

KREUZ

89

bunt +
@ktuell!



Februar - März 2005

- Das Magazin des Kreisverbandes Düsseldorf e.V. -

KREUZBUND



„Ich bereue nichts?!“

von Klaus Kehrbusch (geistlicher Beirat)



Am Aschermittwoch beginnt nach dem Karneval die vierzig tägige Vorbereitungszeit auf Ostern, die früher „Fastenzeit“ hieß und seit dem Konzil „Österliche Bußzeit“ genannt wird. Buße, muß das denn sein? Reue, brauchen wir die denn überhaupt?

„Ich bereue nichts!“ sagen wir manchmal, mal mehr und mal weniger ernst gemeint.

Aber ob das nicht letztlich doch unserer tiefsten menschlichen Erfahrung eher widerspricht? Wer gar nichts zu bereuen hat, der hat wohl auch nicht wirklich gelebt.

Nicht selten erlebe ich etwa Menschen, die es bei einer Beerdigung bereuen, einem lieben Verstorbenen zuwenig Zeit und Zuwendung geschenkt zu haben. Manche bereuen es, wertvolle Lebenszeit vertan zu haben – zum Beispiel während der „Saufzeit“ oder auch im Streben nach gesellschaftlichem Ansehen, nach Karriere und einem hohen Einkommen.

Jemand hat einmal gesagt: „Es gibt Dinge, die bereut man, ehe man sie tut. Und man tut sie doch.“ Und manchmal gestehen wir uns ein, dass da doch das eine oder andere zu bereuen ist. Manchmal ist es wohl auch so, dass uns erst die Ehrlichkeit, die uns von jemand anderem zum Beispiel in der Gruppe abverlangt wird, zur Ehrlichkeit vor uns selbst führt. Katholische Christinnen und Christen haben auch dazu die Beichte. Im anonymen oder persönlichen Gespräch mit dem Beichtvater (Beichtmütter könnte ich mir übrigens auch gut vorstellen) können bestimmte Reaktionen oder Prozesse leichter hervorgerufen werden. Das leistet natürlich auch ein guter Psychologe. Der Beichtvater leistet aber wesentlich mehr. Er spricht uns im Blick auf wenig gelungene oder vertane Lebenszeiten Vergebung zu – von Gott her. Vergebung von dem, vor dem wir letztendlich verantwortlich sind für unser Leben und der unser Heil will.

Wir sind nicht dadurch gerechtfertigt, dass wir uns sagen: „Ich bereue nichts!“, sondern dadurch, dass ein anderer uns sagt: „Ich vergebe alles!“.

Dabei geht es nicht darum, die menschlichen Unmöglichkeiten aufzulisten. Es geht darum, menschliche Möglichkeiten zu eröffnen, Möglichkeiten, die sich aus Gottes Heilszusage ergeben und nur aus ihr.

Ich wünsche uns allen nicht nur im Blick auf das bevorstehende Osterfest, dass wir im persönlichen Gebet, im gemeinsamen Glaubensgespräch, im Bußgottesdienst oder im Sakrament der Versöhnung, also der Beichte, die Chance der Einladung ergreifen, wie sie der

Apostel Paulus im 2. Korintherbrief formuliert: „Lasst euch mit Gott versöhnen!“.

Wie bekomme ich Hilfe? Wohin wende ich mich?

Depressionen, Suchtkrankheiten und Angstgefühle können jede und jeden treffen.

Umso wichtiger ist es, sich mit diesen Krankheiten auseinander zu setzen und beim Verdacht auf eine seelische Erkrankung ärztlichen Rat einzuholen.

Nach wissenschaftlichen Studien vergehen im Durchschnitt zehn Jahre, bevor ein psychisch kranker Mensch - wenn erforderlich - stationär behandelt wird. Bei näherer Betrachtung werden die Gründe, die frühere Maßnahmen erschweren, deutlich.

Hier gilt: Der erste Schritt ist der schwerste. Den richtigen Ansatz zu finden, zu erkennen, dass die Behandlung der seelischen Störung notwendig und hilfreich ist, ist sowohl für die Betroffenen problematisch als auch für deren Angehörige, den Freundeskreis, die Kolleginnen und Kollegen, kurz, für das gesamte soziale Umfeld, in dem sich die Leidtragenden Menschen bewegen.

Die Art der Erkrankung beeinflusst erheblich den Grad der Einsicht. Zwei Beispiele zur Veranschaulichung: Schizophrene Psychosen, jene Krankheiten, bei denen die Einheit von Denken, Fühlen und Handeln aus dem Gleichgewicht geraten ist, rufen starken Widerwillen gegen eine psychiatrische Behandlung hervor. Der Grund: Menschen mit Psychose verkennen tatsächlich oder verschweigen aus Scham, ebenso wie Alkoholanhängige, ihr Problem. Daraus resultiert häufig ein ausgeprägtes Abwehrverhalten und die Verleugnung vorhandener Schwierigkeiten. In diesen Fällen dauert es besonders lange, bis Hilfe gesucht oder angenommen wird.

Anders verhält es sich bei Menschen mit depressiven Störungen.

Wer sich nicht fit fühlt oder sich in gesundheitlichen Dingen beraten lassen will, geht zur Ärztin oder zum Arzt. Meistens zur Hausärztin oder zum Hausarzt, denn sie sind die Vertrauenspersonen, die einen über die Jahre hinweg am besten kennen gelernt haben.

Die Hausärztin oder der Hausarzt sind genauso bei einer seelischen Störung die richtige erste Adresse. Sie oder er müssen entscheiden, wie in einem solchen Fall verfahren werden kann, welche Behandlung infrage kommt, und welche weiteren Maßnahmen, ambulant oder stationär, ergriffen werden müssen.

Leider erkennen Hausärztinnen und -ärzte eine seelische Störung nicht immer und leiten eine unzureichende Behandlung ein oder überweisen die Patientinnen und Patienten zu spät an eine spezialisierte Ärztin oder einen entsprechenden Arzt, die Psychotherapeutin/den Psychotherapeuten oder die Psychiaterin/den Psychiater.

Hilfe bieten darüber hinaus verschiedene Beratungsstellen als Patientinnen/Patienten-Initiative oder in freier Trägerschaft mit kommunaler Unterstützung, Institutionen wie Polizei oder Ämter können ebenfalls dazu beitragen, dass psychisch kranken Menschen erste Hilfe gewährt wird.

Wie die hier beschriebenen Krankheitsbilder zeigen, stehen die Erkenntnis der persönlichen Problemsituation und die Hilfe an erster Stelle.

In einer vorurteilsfreien Gesellschaft hätten seelisch kranke Menschen bessere Chancen, durch Anteilnahme und Eingliederung Wege zur Hilfe und Selbsthilfe beschreiten zu können.

Aus LWL = Landschaftsverband Westfalen Lippe

Liebe Weggefährten



Wie Ihr alle wisst, stehen im nächsten Jahr „Neuwahlen des Vorstandes“ im Kreisverband Düsseldorf e. V. an. Es ist WICHTIG für den Erhalt des Kreisverbandes einen neuen Vorstand zu finden. Der Kreuzbund Kreisverband hat vielen Mitgliedern ermöglicht, ein neues, zufriedenes, abstinentes Leben zu führen. Wir sollten uns aber nicht nur Zuhause „zufrieden zurücklegen“ sondern auch diese Lebensqualität weiterhin für den Kreuzbund Kreisverband einsetzen, um auch den Leuten, die jetzt erst einen abstinenten Weg einschlagen, dies auch zu ermöglichen. Deshalb appellieren wir an Euch, doch einmal darüber nachzudenken, ob sich nicht doch der / die „eine oder andere“ für ein Vorstandsamt zur Verfügung stellt.

Der Vorstand setzt sich wie folgt zusammen:

- | | |
|-----------------------|-----------------------------|
| 1. Vorsitzende/r | Geschäftsführender Vorstand |
| Stellv. Vorsitzende/r | Geschäftsführender Vorstand |
| Geschäftsführer/in | Geschäftsführender Vorstand |

Beisitzer/in Öffentlichkeitsarbeit
Beisitzer/in Freizeit
Beisitzer/in Cafeteria
Beisitzer/in Frauenarbeit
Geistlicher Beirat

Tätigkeiten des Geschäftsführers / in

Terminbuchführung, Verträge aller Art : z.B. Werbeverträge, Versicherungen, Miet- und Arbeitsverträge mit Therapeuten und den dazu gehörigen Tagungsstätten usw., evtl. anfallende rechtliche Belange.

Der Personalbereich: Steuer, Sozialkassen, Urlaubsplanung.

Überwachung der Mitgliederverwaltung und des Buchhaltungsbereiches:
Die Arbeiten werden von Angelika Buschmann und Helga Reimer durchgeführt.

Jährliche Beantragung der Zuwendungen (ASG, BFA)

Tätigkeiten des Vorstandes inklusive der Beisitzer / innen



Organisation des Kreuzbund - Büros.
Planung von Schulungen und Seminaren.
Mitglieder, Kranken- und Gruppenbetreuung.
Planung und Ausführung von Freizeitaktivitäten. (Die Menge der Angebote wird dem Beisitzer überlassen).
Planung und Gestaltung der Frauenarbeit im Kreuzbund Kreisverband und des Kreuzbund Diözesanverbandes. (Die Gestaltung der Frauenarbeit wird den Frauen und der Beisitzerin Frauenarbeit überlassen).
Gestaltung und Aktualisierung des „Weissen Heftes“ in Zusammenarbeit mit der Redaktion (Wolfgang Meiswinkel und Peter Schulz).
Organisation und Einkauf der Cafeteria.

Präventionsarbeit in: Krankenhäusern, Schulen, Firmen und Einzelgespräche mit Abhängigen oder Angehörigen
Zusammenarbeit mit anderen Selbsthilfe Organisationen z. B. (AG Sucht, Flinger Mobil, etc.).

Öffentlichkeitsarbeit: Darstellung des Kreuzbundes in Medien und Krankenhäusern, reagieren auf Zeitungsartikel und Berichten in Funk und Fernsehen.
Wahrnehmung von Einladungen.

Pflicht zur Teilnahme an:

Vorstandssitzungen (Monatlich ca. 2 Std),

Gruppenleiter - Arbeitsgesprächen 1x im Vierteljahr

Vorstandssupervision: Empfehlenswert; nach Möglichkeit alle 4 – 6 Wochen.

Bereitschaftsdienst an Wochenenden für das Begegnungszentrum.

Für die nächste Mitgliederversammlung im Juni 2005 sind 2 Stellen neu zu besetzen:

Geschäftsführer/in
Beisitzer/in Cafeteria

Der Rest kandidiert weiter.

Die Arbeit des Geschäftsführenden Vorstandes kann individuell eingeteilt werden.

Für Fragen eventueller Kandidaten steht der jetzige Vorstand gern zur Verfügung.

Der Vorstand

Zum Nachdenken

Leonore Engelhardt,
Gruppe Derendorf 2

In Zeitungen nennen sie sich „Fettecke“ oder „Angespitzt“ oder „Aufgemerkt“, die kleinen Anmerkungen zum Alltag, die mit humorigem Augenzwinkern zum Nachdenken anregen sollen.

Ein solches „Angespitzt“ möchte ich gern zum Jahresanfang in unser weißes (ehemals gelbes) Heft setzen, zum Aufmerken und mit dem Wunsch, nicht in einer Fettecke zu landen, sprich in einen Fettnapf zu treten.

Zu Sokrates kam einmal ein Mann und sagte: „Du, höre, ich muss Dir etwas Wichtiges über Deinen Freud erzählen!“ „Warte ein bisschen“, unterbrach ihn der Weise, „Hast Du schon das, was Du mir erzählen willst, durch die drei Siebe hindurchgehen lassen?“ „Welche drei Siebe?“ „So höre gut zu! Das erste Sieb der Wahrheit. Bist Du überzeugt, ob alles, was Du mir sagen willst, auch alles wahr ist?“ „Das nicht, ich habe es nur von anderen gehört.“ „Aber dann hast Du es wohl durch das zweite Sieb hindurchgehen lassen? Es ist das Sieb der Güte.“ Der Mann errötete und antwortete: „Ich muss gestehen, nein.“ „Und hast Du an das dritte Sieb gedacht und Dich gefragt, ob es nützlich sei, mir das von meinem Freund zu erzählen?“ „Nützlich? – Eigentlich nicht.“ „Siehst Du“, versetzte der Weise, „wenn das, was Du erzählen willst, weder wahr, noch gut, noch nützlich ist, dann behalte es lieber für Dich.“

Denken wir also nach:

Daß Diskretion und Verschwiegenheit ein wesentlicher, wenn nicht **der** wesentliche Grundpfeiler unserer Gruppenarbeit ist, versteht sich (hoffentlich) von selbst. Nur so ist es möglich, dass sich jeder Einzelne in der Gruppe öffnet, vertrauensvoll seine Sorgen oder Freuden mitteilt und so die Hilfe und Anteilnahme der Gruppe erhalten kann, die für ihn in der jeweiligen Situation wichtig ist. Wichtig für ihn selbst und damit für seine Abstinenz.

Wie sieht es aber im Alltag, außerhalb der Gruppen aus?

Haben Sie sich nicht auch schon mal geärgert oder zumindest gewundert, wenn der Herr Nachbar oder die Frau Bäckerin mit offensichtlicher Neugier nach Ihrem Partner, Ihrem Kind, Ihrer Arbeitsstelle fragte und zu wissen schien, dass es just in diesem Bereich zur Zeit eine Menge Sorgen gab. Woher nur, woher konnte sie das wissen? Waren Sie doch sicher, darüber ganz bestimmt nicht mit ihr/ihm gesprochen zu haben.

Hat Sie nicht auch schon einmal das Gefühl von Unbehagen oder gar Ablehnung erfüllt, wenn Herr X oder Frau Y mit einem verschwörerischen Lächeln an Sie herantrat und begann „.... Haben Sie schon gehört???“

Ich hatte nicht gehört und ich wollte auch nicht hören, zumindest nicht aus dritter Hand, was da so genüsslich vor mir ausgebreitet werden sollte.

Um auf Sokrates zurückzukommen: Das Sieb der Wahrheit:

Kennen Sie das Kinderspiel die „Flüsterpost“? Das erste Kind flüstert dem zweiten etwas ins Ohr, z. B. das Wort „umkehren“. Das zweite gibt das Wort an das dritte weiter und so fort bis am Ende der Gruppe statt des ursprünglichen Wortes ein ganz anderes, z. B. „umtreiben“ erscheint. Sei es, weil das Wort, besser die Nachricht, zwischenzeitlich missverstanden wurde, weil etwas dazu gedichtet wurde oder weil man gar nicht richtig zugehört hatte. Kann das letzte Kind sicher sein, wirklich das „wahre“ Wort gehört zu haben?

Das Sieb der Güte: Können wir Gutes denken, wenn ein Mensch, der umkehren wollte, vielleicht von einem falschen Weg, nun zum „Umtreiber“, gar Herumtreiber wird? Wollen wir ihn abqualifizieren? Warum? Was hat er uns getan?

Das Sieb der Nützlichkeit: Wem nutzt diese Kenntnis? Dem Hörer, also mir, schon mal gar nichts. Dem Menschen, den es ursprünglich angeht, auch nichts. Er will „umkehren“, weiß nicht, dass er mittlerweile zum „Herumtreiber“ wurde. Sieht vielleicht die misstrauischen Blicke derer, die ihn, wissentlich oder aus Versehen, abqualifiziert haben, stößt auf Misstrauen und zieht sich zurück, vergisst darüber vielleicht seine „Umkehr“.

Oh ja, das können wir ruhig auf uns, auf unsere Abstinenz, auf unser neues, Leben auf die Qualität unserer Partnerschaft oder auf das Vertrauen in unsere Freunde anwenden. Und dann? Ja, dann können wir Sokrates zitieren und uns seine Worte merken. Nicht nur im neuen Jahr, sondern immer dann, wenn wir irgendwo angesprochen werden mit den Worten „...haben Sie schon gehört...“.

Habe ich Sie mit meiner Anmerkung angespitzt, ohne in die Fettecke zu geraten? Dann werden Sie gewiss mit mir der Meinung sein: Gut, dass es die alten Griechen gibt.

Alltäglich Begegnungen sind häufig „geistvoll“

In der Disco, im Büro..., mit der Clique, mit Kollegen und Kolleginnen...

Es gibt viele Gelegenheiten, Alkohol zu trinken. Viele junge Menschen trinken regelmäßig Alkohol, d.h. täglich oder mehrmals in der Woche. Am meisten wird Bier getrunken. 36% der 14-25-jährigen trinken mindestens einmal in der Woche Bier und 24 % täglich oder mehrmals in der Woche.

Wein oder Sekt trinken 12% der jungen Menschen einmal in der Woche und 3% mehrmals in der Woche.

7% der Jugendlichen trinken mindestens einmal wöchentlich Spirituosen; 2% trinken täglich oder mehrmals in der Woche Hochprozentiges.

Im Allgemeinen wird Alkoholtrinken als normal angesehen. Wer nicht trinkt, gilt oft als Sonderling und wird zum Trinken aufgefordert und unter Druck gesetzt.

Viele Anlässe führen zum Alkohol

Neugier, Angeberei, Gruppendruck, Frust

Warum junge Menschen Alkoholtrinken:

weil die Erwachsenen es auch tun (Vorbild)

weil es „in“ ist, Alkohol zu trinken (Geltungsbedürfnis)

weil Alkohol fast überall zu bekommen ist und angeboten wird (Verfügbarkeit)

weil man in der Gruppe der Gleichaltrigen nicht zurückstehen möchte (Anerkennung)

weil man kein Außenseiter sein will (Gruppendruck)

weil Alkohol die Stimmung hebt (Geselligkeit)

weil bestimmte Probleme auftreten (Schulschwierigkeiten, Konflikte im Elternhaus, Frustrationserlebnisse, Arbeitslosigkeit)

weil man sich einsam und verlassen fühlt (Kontaktschwierigkeiten, Liebeskummer)

(aus BARMER: aktiv und gesund)

A

Wenn du zum Tor des Lebens gelangen willst,
musst Du aufbrechen, einen Weg suchen,
der auf keiner Karte verzeichnet
und in keinem Buch beschrieben ist.

U

Dein Fuß wird an Steine stoßen,
die Sonne wird brennen
und Dich durstig machen,
deine Beine werden schwer werden.

F

Die Last der Jahre wird Dich niederdrücken.
Aber irgendwann wirst Du beginnen,
diesen Weg zu lieben,
weil Du erkannt hast, dass es Dein Weg ist.

B

Du wirst straucheln und fallen,
aber die Kraft haben wieder aufzustehen.
Du wirst Umwege und Irrwege gehen,
aber dem Ziel näher kommen.

R

Alles kommt darauf an,
den ersten Schritt zu wagen.
Denn mit dem ersten Schritt
gehst Du durch das Tor.

E

C

H

E

N



Trauerfeier für Folkert Sackmann

Es war schon beeindruckend, wie viele Weggefährten den Weg zur schön geschmückten Kapelle, in den Räumen des Beerdigungsinstitutes Salm, fanden, um Abschied von unserem Weggefährten Folkert Sackmann zu nehmen.

Was mich besonders bei dieser Trauerfeier bewegte, war der Nachruf, den Angelika Buschmann gehalten hat.

Das war so ergreifend, dass auch ich ein paar Tränen vergossen habe. Für die beeindruckende Rede habe ich mich bei ihr bedankt.

Aber, ist es nicht erschreckend festzustellen, dass Leute, die ihn immer zu „freiwilliger“ Arbeit in unserer Cafeteria eingeteilt haben (oftmals nicht nur eine Schicht), es nicht einmal für nötig gefunden haben, ihm, unserem Folkert Sackmann, die letzte Ehre zu erweisen?

Horst Strelow
Gruppe Rath

Kb - intern:



**An alle Gruppenleiter und
deren Stellvertreter**

**Denkt bitte noch mal an die folgenden
Termine für die Supervision:
Werden noch bekannt gegeben.**

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

KREUZBUND

Bundesverband, Hamm
Zentrale 02381 / 67 27 20

KREUZBUND

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

Karin Schüren-Keller 0228 / 9 63 77 09

Ansprechpartner der Regionen in der Erzdiözese Köln:

Region Nord:

Gisela Schulz
Tel.: 0211 - 67 55 48

Region Ost:

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

Region Süd-Ost:

Helmut Baltés
Tel.: 02262—69 28 27

Region West:

Dr. Richard Rötting
Tel.: 02181 - 21 25 51

Region Süd-West:

Hubert Klöcker
Tel.: 02251 - 14 75 61

„Fremde Fehler
beurteilen wir
wie Staatsanwälte,
eigene Fehler
wie Verteidiger.“

Brasilianisches Sprichwort

Wir gratulieren herzlich!

zum Geburtstag...

05.01.	Hans-Jürgen Rost	60 Jahre
11.01.	Karl-Heinz Kasch	65 Jahre
13.01.	Angelika Buschmann	55 Jahre
19.01.	Sigrid Beckmann	60 Jahre
21.01.	Elke Wilkesmann	55 Jahre
25.01.	Wolfgang Albrecht	55 Jahre
28.01.	Elisabeth Laufs	60 Jahre
06.02.	Gerda Wiesen	75 Jahre
07.02.	Jutta Schild	60 Jahre
16.02.	Horst Schöneberg	65 Jahre
19.02.	Maria Elisabeth Zimmermann	75 Jahre
02.03.	Karin Meyer	55 Jahre
02.03.	Hans Pempelfort	65 Jahre
08.03.	Eva Scholze	55 Jahre
17.03.	Thomas Hintzen	45 Jahre
20.03.	Detlev Reinz	55 Jahre
24.03.	Gabriele Bloser	60 Jahre
24.03.	Georg Petzold	65 Jahre
24.03.	Roland Heinicke	70 Jahre
30.03.	Horst Bembenek	60 Jahre

zum Jubiläum...



01.01.2005	Karl Heinz Grützner
01.01.2005	Inge Grützner
01.01.2005	Carola Rosar
01.01.2005	Roswitha Surges
01.02.2005	Elisabeth Laufs



01.01.2005	Sabine Greiner
01.01.2005	Marlis Haas
01.01.2005	Franz-Josef Kopp
01.01.2005	Hedwig Meuleners
01.01.2005	Erika Worbs
01.01.2005	Manfred Zilm
01.02.2005	Manfred Engelhardt
01.02.2005	Detlev Reinz



01.01.2005	Hiltrud Becker
01.01.2005	Udo Becker
01.01.2005	Dorothee Jansen
01.01.2005	Meinhard Jansen
17.01.2005	Walter Kern
01.03.2005	Rosamunde Brodka



01.01.2005	Gerda Hemmerling
01.01.2005	Karl-Ernst Thiel
04.02.2005	Walter Schweder



Kreuzbund - Gruppengespräche

Gruppen in Düsseldorf - Treff: 19:00 Uhr

0211 / 17 93 66 - 0



Montag 19:30 - 21:30 Uhr

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

Dienstag 19:30 - 21:30 Uhr

☺ BZ 1 Bendemannstr. 17 Erika Worbs Tel.: 15 21 34	☺ Rath Rather Kreuzweg 43 Pfarre Heilig Kreuz Joachim Graßmann Tel.: 65 37 24
☺ BZ 2 Bendemannstr. 17 Heinz Wagner Tel.: 7 33 25 62	☺ Holthausen Ritastr. 9 Pfarre St. Josef Neues Pfarrzentrum Gerhard Huy Tel.: 79 99 83
☺ Derendorf 2 Becher-/Ecke Barbarastr. Pfarre St. Dreifaltigkeit, Jugendheim Ulrich Lütkemeyer Tel.: 5 14 01 81	☺ Urdenbach Urdenbacher Dorfstr. 22 Pfarre Herz Jesu Ferdinand Claren Tel.: 0 21 73 / 6 00 74
☺ City 2 Gerresheimer Str. 71 Pfarre St. Elisabeth, Jugendheim, Joachim Zeyer Tel.: 2 20 17 56	☺ Garath Mathias-Erzberger-/ Nikolaus-Ehlen-Haus Ecke Carl-Severing-Straße Peter Bleich Tel.: 02173 / 7 41 73
☺ Unterrath Kalkumer Str. 60 Pfarre St. Bruno (Pfarrzentrum) Wolfgang Albrecht Tel.: 40 77 30	☺ Hassels Fürstenberger Str. 12-14 Evang. Gemeindezentrum Annemarie Müller Tel.: 7 48 83 89

Spätnachmittagsangebot von 17:15 - 18:45 Uhr !!!

BZ 14

Egon Frencken

Bendemannstr. 17

Tel.: 20 44 18

☺ Info- + Motivationsgruppe für Alle

Bendemannstr. 17

Dieter Dupick
Georg Petzoldt
Axel Lentz

Tel.: 02 03 / 74 09 51
Tel.: 02 11 / 23 68 67
Tel.: 02 11 / 2 60 41 22

Mittwoch

Vormittagsangebot von 11:00 - 13:00 Uhr

BZ 9

Heinz Drillen

Bendemannstrasse 17

Mittwoch 19:30 - 21:30 Uhr

☺ BZ 3 Bendemannstr. 17 Fred Strothauer Tel.: 75 29 88	☺ Gerresheim Neusser Tor 12 Ökum.Begegnungsstätte Gudrun Heidemann Tel.: 29 64 42
☺ BZ 10 Bendemannstr. 17 Peter Schulz Tel.: 34 88 10	☺ Kaiserswerth Pfarre St.Suitbertus An der Swidbert 70 Willi Sievers Tel.: 32 73 66

Donnerstag 19:30 - 21:30 Uhr

☺ BZ 4 Bendemannstr. 17 Walter Kern Tel.: 0203 / 33 67 30	☺ Derendorf 1 Ludwig-Wolker-Str. 10 Pfarre Heilig Geist Renate Ummelmann Tel.: 44 69 87
☺ BZ 5 Bendemannstr. 17 Hans Beckmann Tel.: 41 33 87	☺ Flingern St. Vinzenz Flurstrasse 57 C Begegnungsstätte Liebfrauen Erich Morgenthaler Tel.: 22 22 38
☺ BZ 8 Bendemannstr. 17 Christa Thissen Tel.: 35 66 17	☺ Flingern 2 Lindenstr. 176 Pfarre Liebfrauen (Pfarrzentrum) Manfred Zilm Tel.: 0 21 04 / 80 16 54
☺ Bilk 1 Merowinger Str. 170 Frauke Mühlmann Tel.: 31 43 64	☺ Heerd Baldurstr. 24 Pfarre St. Benediktus (Pfarrzentrum) Udo Becker Tel.: 0 21 29 / 37 95 75

Freitag 19:30 - 21:30 Uhr

☺ Vennhausen Sandträgerweg 101 Markusgemeinde (Clubraum) Hans-Jürgen Rost Tel.: 22 46 37	☺ Wersten Mitte Wiesdorfer Str. 11-15 Stephanushaus - Evang. Gemeindezentrum Peter Engels Tel.: 7 59 77 89
☺ BZ 6 Bendemannstr. 17 Eduard Lanzinger Tel.: 9 26 92 50	☺ Co-Abhängige jeden 1. + 3. Freitag Bendemannstr. 17 Irmgard Wagner Tel.: 7 33 25 62

Einzelgespräche: Anmeldung und Terminvereinbarung

Büro Bendemannstrasse 17, Tel.: 17 93 66-0

oder telefonische Beratung, Hans Koch, Tel.: 15 12 57

KREUZBUND-Kalender



Februar 2005

- 14.02. Vorstandssitzung; Beginn 18:00 Uhr
- 14.02. Frauenfrühstück / Frau Stark
10:00 - 12:00 Uhr
- 25.03. - Seminar Waldbreitbach, Frau Kroke
- 27.02.

März 2005

- 07.03. Vorstandssitzung; Beginn 18:00 Uhr
- 14.03. Gruppenleiter - Arbeitsgespräch
mit DV—Beginn: 19.00 Uhr
- 18.03.– Seminar Waldbreitbach, Frau Kroke
- 20.03.

April 2005

- 04.04. Vorstandssitzung; Beginn 18:00 Uhr

Wochenenddienste im BZ

- 29.01. - 30.01.2005 Gruppe City 2
- 05.02. - 06.02.2005 Gruppe BZ 12
- 12.02. - 13.02.2005 Gruppe Bilk St.Martin
- 19.02. - 20.02.2005 Gruppe BZ 6
- 26.02. - 27.02.2005 Gruppe Kaiserswerth
- 05.03. - 06.03.2005 Gruppe Bilk 1
- 12.03. - 13.03.2005 Gruppe BZ 2
- 19.03. - 20.03.2005 Gruppe BZ 14
- 26.03. - 27.03.2005 Vorstand
- 02.04. - 03.04.2005 Gruppe Urdenbach
- 09.04. - 10.04.2005 Gruppe Holthausen





Wir trauern um:
Folkert Sackmann
* 13.11.1937 † 22.12.2004

**Herr Werner Skirlo scheidet
im Juni 2005 aus seinem
Amt aus.
Wir suchen darum schon
jetzt einen neuen Beisitzer
für die Cafeteria!**

Der Vorstand

Info - Termine für

13 A:	01.02.05	Eduard Lanzinger
	08.02.05	Gudrun Heidemann
	15.02.05	Ferdinand Claren
	22.02.05	Waldemar Sierold
	01.03.05	Clas Hillebrand
	08.03.05	Peter Engels
	15.03.05	Armin Langer
	22.03.05	Axel Nolte
	29.03.05	Christa Thissen
13C:	01.02.05	Günter Grommes
	01.03.05	Theo Bodewig
13D:	01.02.05	Clas Hillebrand
	01.03.05	L. Engelhardt

Fachambulanz Langerstrasse:

Tagesklinik Langerstrasse:

Markushaus:

Fliednerkrankenhaus:

**Fehlende Termine werden noch
bekannt gegeben**

Glücklich,
wer sich am Rande
des Abgrundes erkennt
und den Sturz vermeidet.

Rousseau

KREUZBUND - Sport

Fitwerden mit der Kreuzbund- Freizeit-Sport-Gruppe

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

Bahn: 712 und Busse 730; 731; 733

Ansprechpartner:

Dieter Rölike

Tel.: 7 59 73 14



**Redaktionsschluss für
das nächste
„Kreuzbunt+ @ktuell“
No. 90/2005 ist der
17.03.2005**

*Herzlichen Glückwunsch
zur
Goldenen Hochzeit*



*Der
Vorstand,
Freunde und
Bekannte*



KB—Kontakte:

KREUZBUND-Kreisverband Düsseldorf

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

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

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



Notrufnummern

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



ACHTUNG!!!

Medikamentenabhängigkeit!

Wenn hierzu Fragen bestehen, ist Hans Koch, Gr. Urdenbach,
telefonisch bereit, nach seinen Möglichkeiten Auskunft zu geben.

Tel.: 0211 - 15 12 57

Adventfeier vom Kreuzbund!

aufgezeichnet von
Eddi Lanzinger

Mal hingehen ?
Habe ja nix besseres vor heute. Also mach ich mich mal auf die Socken.

Aufstehen, Frühstück, Duschen. Um 11:30 Uhr Treffen im BZ Bendemannstrasse mit Stefan, Erika, Hansgerd, Brigitte, Brunni und Waldi.

Für einen Kaffee reicht die Zeit noch. Dann Autos voll packen (ist auch nix vergessen ?) Noch mal den Zettel durchgehen.

Kaffee, Kaffeefilter, Zucker, Süßstoff, Milch, Tee, Cola, Wasser, Trinkbecher, Servietten, Pappteller, Gabeln, Aschenbecher, Tischdecken, Tesafilm, Scheren, Kerzen, Tannengrün, Sprühsahne, Tortenheber, Müllsäcke, Kaffeekannen, Kaffeemaschinen, Kreuzbundschild, Kuchen, Kasse, Kuchenteller, gut, das einiges schon Tage vorher organisiert war und ich mit Erika in Dauerverbindung stand wie die live Musik von Horst, oder überhaupt der Saal und die Kirche von Klaus oder die Urkunden und Lose, alles abgehakt, also müsste alles da sein und ab zum Lambätessaal.

So am Saal die Autos leer machen, alles nach oben schleppen, dann die Autos in die Tiefgarage fahren. Oh Mann oh Mann jetzt aber los, schon 13:00 Uhr. Der erste Kaffee läuft, Tischreihen aufbauen! Wie viele werden wohl diesmal kommen? Keine Ahnung, lässt sich nicht planen, stell auf was du hast, sagt Waldi. Na gut, also los. Alle Tische noch mal verschieben. Tische stellen, Tassen drauf sowie Milch, Zucker. Ach was sag ich, ihr habt ja gesehen, an was alles gedacht werden muss.

Was die wohl dieses Mal zu bieten haben ? Mensch ist das heute kalt!

So wir haben alles fertig. Schnell ein Fleischbrötchen in der Altstadt futtern und zurück in die Kirche. Rosi, Brigitte, Erika, Brunni, Waldi, Stefan, Hansgerd und Eddi.

Mal sehen was der Klaus diesmal zu bieten hat. Mensch ist das kalt heute!

Dann eine Menge bekannte Gesichter vor der Kirche. Mich freut jedes Mal aufs Neue.

Ja und was soll ich sagen, da singt ein Mensch live in der Kirche so tolle Sachen mit so einer Stimme, die richtig unter die Haut geht. Einfach Klasse. Es hat sich wieder einmal gelohnt. Die viele Arbeit, das Organisieren und Zusammentragen, einfach toll wie das funktioniert hat. Und der Waldi hatte recht, der Saal wurde wieder voll wie auch im vorigen Jahr. So freut es mich besonders, dass ich die **Anderen** zu dieser Veranstaltung überreden konnte, die Einen um zu helfen, die **Anderen** um dabei zu sein .

Ich bedanke mich bei der Gemeinde, bei Herrn Dyllong, bei Rosi, Erika, Brunni, Brigitte, Waldi, Stefan, Hansgerd, Horst, Angelika, Heinz, Frauke, Gisela, Jochen und euch fürs teilnehmen.

Der Wolf im Schafspelz:

ALKOPOPS

Hochprozentiges im süß-bunten Tarnmantel
Experten warnen vor Suchtgefahr bei Jugendlichen

Wenn Jenny (15) ins Kino geht, so ein-, zweimal die Woche, gönnen sie und ihre Freunde sich gern die „coolen Erfrischungsgetränke“. Gemeint sind Mixgetränke aus Limonade und Wein, Bier oder Hochprozentigem, die so genannten Alkopops: trendiges Etikett, meist knallfarbiger Inhalt, süß-aromatischer Geschmack, handliche Flaschengröße. „Die schmecken viel besser als Cola und überhaupt trinken sie doch alle“, sagt Jenny.

Dass alkoholische Getränke wie Wein und Bier für Jugendliche nicht unter 16 und härtere Sachen wie Schnaps lt. Jugendschutzgesetz erst über 18 Jahre erlaubt sind, hält Jenny und ihre teils noch jüngeren Freunde keineswegs davon ab, Alkopops zu konsumieren. An der Kino-Bar wird zwar meist das Alter abgefragt und die begehrten Fläschchen werden verweigert, doch diese Hürde ist längst umgangen. „An der Tankstelle oder im Supermarkt fragt dich fast nie einer, da kannst du das Zeug massenweise rausschleppen“, berichtet Jennys Freund Marco (15) stolz. „Massenweise rausschleppen“ trifft es ziemlich genau: Um 325 Prozent ist der Absatz von Mixgetränken zwischen Mai 2001 und April 2002 laut Drogen- und Suchtbericht der Bundesregierung gestiegen.

Suchtexperten schlagen Alarm, denn je nach Mix enthält ein einziges Fläschchen bis zu zwei Gläser Schnaps und 15 Stücke Würfelzucker. Und da liegt das Problem.

Dr. Elisabeth Pott, Direktorin der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA): „Der süße Fruchtgeschmack, der den Alkoholgeschmack und -gehalt überdeckt, die breite Verfügbarkeit und das positive Image bei Jugendlichen machen Alkopops bei immer mehr und immer jüngeren Jugendlichen zu einer süßen Verführung, mit der Konsequenz, dass junge Menschen immer früher einen regelmäßigen Alkoholkonsum entwickeln.“

Dies belegen auch vergleichende Untersuchungen der BZgA bei Jugendlichen zwischen 14 und 19 Jahren: 1998 kauften acht Prozent in dieser Altersgruppe ein- bis zweimal im Monat und zwei Prozent dreimal und öfter Alkopops. 2003 waren es bereits 26 Prozent, die ein- bis zweimal nach den bunten Drinks griffen - und 20 Prozent sogar dreimal und öfter.

Angesichts dieser Entwicklung zog die Bundesregierung kürzlich die Notbremse: Seit dem 1. August gilt eine drastische Sondersteuer von rund 80 Cent, aufgeschlagen auf den Kaufpreis pro Flasche. Sie soll insbesondere den Jugendlichen den Geschmack an den süßen Verführern verderben. Auch muss darauf künftig deutlich erkennbar sein, dass sie erst ab 18 Jahre erlaubt sind. Verstöße des Handels bzw. der Verkäufer dagegen sollen künftig mit Geldbußen bis zu 5.000 € geahndet werden. Ein erstes Fazit, ob diese Maßnahmen den gewünschten Erfolg bringen, will die Bundesregierung in einem Jahr ziehen.

(aus: Barmer Ersatzkasse
„Gesundheit“ 04/2004)

Die Kreuzbund - Sportgruppe Düsseldorf

...ist der Einladung der Kreuzbund - Sportgruppe Haren, einem bundesweit ausgeschriebenen Fußballturnier gefolgt.

Es waren 8 Mannschaften die von dieser Einladung Gebrauch machten. Leider sind es nur Mannschaften aus dem Norden Deutschlands.

Über dieses Thema haben wir uns lange mit unseren Freunden unterhalten aber keiner fand eine Antwort darauf. Bemerken möchte ich hierzu, dass die Kreuzbundgruppen im Norden auch Jugendliche fest im Kreuzbund verankert haben.

Es sind aber nicht nur Jugendliche von abhängigen Eltern. Ich fand diese Gespräche sehr interessant für uns und wir sollten mal bei uns darüber nachdenken.

Nun zum sportlichen Teil: Es waren acht Mannschaften angetreten, darunter waren Berlin, Nettetal, Haren, Haselünne, Lingen I + II, Holte Lastrup und Düsseldorf.

Die Mannschaft aus Haren verdient gewonnen. Sie gewonnen sondern auch, schaften anging. >Vielen

Die Sportgruppe aus Düsseldorf Einige Spieler wurden mit Tormann von Berlin, der mit

Aber auch der Tormann Hans erhielt einen Pokal, weil er die Sportskamerad aus Berlin hat lassen; auch er erhielt einen Pokal als Also der Jüngste war 8, der Älteste Am Sonntagmorgen trafen wir uns aus Haren zum Frühstück. Dabei ten, wie alles angefangen hat. Auch drucksvoll.

Gegen 10:30 Uhr am Sonntag sind wir dann alle Richtung Heimat gefahren; Die einen nach Berlin, die anderen nach Düsseldorf.

Ich hätte es bald vergessen, dass wir bei unseren Gesprächen mit Freude auch erfahren haben, dass die Kreuzbund - Sportgruppen aus Papenburg und Gescher wieder an einer Sportgruppe (Fußball) basteln.

Aber wir würden uns auch freuen, wenn es nicht klappen sollte mit einer Mannschaft der alten Hasen, bei einem Turnier in ihrer Nähe mal wieder zuzusehen und sie zu begrüßen. Also bis bald.

Die Sportgruppe Kreuzbund - Düsseldorf hat für dieses Jahr schon zwei Einladungen erhalten. Im Mai geht es nach Haselünne und im Oktober nach Berlin.



ren hat den ersten Platz haben nicht nur spielerisch was die Verpflegung der Mann-

Dank Helmut<

seldorf belegte diesmal den 4. Platz.

einem Pokal ausgezeichnet, darunter der seinen 65 Jahren sehr gut gehalten hat. von der KB-Sportgruppe aus Düsseldorf wenigsten Treffer kassieren musste. Ein seinen Sohn, (acht Jahre) mitspielen jüngster Teilnehmer.

71 Jahre.

mit den Freunden aus Berlin und Helmut haben wir uns sehr nett darüber unterhalten dieses Gespräch war für jeden sehr ein-

Horst Strelow
Gruppe Rath

Hände



Komm zu uns,
hier darfst du reden.

Komm zu uns,
hier darfst du weinen.

Komm zu uns,
hier darfst du aussprechen,
was dich bewegt.

Komm zu uns,
hier darfst du sein,
wie du bist.

Einst werden wir
dir dankbar sein,
wenn du uns diese Worte sagst.

Gefunden von Henni Borgard
Gr. Bilk St. Martin

**Liebe Gruppenbesucherin,
lieber Gruppenbesucher!**

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

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

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

Du bekennst Dich offen zu Deiner Suchterkrankung.

Kreuzbundmitglieder genießen ein hohes Ansehen in der Gesellschaft.

Du stärkst das Zusammengehörigkeitsgefühl – Du gehörst dazu.

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

Deine Gruppe erhält mehr Mitspracherecht, wird mehr gehört.

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

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

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

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

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

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

Dein Kfz ist kaskoversichert, wenn Du für den Kreuzbund unterwegs bist.

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

Du bist Mitglied im Deutschen Caritasverband.

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

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

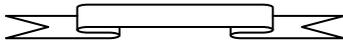
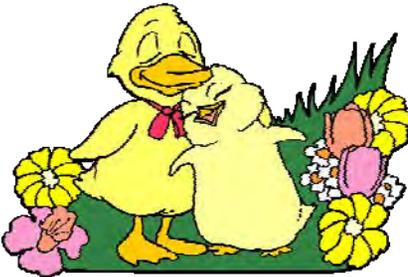
Werde Mitglied im Kreuzbund!

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

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

Ein Herz muss dann
und wann
an einem Glück sich laben,
es muss der Liebe viel
und etwas Frohsinn haben.

Carl Spitteler



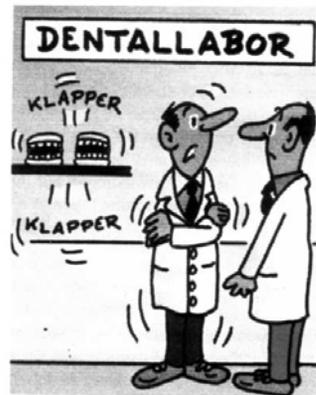
Euch Allen
ein frohes Osterfest
wünschen:
Der Vorstand
und die
„Redaktion: Weißes Heft“.

Zum guten Schluss...



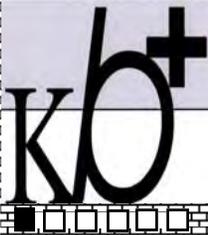
Die Sekretärin schaut
verträumt aus dem Fenster.
„Was machen Sie denn am
Sonntag?“ fragt der Chef.
„Sonntag? Noch nichts.“
„Dann darf ich Sie daran erinnern,
dass heute nicht Sonntag ist!“

Zwei Freunde unterhalten sich:
„Was du dir alles von deiner Frau
gefallen lässt. Die hat ja die ganze Zeit
mit dir geschimpft.“
„Ja hast du denn gar nicht
gesehen, wie frech ich beim
Abtrocknen geguckt habe?“



Es ist heute ziemlich kalt in
der Bude!

Impressum



89_2005

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

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

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