Freitag 19:30—21:30 Uhr

☺ Vennhausen Markusgemeinde Sandträgerweg 101 (Clubraum) Hans-Jürgen Rost Tel.: 22 46 37	☺ Wersten Mitte Stephanushaus Evang. Gemeindezentrum Wiesdorfer Str. 11-15 Peter Engels Tel.: 7 59 77 89
☺ BZ 6 Bendemannstr. 17 Eduard Lanzinger Tel.: 92 69 250	



KREUZBUND-Kalender



Dezember 2003

- 01.12. Vorstandssitzung Beginn: 18:00 Uhr
06.12. Nikolausfeier für unsere Kinder und Enkelkinder; Beginn: 15:00 Uhr
07.12. Adventsfeier; Beginn: 15:30 Uhr mit Gottesdienst in St. Lambertus, anschließend Kaffeetrinken im Lambertussaal in der Altstadt.
08.12. Frauenfrühstück 10:00 - 12:00 Uhr
13.12. Supervision für Gruppenleiter und Stellvertreter; 10:00 - 16:00 Uhr
15.12. Frauenarbeitsgespräch/Adventsfeier Beginn 18:00 Uhr

Januar 2004

- 05.01. Vorstandssitzung: Beginn 18:00 Uhr
12.01. Gruppenleiter - Arbeitsgespräch Beginn: 19:00 Uhr
10.01. Frauengruppe/Frau Lerch Beginn 10:00 Uhr

Februar 2004

- 02.02. Vorstandssitzung, Beginn 18:00 Uhr



Wochenenddienste im BZ

06.12. - 07.12.2003	Gr. Gerresheim
13.12. - 14.12.2003	Gr. BZ 10
20.12. - 21.12.2003	Gr. Hassels
27.12. - 28.12.2003	Gr. Garath
03.01. - 04.01.2004	Gr. City 2
10.01. - 11.01.2004	Gr. BZ 12
17.01. - 18.01.2004	Gr. Bilk St. Martin
24.01. - 25.01.2004	Gr. BZ 6
31.01. - 01.02.2004	Gr. Kaiserswerth
07.02. - 08.02.2004	Gr. Bilk 1
14.02. - 15.02.2004	Gr. BZ 2

KB—Kontakte:

KREUZBUND-Kreisverband Düsseldorf

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

Heinz Drillen	0211 / 4 38 39 98
(Handy)	0177 738 4752
Axel Lentz	0211 / 49 47 13
(Handy)	0162 458 7614
Frauke Piepmeyer	0211 / 39 62 65
Heidi Noe	0211 / 65 24 57
Dieter Dupick	0203 / 74 09 51
(Handy)	0179 204 8967
Werner Skirlo	0211 / 28 62 30
Eduard Lanzinger	0211 / 92 69 250

Klaus Kehrbusch 0211 / 35 59 31-10
(Geistl. Beirat)



Notrufnummern

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

Info - Termine für

- 13 A:** 15.07.03 M. Greiner
22.07.03 U. Lütkemeyer
29.07.03 W. Skirlo
05.08.03 Chr. Thissen
12.08.03 G. Heidemann
- 13C:** 04.06.03 G. Grommes
01.07.03 Th. Bodewig
05.08.03 G. Grommes
- 13D:** 04.06.03 H. Fleisch/G. Rimkus
01.07.03 M. Adler/F. Piepmeyer
05.08.03 F. Sack

Fachambulanz Langerstrasse:
22.07.03 H. Drillen

Tagesklinik Langerstrasse:
30.06.03 R. Metz

Markushaus:
30.06.03 U. Leitschuh

Fliegerkrankenhaus:
03.06./01.07./05.08.03 D. Dupik/U. Leitschuh

50 Jahre „Anonyme Alkoholiker“

2,5 Millionen Deutsche sind alkoholabhängig. 40.000 sterben jährlich an den Folgen der Sucht. 1935 unterhielten sich zwei hoffnungslose Säufer an einer Hotelbar in den USA: Börsenmakler „Bill“ und Chirurg „Bob“.

Sie merkten beim Reden über ihre Suchtprobleme, dass ihnen das mehr half als alle Entziehungskuren. Sie gründeten die Gemeinschaft der Anonymen Alkoholiker (AA).

Der erste Schritt: die Selbsteinsicht, Alkoholiker zu sein.

Am 1. November 1953 gründeten amerikanische Soldaten in München die erste deutsche AA-Gruppe - lange, bevor Alkoholismus als Krankheit anerkannt war.

(aus Bild-Zeitung)

KREUZBUND - Sport

Fitwerden mit der Kreuzbund- Freizeit-Sport-Gruppe

Treffen: Freitags, 20:00 - 22:00 Uhr
Sporthalle in der Reitzenstein - Kaserne
Lenaustrasse

Bahn: 712 und Busse 730; 731; 733

Ansprechpartner:

Dieter Rölke

Tel.: 7 59 73 14



**Redaktionsschluss für
das nächste
„Kreuzbunt+@ktuell“
No. 86/2004 ist der
22.01.2004**

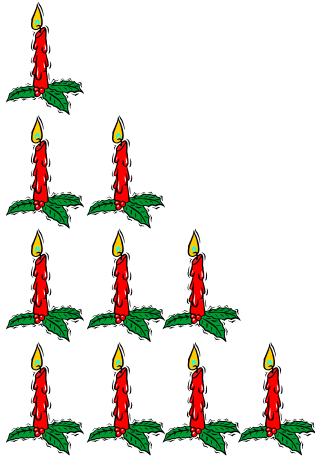
Ist das Ende der Anfang?

Sprach der Trockene zu dem Nassen
Den Alkohol solltest du lassen
Sprach der Nasse zu dem der Trocken
Der Alkohol kann so herrlich locken
Sprach der Trockene zu dem Nassen
Mit Alkohol ist nicht zu spaßen
Sprach der Nasse zu dem Trockenem vermessen
Ich will kein Spaß ich will vergessen
Sprach der Trockene zu dem Nassen
Bald bist du einsam und verlassen
Sprach der Nasse zu dem der Trockenem
ich habe Zeit
Ich bin zum Aufhören nicht bereit
Sprach der Trockene den Nassen an,
dass er ihm gut helfen kann
Sprach der Nasse zu dem der Trocken offen
Was willst du ich bin doch nie besoffen
Sprach der Trockene zu dem Nassen fein
Ich rede nicht mehr auf dich ein
Sprach der Nasse mehr zu sich
Den Blödmann vermiss ich nicht
Redet der immer was vom Saufen
Ich konnte mir die Haare raufen
Ich werde jetzt in Ruhe trinken
Und in meine Gedanken tief versinken
Was schert mich Frau und Kinder
Sind alles dämliche Rinder
In der Firma alles Idioten
Die mir nie eine Chance boten
Auf dem Arbeitsamt die Penner
Sind auch keine Menschenkenner
Der Alkohol lässt meinen Gedanken freien Lauf
Und so schnell geben wir zwei nicht auf
Wo sind die Freunde die Originellen
Kommen bei mir auch nicht mehr schellen
So sauf ich alleine in mich rein
Ich will ja auch alleine sein
Wenn keiner mich versteht
Dann sage ich geht
Da hör ich den einen zu dem anderen sagen
Die arme Sau kann auch nichts mehr vertragen
Der hat alle Freundschaften versoffen
Worauf will der noch hoffen

Die Familie hat sich von ihm gewendet
Die früher Rückhalt ihm gespendet
Die Firma kann ihn nicht verwenden
Er wird wohl in der Gosse enden
Kuck dir seine toten Augen an
Dann weißt was der noch kann
Verrecken wird das arme Schwein
Und das soll ein Mensch gewesen sein
Ich zahle stehe auf und geh
Dass ich die zwei Idioten nicht mehr seh
Doch ihre Worte klingen in mir weiter
Mein Leben ist nun wirklich nicht heiter
Wutentbrannt renn ich nach Haus
Mit dem Alkohol ist es aus
Ich werf die Flaschen an die Wand
Als hätte ich sie nie gekannt
Ich seh die Scherben auf der Erde liegen
Und feuchte Augen kriegen
Ist das mein Leben was da liegt
Hat der Alkohol mich doch besiegt
Wer ist jetzt Freund wer ist jetzt Feind
Hat der Trockene es doch gut mit mir gemeint
Kann ich mich so unter Menschen wagen
Was werden die Trockenem zu mir sagen
Was sagte der, der mit mir gesprochen hat
In seinem Verein wissen sie immer Rat
Der Name will mir nicht in den Mund
Doch jetzt hab ich's: Kreuzbund
Du brauchst nicht mehr einsam sein
Doch trocken werden musst du für dich allein
Wir haben gleich Gruppe gehst du mit
Ich bin kaputt wie Hund doch nein sag ich nit
Am Ende der Gruppe ich seh
Dass ich erst am Anfang steh
Ende offen
Doch ich kann hoffen

Wilfried Bloser Flingern 2

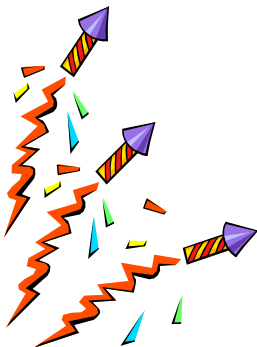
Wir wünschen allen
Kreuzbündlern und deren Angehörigen
sowie allen Lesern des
„Weissen Heftes“:



Eine geruhsame,
besinnliche
Adventszeit...



...und ein frohes
Weihnachtsfest..



...sowie einen guten
Rutsch ins neue Jahr!

Der Vorstand
und die Redaktion „Weisses Heft“

Das wurde beschlossen

BERLIN (ap). Die von Regierung und Union ausgehandelte Gesundheitsreform soll zum 1. Januar 2004 in Kraft treten.

□ Der durchschnittliche Beitragssatz der gesetzlichen Kassen von heute 14,3 Prozent soll 2004 auf 13,6 Prozent sinken. Die Verringerung geht nominell 2005 weiter auf 12,95 Prozent und 2006 auf 12,15 Prozent. Dies ist aber nur der wie bisher von Arbeitnehmer und Arbeitgeber jeweils zur Hälfte (paritätisch) finanzierte Beitrag. Auf den Arbeitnehmer kommen weitere Kosten durch Leistungsstreichungen zu: Ab 2005 muss er Zahnersatz und ab 2006 auch das Krankengeld allein absichern.

□ Ab 2005 soll der Zahnersatz keine normale Kassenleistung mehr sein. Versicherte sollen eine Zusatzversicherung bei ihrer Kasse oder einer Privatversicherung abschließen. Es gibt kein Rückkehrrecht in die gesetzliche Krankenversicherung.

□ Ab 1. Januar 2006 wird das Krankengeld allein vom Arbeitnehmer abgesichert. Dafür soll er über den vom Arbeitgeber mitfinanzierten Betrag hinaus 0,5 Prozentpunkte Sonderbeitrag allein leisten.

□ Grundsätzlich sollen Patienten bei allen Leistungen zehn Prozent zuzahlen, mindestens aber fünf und höchstens zehn Euro.

□ Bei ärztlicher Behandlung wird eine Praxisgebühr von zehn Euro pro Quartal fällig.

□ Beim Krankenhausaufenthalt zahlen Patienten zehn Euro pro Tag für maximal 28 Tage im Jahr zu.

□ Für alle Versicherten gilt eine Belastungsgrenze von zwei Prozent des Bruttoeinkommens, bei chronisch Kranken von einem Prozent. Für Arme gilt eine Härtefallregel, die die Zuzahlung begrenzt.

□ Kinder und Jugendliche bis zum 18. Lebensjahr werden von allen Zuzahlungen befreit.

□ Nicht verschreibungspflichtige Medikamente werden nur noch in Ausnahmefällen erstattet.

□ Brillen müssen selbst finanziert werden. Nur noch Sehhilfen für Kinder und Jugendliche bis zum 18. Lebensjahr sowie für schwer sehbeeinträchtigte Versicherte werden erstattet.

□ Fahrtkosten zur ambulanten Versorgung werden mit wenigen Ausnahmen nicht mehr erstattet.

□ Maßnahmen zur künstlichen Befruchtung werden eingeschränkt und müssen zu 50 Prozent selbst bezahlt werden.

□ Leistungen wie Entbindungs- und Sterbegeld entfallen.

□ Zur Gegenfinanzierung verbleibender versicherungsfremder Leistungen bei Schwanger- und Mutterschaft wird 2004 und 2005 die Tabaksteuer in drei Stufen um insgesamt einen Euro pro Packung angehoben. Dies soll für die Kassen 2004 rund eine Milliarde Euro Mehreinnahmen bringen, 2005 rund 2,5 Milliarden und ab 2006 etwa 4,2 Milliarden Euro.

□ Versicherte können künftig eine Patientenquittung verlangen.

□ Ab 2006 löst eine Gesundheitskarte die bisherige Krankenversicherungskarte ab.

□ Versicherte können ohne vorherige Genehmigung durch die Kasse im EU-Ausland den Arzt aufsuchen.

□ Gesetzliche Krankenkassen können mit privaten Versicherungen zusammenarbeiten, um Zusatzversicherungen anzubieten

□ Versicherte können bei Teilnahme an Vorsorgeuntersuchungen einen finanziellen Bonus erhalten.

□ Eine vom Staat unabhängige Stiftung für Qualität und Wirtschaftlichkeit soll den Nutzen medizinischer Leistungen überprüfen. Die Informationen sollen den Bürgern in allgemein verständlicher Sprache bereitgestellt werden.

- Ärzte und alle anderen im Gesundheitswesen Beschäftigten müssen sich kontinuierlich fortbilden. Sonst drohen Einschnitte bei ihrer Bezahlung.
- Medizinische Versorgungszentren unterschiedlicher Ärzte sollen grundsätzlich zugelassen werden.

eingereicht von Hans Koch, Gr. Urdenbach

***Liebe Gruppenbesucherin,
lieber Gruppenbesucher!***

*Du hast einen **großen Schritt** gemacht,
den Schritt von der **Abhängigkeit zur Abstinenz**.*

***Wage doch noch einen weiteren Schritt,
werde Mitglied im Kreuzbund e.V.***

**Es ergeben sich für Dich neue Perspektiven und Möglichkeiten.
Möglichkeiten, an die Du bisher noch nicht gedacht hast:**

Du bekennst Dich offen zu Deiner Suchterkrankung.

Kreuzbundmitglieder genießen ein hohes Ansehen in der Gesellschaft.

Du stärkst das Zusammengehörigkeitsgefühl – Du gehörst dazu.

Deine Angehörigen können sich in der Gruppe mit ihrer Betroffenheit auseinandersetzen.

Deine Gruppe erhält mehr Mitspracherecht, wird mehr gehört.

Du kannst auf Diözesan-, Landes- und Bundesebene mitbestimmen.

Du kannst Funktionen in Deiner Gruppe, im Stadt-, Regional-, Diözesan- und Bundesverband übernehmen.

Du kannst an allen Fortbildungsmaßnahmen des Bundesverbandes teilnehmen, zum ermäßigten Preis.

Du stärkst den Kreuzbund e.V. als Verband, dadurch hat er mehr Mitsprache- und Gestaltungsmöglichkeiten bei Fragen der Gesundheits- und Sozialpolitik.

Durch Deinen Beitrag hilfst Du mit, neue Gruppen aufzubauen und gibst Menschen Hilfe und Hoffnung.

Du bist versichert durch die Vereinshaftpflicht- und Unfallversicherung des Kreuzbundes e.V.

Dein Kfz ist kaskoversichert, wenn Du für den Kreuzbund unterwegs bist und Deine Gruppe den Kreuzbund-Kaskovertrag abgeschlossen hat.

Durch erhöhtes Beitragsaufkommen besteht weniger Abhängigkeit von Drittmitteln und dadurch mehr Selbstbestimmung des Kreuzbundes.

Du bist Mitglied im Deutschen Caritasverband.

- ? Hast Du eigentlich schon ernsthaft überlegt, warum Du kein Kreuzbundmitglied bist?
- ? Gibt es tatsächlich Gründe, die Dich davon abhalten, Kreuzbundmitglied zu werden?
- ? Sind es finanzielle Überlegungen, die Dich daran hindern (*für € 0,20 / pro Tag*), Kreuzbundmitglied zu werden?
- ? Hast Du Schwierigkeiten, Dich an den Grundwerten des Kreuzbundes zu orientieren?

Wenn Du diese Fragen mit Nein beantwortest,
warum bist Du dann kein Kreuzbundmitglied?

Werde Mitglied im Kreuzbund!

Du stärkst dadurch die Gemeinschaft, machst sie tragfähiger und selbstbewusster!

**Ohne Mitglieder kein Verband...!
...ohne Verband keine Selbsthilfe-
und Helfergemeinschaft!**

Kreisverband Düsseldorf e.V.
40210 Düsseldorf

Bendemannstrasse 17
Tel.: 02 11 / 17 93 66 - 0
Fax.:02 11 / 17 93 66 - 22

BEITRITTSERKLÄRUNG

Durch Unterschrift erkläre ich meinen Beitritt zum Kreuzbund Kreisverband Düsseldorf e.V. und erkenne als Mitglied die jeweils geltende Kreis- und Bundessatzung an.
Mein Beitritt in den Kreuzbund Kreisverband Düsseldorf e.V. erfolgt durch die Mitgliedschaft in der Kreuzbund-Gruppe.

Meinen Beitrag zahle ich auf folgende Konten ein:

Stadt-Sparkasse Düsseldorf

oder

Deutsche Bank AG

Kto.-Nr.: 10 19 23 24

Kto.-Nr.: 6 14 25 74

BLZ 300 501 10

BLZ 300 700 10

Anschrift: (in Druckschrift) _____

Name, Vorname: _____

Straße: _____

PLZ/Ort: _____

Telefon: _____ Beruf: _____

Geburtsdatum: _____ Beginn der Mitgliedschaft: _____

Düsseldorf, den _____
Datum Unterschrift

Düsseldorf, den _____
Datum Unterschrift Gruppenleiter

Die Vorschriften des Bundesdatenschutzgesetzes (BDGS) werden beachtet.

Die Mitgliedschaft wird bestätigt:

Düsseldorf, den _____
Datum Kreisgeschäftsführer

Düsseldorf, den _____
Datum Kreisvorsitzender

Zum guten Schluss...



Unser Drink - Tipp:

Red Fruits: (für 2 Drinks)

150 g Erdbeeren

1/2 El. Honig

150 ml kalter Blutorangensaft

Zum Garnieren:

2 Scheiben Limetten

2 Zwergorangen oder 2 Kap-Stachelbeeren

Die Erdbeeren waschen, entstielen und mit dem Honig in den Mixer geben. Beides zusammen ca. 15 Sek. pürieren.

Den Blutorangensaft dazugeben. Alles nochmals ca. 10 Sek. durchmischen.

Den Drink in die Gläser gießen. An jedes Glas 1 eingeschnittene Limettenscheibe stecken und daran 1 Zwergorange oder Kap-Stachelbeere spießen.

Der Lehrer: „So geht das nicht.
Immer wenn wir eine Arbeit schreiben,
bleibst du zu Hause und sagst,
deine Oma sei krank.“

„Sie haben Recht.“

Manchmal denke ich auch,
dass Oma uns beiden was vormacht!“

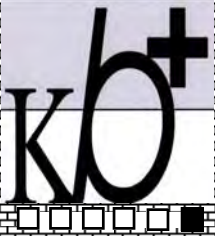
Die Mutter schimpft mit ihrer
kleinen Tochter:

„Du siehst ja aus wie ein Dreckschatz.
Musstest du denn ausgerechnet mit dem
neuen Kleid in die Pfütze fallen?“

„Tut mir leid. Aber es ging alles so schnell,
dass ich keine Zeit mehr hatte,
mich umzuziehen!“



Impressum



85_2003

Herausgeber:
KREUZBUND Kreisverband Düsseldorf e.V.
Bendemannstraße 17 * 40210 Düsseldorf
FON: 02 11 / 17 93 66 - 0
FAX: 02 11 / 17 93 66 - 22
Homepage: www.kreuzbund-duesseldorf.de
E-Mail: kreuzbund_dus@freenet.de
Namentlich gekennzeichnete Beiträge spiegeln nicht in
jedem Fall die Meinung des Herausgebers wieder.
Bankverbindungen:
Deutsche Bank D'dorf: Kto. 6142574 BLZ: 300 700 24
Stadtsparkasse D'dorf: Kto. 10192334 BLZ: 300 501 10

Verantwortlicher Redakteur:
Heinz Drillen
Tel.: 4 38 39 98
Mobil: 0177 - 7 38 47 52

Redaktion:
Wolfgang Meiswinkel, Gr. BZ 10
Peter Schulz, Gr. BZ 10
6x jährl. (KB-Eigendruck)
Auflage: 850 Stück