

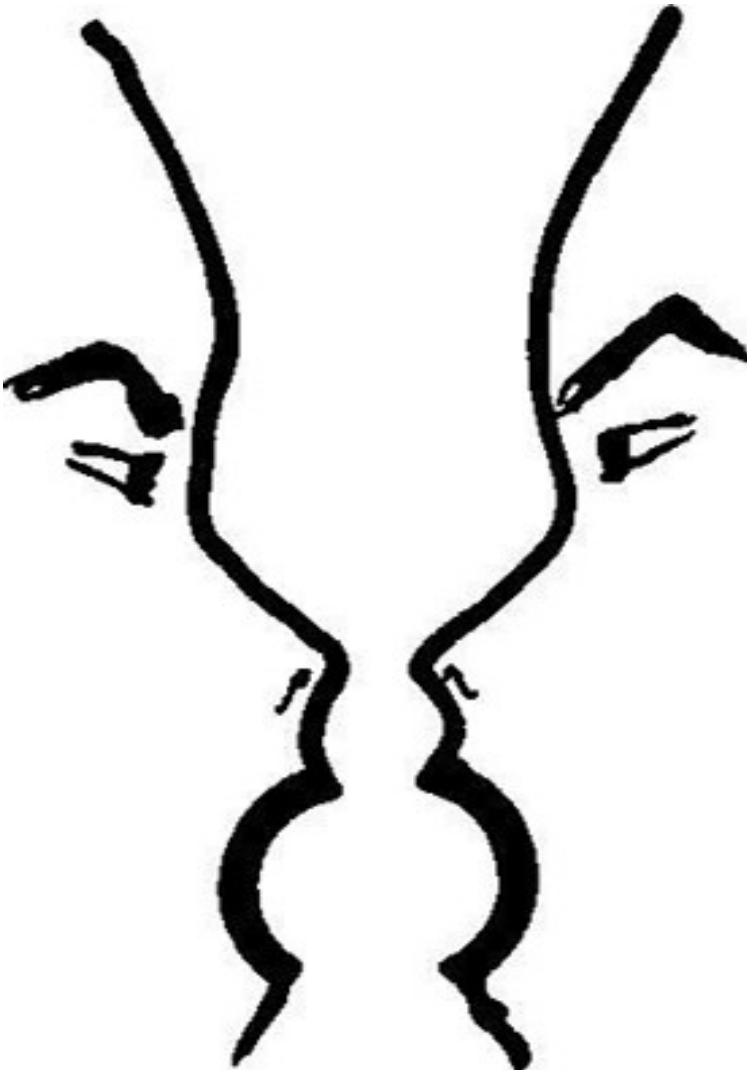
KREUZ *bunt+
aktuell*



KREUZBUND

Nr. 124 November/Dezember 2010

Das Magazin des Kreuzbund Kreisverbandes Düsseldorf e.V.



Partnerschaft und Sucht

Partnerschaft und Sucht

ist das Leitthema dieser Ausgabe – ein weites Feld.

Partnerschaft mit einem Abhängigen und Co-Abhängigkeit, Partnerschaft in der Therapie, zwischen Patienten und Weiterentwicklung der Beziehung bzw. Eingehen einer neuen Beziehung nach der Therapie: Abhängigkeit und Partnerschaft stehen in vielfältiger Wechselwirkung.

Das ist der Grund, weshalb das Redaktionsteam Euch eingeladen hat, Eure Erfahrungen aufzuschreiben und mit den Lesern zu teilen. Wohl wissend, dass es nicht einfach ist, öffentlich darüber zu sprechen. In den Gruppen haben wir gelernt, dass es unseren Horizont und unsere Fähigkeiten erweitert, auch über Dinge zu sprechen, die man sonst „mit sich selber ausmacht“, d.h. in der Regel unter den Tisch kehrt, wo sie sich anhäufen und irgendwann die seelische Gesundheit beeinträchtigen. Die Redaktion freut sich darüber, dass drei Weggefährtinnen Artikel zum Thema beigesteuert haben.

Einer Erklärung bedarf das Titelbild: es handelt sich dabei um ein so genanntes „Klappbild“ in dem man entweder ein Glas mit seltsamen Strichen an der Seite oder aber zwei einander zugewandte Gesichter von Personen sehen kann, die miteinander sprechen. Schaut ruhig noch mal genau hin. Es soll hier die Kommunikation zwischen Partnern darstellen, bei denen oft genug der eine glaubt, dass der andere von einer Sache (z.B. Glas) spricht, während der andere die Beziehung meint und umgekehrt.

In diesem Sinne wünschen wir Euch eine achtsame Kommunikation und gelingende Partnerschaft!

Die Redaktion

Geistliches Wort

Gott steckt in unserer Haut

„In deiner Haut möchte ich nicht stecken!“ Das sagen wir schon mal, wenn wir froh sind, nicht in der schwierigen Situation eines Anderen sein zu müssen. Gott denkt und handelt anders. Er bleibt nicht auf Distanz, er möchte uns nahe sein. So nahe, dass er unser Fleisch und Blut annimmt und als Mensch in unsere Welt kommt. Gott steckt in unserer Haut. Gott steckt mitten drin in unserem Leben. Er ist uns nahe in unserer Lebensfreude und steckt ebenso in unseren ungelösten Fragen und schwierigen Situationen.

Der Dichter Kurt Marti formuliert es so:

Großer Gott klein

Großer Gott:
uns näher als Haut
oder Halsschlagader
kleiner
als Herzmuskel
Zwerchfell oft:
zu nahe
zu klein –
wozu dich suchen?
wir:
deine verstecke

Wenn das so ist, muss ich Gott nicht wirklich suchen. Dann hat er mich längst gefunden. Ob wir Gott nun groß erleben oder klein, oder mal so und mal so: Ich wünsche uns allen, dass uns die Erfahrung der Nähe Gottes in der Adventszeit neu unter die Haut geht!

Klaus Kehrbusch, geistlicher Beirat

Neues aus dem Vorstand

+++ Der Vorstand dankt +++

dem Arbeitskreis, der den Tag der Begegnung in vielen Sitzungen vorbereitet und erfolgreich durchgeführt hat!

+++ Adventfeier am 05.12.2010 in St. Lambertus+++

Die diesjährige Adventfeier findet am Sonntag, 05.12.2010 statt. Sie beginnt um 14:00 Uhr mit einem Gottesdienst in St. Lambertus. Ab 15:00 Uhr treffen wir uns zum gemütlichen Beisammensein im Lambertussaal. Das ist für die Mitgliederschaft die Gelegenheit, den neu gestalteten Saal kennenzulernen, in dem wir im kommenden Jahr auch die 100-Jahr-Feier abhalten wollen. Der Frauenarbeitskreis hat dankenswerterweise das Buffet übernommen. Kuchen Spenden sind willkommen!

+++ Helferschulung 2011/2012 +++

Diözesan-Caritasverband und Kreuzbund-DV Köln bieten einen neuen Lehrgang zur Suchthelferausbildung an, der im Mai 2011 beginnen und über 20 Monate laufen wird. Interessenten können sich ab sofort bis zum 15.01.2011 bei Herrn Seegers, DV-Caritasverband Köln,

Tel. 0221/2010278, Fax 0221/2010398,

E-Mail: georg.seegers@caritasnet.de

zu einem Informations- und Kennenlerngespräch im Jan/ Feb 2011 und einem Einführungsseminar im März 2011 anmelden.

+++ Informationsveranstaltung in Grafenberg +++

Das LVR-Klinikum in Grafenberg veranstaltet am Mittwoch, 03. November 2010, 15:00-18:00 Uhr im Hörsaal Haus 2 wieder einen Nachmittag mit Vorträgen und Diskussion für die Düsseldorfer Suchthilfe. Thema ist diesmal die „Behandlung komorbider Störungen bei Abhängigkeitserkrankungen“, also Angst und Depression in Verbindung mit Sucht.

Der Vorstand

„Tag der Begegnung 2010“ im DV-Köln

Was ist der „Tag der Begegnung“, welche Idee steckt dahinter? Geht es nur darum Freunde und Bekannte wieder zu treffen, zu plaudern, zu feiern, sich auszutauschen und vielleicht auch neue Menschen kennenzulernen? Oder ist da noch mehr?

In Düsseldorf, im Südpark, besuchten am 18.09.2010 etwa 150 Weggefährten den „Tag der Begegnung“, der alle 2 Jahre auf DV-Ebene stattfindet und diesmal vom Kreuzbund Düsseldorf e.V. ausgerichtet wurde.

Klaus Kehrbusch, geistlicher Beirat des Kreuzbundes Düsseldorf, eröffnete die Veranstaltung um 10:00 Uhr mit einem Morgengebet. Im Anschluss daran begrüßten Peter Konieczny, Vorsitzender des Kreuzbundes Düsseldorf, und Andrea Stollfuß, DV-Vorsitzende, die Weggefährten und Gäste.



Der Südpark bot viele Möglichkeiten zum Zeitvertreib, und für Unterhaltung hatten die Düsseldorfer Weggefährten bestens gesorgt. So konnte man Minigolf spielen oder im Südpark einen Spaziergang machen, und für die Kleinen gab es einen Streichelzoo.

Das Café der „Werkstatt für angepasste Arbeit“, eine Einrichtung für Behinderte, war wegen des selbstgebackenen Kuchens besonders gut besucht. Von Anfang an spürte man auch an diesem „Tag der Begegnung“ die typische „Kreuzbund-Atmosphäre“. Am Festzelt selbst spielte sich ein familiäres und unterhaltsames Rahmenprogramm ab.

Am Nachmittag stand die Podiumsdiskussion „Der Kreuzbund im Gespräch“ auf dem Programm. Den Stellenwert der Selbsthilfe und insbesondere des Kreuzbundes einmal zu beleuchten, war das Thema der Diskussionsrunde.

Horst Kirschbaum aus Wuppertal eröffnete die Gesprächsrunde mit einem Impulsreferat. Danach entwickelte sich zwischen allen Anwesenden und der Podiumsrunde: Horst Kirschbaum, Peter Konieczny, Reinhard Metz, beide aus Düsseldorf, und Andrea Stollfuß vom DV, ein lebhaftes Gespräch mit durchaus gegensätzlichen Meinungen.



Die Diskussion ergab, dass der Kreuzbund und die Selbsthilfe in den letzten Jahren sehr viel an Stellenwert und gesellschaftlicher Akzeptanz gewonnen haben. Offenheit und Flexibilität sind aber, vielleicht sogar mehr als bisher, für unseren Verband nötig. Wir haben uns auf veränderte gesellschaftliche Verhältnisse und

vor allem auf andere Bedürfnisse der Hilfesuchenden einzustellen.

Während des weiteren Gesprächsverlaufs nahm das zurzeit aktuelle Thema „Mitgliedschaft im Kreuzbund“ viel Raum ein. Die ausgiebige und heftige Diskussion zeigte, dass die geplanten Veränderungen nicht unumstritten sind.

Im Anschluss folgte ein hervorragender Auftritt des Fanfarencorps „Schwarz-Weiß“, das viele schon vom Bundeskongress in Hamm kennen. Zum Ausklang des Tages rockte die „kölsche“ Unterhaltungsband „De Nüggele“ (für Nichtkölnen: „Die Schnuller“) und heizte die Stimmung mit alten und neuen Songs noch einmal richtig an.

Der einzige Wermutstropfen war, dass dieser „Tag der Begegnung“ trotz guter Vorbereitung und Werbung nicht so wahrgenommen wurde, wie sich die Düsseldorfer Weggefährten das gewünscht haben. Wer nicht da war, hat etwas verpasst, schade!

Fazit zum „Tag der Begegnung“ und die Antwort auf die eingangs gestellte Frage: Dieser Tag ist wichtig für die Menschen im Kreuzbund, dieser Tag zeigt die Verbundenheit und Zugehörigkeit zu einer starken Gemeinschaft, die an einem gemeinsamen Ziel arbeitet: ein zufriedenes und suchtmittelfreies Leben zu führen.

So kann man mit der Tradition einen wichtigen Gedanken immer weitertragen.

Andrea Stollfuß, Öffentlichkeitsarbeit im DV-Köln

Mein Leben in der Partnerschaft — nach der Therapie

Als ich im Mai 1992 den Weg von Grafenberg, Station 13A, mit Hilfe von Waldemar Sierold in den Kreuzbund an der Bendemannstraße kam, konnte ich nicht ahnen, dass ich dort mein großes Glück in meinem zweiten Leben finden würde, d.h. es fand mich. Mein großes Glück war der Beginn meines trockenen Lebens und die Begegnung mit Hans Beckmann. Wir haben uns über die Arbeit im Kreuzbund und über unseren gemeinsamen Sport, das Segeln, gefunden.

Ich war gerade 2 Jahre trocken, als Hans und ich zusammen kamen. Es beeindruckte mich sehr; Hans war schon so viele Jahre trocken und dann noch Gruppenleiter. Ich war noch weit entfernt trocken im Kopf zu sein, aber tief beeindruckt von den wenigen Erfahrungen meiner Seminarbesuche. Und die wollte ich natürlich auch an den Mann bringen, d.h. an meinen Hans. Der hatte aber wenig Sinn für meinen Drang, alles zu verändern und auch ihn. Meine Weisheiten hat er sich gelassen angehört, zur Kenntnis genommen und mir dann in aller Ruhe seine Version von Veränderungen erklärt. Die habe ich zunächst zähneknirschend zur Kenntnis genommen. Erst viel später habe ich verstanden, wie Hans es gemeint hatte.

Unser erster gemeinsamer Segeltörn auf dem IJsselmeer war auch nicht so ganz einfach für mich. Hans war der Skipper und gab die notwendigen Kommandos für die Manöver. Es ist eine bekannte Sache, dass sich gerade an Bord eines Bootes mitten auf einem großen Gewässer herausstellt, ob die Beziehung zwischen zwei Menschen klappt oder nicht. Wir hatten diese Prüfung nach 12 turbulenten Tagen be- und überstanden und sind anschließend für immer zusammengeblieben.

Gerade die Gelassenheit von Hans und seine Art, die Dinge ruhig zu betrachten, haben mich oft in Harnisch gebracht. Es fiel mir schwer die Ruhe zu bewahren. Ich war es gewohnt aus meinem früheren Leben, zu kämpfen, mich zu behaupten, oft mit Aggression. Das hatte zur Folge, dass wir viele, oft rege Diskussionen hatten, die manchmal bei mir mit Tränen endeten. Aber gerade diese Gespräche mit Hans haben mich immer weiter auf meinem trockenen Weg gebracht. Ich bin ihm heute noch sehr dankbar; sein geflügeltes Wort war stets: ich kann nur sprechenden Menschen helfen... und dass Angebot habe ich gerne angenommen, er war ein guter Zuhörer.

Am 17.05.96, an Hans' 60sten Geburtstag, haben wir geheiratet und unsere Hochzeit in unserem Garten in Lohausen gefeiert, mit unseren Familien und all unseren Kreuzbundfreunden. Es war ein wunderschönes Fest.

Obwohl wir beide jeder ein großes Paket Vergangenheit mit in unsere Beziehung gebracht hatten, das ständig bearbeitet wurde (Seminare) und für uns beide oft sehr anstrengend war, haben wir es immer wieder geschafft, ein gutes und schönes Leben zu führen. Viele Bootstouren, viele Länder- und Fernreisen hat Hans für uns organisiert. Mit von den Partien waren oft auch die Familie und vor allem unsere Kreuzbundfreunde. Nie hätte ich in meinem vorherigen Leben gedacht, dass ich so schöne Reisen jemals unternehmen würde.

Hans, der plötzlich Vater und Großvater geworden war und auch darin sein Glück und seine Zufriedenheit sah, war wirklich froh, wenn er Familie leben konnte. Er hat mir die Augen geöffnet für viele Dinge, die ich vor unserem gemeinsamen Leben nicht wahrgenommen hatte. Allerdings, wenn ich mit der Gartenschere unterwegs war, um in unserem Garten klar Schiff zu machen, war er hinter mir her, um seine Pflanzen zu retten, die sonst vielleicht meinem Schnitt zum Opfer gefallen wären. Da konnte er ungemütlich werden. Da war es vorübergehend vorbei mit seiner Gelassenheit.

Aber unser Glück fand ein Ende durch den Krebs, den Hans nicht überlebt hat. Es war so unfassbar für mich, unsere Familie und unsere Freunde. Da kam immer wieder der obligatorische Satz: „Das Leben geht weiter!“ Das stimmt zwar, nur ist das neue Leben für mich ein ganz anderes geworden.

Darüber kann ich noch nicht schreiben, aber ich mache weiter mit der Unterstützung meiner Familie und Freunden, meiner Gruppe BZ 14 und den Kollegen im KB-Vorstand. Und in Gedanken frage ich immer: „Hans, habe ich alles richtig gemacht?“ Ich glaub´, er hat **Ja** gesagt.....

Bin ich jetzt wirklich ganz alleine? Nein! Ich bin doch eine Kreuzbündlerin, und möchte an dieser Stelle **dankend** sagen, dass ich mich geborgen fühle in der Mitte meiner Weggefährten.

Sigrid Beckmann

20 Senioren im Bötchen unterwegs nach Köln

Am 7.8.2010 um 9:30 Uhr war Treffpunkt an der Pegeluhr. Auf dem Weg dorthin trafen wir Helga und Jogi am Wilhelm-Marx-Haus. Danach trafen wir Uschi und Armin Langer gegenüber vom „Uerigen“, an einem Stehtisch, wo sie sich eine Tasse Kaffee genehmigten. Früher hätte ich an gleicher Stelle etwas anderes getrunken. Was war das noch mal? Fällt mir bestimmt noch ein.

Kurz vor 10 Uhr war die ganze Seniorentruppe am Pegel versammelt und wir gingen auf das Schiff.



Im Unterdeck hatte man für uns einen wunderbaren Platz reserviert, so dass einer guten Unterhaltung nichts mehr im Wege stand. Punkt 10 Uhr legte das Schiff Richtung Köln ab.

56 Stromkilometer lagen vor uns und es sollte 5 Stunden dauern.

Ab 11 Uhr wurde ein Brunch angeboten, der mit den feinsten Köstlichkeiten bestückt war. Die meisten Gespräche fanden bei herrlichem Wetter natürlich auf dem Oberdeck statt! Es wurde viel gelacht und die Laune war einfach Klasse. Vom Schiff aus hatten wir alle einen herrlichen Blick auf das Ufer. Die Landschaft sieht toll aus, wenn man sie vom Wasser aus betrachten kann. Als der Dom von Köln in Sicht kam, legte das Schiff schon bald an. Von da an trennten wir uns in kleinere Gruppen, damit jeder gehen konnte wie er wollte. Wir besichtigten den Dom, was für uns immer ein besonderes Erlebnis ist. Der Aufenthalt dauerte nur zwei Stunden; das war natürlich ein bisschen kurz. Zum Besuch einer Eisdiele hat es aber gereicht.

Auf der Fahrt nach Hause fing es ein bisschen an zu regnen, was die positive Stimmung aber nicht veränderte. Um 20 Uhr legten wir wieder in Düsseldorf an. Nach einer fröhlichen Verabschiedung machten sich alle auf den Heimweg. Übrigens, auf dem Heimweg viel mir das Frühstück von früher wieder ein. Es war auf der linken Seite der Killepitsch und auf der anderen Seite das leckere Dröpsche vom „Uerigen“. Lang, lang ist es her. Heute sage ich Gott sei Dank!

Ein schöner Tag ging zu Ende. Es war bestimmt nicht das letzte mal, dass die Senioren auf Fahrt, großer Fahrt, sind.

Dieter Dupick

“Sucht in der Ehe“

Ich bin gefragt worden, ob ich zu diesem Thema meine Erfahrung schreibe. Vorab muss ich noch etwas erklären.

Nun, ich weiß wieder mal nicht, wo ich anfangen soll, da ich durch meine Therapie heute weiß, dass Co-Abhängige genauso krank sind, wenn nicht noch kränker, wie die Abhängigen.

Was für den Alkoholiker die Flasche ist, ist für den Co-Abhängigen der Abhängige. Ich weiß, es liest sich schwer. Beispiel: Nimmt man dem Alkoholiker sein Suchtmittel weg, nennt man das in Fachkreisen einen „kalten Entzug“.

Ich erinnere mich zurück. Mein Exmann hörte nach dem x-ten Rückfall im Jahr 2000 auf zu saufen. Er kapitulierte vor dem Alkohol. Wir waren seit 1989 verheiratet, ich liebte ihn mehr als mich. Doch wünschte ich mir immer, dass er nüchtern bliebe/würde. Ich stellte mir aber nie die Frage, was passiert mit diesem Menschen, der dann nicht mehr trinkt. Ich sah in meiner Gruppe stets gute Beispiele wie Eddie, Dieter, Peter, Jogi und Günter. Nur von den Erzählungen hörte ich, wie sie waren, waren sie alkoholisiert. Jedoch fiel es mir schwer, mir meinen Mann für immer nüchtern vorzustellen. Da mein Vertrauen zu ihm gänzlich in der Zeit verloren ging. Ich konnte es nicht. Nun, wir feierten seine Heimkehr, war er doch jetzt „trocken“, wie schon so oft davor. Zuerst stellte ich keine Veränderung fest, die schlichen sich nach und nach ein. Aber so nach und nach hatte ich das Gefühl, mir würde jemand den Boden unter meinen Füßen wegzerren. Als sich dann noch meine Gruppe aufteilte, war es für mich so, als ginge unter dem Boden, der mir schon weg genommen war, die Erde auf ... und ich fiel in ein tiefes Loch, ohne dass ich aufgefangen wurde. Wie oft fing ich meinen Ex auf, dachte ich mir. Er konnte es damals noch nicht, da er sich neu kennenlernen musste. Ohne Alkohol zu leben, war wie ein neues Abenteuer, welches er bestehen wollte. (Ich höre gerade, wie so einige denken: „Dazu hat dich doch niemand aufgefordert. Du bist doch zu nichts gezwungen worden. Du hättest doch gehen können“.) Zu allem kann ich nur ein großes NEIN sagen, konnte ich nicht, weil ich diesen Mann lieb(t)e. Wie oft wusste ich, dass er einen Rückfall hatte, obwohl er noch auf See war. Meine Gruppe glaubte, dass ich mir wünschen würde, dass er wieder trinkt. Mitnichten. Denn er gestand dann jedes mal seinen Rückfall in der Gruppe und ich wurde verwundert angesehen. Ein unsichtbares Band war zwischen uns, was uns verband. Ich nannte es Liebe.

Anstatt dass wir miteinander lernten, uns neu entgegen zu gehen, stritten wir uns nur noch. Ich, weil ich mein altes Verhaltensmuster nicht ablegen konnte, wie beobachten, ihm alles aus der Hand nehmen wollen, bemuttern usw.

Er war plötzlich ein Mann, der sich mir, ja MIR, entgegenstellte. Ich fühlte mich von ihm angegriffen. Ich verstand die Welt nicht mehr und schaltete auf stur und zog mich zurück. Meine Ehe ging kaputt, meine Gruppe war kaputt und ich sah nicht, dass ich auch kaputt war.

Wir trennten uns 2002. Erst war ich froh, als er weg war. Als er mich dann aber ziemlich schnell ausgetauscht hatte, war ich verletzt, da ich dachte, dass er mir irgendwann einmal die Wahrheit gesagt hätte, als er mir sagte, er würde mich lieben. Ich musste feststellen, dass auch das eine Lüge war, denn sonst hätte er versucht zu kämpfen, wie ich es immer zuvor für ihn getan habe. Denn das gehört auch dazu, zu seinen Fehlern zu stehen.

Heute weiß ich, dass er nicht mich, sondern meine Stärke liebte, die er nie besaß und auch heute noch nicht besitzt. Und ich war stark, weil ich es sein musste, da es von mir erwartet wurde. Ich weiß ja heute, was mit meiner Tochter passierte, als ich krank wurde. Ich möchte mir nicht vorstellen, was aus meinem Sohn geworden wäre, hätte ich nicht die Stärke gespielt. Ja ich lese, was ich schreibe und denke: Ich bin immer noch voller Wut, war 6 Monate in Therapie, bin immer noch in Behandlung. Mir fällt es aber schwer abzuschließen. Es ist so, als hätte man mir etwas genommen, was ich lange Zeit gehegt und gepflegt habe. Es ist so, als hätte ich etwas mit viel Liebe gekocht und darf nicht daran kosten. Oder ich hätte Jahre einen Garten gepflegt, aber die Früchte darf ich nicht ernten. Ich kann es nicht wirklich erklären. Jetzt ist er, nach unserer Trennung mit der 4. Frau zusammen und Ja, es schmerzt jedes Mal, sehe ich ihn mit ihr. Aber wie kann man aufhören jemanden zu lieben? Er sagt, ich hätte ihn nicht geliebt, sondern nur sein Geld! Das tut so was von weh, wenn er so was sagt!

Wir waren insgesamt 15 Jahre verheiratet, davon habe ich 10 Jahre seine Schulden abgebaut, wofür er arbeiten ging; wir leisteten uns all die ganzen Jahre nicht einen Urlaub. Im Januar 2000 zahlte ich die letzte Rate an den großen Fisch; 3 Monate später die letzte Rate von der Bank. Oh, was waren wir glücklich; dachte ich; er war glücklich und komischer Weise machte es nun klick und er hörte auf mit dem Saufen!

Ja, ich schreibe; ich denke und merke, wie verbittert ich bin. Ich fühle mich immer noch absolut ausgenutzt. Wir trennten uns, weil ich mit ihm meinen ehelichen Pflichten nicht nachkommen konnte; er ging, wie er es immer tat; trocken? Nein, nicht für mich! Sich stellen, statt wegzulaufen, dass wäre trockenes Verhalten gewesen. Ich schreibe, ich denke und merke, dass ich euch mit meinen Zeilen nicht viel vermitteln kann. Ja, Alkoholismus ist eine Krankheit. Mein Ex brauchte 15 Jahre, um trocken zu werden; mir gestand er nicht mal die Hälfte der Zeit zu, um wieder zu gesunden; denn CO-Abhängigkeit ist genau so eine verfluchte Krankheit!!!!

Angelika



Fit werden mit der

Kreuzbund-

Freizeit-Sport-Gruppe

Treffen: Freitag, 18.00 - 20.00 Uhr
Turnhalle der städtischen GGS,
Unterrather Straße 76 / Beedstraße,
Bahn: 707, 715 - Bus: 730 und 760



Im Sommer:

Sportplatz Altenbergstraße 103,
Anfahrt Schlüterstraße
Bahn: 703; 709; 713 und Bus 738

Ansprechpartner:

Egon Frencken

Telefon: 0211 / 1 66 45 95

Wir gratulieren herzlich!

*Wlfrid Blasche
der am 18. November 2010 seinen
60. Geburtstag feiert.*



*Anita Schroers
die am 07. Dezember 2010 ihren
70. Geburtstag feiert.*

*Gisela Fanenbruck
die am 01. Dezember 2010 ihren
70. Geburtstag feiert.*



**Josef Ruzicka
der am 08. Dezember 2010 seinen
80. Geburtstag feiert.**

Kreuzbundkalender

Wochenenddienste im BZ

06. und 07.11.2010	Wersten-Mitte
13. und 14.11.2010	BZ 3
20. und 21.11.2010	BZ 8
27. und 28.11.2010	BZ 1
04. und 05.12.2010	BZ 10
11. und 12.12.2010	BZ 9
18. und 19.12.2010	BZ 15 (City 2)
25. und 26.12.2010	Bilk St. Martin
01. und 02.01.2011	BZ 6
08. und 09.01.2011	Kaiserswerth

KB-Termine:

08.11.2010	10.00 bis 12.00 Uhr Frauenfrühstück mit Claudia Stark, Bendemannstraße
11.11.2010	15.00 Uhr Vorstandssitzung
20.11.2010	DV Frauenarbeitskreis Bergisch Gladbach
29.11.2010	17.00 Uhr Frauenarbeitskreis Weihnachtsfeier Bendemannstraße
09.12.2010	15.00 Uhr Vorstandssitzung
13.12.2010	10.00 bis 12.00 Uhr Frauenfrühstück mit Claudia Stark, Bendemannstraße

Kreuzbund-Vorstellungen in den Rheinischen Kliniken

13 C	03.11.2010	Gisela Schulz
	10.11.2010	Edi Lanzinger
	19.11.2010	Armin Langer
	26.11.2010	Peter Engels
	01.12.2010	Axel Nolte
	10.12.2010	Gisela Schulz
	29.12.2010	Edi Lanzinger

andere Einrichtungen:

Fachambulanz Langerstraße	Heinz Drillen
Tagesklinik Langerstraße	Reinhard Metz
Markushaus Fliedner- Krankenhaus (Siloah)	Heinz Drillen Brunhilde & Dieter Dupick
Jugendarrestanstalt Heyerstraße	Heinz Drillen Reinhard Metz
GAT Tagesklinik Flurstraße 47	Reinhard Metz

Supervision für Gruppenleiter und Stellvertreter

Bendemannstrasse 17, 10.00 bis 16.00 Uhr

**Anmeldungen zur Supervision
bis spätestens eine Woche vor
dem jeweiligen Termin im Büro.**

04. Dezember 2010

Bitte den Termin vormerken.

Kreuzbund-Gruppen im Begegnungszentrum (BZ), Bendemannstraße 17 / 19.30 - 21.30 Uhr

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
BZ 15 Thomas Hintzen Tel.: 02132/969834	BZ 14 Nachmittags 17.15 bis 18.45 Byrthe Schmidtke, Tel.: 1588051	BZ 9 Vormittags 11.00 bis 13.00 HeinzDrillen, Tel.: 4383998	BZ 8 Christa Thissen, Tel.: 356617	BZ 20 Nachmittags 16.00 bis 18.00 Uhr Mehrfachabhängigkeit Kooperation mit SKFM-Kompass Christiane Martin, Tel.: 17520880 Peter Konieczny Tel.: 02173/2035750
	BZ 1 Erika Worbs, Tel.: 152134	BZ 3 Beate Guttenbach, Tel.: 5144554		
	BZ 2 Heinz Wagner, Tel.: 7332562	BZ 10 Michael Gatzke, Tel.: 785746		
	BZ 21 Psyche und Sucht Joachim Oelke, Tel.: 2103034			BZ 6 Eduard Lanzinger Tel.: 9269250

Kreuzbund-Gruppen in den Stadtbezirken / 19.30 - 21.30 Uhr

Bilk-St. Martin Gemeindezentrum Gladbacher Str. 11 Reinhard Metz, Tel.: 571859	Rath Pfarre Heilig Kreuz Rather Kreuzweg 43 Theo Bodewig, Tel.: 285819	Seniorengruppe Nachmittags im BZ 15.00 bis 17.00 Uhr jeden zweiten Mittwoch im Monat Brunhilde & Dieter Dupick Tel.: 0203/740951	Bilk 1 Pfarre St. Ludger Merowingerstr. 170 Frauke Mühlmann, Tel.: 314364	Wersten Mitte Stephanushaus– Ev. Gemeindezentrum Wiesdorfer Str. 11 - 15 Axel Nolte, Tel.: 789856 Kommissarisch
	Unterrath Pfarre St. Bruno (Pfarrzentrum) Kalkumer Str. 60 Detlef Krause-Plate Tel.: 59813966		Derendorf Pfarre Heilig Geist Ludwig-Wolker Str. 10 Renate Ummelmann, Tel.: 446987	
	Urdenbach Begegnungszentrum Diakonie Angerstr. 75 a Gerhard Wanhorst, Tel.: 242446		Flingern Begegnungstätte Liebfrauen Flurstrasse 57 c Hans Kieschewski, Tel.: 234947	
			Kaiserswerth Ev. Tersteegen-Kirchengemeinde Tersteegenstr. 88 Willi Sievers, Tel.: 5381316	Kreuzbund Sportgruppe Nähere Informationen auf Seite 10

Kreuzbündkontakte

KREUZBUND-Kreisverband Düsseldorf

Büro & Begegnungszentrum

Telefon 0211/ 17939481

Telefon 0211/ 17939482

Fax 0211/ 16978553

Vorstand

Peter Konieczny 02173/ 2035750

(Mobil) 0172/ 2832057

Heinz Drillen 0211/ 4383998

(Mobil) 0176/ 54663359

Reinhard Metz 0211/ 571859

Axel Kruß 0160/ 93580477

Sigrid Beckmann 0211/ 413387

(Mobil) 0157/ 73186083

Klaus Kehrbusch 0211/ 355931-10

(geistl. Beirat)

Einzelgespräche nur nach
telefonischer Vereinbarung

Anmeldung im Büro, ☎ 0211/17939481

Beratung bei
Medikamentenabhängigkeit
bietet an:

Leonore Engelhardt

☎ 0211/682499

Email: leonore.engelhardt@t-online.de

Probleme mit Alkohol?

Angstattacken?

Depressionen?

Partnerschaftskonflikte?

Ich biete Ihnen professionelle
psychologische Beratung an:

Leonore Engelhardt ☎ 0211/682499

Ansprechpartner der Region

Nord in der Erzdiözese Köln:

Reinhard Metz

Regionalbeauftragter

Düsseldorfer Str. 153

40545 Düsseldorf

Tel.: 0211/571859

Fax: 0211/16978553

reinhard.metz@kreuzbund-duesseldorf.de



Notrufnummern

Telefonnotruf 0211/ 325555

Telefonseelsorge 0800/ 1110222

Café Drrüsch (Treff-In) 0211/7353-206

Suchtambulanz
Grafenberg 0211/9 22-36 08

Öffnungszeiten

Büro Bendemannstraße:

Montag bis Freitag

11.00 Uhr bis 13.00 Uhr

Bundesverband Hamm

Münsterstr. 25, 59065 Hamm

Zentrale 02381 / 672720

Diözesanverband Köln

Georgstr. 20, 50676 Köln

Telefon 0221 / 2722785

Fax 0221 / 2722786

Praktikum im Kreuzbund – ein prägendes Erlebnis

Vor Praktikumsantritt waren meine größten Ängste zum Einen die Angst vor Extremsituationen, wie z.B. alkoholisierte Menschen, die in den Kreuzbund kommen und dort Unruhe stiften. Zum Anderen war ich ängstlich davor, nicht von der Gemeinschaft aufgenommen zu werden (sowohl von den Mitarbeitern, als auch von den Mitgliedern) und als Außenstehender bzw. Nicht-Abhängiger keinen Einblick in das Geschehen bei der Suchthilfe zu bekommen.

Meine positiven Erwartungen lagen besonders darin, dass ich mich gefreut habe auf viele neue Erfahrungen und andere Sichtweisen im Leben.

Ich kann eigentlich nur positive Erfahrungen aus meinem Praktikum mitnehmen. Sowohl im Büro, in der Cafeteria, als auch in den Gruppen wurde ich freundlich aufgenommen und bei Fragen wurde mir stets geholfen. Meine Ängste haben sich glücklicherweise nicht bestätigt. Weder bin ich in Extremsituationen geraten, noch kann ich sagen, dass ich in irgendeinem Teil des Instituts nicht aufgenommen wurde. Außerdem bin ich der Meinung, dass ich einen sehr guten Einblick in das Leben von Alkoholikern bekommen habe und auch nur kleinere Probleme hatte, mich mit ihrer Lage auseinander zu setzen.

Meine positiven Erwartungen hingegen haben sich erfüllt. Ich habe sowohl viele neue Sichten auf das Leben gewonnen, als auch neue Erfahrungen gesammelt.

Ich denke, dass ich sagen kann, dass mich das Praktikum, besonders in Sicht auf Alkohol, auf neue Wege gebracht hat über Alkohol nachzudenken. Ich bin oft in mich selbst gegangen und habe darüber nachgedacht, wie schnell man doch in die Abhängigkeit gelangen kann und dass auch ich schnell selber hineinrutschen kann. Mir hat es auch gezeigt, offener auf Leute zuzugehen, die zu oft zu viel trinken und diese darauf hinzuweisen. Es wurde oft in den Gruppen gesagt, dass man den Leuten dankbar ist, die einen in dem Moment runtergeholt haben, beispielsweise, indem sie die Betriebsleitung im Beruf darauf hingewiesen haben, und nicht den Leuten, die nur zugeguckt haben und immer freundlich zu einem waren.

Auch in meiner Freizeit habe ich viel mit Freunden und Familie über meine Erfahrungen und persönlichen Eindrücke geredet. Oft war ich noch längere Zeit am Tag geprägt vom Praktikum und habe mir viele Gedanken gemacht.

Zum Schluss denke ich, dass man sagen kann, dass das Sozialpraktikum beim Kreuzbund ein sehr prägendes ist und man auf jeden Fall sehr viel mitnimmt. Es ist interessant, wie Menschen mit ihrer Sucht umgehen und vor allem, wie sie es wieder da raus geschafft haben.

Julius Baumgart
Schüler der 11. Klasse

Nordrheinische Arbeits- gemeinschaft für Suchtfragen

Einladung zur Fachtagung Garath 2010

Leben in Balance mit S.o.G. – Suchtselbsthilfe optimieren durch Gesundheitsförderung



**Samstag,
6. November 2010
Freizeitstätte Garath
Fritz-Erler-Straße 21
40595 Düsseldorf–Garath**

S.o.G. – Leben in Balance

Die Förderung der Gesundheit von Suchtkranken steht im Focus des S.o.G. Projektes, das Gesundheitsprojekt der fünf Selbsthilfeverbände. Dieses einmalige 3-jährige Projekt endete offiziell am 30.09.2010 und dennoch wollen wir den Grundgedanken von „Suchtselbsthilfe optimieren durch Gesundheitsförderung“ zum Motto unserer Jahrestagung machen. Wir sind überzeugt, dass die Wiederherstellung von Gesundheit die zufriedene Abstinenz weiter fördert und stabilisiert. Unser Ziel ist es, innerhalb der Suchtselbsthilfe ein Bewusstsein für die Wiederherstellung der Lebensbalance zu schaffen. Mit einer kleinen Auswahl von Aktivitäten bieten wir Ihnen Impulse für neue Gesundheitsquellen, die jede / jeder auch ohne Vorkenntnisse praktisch erfahren und erleben kann.

S.o.G ist nach unserer Auffassung einfach notwendig, um Menschen für eine neue Lebensorientierung innerhalb der Suchtselbsthilfe zu motivieren.

In den Workshops bieten wir Praxisbeispiele für eine kreative, erlebnisorientierte und gesundheitsfördernde Selbsterfahrung.

Programm

09.30 Uhr
Anreise/Stehcafe

10.00 Uhr
Begrüßung
Georg Seegers (Nordrh. Arge)

10.10 Uhr
Impulsreferat
Selbsthilfe – der ideale Ort für
Gesundheitsförderung ?!
Dr. Michael Tremmel
Kreuzbund e.V.
(Bundesverband)

11.15 Uhr
Workshops – 1. Runde
(WS 1 bis WS 9)

13.00 Uhr
Mittagspause / Imbiss

14.00 Uhr
Workshops – 2. Runde
(WS 1 – WS 9)

15.45 Uhr
Plenum

16.15 Uhr
Ende der Fachtagung

Anmeldung

Bitte richten Sie Ihre Anmeldung mit
Ihrem Teilnahmewunsch für eine
Arbeitsgruppe schriftlich
bis spätestens

31. Oktober 2010

an die
Nordrheinische Arbeitsge-
meinschaft für Suchtfragen
Geschäftsstelle
Udo Sauermann
Saarner Straße 137
45479 Mülheim a.d.R.
Fax: 0208 48 65 16
eMail: usa@guttempler-nrw.de



Tagungskosten

Die Tagungskosten betragen ein-
schließlich eines Imbisses 10 EURO,
die in bar vor Ort zu entrichten sind.

(Anmeldebogen im Büro
Kreuzbund Düsseldorf)

Trödelmarkt im Kreuzbund

am 21.11.2010 von 10:00 – 16:00h

Der Kreuzbund veranstaltet am 21.11.2010 auf der Bendemannstrasse einen Trödelmarkt in den 3 Gruppenräumen der 2. Etage.

Jeder, der gerne mitmachen möchte, kann einen Tisch reservieren und seine Sachen zum Verkauf anbieten.

Die Tische sind jeweils 1,20 m x 0,70 m.

Da wir nur begrenzt Tische zur Verfügung haben, geht's nach dem Prinzip — wer zuerst kommt, verkauft zuerst.

Anmeldung zwecks Tischreservierung bitte in der Cafeteria bis zum 19.11.2010.

Für alle Trödler und Besucher bietet die Cafeteria leckeren Grünkohl mit Mettwurst zum Preis von €3,50 an!

Frauenarbeitskreis - Frauenaktivtag in Hagen

Am 21.08.2010 war es mal wieder so weit. Der Frauenarbeitskreis aus Düsseldorf hatte seinen Frauenaktivtag.

Früh um 7:30 Uhr trafen wir uns am Hauptbahnhof Düsseldorf, um mit dem Zug nach Hagen zu fahren. Diese Zugfahrten werden immer von allen sehr genossen. Wir sitzen eng zusammen und erzählen uns das ein oder andere Anekdotchen aus unserem Leben. Man kommt sich auch privat näher und lernt einander besser kennen.

Diesmal fuhren wir zum Freilichtmuseum nach Hagen. Nach rund einstündiger Zugfahrt stiegen wir bei strahlendem Sonnenschein aus dem Zug und nahmen den Bus bis zum Museum.

Das Museum zeigt Momente der Handwerks- und Technikgeschichte Westfalens und Lippes vom endenden 18. bis ins 20. Jahrhundert. Unverwechselbar ist das Konzept: Es ist das einzige Freilichtmuseum in Europa, das sich ausschließlich der Geschichte von Handwerk und Technik widmet.

Uns erwartete also ein interessanter Spaziergang. Wir, das waren Siggie, Christa, Irmchen, Rotraud, Käthe und ich (Gabi).



Wir haben wirklich viel gesehen. Aus verschiedenen Orten der Umgebung wurden originalgetreu die alten Häuser wieder aufgebaut und in ihnen fand man historische Werkstätten, die ebenfalls originalgetreu aufgebaut waren.

Bei einer Live-Vorführung konnte man sehen, wie man Nägel schmiedet. Weiter konnte man Werkstätten besuchen, in denen früher Zigarren gerollt, Öl gepresst, Löffel geschnitzt oder Seile geschlägelt wurden.

Nachdem wir uns alles angesehen hatten und in vielen alten Häusern waren, stärkte sich unsere Truppe mit Würstchen und Schmalzbrotchen. Die Rückfahrt verlief ebenfalls sehr unterhaltsam und was kam zum Schluss ???

Na wie immer der große Eisbecher in Düsseldorf.

Gabriele Erika Michels

Das Leben mit einem Alkoholabhängigen

Durch die Anregung eines Mitgliedes unserer Selbsthilfegruppe in Monheim möchte ich einmal versuchen meine Erlebnisse und Gedanken, mit einem Alkoholiker verheiratet zu sein, nieder zu schreiben.

Wie hat es vor vielen Jahren bei meinem Mann angefangen? Es ist schon so lange her und wie jeder Betroffene sicherlich auch weiß, ein schleichender, über Jahre hinweg gehender, Prozess. Der am Anfang auch keinerlei Aufmerksamkeit bekommt, einfach keine Beachtung findet. In der Gesellschaft ist ja Alkohol zu trinken ein Zeichen dafür das man jemand ist. Heute weiß ich sehr wohl, das damit lediglich Probleme ertränkt oder sagen wir „weggetrunken“ werden. Was keinesfalls auf diese Weise möglich ist. So langsam und über Jahre hinweg wurde der Bedarf, oder nennen wir es Durst, größer und immer größer. Damit vermeintlich niemand etwas bemerkt, wurde heimlich getrunken und die leeren Flaschen natürlich versteckt. Es ist lächerlich zu glauben, dass die nächsten Angehörigen nichts davon mitbekommen. Das Gegenteil ist der Fall. Misstrauen, Zorn und ewige Auseinandersetzungen sind die Folge.

Nun, wie geht man als Ehefrau damit um? Eine schwere Frage. Niemand ist in dieser Situation ein Fachmann. Jeder Betroffene ist Laie und handelt hier aus dem Bauch heraus. Diesen Menschen, der, wie ja zu sehen ist, auf dem besten Wege ist sich selbst zu zerstören, hat man doch einmal geliebt. Es ist grausam zu sehen, wie der Alkohol die Persönlichkeit eines Menschen verändern kann. Mein Mann war für mich immer wie der Fels in der Brandung, auf den man sich in allen Belangen des Lebens bedingungslos verlassen konnte. Leider habe ich feststellen müssen, dass Appelle — doch damit aufzuhören — keinen Erfolg zeigten und natürlich ungehört verhalten.

Ich wusste nicht mehr weiter. Ihn unter Druck setzen? Vielleicht. Das Glück hat mir dabei geholfen. Sein gesundheitlicher Zustand war so schlecht geworden, dass er selbst endlich zu einem Arzt ging und sich diesem erklärte. Der Arzt sprach ihm kräftig ins Gewissen, gab ihm gleichzeitig eine Einweisung fürs Krankenhaus mit. Kurze Zeit darauf ging er freiwillig zur Entgiftung dorthin. Dies war der Anfang für eine neue und hoffentlich alkoholfreie Zeit.

Direkt nach seiner Entlassung gingen wir beide in eine Selbsthilfegruppe. Die, wie ich glaube, eine große Hilfe auf dem Wege zum Trockensein und damit auch -bleiben, sein wird. Es gab dann doch noch einmal einen Rückfall. Dem eine weitere Entgiftung folgte und darauf eine Langzeit-Therapie. Ich glaube, dass ihm diese den Rücken stärken wird und das Rüstzeug gibt für eine noch hoffentlich lange Zeit des Trockenseins. Ich habe meinen Mann gerne auf diesem Weg begleitet, da ich sehen und erleben durfte, welche Anstrengung er auf sich nahm und was für ein schwerer Weg es ist vom Alkohol wegzukommen, dem man einmal verfallen war. Heute verstehe ich, dass es mit den Worten – einfach aufhören – nicht getan ist.

Ich möchte allen Menschen, die ein gleiches Schicksal tragen müssen, Mut machen ihren Angehörigen zu helfen. Auf welche Weise dies geschieht hängt allein vom jeweiligen Einzelfall ab. Wo bei ich mir durchaus im Klaren bin, dass es Fälle gibt, wo lediglich ein radikaler Schnitt die bessere Hilfe ist.

Wie mein Weg mit meinem Ehemann weiter verlaufen wird muss die Zeit zeigen. Ich hoffe das wir noch einige schöne Jahre miteinander verbringen dürfen.

Ich habe hier versucht in ein paar Zeilen das Leben mit meinem Mann in einer Zeit von über 10 Jahren zusammenzufassen. Einzelheiten zu beschreiben möchte ich dabei vermeiden. Die endlosen Exzesse und totalen Abstürze kennt wohl jeder Betroffene selbst sehr gut.

Dieses Kreuz hat sich eingepägt und wird uns für allezeit unvergessen bleiben, als Warnung und natürlich auch als Hoffnung für eine bessere Zeit.

Helga K.
Gesprächsgruppe Monheim

III. Reminiszenzen einer Betreuung 3 von 4

Einer für alle, alle für einen. Mit der Katja haben wir einiges erlebt. So stand im Bosten-Club die Karnevalsfeier an. Der Kreuzbund brauchte wie immer Geld oder Nahrungsmittel und Getränke. Katjas Gespräche nahmen immer den gleichen Verlauf, wenn sie etwas von einem wollte. Der damit endete, dass der bzw. die einzelne eine Aufgabe übernommen hatte, von der er bzw. sie bis dahin noch gar nicht wussten, dass es sie gibt. Eine solche Rede fing wie folgt an: Lieber Wilfried, ich wollte mal fragen, wie es euch geht. Dir geht es gut, aha der Gabi auch, ja, weshalb ich anrufe, ihr habt doch bestimmt eine Kantine. Kannst du den Pächter nicht mal fragen, ob er uns für Samstagmittag eine Erbsensuppe machen kann? Ich melde mich bei dem Pächter, erkläre ihm wer und was der Kreuzbund ist. Er verspricht mir, dass er die Suppe kochen würde, und auch, sie am Samstag selbst zu bringen. Soweit so gut. In weiser Voraussicht habe ich den Pächter auf Katja vorbereitet und wie ich es erwartet habe, kam die gute und erklärte unserem Koch wie die Suppe gekocht wird. Kein Alkohol, aber auch keinen Tropfen. Der gute Mann war fast bewusstlos. Er überzeugte die Katja, dass sie nicht noch einmal zu kommen brauche, er habe alles begriffen. Katja kam zu mir ins Büro. Das heißt, sie blieb bei offener Tür im Rahmen stehen, erklärte, dass ich mich nicht mehr um die Suppe kümmern brauche, sie habe das alles mit dem Kantinenpächter geklärt und ihn eindringlich darauf hingewiesen, in die Suppe kommt kein Alkohol, übrigens ein sehr netter Mann, aber wie Männer nun mal sind, hilflos; sie brauchen eine ausführliche Unterweisung. Die Tür ging zu, Katja war weg. Mein Kollege sagte: auch nicht ganz einfach, die Dame.

Eine andere Situation.

Das Telefon klingelt, Katja: Wie geht es dir und was macht Gabi? Es ist sicher alles in Ordnung, ihr kommt ja auch schon lange zu mir zum Gruppenabend. Übrigens, habe ich schon gesagt, dass du zum nächsten Gruppenabend ein paar nette Worte zu Papier bringst? Die Rosie wird 50, die freut sich, und wenn du schon dabei bist, der, du weißt schon, der Bankmensch, der Pedant, wird auch 50. Ja dann bis zum nächsten Gruppenabend. Gruß an Gabi. Hallo Katja! Sie hatte aufgelegt. Der nächste Gruppenabend ist morgen. So hatte ich wieder eine Aufgabe übernommen, bei der ich das Gefühl hatte: so ganz freiwillig war die Entscheidung nicht. Es gibt soviel von und über Katja zu sagen und zu schreiben, das würde für von Buch reichen.

Noch ein paar Episoden.

Bei einem Gruppenabend hatte ich Katja darauf hingewiesen, sie solle doch aus ihrem persönlichen Erfahrungsschatz uns was mitteilen und nicht was aus Büchern vorlesen. Es kam keine Antwort. Das war kein gutes Zeichen. Bei dem nächsten Gruppenabend fand sie folgende Worte für angebracht. In dieser Gruppe ist jemand, der es mir verbietet aus einem Buch vorzulesen, von dem ich glaube das ich den Sachverhalt nicht besser formulieren könnte. Meine Worte, ihr Wissen und ihr Einfühlungsvermögen hätte doch eine stärkere Überzeugungskraft und würde uns doch eher weiterhelfen, wurden mit einem Lächeln und den Worten begleitet: Sie wisse das schon, wollte uns nur den Unterschied mal vor Augen halten. Katja war mein Lieblingsgegner im Kreuzbund. Es gab auch so viele Punkte, bei denen wir streiten konnten. So zum Beispiel bei einem Blitzgespräch. Ein Gruppenmitglied, bei der ich nicht wusste ob sie taubstumm ist oder nur schweigt, sprudelte vor Glück, dass ihr das Sprechen gelang, die Worte nur so raus. Katja unterbrach sie mit den Worten, es ist ein Blitzgespräch, du kannst nachher loslegen. Eine alte Labertasche in der gleichen Runde konnte ihren geistigen Durchfall los werden. Da packte mich die Wut und ich ging nach Haus. Katjas Anruf am gleichen Abend kam für mich nicht überraschend. Das du einfach die Gruppe verlässt, geht überhaupt nicht. Außerdem war das von mir bewusst so gemacht, ich wollte, dass sie sich wehrt und sich nicht so einfach abwimmeln lässt. Ja Katja, ich habe es nicht einfach mit dir.

Ein auf der Autobahn eingesetzter Polizist beschwerte sich an einem Gruppenabend, dass seine Partnerin ihm einen Punsch gemacht habe, das ganze Haus stinkt nach Alkohol. Das Getränk war ohne einen Tropfen Alkohol, sei aber vom Geruch her für einen alkoholkranken Menschen dazu angetan, an Alkohol zu denken, und somit nicht gut. Das war soweit so gut, nur eine Woche später, die Witterungsverhältnisse gleich, also saukalt, in der Kirche, Katja hatte alles organisiert, die Gruppenmitglieder eingeteilt, an wichtigen Punkten in der Kirche Tische und Stühle aufstellen lassen, es gab Gebäck und nach Alkohol stinkenden Punsch. Die gesamte Kirche roch wie die Rotweinbude auf dem Weihnachtsmarkt. Katja, darauf angesprochen, gab zur Antwort, in den Geschäften werden die Regale auch nicht leer geräumt wegen uns. Die Situation bei dem Autobahnpolizisten sei mit der in der Kirche nicht vergleichbar. Ich soll nicht soviel meckern.

So war sie und sie war gut so.

Wilfried Bloser
Fortsetzung im nächsten Heft

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.
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 Kreuzbund e.V.:
Dein Kfz ist kaskoversichert, wenn Du für den Kreuzbund unterwegs bist.
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! (Beitrag 6,00 €monatlich)

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

Ohne Mitglieder kein Verband!

Ohne Verband keine Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft!

BEITRITTSERKLÄRUNG

Durch Unterschrift erkläre ich meinen Beitritt zum Kreuzbund e.V. und erkenne als Mitglied die jeweils geltende Kreis- und Bundessatzung an.

Beitragszahlungen auf folgendes Konto:

Stadtparkasse Düsseldorf - Kto.-Nr.: 10 19 23 34 - BLZ: 300 501 10

Ich besuche die Gruppe: _____

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



Zur diesjährigen **Adventfeier**
laden wir
am **05.12.2010**
nach **St. Lambertus** ein.



Der Gottesdienst beginnt
um **14:00** Uhr
in **St. Lambertus**.

Das gemütliche Beisammensein
findet anschließend
im **Lambertus-Saal** statt.

**Kuchenspenden sind herzlich
willkommen!!!**

**Redaktionsschluss für das nächste
„KREUZ bunt+aktuell“
No. 125 / 2011
ist der 10.12.2010**

Impressum



Herausgeber:
KREUZBUND Kreisverband Düsseldorf e.V.
Bendemannstraße 17 * 40210 Düsseldorf
Tel. : 02 11 / 17 93 94 81
FAX : 02 11 / 16 97 85 53
Homepage: www.kreuzbund-duesseldorf.de
E-Mail: redaktion@kreuzbund-duesseldorf.de

Verantwortlicher Redakteur:
R. Metz
Redaktion:
S. Beckmann, C. Blasche, P. Bleich,
A. Heymann, G. Michels,

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

Satz: C. Blasche
Binden: B. + D. Dupick



Bankverbindung und Spendenkonto:
Stadtsparkasse Konto: 10192334 BLZ: 300 501 10

6x jährl. (KB-Eigendruck)
Auflage: 650 Stück

124 / 2010