

KREUZ *bunt+
aktuell*



KREUZBUND

Nr. 135 September/Oktober 2012

Das Magazin des Kreuzbund Kreisverbandes Düsseldorf e.V.



Biker & auf Tour

Editorial

Nach und nach trudeln sie alle wieder ein. Nach einem Sommer, der viele aus dem Lande trieb und erst zum Finale sommerlichen Ehrgeiz zeigte, kehren die Urlauber heim, beladen mit etlichen Gigabytes an Fotos und Erinnerungen, an Erlebnisse, Eindrücke, Begegnungen. Auch die Daheimgebliebenen ließen es etwas langsamer angehen, gingen zwischen zwei Schauern spazieren oder genossen die Ruhe im Garten oder auf dem Balkon.

Einiges davon findet sich in dieser Ausgabe, die sich aber als Schwerpunkt einem Phänomen widmet, das gerade im Kreuzbund Düsseldorf kultähnliche Züge annimmt: ***Drrüsch Biking***.

Wie kommt es, dass immer mehr Kreuzbündler sich nach dem Verzicht auf Alkohol aufs Motorrad schwingen und einzeln und in Gruppen ins Umland ausschwärmen?

Auf Nachfrage versichern sie, dass es nicht der Rausch der Geschwindigkeit sei, der sie dazu treibt. Raserei ist gerade nicht ihr Ding. Es ist vielleicht eher das Gefühl der Freiheit, das Bei-sich-selbst-Sein, das sie beim entspannten Dahingleiten spüren.

Auch das Miteinander spielt eine Rolle, das Fachsimpeln und Frotzeln über *Güllepumpen* und rollende Fernsehsessel.

Inzwischen hat sich ein fester Kreis gebildet, der sich auch mit eigenen Abzeichen und Fanartikeln profiliert. Jo Oelke stellt das Angebot in dieser Ausgabe vor.

Redaktion

Ruht ein wenig aus

Im Evangelium wird berichtet, wie die Jünger zu Jesus nach langer Tour von unterwegs zurück kommen und ihm von ihrer anstrengenden Arbeit erzählen. Jesus lädt sie ein, den herausfordernden alltäglichen Dienst zu unterbrechen: „Kommt mit an einen einsamen Ort, wo wir allein sind, und ruht ein wenig aus.“ Denn sie fanden nicht einmal Zeit zum Essen... (Markus 6,31).

Wir Menschen sind von Gott her nicht so gedacht, dass Arbeit unser Leben sein soll und wir rund um die Uhr möglichst störungsfrei „funktionieren“. Die Bibel berichtet gleich zu Anfang, dass selbst Gott nach der Erschaffung der Welt am siebten Tag ruhte und diesen Ruhetag für heilig erklärte (Genesis 2,2-3). Heute sind in unserem Berufsleben die Pausen- und Urlaubszeiten fest geregelt. Und den Sonntag als zweckfreien gemeinschaftlichen Ruhetag und Tag des Gottesdienstes gilt es nach Kräften zu schützen und zu stärken. Dass Menschen im Beruf und im ganzen Leben nicht einfach „störungsfrei funktionieren“ – eben weil wir Gott sei Dank freie Menschen und keine programmierten Maschinen sind - , davon können im Kreuzbund viele gute und auch manche leidvolle Geschichten erzählt werden.

Ich hoffe, dass viele in der Urlaubszeit einmal längere Zeit am Stück durchatmen konnten. Aber auch im Alltag brauchen wir wie im Evangelium beschriebene Atempausen für Leib und Seele. Ob es eine bessere Erholung geben kann, als wenn wir uns ausruhen bei Gott, der uns diese Ruhe seit Beginn der Schöpfung zugedacht hat? Ich wünsche uns allen Erfahrungen der Ruhe und Stille bei Gott, wie sie eine aus dem Japanischen kommende Übersetzung des Psalm 23 beschreibt:

„Der Herr gibt mir immer wieder Augenblicke der Stille,
eine Atempause, in der ich zu mir komme.

Er stellt mir Bilder vor die Seele, die mich sammeln und mir Gelassenheit geben.

Oft lässt er mir mühelos etwas gelingen, und es überrascht mich selbst, wie zuversichtlich ich sein kann.

Ich merke, wenn man sich diesem Herrn anvertraut, bleibt das Herz ruhig.“

Klaus Kehrbusch, geistlicher Beirat

Neues aus dem Vorstand

+++ 25 Jahre BZ +++

Das „BZ“, Begegnungszentrum Bendemannstraße 17, wird in diesem Jahr 25 Jahre alt. Das Ereignis soll am Freitag, 05. Oktober 2012, 11 Uhr mit einem Empfang für Kreuzbündler und externe Gäste gefeiert werden. Am Samstag, 06. Oktober, plant die Cafeteria-Crew um Reinhold Thüs ein Oktoberfest mit Schweinshaxe und Fingerhakeln.

+++ Gruppenleiter-Seminar vom 21. – 23. September 2012 +++

„Du+Ich=Miteinander“ ist das Motto des Projekts, mit dem die Zusammenarbeit zwischen Gruppen und Stadtverband gestärkt und weiter entwickelt werden soll. Nach der Vorstellung des Projekts beim Gruppenleiter-Arbeitsgespräch Anfang des Jahres hat der Vorstand für Gruppenleiter bzw. Vertreter ein Wochenendseminar im Tagungshaus „Maria in der Aue“ vorbereitet. Mit der Moderatorin Brigitte Emunds findet Ende August ein Vorgespräch des Vorstandes statt, in dem Struktur und Ablauf erarbeitet werden.

+++ Kontakt mit Bewährungshilfe aufgenommen +++

Am 26. Juli informierten sich die Leiterin der Bewährungshilfe, Frau Küster, und vier Mitarbeiterinnen im BZ über die Arbeit des Kreuzbundes und mögliche Kooperation bei der Betreuung abhängiger „Klienten“. Über komm-pass, die Suchtberatung des SKFM, werden künftig unter Bewährung stehende Personen an die Gruppen – speziell an die gemeinsam geleitete Gruppe für Mehrfach-Abhängige – vermittelt.

+++ Fachtagung Garath am Samstag, 03. Nov. 2012, 10.00 Uhr +++

Die nordrheinische Arbeitsgemeinschaft zur Vorbereitung der Tagung traf sich Ende August im BZ, um das Programm zu erarbeiten. Alle Kreuzbündler sind zu dieser traditionsreichen Veranstaltung der Selbsthilfe herzlich eingeladen.

Der Vorstand

Abstinenz und Motorradfahren - Motorradfahren und Abstinenz

Für diesen Beitrag saß ich erst mal da und fragte mich: Wie und womit fange ich an, „wie sag ich’s meinem Kinde“? Fragt man einen Biker: „was bringt, gibt dir das Biken?“ kommt zunächst oft die spontane Antwort: ääh, weil’s schön is (meist wird gesagt: weil’s geil ist). Wer, was hilft mir nun beim Einstieg zum Artikelthema

"Was finden abstinente Alkoholiker am Biken so schön?".

Nun, die Redaktion hat mir den Einstieg in meinen Beitrag leicht gemacht. Die Gestaltung der Titelseite, insbesondere die Worte

~~"Sauf Tour "~~ sind schon mal die erste Brücke.

Eines ist klar und wird wohl jeder Biker bestätigen: Motorradfahren geht mit Alk & Co nicht. Das sind Dinge, die nicht nur nicht zusammenpassen, sondern: was manchem noch auf vier Rädern gelingt, bei zwei Rädern scheitert er oder sie. Wohlbehalten am Ziel anzukommen, bedingt ein hohes Maß an Achtsamkeit / Aufmerksamkeit. Dafür - da sind wir uns wohl alle einig - braucht man `ne klare Birne. Im letzten Satz habe ich schon einen sehr wichtigen Grund angeführt: ein hohes Maß an ACHTSAMKEIT. Wenn ich mich aufs Mopped schwinge und achtsam durch die Botanik düse, haben andere Gedanken, Grübeln etc. keinen Platz. Das heißt auch, dass sich der/die Biker(in) unter Umständen eine Auszeit von der Alltagsproblematik einfach gönnt / nimmt und sich erst nach der Fahrt wieder mit „Alltäglichem“ oder „Problemen“ befasst; also: **Auszeit, Erholung bringt das Biken**. Mancher hat seit vielen Jahren, Jahrzehnten den ganz großen Wunsch, das Verlangen: ich will Motorradfahren. Diese Sehnsucht konnte jedoch aufgrund einer bestehenden Suchterkrankung nicht gestillt werden. Das bedeutet u.a.: die erreichte Abstinenz ist die Grundlage für die **Erfüllung langgehegter Wünsche**.

Freiheit wird in Verbindung mit dem Motorradfahren sehr oft erlebt, gefühlt und auch von den meisten Bikern genannt. Freiheit in mehrfacher Hinsicht. Frei von Suchtmitteln - grenzenlose Freiheit um einen herum/ sich im direkten Kontakt mit den Elementen, der Umwelt zu bewegen, fühlen und erleben - die Freiheit sich etwas Gutes zu tun, etwas Besonderes zu erleben - eine Freiheit bzw. Gefühle, die sehr schwer zu beschreiben sind.

Durch Landschaften, z.B. Eifel, zu fahren, ist ein Erlebnis für alle Sinne. Nicht nur das Schauen, Betrachten, sondern die Gerüche wahrzunehmen, ist ein Genuss; gleiche Waldstücke zum Beispiel riechen nach Tages-/Jahreszeit, Wetter und ... und ... und unterschiedlich. Gemähte Wiesen riechen nach Trocknungsgrad und natürlich auch nach enthaltenen Pflanzen / Kräutern verschieden. Den Fahrtwind, die Sonne, die Wärme oder auch frische Temperaturen direkt zu spüren sind ein **Genuss** ohne Gleichen. Solche Fahrten, das Dahingleiten auf Straßen mit schönen geschwungenen Kurven, das Erleben der soeben beschriebenen Genüsse, geben mir und vielen anderen Bikern eine besondere Art von **innerem Frieden** und sorgt für eine wohlige, spürbare **innere Wärme**.

Es ist aber auch die erlebte **Gemeinschaft** wenn wir miteinander unterwegs sind, verbunden mit sehr viel **Spaß**. Darüber hinaus ist die „Gemeinde der (aller) Biker“ eine etwas besondere Welt. Egal, wo man als Biker auf andere - bis dato unbekannte Menschen - Biker trifft, es wird sich nicht nur gleich geduzt, sondern man wird angenommen, ist im Kreis aufgenommen und sofort mit anderen im Gespräch. Die vorhandene Hilfsbereitschaft untereinander ist sicherlich überdurchschnittlich vorhanden. Weitestgehend kann man hier von einer **großen Familie** reden (natürlich gibt es auch dort das eine oder andere „Familienmitglied“, das man nicht). In den letzten Jahren ist der Kreis der Motorradfahrer im KREUZBUND Düsseldorf gewachsen. Neben spontanen Ausfahrten gibt es bei uns ein Jahres-Programm mit gemeinsamen Tagesfahrten, Wochenendfahrten, mehrtägige Touren; d.h. das Biken bedeutet für uns eine **wunderschöne Freizeitgestaltung** und **Lebensqualität**.

Aus Gesprächen weiß ich auch, dass das Motorradfahren für den einen oder anderen eine besondere Art von **Rückfallprophylaxe** bedeutet, die Abstinenz festigt. Das beschriebene Erleben, Fühlen und Genießen hat auch **antidepressive Wirkung**. Kurzum: das Motorradfahren ist nicht nur Spaß, Genuss, Freude, es bedeutet für uns auch **„für sich sorgen - sich Gutes tun“**. Für eine zufriedene Abstinenz ist insbesondere Letzteres ein sehr wichtiger Aspekt. Wir Biker tun dies (für sich sorgen - sich Gutes tun) zumindest teilweise über das Motorradfahren. Wie gesagt: teilweise! Auf keinem Fall will ich den Eindruck erwecken: Fahr Motorrad und alles ist/wird gut. Dafür ist noch einiges andere erforderlich, aber nochmals: Moppedfahren tut uns gut, macht Spaß und ist einfach geil. Ohne Abstinenz wäre all dies nicht möglich.

Seit Kurzem zeigen wir auch nach außen hin wer und was wir sind.

Als erstes haben wir uns nachstehend abgebildete Patches (Aufnäher für Jacken/Westen) anfertigen lassen. Mit diesem Logo



Patch



3D-Aufkleber



Anhänger mit Einkaufswagenchip

werden wir in Kürze die verschiedensten Artikel anbieten (Verkauf erfolgt zum Selbstkosten-Preis). U.a. sind dies Aufkleber, Ansteck-PIN's, Kaffeepott, Kettenanhänger, Gürtelschnallen, Pinnwandmagnete, Taschen-Messer mit Logo und individuellen Namen. Eine entsprechende Liste wird in Kürze erstellt und bekanntgegeben. Natürlich dürfen diese Artikel auch von „Nicht-Bikern“ gekauft werden. Ich wünsche euch alles Gute, allen Bikerinnen und Bikern stets gute Straßenhaftung, *euer Traktor-Jo!*

Joachim Oelke, Gruppe Psyche u. Sucht

Drrüsch Biker on Tour !!!

Endlich war es jetzt soweit, dass wir die geplante Wochenendtour machen. 8 Motorräder waren wir, als es kurz nach 9 Uhr vom Südring in Düsseldorf in Richtung Eifel los ging. Doch es sollte nicht bei 8 Bikes bleiben, da Udo mit seiner Tina den Termin verschlafen hatte, sind sie später unterwegs zu uns gestoßen.



Auch wenn das Wetter nicht so war wie es für die Jahreszeit normal gewesen wäre, das machte uns nichts aus, denn es gibt nur schlechte Kleidung und die hatte keiner.

Traktor-Jo hat eine ganz tolle Tour ausgearbeitet, welche uns zuerst durch die Eifel bis an die Luxemburger Grenze nach Bollendorf führte, wo die Jugendherberge war, in der wir übernachtet haben. Für mich selbst war es ein ganz tolles

Erlebnis, da meine letzte Übernachtung in der Jugendherberge zu meiner Schulzeit war. Sehr viel hat sich an der Aufmachung der Zimmer nicht geändert, war aber voll okay. Abends sind wir dann zu Fuß ins Dorf gegangen (Mensch, waren die Straßen steil). Als wir in der Imbissbude draußen beim Essen saßen, kam ein Wolkenbruch herunter, der nicht mehr enden wollte und keiner hatte einen Schirm; Taxi gab es auch nicht. Helga hat versucht aus einem Müllsack Regenkleidung selbst zumachen (nutzte aber auch nichts), also mit guter Laune den Berg wieder hoch (alle waren nass bis auf die Haut).

Am nächsten Morgen ging es nach einem guten Frühstück, bei gutem Wetter weiter durch Luxemburg, Belgien und durch die Eifel zurück nach Hause. Das Wetter blieb auch auf der Heimfahrt nicht gut, es gab reichlich Schauer, die uns aber nichts mehr ausmachten.



Möchte Allen ganz lieben Dank sagen für ein schönes Wochenende mit Freunden.

Mein besonderer Dank gilt Traktor-Jo für die tolle Führung. Unsere Gruppe sah toll aus mit Jo an der Spitze.

Liebe Grüße von
Biker Pits Sozia
Rosi

Grillen am Rhein

Auch wenn die Gruppe für Mehrfachabhängige (BZ 20) noch nicht so lange besteht – am Gruppendienstag, den 7.8., sollte das zwar wechselhafte, aber zumeist schöne Wetter zu einem ersten Gruppenausflug mit Kind und Kegel genutzt werden. Schnell kam der Vorschlag am Rhein zu grillen. Am Morgen sah es wettermäßig noch nicht so besonders gut aus und uns kamen Zweifel, ob das alles so klappt, wie wir uns das vorgestellt hatten. Gegen Mittag machten wir uns mit 2 vollgepackten Autos auf den Weg. Um 15 Uhr trafen wir uns alle unterhalb der Oberkasseler Brücke auf der anderen Rheinseite. Alle - das waren 14 Erwachsene, 3 Kinder und 2 Hunde.



Schnell fand sich ein schönes Plätzchen. Die mitgebrachten Decken wurden ausgebreitet, ein Tisch aufgestellt und die Salate, Saucen usw. darauf drapiert. Um das Grillgut zu verarbeiten kamen zwei Grills zum Einsatz. Die Stimmung war sehr gut und das Wetter spielte ganz hervorragend mit. Es war zwar sehr windig und so mancher Papp-teller, teilweise auch mit schon aufgelegtem Essen, wollte das Weite suchen; aber die Sonne schien – das war das Wichtigste.



So verbrachten wir ca. 3 Stunden bei gutem Essen, guter Laune und in schöner Umgebung.

Als es dann zum Aufbruch ging, packten alle kräftig mit an, um alles wieder den Hang zur Straße hoch zu schleppen. So war es ein wirklich gelungener Gruppenausflug und ein schöner Nachmittag am Rhein.



Gabi Konieczny im Namen der BZ 20

„Mit 66 Jahren ...

... da fängt das Leben an ...“, wusste schon Udo Jürgens und der war schon in seinen jungen Jahren kein Kind von Traurigkeit! Wenn man ihn heute gut erhalten aber doch ziemlich zerknittert sieht, hört das wilde Leben danach dann aber doch irgendwann wieder auf. In diesem Beitrag soll es um Veränderungen im Alter gehen, die vielleicht dauerhafter sind (und etwas näher an der Realität): meine Geschichte handelt vom Loslassen, vom inneren Schweinehund und von eckigen Heiligenscheinen.

Es ist jetzt schon anderthalb Jahre her, dass ich mit dem Rauchen aufgehört habe (kb-aktuell Nr. 125, S.21). Das bedurfte großer Anstrengung, wiederholte aber doch eigentlich nur den Verzicht auf Alkohol zehn Jahre zuvor. Lange hatte ich mich an beiden Suchtmitteln festgeklammert, so krampfhaft, dass sich der Griff nur unter Schmerzen lösen ließ. Damals tröstete mich die Idee, dass ich jetzt in einem Alter angekommen sei, in dem es nicht mehr ums Festhalten sondern ums Loslassen geht. Die Vorstellung war zwar etwas wehmütig, ließ aber die notwendigen Veränderungen als natürliche Anpassung an den neuen Lebensabschnitt erscheinen. Durch den Wechsel der Perspektive stand plötzlich nicht mehr der Verzicht, die Entbehrung im Mittelpunkt sondern der Gewinn an Freiheit und Unabhängigkeit. Mein Spruch lautete anstatt: „Ich **darf** nicht mehr trinken (rauchen)“, sondern: „Ich **muss** nicht mehr!“ Damit konnte ich mich zumindest an den guten Tagen motivieren.

Bis mir irgendwann auffiel, dass etwas nicht stimmte: eigentlich hatte ich nicht losgelassen sondern nur das Suchtmittel gewechselt. Ich hatte nämlich begonnen, hemmungslos Süßes zu futtern. Mein Weg hatte mich vom Kettenraucher zum Krümelmonster geführt. Meine Co-Partnerin versuchte ohne Erfolg, immer neue Verstecke für ihre Schokoladentafeln und Eisvorräte zu finden. War sie aus dem Haus, fing ich hemmungslos an zu naschen und hörte nicht auf, bis nichts mehr zu finden war. Gewichtszunahme ignorierte ich souverän. Der kleine Mann im Ohr hatte tausende Entschuldigungen und Rechtfertigungen dafür parat. Eh´ ich mich versah, hatten mich die alten Suchtmechanismen mit neuem Stoff wieder fest im Griff.

Erneut war es der Körper, der eine Veränderung erzwang. Anfang des Jahres stellte mein Hausarzt bei einer Routinekontrolle Zucker fest.

Erwischt! Seitdem heißt es wieder verzichten, kontrolliert essen, Sport treiben. Und siehe da: es funktioniert! Fünf Kilo sind schon weg, ich werde beweglicher und die Blutwerte sind im Rahmen (wenn auch mit Medikamenten). Der innere Schweinehund wehrt sich weiter mit gelegentlichen Fressattacken, aber meistens bin ich standhaft.



So standhaft, dass ich mich schon mal um einen Heiligenschein bewerben möchte. Auf Fresken in der kleinen Kirche St. Benedikt in Mals, Südtirol, sind auch damals noch lebende Personen mit Heiligenscheinen abgebildet. Im Unterschied zu den „echten“ Heiligen ist der aber nicht rund sondern rechteckig. So einen hätte ich auch gern als Lohn für meine Mühen: ich kann ihn ja weiter polieren, bis er rund wird!

Reinhard Metz



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!

**Annemarie (Anita) Schroers,
die am 15. September 2012 ihr
15jähriges KB-Jubiläum hat.**



Kreuzbundkalender

Wochenenddienste im BZ

01. und 02.09.2012	Bilk 1
08. und 09.09.2012	BZ 2
15. und 16.09.2012	Cafeteria-Team für Unterrath
22. und 23.09.2012	Cafeteria-Team für Flingern
29. und 30.09.2012	BZ 14
06. und 07.10.2012	Urdenbach
13. und 14.10.2012	Rath
20. und 21.10.2012	Derendorf 1
27. und 28.10.2012	Wersten-Mitte

KB-Termine:

10.09.2012	18.15 Uhr Vorstandssitzung
21. bis 23.09.	Gruppenleiterseminar-WE
24.09.2012	10.00 bis 12.00 Uhr Frauenfrühstück mit Claudia Stark, Bendemannstraße
08.10.2012	18.15 Uhr Vorstandssitzung
13.10.2012	10.00 Uhr Männerfrühstück
15.10.2012	10.00 bis 12.00 Uhr Frauenfrühstück mit Claudia Stark, Bendemannstraße
22.10.2012	18.00 Uhr Frauen-Arbeitsgespräch KB-D'dorf im BZ, Bendemannstraße

Kreuzbund-Vorstellungen in den Rheinische Kliniken

13 C	05.09.2012	Joachim Oelke
	12.09.2012	Peter Engels
	26.09.2012	Axel Nolte
	17.10.2012	Gisela Schulz
	31.10.2012	Peter Engels
	07.11.2012	Joachim Oelke

andere Einrichtungen:

Fachambulanz Langerstraße	Heinz Drillen
Tagesklinik Langerstraße	Heinz Drillen
Markushaus	Heinz Drillen
Fliedner- Krankenhaus	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.**

Bitte den Termin vormerken.

**08. September 2012
10. November 2012**

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

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
BZ 15 Achim Zeyer Tel.: 0211/38739827	BZ 22 „60 Plus“ Vormittags 11.00 bis 13.00 Uhr Claudia Stark / Reinhard Metz 1602-2135 571859	BZ 9 Vormittags 11.00 bis 13.00 HeinzDrillen, Tel.: 4383998	BZ 8 Christa Thissen, Tel.: 356617	BZ 6 Eduard Lanzinger Tel.: 9269250
	BZ 14 Nachmittags 17.15 bis 18.45 Uhr Byrthe Schmidtke, Tel.: 1588051	BZ 3 Beate Guttenbach, Tel.: 5144554		
	BZ 1 Erika Worbs, Tel.: 152134	BZ 10 Michael Gatzke, Tel.: 785746		
	BZ 2 Heinz Wagner, Tel.: 7332562			
	BZ 20 von 16.00 bis 18.00 Uhr Mehrfachabhängigkeit Kooperation mit SKFM-Kompass Info bei: Peter Konieczny, Tel.: 02173/2035750 oder Heike Schwarz Tel.: 0211/17520880		Selbsthilfe-Gruppe LVR-Klinikum im Sozialzentrum Gebäude 27, Raum 2 16.00 bis 18.00 Uhr Ansprechpartner: Peter Schmidt Tel.: 02104/176045	
	BZ 21 Psyche und Sucht Joachim Oelke, Tel.: 87594813			

Kreuzbund-Gruppen in den Stadtbezirken / 19.30 - 21.30 Uhr

Entlassenentreffen auch für stationäre Patienten LVR-Klinikum im Sozialzentrum Gebäude 27, Raum 2 17.00 bis 18.00 Uhr Ansprechpartner: Peter Schmidt Tel.: 02104/176045	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. Gemeinde- zentrum Wiesdorfer Str. 11 - 15 Inge Schünemeyer, Tel.: 5141326
	Unterrath Pfarre St. Bruno (Pfarrzentrum) Kalkumer Str. 60 Agathe Langner Tel.: 2206442		Derendorf Pfarre Heilig Geist Ludwig-Wolker Str. 10 Renate Ummelmann, Tel.: 446987	
	Urdenbach Begegnungszentrum Diakonie Angerstr. 75 a Gerhard Wanhorst, Tel.: 242446		Flingern ab 18.30 Uhr 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 12

Kreuzbündkontakte

KREUZBUND-Kreisverband Düsseldorf

Büro & Begegnungszentrum

Telefon 0211/ 17939481

Telefon 0211/ 17939482

Fax 0211/ 16978553

Vorstand

Peter Konieczny 02173/ 2035750

(Mobil) 0172/ 2832057

Joachim Oelke 0211/ 87594813

(Mobil) 0174/ 2088068

Reinhard Metz 0211/ 571859

Reinhold Thüs 0176/ 96440506

Gabriele Michels 0211/ 429688

(Mobil) 0173/ 7373407

Heinz Drillen 0211/ 4383998

(Mobil) 0177 7384752

Jochen Wachowski 0211/ 6581881

(Mobil) 0162/ 9673031

Klaus Kehrbusch 0211/ 355931-10

(geistl. Beirat)



Feiern im BZ

Nur mal zur Erinnerung:

Die Cafeteria und die Gruppenräume stehen auch für Eure privaten Feste zur Verfügung. **Für Mitglieder mietfrei.** Die Getränke stellt die Cafeteria zu den bekannt günstigen Preisen. Selbstverpflegung oder durch die Cafeteria nach Absprache mit Reinhold Thüs.

Der Vorstand

Einzelgespräche nur nach
telefonischer Vereinbarung
Anmeldung im Büro, ☎ 0211/17939481

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

Öffnungszeiten

Büro Bendemannstraße:

Montag bis Freitag

11.00 Uhr bis 13.00 Uhr



Notrufnummern

Telefonnotruf 0211/ 325555

Telefonseelsorge 0800/1110222

Suchtambulanz
Grafenberg 0211/9 22-36 08

Bundesverband Hamm

Münsterstr. 25, 59065 Hamm

Zentrale 02381 / 672720

Diözesanverband Köln

Georgstr. 20, 50676 Köln

Telefon 0221 / 2722785

Fax 0221 / 2722786

25 Jahre Begegnungszentrum Bendemannstraße 17

Nein, besonders einladend ist es nicht, unser „BZ“. Schon die Lage ist eher prekär: in einer abgelegenen Seitenstraße zwischen Hauptbahnhof und Charlottenstraße, wo gelegentlich Junkies mit ihrem Werkzeug hantieren und der Ordnungsdienst häufig seine Runden ums Parkhaus dreht. Auch das Gebäude, Hinterhaus der Kreishandwerkerschaft, könnte dringend etwas handwerkliche Verschönerung vertragen. Und um hineinzukommen, muss man die Klingel betätigen und dann zur Eingangstür im ersten Obergeschoss hinaufsteigen. Es sind also eine ganze Menge Hürden zu überwinden, bis der Besucher Kontakt zu unserer „niedrigschwelligen“ Einrichtung aufnehmen kann.

Dabei war dies vor 25 Jahren Teil eines sehr modernen Konzepts: Nähe zur Szene und die Chance, möglichst ungesehen eine Suchteinrichtung besuchen zu können. Obwohl das Bundessozialgericht fast 20 Jahre früher, im Jahr 1968, die Alkoholsucht als Krankheit anerkannt hatte, waren die Abhängigen bei Gründung des BZ im Jahr 1987 immer noch in der öffentlichen Meinung als willensschwache Versager stigmatisiert. So versuchten sie also ihre Abstinenz genauso zu verheimlichen wie zuvor ihre Trunksucht. Katja Kuhlen hatte damals ihre Verbindungen zur Kreishandwerkerschaft genutzt, um die Anmietung der Räume durch den Kreuzbund zu ermöglichen.

Therapeutische Angebote waren damals lange nicht so wohlfeil erhältlich wie heute. Wer nicht gerade volltrunken von der Straße aufgelesen wurde, hatte durchaus keine Garantie, in Grafenberg zur Entgiftung oder gar zu der dort damals noch angebotenen „Langzeit“ aufgenommen zu werden. Deshalb bot die Selbsthilfe notwendigen und auch von Angehörigen gern genutzten Rat und eine „Erste Hilfe“. Eine der Kernfunktionen des BZ war und ist es also, werktags rund um die Uhr von 10 bis 22 Uhr und am Wochenende und besonders auch an den Feiertagen von 10 bis 18 Uhr für Ratsuchende geöffnet und auch telefonisch erreichbar zu sein. Wir sind ein wenig stolz darauf, dass uns dies über die lange Zeit hinweg fast immer gelungen ist.

Die Nähe zur Caritas - Suchtberatung war dabei eine nicht zu unterschätzende Hilfe. Sie residierte bis zu ihrem Umzug in die Klosterstraße 88 im 3. Obergeschoss des BZ. So ergaben sich zwanglos Kontakte, die auch die Weiterleitung behandlungsbedürftiger „Fälle“ sehr erleichterte.

Inzwischen gibt es Bestrebungen beider Partner, auch die räumliche Nähe an anderer Stelle wieder herzustellen.

Das BZ beherbergt in den drei Gruppenräumen im 2. Obergeschoss etwa die Hälfte der Kreuzbund-Gruppen in Düsseldorf. Die anderen haben ihr Domizil meist in Pfarrgemeindehäusern im Stadtgebiet. Lange Jahre bis 2005 hatten Patienten aus Grafenberg die Auflage, einmal wöchentlich eine Gruppe in der Stadt zu besuchen. Der Andrang war zeitweise so groß, dass eine Auffanggruppe im BZ eingerichtet werden musste. Danach wurde das Konzept der Klinik verändert, so dass sich jetzt mehrere Gruppen in Grafenberg treffen.

Die Gruppenräume waren auch wiederholt Veranstaltungsort für Seminare, Kurse, Tagungen aller Art. Von Kreativkursen bis zur Weiterbildung – wer immer eine Idee umsetzen wollte, konnte das mit Zustimmung des Vorstandes im BZ tun. Auch Geburtstage und andere Familienfeste wurden im BZ gefeiert. Auch Externe, wie z.B. ein Gymnasium, nutzen die Räume im Rahmen ihrer Projektwochen zum Thema „Sucht“ regelmäßig.

Dabei ist es natürlich ein unschätzbare Vorteil, dass im 1. Stock neben der Geschäftsstelle eine Cafeteria mit 40 Sitzplätzen zur Verfügung steht. Sie bietet an 7 Tagen in der Woche alkoholfreie Getränke und ein kleines Angebot an Speisen. Hier treffen sich die Gruppen, bevor sie ihre Sitzung beginnen und auch andere kommen hierher, um ihre Zeit in suchtmittelfreier Umgebung zu verbringen. Es bedurfte großer Anstrengungen und Verhandlungen der damaligen Geschäftsführerin Gisela Schulz, um die Finanzverwaltung davon abzubringen, die Cafeteria als „Wirtschaftlichen Geschäftsbetrieb“ zu besteuern. Wo doch der Zweck der Einrichtung einzig und allein darin besteht, gefährdeten oder obdachlosen Personen einen geschützten Raum zur Verfügung zu stellen. Zum Glück ist ihr damals die Überzeugungsarbeit gelungen!

Last not least beherbergt das BZ die Geschäftsstelle des Kreisverbandes. Hier tagt der Vorstand und das Sekretariat. Hier werden die Mitgliederlisten und die Bücher des Vereins geführt. Und hier wird aus Anlass des Jubiläums ein Empfang am 05. Oktober 2012, 11.00 Uhr, geplant, zu dem alle Mitglieder herzlich eingeladen sind.

Reinhard Metz
stv. Vorsitzender

Tabakrauchkonsumation im Begegnungszentrum

Das Herz der Kreuzbundaktivität schlägt in der Bendemannstrasse. Die Cafeteria ist dem geselligen Beisammensein gewidmet, welches als Einstimmung auf die Gruppenstunde und ALLEN Interessierten eine ALKOHOLFREIE Freizeit und (Rückzugs-) Raum mit günstigem Speis und Trank als "Begegnungs-Zentrum" ermöglichen soll.

Da die "Abluft"-Anlage in der Cafeteria oftmals ausgeschaltet bleibt, da manchen WeggefährtInnen bei Frischluftzustrom im Winter "zu kalt" wird, graust es mir schon jetzt wieder vor der "kalten" Jahreszeit, wenn "man" schon im Treppenhaus von einer noch intensiveren tabakrauchhaltigen Atmosphäre empfangen wird, als im Sommer. (s.a.: "Nichtraucherraum").

Manch eine GruppengängerIn verbindet den wöchentlichen Besuch "in der Stadt" mit Terminen und Besorgungen, was einen Zeitpuffer mit sich bringen kann, welcher durch die sich darstellende Situation, nicht in der Kreuzbund-Cafeteria verbracht werden kann!

Ca. 3-5 KollegInnen, also Pi mal Daumen 30% meiner Stammgruppe, suchen auf direktem Weg den Gruppenraum im 2.OG auf, ohne in der Cafeteria vorbei zu schauen, ohne dort ein Zusammengehörigkeitsgefühl pflegen zu können, bzw. Besucherfrequenz und Umsatz zu bringen.

Der Aufenthalt in der berauchten Cafeteria bringt mit sich, dass diese Geruchsstoffe über die Kleidung (dito Nikotinausdunstungen über die Atemluft, sprich: Rauch-Fahne) in den Gruppenraum getragen werden, was sich im Einzelfall durch hohe Gruppenstärke und zusätzlich geschlossene Fenster als sehr unangenehme Erscheinung darstellen kann.

Cafeteria-Dienste

Die Cafeteria-Dienste, so ist es angedacht, rekrutieren sich durch ehrenamtliche Leistungen der "Helfergemeinschaft", welche auch ich bis vor 12 Jahren gerne mehr als regelmäßig versah. Nachdem ich meinen persönlichen Ausstieg aus der Nikotinsucht geschafft hatte, war mir durch tabakrauchbedingte Erkrankung eine Teilhabe an diesen Diensten nicht mehr möglich.

Je nach "Klima", also Grad der Tabakrauchbelastung der Umgebungsluft in der Cafeteria, ist es mir nicht mehr möglich, das "Begegnungs-Zentrum" aufzusuchen, möchte ich mich und übrige von der Cafeteria Fernbleibende als "weg"-Gefährten bezeichnen, deren Fernbleiben dann auffällt,

wenn es in der Gruppe um die Thekendienste geht, welche aus gesundheitlichen Gründen oder aber unter ästhetischer Hinsicht, nicht beim "geselligen" Tabakrauchkonsum zugegen sein möchten oder können, bzw. sich dort beim Cafeteria-Dienst einbringen würden, aber nicht können!

Hiermit möchte ich den Umstand kritisieren dürfen, dass offizielle Gruppen-Thekendienste durch Taschengeldabgabe an das "Begegnungszentrum" Berauchende abgetreten werden.

Meine diesbezügliche Enthaltung und Kritik an der Tabakrauchexposition hat mir in einer Kreuzbundgruppe vor längerer Zeit lautstarke Beschimpfungen gegen mich beschert, incl. des in der echauffierten Diskussion angedrohten (aber nicht umgesetzten) Ausschlusses von der Gruppe.

Kommt hinzu, dass "man" durch das Fernbleiben von der Cafeteria KEINEN ZUGANG zu Kreuzbundinterna und Kontaktmöglichkeiten zu Weggeführten anderer Gruppen pflegen kann!!! ...und präsentiert sich das Begegnungszentrum mehr als Raucherclub denn als Einrichtung des Gesundheitswesens.

Es gibt keinen unteren Schwellenwert für die Gefährlichkeit von Tabakabgasen:

Jeder Kreuzbundgänger weiß um den Restalkoholwert im "alkoholfreien" Bier. Durch Anbringung eines "Nichtraucher"-Schildes am Nebenraum wird (nicht zuletzt durch gelblichen Nikotin-Niederschlag an den Wänden), rauchhaltige Luft nicht rauchfrei, ... wird den an Cafeteria-Events Interessierten (auch Familienmitgliedern) die Aufnahme von Tabakrauch aufgedrängt.

Co- und Abhängigkeit

Wie bei allen (stofflichen) Süchten lassen sich auch beim (chronischen) Tabakrauchkonsum jene sich durch Abhängigkeit entwickelnden sozialen Verhaltens- und Denkmuster ausmachen, die wir in der Kreuzbundarbeit nicht müde werden, aufzuarbeiten.

Dazu gehört, so möchte ich hier aufzeigen dürfen, dass dem Zugestehen der Stillung eines dem Heroinkonsum vergleichbaren Suchtreflexes auch seitens z.T. selber dem Tabakrauch zusprechenden Organisatoren der Kreuzbundhierarchien höherer "Respekt" und Aufmerksamkeit zuteil wird, als erwiesene wissenschaftliche Erkenntnisse aus der Suchtwissenschaft (dto. Gefährdungspotential für Mitbetroffene), als durch die Ausweisung eines an den SOZIALEN BEDÜRFNISSEN ALLER KreuzbundgängerInnen gerecht werdenden Begegnungsraumes "Bendemannstrasse" im Volksmund auch "Tabakrauch-Verbot" genannt, nachzukommen.

Bei allergrösstem Respekt und Anerkennung für die sehr aufwendig geleistete und, wie ich es erlebe, hingabevolle und ehrenamtliche Tätigkeit aller KreuzbundsentscheidungssträgerInnen:

Trotz langjährigste wissenschaftlich erwiesene Schädigungen durch Tabakrauchexposition hat sich für mein Empfinden in Kreuzbundhierarchien eine Konsumgemeinschaft etabliert, denen es in Abwägung der (Rauch-) Situation eher um die Stillung des eigenen Suchtreflexes geht, erleb(t)e ich Entscheidungssträger, die sich Konsumenten beugen, denen es unvorstellbar scheint, während **zwei Stunden Aufenthalts in der Bendemannstrasse** auf (Mehrfach-) Dosierung zu verzichten, orientieren sich "Rauchende" in den Bildern der Tabakwerbewelt, als Kritik und Unbehagen von Berauchten angemessen in ihr Verhaltens- und Entscheidungsspektrum aufzunehmen.

Der Allgemeinheit werden die Kosten für Lüftung / Heizung / Renovierung und die Unästhetik eines durch Rauch und Nikotinniederschlag als versifft wahrnehmbaren Ambientes aufgebürdet, sollte sich die Helfergemeinschaft die Frage stellen, ob sich mit solch einer Unwohlatmosfera rückläufige Besucher- und Mitgliedszahlen auffangen lassen!

Meine Worte hier wenden sich gegen den Umgebungsrauch, nicht "gegen" Raucher, das wird leider schnell missverstanden.

Claas Hillebrand

Zum Thema: Rauchen in der Cafeteria des BZ

Die von Claas Hillebrand in dieser Ausgabe angestoßene Diskussion über das Rauchen in der Cafeteria ist nicht neu. Er hatte die gleichen Argumente schon in der Nummer 98 (August/September 2006) vorgetragen. In der Kreisausschusssitzung am 11. Dezember 2007 wurde entschieden, dass der Vorstand eine rauchfreie Zone einrichten solle. Daraufhin wurde das Besprechungszimmer gegenüber der Cafeteria geöffnet und als rauchfreier Aufenthaltsraum zur Verfügung gestellt (vgl. Nr. 101, Februar/März 2007).

Wer das BZ besuchen will, kann das also durchaus ohne Belästigung durch Rauch tun. Fakt ist allerdings, dass der Raum praktisch von niemandem benutzt wird.

Reinhard Metz

35 Jahre im Kreuzbund

Renate und ich sind während der letzten alljährlichen Adventsfeier des Kreuzbundes Düsseldorf für unsere 35 Jahre Mitgliedschaft geehrt worden. Obwohl ich das Datum meiner Abstinenz immer verfolgt habe, war ich, als die Ankündigung vom Vorstand kam, doch überrascht über die Jahreszahl; auch ein wenig stolz über die Ehrung im Rahmen der Adventsfeier.

Wenn ich heute, 78-jährig, zurückblicke, waren es spannende und überwiegend erfüllte Lebensjahre. Natürlich waren diese mit etlichen Spannungen, krankheitsbedingten Problemen, positiven und negativen Alltagslichkeiten geprägt, aber mit wachem Kopf und Herz.

Im Herbst 1975 nahm ich Kontakt mit Frau Kutzner vom Gesundheitsamt Düsseldorf auf. Renate hatte — wie so vieles in den Jahren davor geregelt — auch dieses Gespräch vorbereitet. Herr Hoffmann von der Caritas vermittelte uns ein Treffen mit Heinrich Braunshausen und somit meiner neuen Heimat, dem Kreuzbund. Damals gab es in Düsseldorf nur 3 Gruppen: Merowinger Straße, Derendorf und die im Herbst 1975 gegründete Gruppe Benrath, die „meine“ Gruppe wurde, nachdem ich Anfang 1976 meine 4-monatige Therapie im Haus 22 in Grafenberg beendet hatte. Nach anfänglichem Auf und Ab der Gefühle, geprägt vom schlechten Gewissen meiner Familie gegenüber und Nachholbedarf einer verlorenen Zeit, erkannte ich meinen Weg und mein Ziel. Hierbei hatte ich auch immer die volle Unterstützung meiner Renate. Auch Heinrich Braunshausen, Willi May und mein väterlicher Freund Ferdi Schauerte waren immer bereit, mit mir zu sprechen und mit mir meinen Weg zu gehen. Natürlich waren da auch in meiner Gruppe u.a. Gerd Huy und Klaus Tries an denen ich mich orientierte. Ich hatte damals für mich entschieden, nicht nur Mitglied einer Gruppe zu sein, sondern versuchte auch nach meinen Vorstellungen aktiv das Leben im Kreuzbund mitzugestalten.

Ob Gruppenleiter, Delegierter in der Düsseldorfer Arge für Suchtkrankenhilfe, stellv. Vorsitzender im KB Düsseldorf und Diözesanverband Köln u.a. mehr — viel habe ich mich engagiert. Ich wollte einen kleinen Beitrag leisten für die Hilfe, die mir durch den Kreuzbund zuteil wurde. Nach etwa 30 Jahren Gruppenleiter in Düsseldorf habe ich seit einigen Jahren keine diesbezügliche Gruppe mehr. Allerdings bin ich immer noch Leiter eines Gesprächskreises in Monheim, der im vergangenen November auch

schon 20 Jahre bestand. Nach wie vor macht mir auch noch die Arbeit als Redaktionsmitglied unserer Broschüre „Kreuz bunt und aktuell“ Freude, und ich werde so lange wie es geht, für den Kreuzbund aktiv bleiben.

Wenn ich am Anfang meines Berichtes die erfüllten Lebensjahre aufgeführt habe, so kann ich abschließend sagen: „Die vergangenen 35 Jahre waren in jeder Hinsicht lebenswert!“ Der Kreuzbund war und ist auch der Kreis, wo ich Freunde fand, die mir bis zum heutigen Tag sehr wichtig sind.

Zum Schluss ein Zitat:

Menschen treten in unser Leben und begleiten uns eine Weile
Einige bleiben für immer, denn sie hinterlassen ihre Spuren in
unserem Herzen.

Peter Bleich

Zu Gast bei Walter und Marianne !

Am 13.6. um 15 Uhr trafen sich 14 Senioren bei Walter und Marianne im Garten, um einen gemütlichen Nachmittag miteinander zu verbringen. Das Wetter spielte mit, das bei solch einem Treffen immer eine wichtige Voraussetzung ist. Der Garten der Beiden ist einfach ein Gedicht. Die Gestaltung und Bepflanzung ist sehr gut gelungen. Erst wurde Kaffee getrunken, natürlich nicht ohne Kuchen. Nach dem Kaffeetrinken verließ man das schicke Gartenhäuschen und verteilte sich im Garten.

Bänke und Stühle gab es genug. Das mit wildem Wein umgebene lauschige Plätzchen hat mir am besten gefallen. An diesem Nachmittag wurde viel gelacht und wir hatten uns viel zu erzählen. Als die Kaffezeit vorbei war, wurden zwei Grills aufgestellt. Auf einem befand sich eine Pfanne mit Walters berühmten Bratkartoffeln. Die gesamte Palette von Schnitzel, Wurst, Speck und Salat wurde uns geboten. Uns allen schmeckte es einfach phantastisch. Die Bratkartoffeln aber waren einfach super. Sie können, so meine ich, sogar süchtig machen. Aber da wird man ja nur dick von! Als wir alle satt waren und das Fest sich dem Ende neigte, waren, so glaube ich, alle 14 zufrieden.

Danke, Ihr lieben Ebberts, für diesen schönen Tag. Bleibt gesund und passt auf dieses wunderschöne Fleckchen Erde weiterhin gut auf.

Seniorengruppe
Dieter Dupick

Sozialpraktikum

Vor meinem Dienstantritt hatte ich gemischte Gefühle gegenüber meinem Sozialpraktikum beim Kreuzbund. Auf der einen Seite hatte ich Angst, von den Menschen dort nicht akzeptiert zu werden und viel mehr davor, mit den gegebenen Situationen und Erzählungen überfordert zu sein, da ich diese nicht für alltäglich hielt. Zudem prägte mich die Befürchtung, entweder zu wenig Vorwissen zum Thema Sucht zu haben oder dort zu wenig darüber zu erfahren. Natürlich hatte ich aber auch positive Erwartungen. Ich freute mich darauf, neue prägende Erfahrungen zu machen, zu denen ich ansonsten vielleicht nicht die Möglichkeit gehabt hätte, und neue Menschen kennenzulernen. Besonders gespannt aber war ich darauf, Gespräche mit den betroffenen Personen zu führen und sowohl ihre Geschichten als auch die Gründe für ihre Abhängigkeit zu erfahren.

Nach den ersten beiden Tagen hatten sich meine Befürchtungen zum Glück nicht bestätigt. Die Menschen beim Kreuzbund waren alle sehr freundlich und äußerst herzlich und auch die Atmosphäre war sehr angenehm und offen, was mir den Einstieg in mein Praktikum sehr erleichterte und wodurch ich schnell Gefallen an der Einrichtung fand. Mir gefiel es gut, dass alle Mitarbeiter dort selbst negative Erfahrungen mit Alkohol oder Medikamenten gemacht haben, was die Alltäglichkeit des zuvor doch sehr fernen Themas näher rücken ließ. Positiv war auch, dass niemand ein Problem damit hatte, vor oder mit mir über seine Alkoholkrankheit zu sprechen. Ebenfalls hilfreich war, dass ich wegen der Freundlichkeit der Mitarbeiter keine Hemmungen haben musste, Fragen zu stellen oder mir Neues erklären zu lassen.

Meine Arbeitsbereiche und Tätigkeiten waren von Tag zu Tag unterschiedlich, sodass ich einen guten Einblick in alle Aufgaben und Ziele des Kreuzbundes bekommen habe. Dadurch, dass in den ersten beiden Tagen, sowie zwischendurch, eher die Tätigkeiten im Büro im Vordergrund standen und nicht die Arbeit mit Alkohol- oder Medikamentenabhängigen, bekam ich auch einen Einblick in die organisatorische Arbeit des Vereins. Ich durfte beim Gruppenleiterarbeitsgespräch teilnehmen, in dem über vergangene und anstehende Veranstaltungen gesprochen wurde, aber auch über Allgemeines, zum Beispiel darüber, ob die Gruppenleiter der Selbsthilfegruppen eine Kreuzbund-Emailadresse bekommen oder nicht. Am nächsten Morgen durfte ich dann ein Protokoll über das Gespräch verfassen und dabei helfen,

finanzielle Angelegenheiten zu regeln. Die Buchhaltung und Tätigkeiten wie das Erstellen eines Verwendungsnachweises für die Stadt Düsseldorf, welche den Kreuzbund bezuschusst, gehörten auch zu meinen Arbeitsbereichen während des Sozialpraktikums. Hierbei musste genau aufgeführt werden, wozu das Geld der Stadt verwendet worden ist.

Ein anderer Arbeitsbereich war das Mitgehen zur AG Sucht, einem Treffen mit Personen aus verschiedenen Einrichtungen, welche sich ebenfalls mit Suchtkranken beschäftigen. Dort diskutierten die Personen über Finanzierungen von Therapien und welche Verbesserungsmöglichkeiten es zur Zeit in den Einrichtungen gibt. Außerdem durfte ich mit in die Selbsthilfegruppen gehen, was mir besonders gut gefallen hat. Dort berichten sich abstinente Alkoholiker in Gruppen mit bis zu 15 Personen zwei Stunden lang von ihren Erlebnissen der letzten Woche, ihren Problemen und ihren Ängsten. Ihre Angehörigen können ebenfalls an den Gruppenstunden teilnehmen. Des Weiteren durfte ich mit zu Vorträgen in einer Schule in Düsseldorf-Bilk und in einem Job-Center der Deutschen Angestellten Akademie gehen, die zum Einen zur Prävention von Alkoholismus dienen sollten, zum Anderen zur Ermutigung der Personen, die Alkohol oder Medikamente aus Abhängigkeit verzehren, dass auch sie dazu fähig sind, diese Krankheit in den Griff zu bekommen. Die Vorträge waren so aufgebaut, dass zunächst über die Wirkung von Alkohol gesprochen und Alkoholmissbrauch definiert wurde. Im Anschluss daran erzählte Reinhard Metz, der die Vorträge hielt, wie er selbst in die Abhängigkeit gerutscht ist und wie er diese besiegt hat. In beiden Einrichtungen wurde sehr interessiert zugehört und auch für mich waren diese Vorträge äußerst interessant und spannend.

Insgesamt ist festzuhalten, dass mein Sozialpraktikum beim Kreuzbund durchweg nur positive Erfahrungen mit sich gebracht hat. Ich habe sehr viel über das Thema Sucht im besonderen Hinblick auf Alkoholismus erfahren und die Möglichkeit bekommen, mir ein eigenes Bild von den Betroffenen und ihren Angehörigen zu machen. Dieses ist sehr konträr zu meinen vorigen Vorstellungen eines Alkoholikers, da ich mir die Menschen dort sehr anders vorgestellt habe. Ich bin froh darüber, diese Erfahrungen gemacht zu haben und blicke nun mit einer ganz anderen, positiven Sichtweise auf die Thematik.

Ira Schaefers, Praktikantin

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 bekennt 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 €0,26/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 8,00 € monatlich, ab 01.01.2012)

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

Herbstbild

*Dies ist ein Herbsttag, wie ich keinen sah!
Die Luft ist still, als atmete man kaum,
und dennoch fallen raschelnd, fern und nah,
die schönsten Früchte von jedem Baum.
O stört sie nicht, die Feier der Natur!
Dies ist die Lese, die sie selber hält,
denn heute löst sich von den Zweigen nur,
was vor dem milden Strahl der Sonne fällt.*

von [Friedrich Hebbel](#)

**Redaktionsschluss für das nächste
„KREUZ bunt+aktuell“**

**No. 136 / 2012
ist der 05.10.2012**

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

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

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

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

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

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



135 / 2012