



KREUZbunt +
99 @ktuell



Oktober/November 2006

- Das Magazin des Kreisverbandes Düsseldorf e.V. -

KREUZBUND

Du funktionierst verdammt gut

Als Musterbeispiel
gesellschaftlicher Anpassung
und Funktionalität
bestehst du fast nur noch
aus Gewohnheiten, Standards
und Formalitäten.

Deine ganz eigene
Persönlichkeit
ist kaum mehr
als ein Flüstern...

... schade um dich!

Kristiane Allert - Wybranietz



Klaus Kehrbusch (geistlicher Beirat)

Hallo mein lieber Klaus,

Hier ist der Platz, wo du dich verewigen kannst.

Liebe Grüße und schönes Wochenende

Angelika

Mann oh Mann, was macht jedermann nur mit dem Wörtchen „man“?

Leonore Engelhardt
Gruppe Derendorf 2

Allmählich hat es sich eingeschlichen: wie ein hässlicher Wurm kriecht es in unsere Ohren und in unsere Sprache. Ich kann es nicht mehr hören, das verallgemeinernde, unpersönliche Wörtchen „man“. Wer ist „man“??? Also, ich bin es gewiss nicht, ich bin ich und Sie sind es auch nicht, Sie sind Sie und damit sind Sie und ich eigene Persönlichkeiten mit eigenen Ansichten und Meinungen, die Sie und ich vertreten können und wollen.

Welche Meinung vertritt „man“? Keine oder jede und das ist ja nun wirklich nicht erstrebenswert.

Und trotzdem: „man“ ist überall.

Sagt ein Polizist in der „Lokalzeit Düsseldorf“ am 23.8.2006: „...wenn **man** Drogen kontrolliert hat...“ Ich habe noch nie Drogen kontrolliert, Sie?

Ministerpräsident Jürgen Rüttgers erklärte anlässlich der Feierlichkeiten „60 Jahre Nordrhein-Westfalen“, er liebe dieses Land, weil **man** hier so gut Fahrrad fahren könne. Ich liebe NRW auch, aber ich kann nicht Fahrrad fahren. Was nun?

Für eine junge Reiterin (Lokalzeit am 18.8.2006) ist es selbstverständlich, dass **man** sein Pferd pflegt. Ich pflege gern und liebevoll eine Katze, ein Pferd besitze ich nicht.

Der bekannte Fernsehjournalist Ulrich Wickert stellt fest (Deutschlandfunk (28.8.2006): „Es war eine gute Zeit, - nachdem **man** Rückschau gehalten hat.“

Und ein Fußballtrainer hat ein Fußballspiel erlebt, an das **man** gerne zurückdenkt. Ich sehe mir keine Fußballspiele an, wenn es nicht gerade um die Weltmeisterschaft geht.

Aber Sie ahnen wohl schon, worauf ich hinaus will: Wie sieht es denn bitte in unseren Gruppengesprächen aus?

Man trinkt nicht mehr, **man** hatte eine gute Woche, **man** fühlt sich wohl usw.

Wo ist es geblieben, das persönliche **Ich**, das meine Befindlichkeit ausdrückt und nur diese, nicht die von jemandem anderen.

In der Gruppe höre ich oft: „Ich kann dazu nur meine eigene Meinung äußern...“ dann tun wir das doch bitte auch und bleiben beim „Ich“

Noch einen anderen Aspekt möchte ich gern betrachten: Im letzten Kreuzbündheft (Nr.98) hatte ich von Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl geschrieben. Ich denke, das Wort „Ich“ vertritt nicht nur meine Meinung, sondern auch meine eigene Einstellung zu mir selbst. Und das ist nichts anderes, als ein gesundes Selbstwertgefühl.

Vielleicht können wir uns wieder besinnen auf „Ich“ und nicht „**man**“. Unsere Gruppengespräche werden dann persönlicher und dadurch wertvoller, nicht nur für den einzelnen, sondern auch für alle anderen.

Gestatten, ich bin deine Krankheit!

Ich hasse Gruppenabende, ich hasse die Higher Power. Ich hasse jeden, der ein Programm hat. Allen, die mit mir in Kontakt kommen, wünsche ich Tod und Verderben. Erlaubt mir, dass ich mich vorstelle:

Ich bin die Alkoholkrankheit!!!

Verschlagen, trügerisch, mächtig! Das bin ich! Ich habe schon Millionen getötet. Darüber bin ich froh. Es gefällt mir, dich völlig überraschend einzufangen. Ich liebe es, so zu tun, als sei ich dein Freund und Liebhaber. Ich habe dich getröstet oder etwa nicht? War ich etwa nicht da, wenn du dich alleine gefühlt hast? Wenn du sterben wolltest, hast du mich dann nicht gerufen? Ich war da!

Es gefällt mir, dir weh zu tun, dich zum Weinen zu bringen. Noch mehr liebe ich es, dich zu betäuben, dass du weder Schmerz noch Trauer fühlen kannst. Du kannst gar nichts mehr fühlen. Das ist wahrer Erfolg. Ich werde dir sofortige Befriedigung geben und alles, was ich dafür fordere, ist ein langes Leiden.

Ich bin immer für dich da gewesen. Wenn alles in deinem Leben gut gegangen ist, hast du mich eingeladen. Du meinstest, so viel Gutes stünde dir eigentlich zu und ich war der Einzige, der mit dir einer Meinung war. Gemeinsam sind wir in der Lage, alle guten Dinge in deinem Leben zu zerstören. Die meisten nehmen mich nicht ernst, die armen Irren! Sie wissen nicht, dass ohne meine Hilfe all diese Dinge gar nicht möglich wären. Ich bin eine absolut gehasste Krankheit, obgleich ich nicht uneingeladen auftauche. Du hast mich ausgesucht. Viele haben mich der Realität und dem Frieden vorgezogen. Ich hasse alle, die ein Programm haben, um mit mir zu brechen, mehr als du mich je hassen könntest. Euer Programm, eure Gruppenabende, eure Arbeit, eure Seminare, alles schwächt mich. Ich kann nicht mehr so funktionieren, wie ich es gewohnt war.

Jetzt muss ich mich still verhalten. Du siehst mich nicht, aber ich wachse, ich werde größer als ich vorher war.

Solange du am Leben bist, bleibe ich am Leben. Wenn du lebst, existiere ich nur, aber ich bin da..., bis wir uns wieder sehen.

Wenn wir uns wieder sehen..., dann wünsche ich dir TOD und VERDERBEN!!!

Dieter Hopfe
aus Bargteheide



Vorankündigung!

Unsere diesjährige
Adventfeier findet am

10.12.2006

statt.

Der Wortgottesdienst mit
Klaus Kehrbusch ist um
15:00 Uhr
in St. Lambertus.

Anschließend gemütliches
Kaffeetrinken im neuen
Maxhaus, Schulstrasse.



Seniorenbetreuung

Ein Thema für Sie?

Krankheit und Einsamkeit sind die Geißeln des Alters. Gerade Abhängige haben oft damit zu kämpfen, weil ihre Gesundheit und ihre sozialen Kontakte während der Sucht Schaden genommen haben. Ihnen zu helfen ist Teil der Kreuzbund-Arbeit.

Krankenhausbesuche, Unterstützung bei Behördengängen, Begleitung nach Verlust des Partners sind Beispiele für Anlässe, bei denen Hilfe gefragt ist.

Dieter und Brunhilde Dupick haben sich bereit erklärt, als Seniorenbeauftragte und Ansprechpartner für Altersprobleme zur Verfügung zu stehen. Es zeigt sich aber, dass ihnen die Arbeit über den Kopf wächst.

Deshalb suchen wir weitere Mitglieder, die sich beteiligen möchten.

Interessenten melden sich bitte beim Vorstand.

Heinz Drillen



Der Malkurs geht weiter!!!

Neue Zeiten - Neuer Termin!

Ab 2. November 2006 treffen sich Malwütige
donnerstags in der Zeit von

17.30 bis 19.00 Uhr

in der Bendemannstraße.

Fußballturnier um den Heiner-Tebbel-Gedächtnispokal am 13. Mai 2006

Das Turnier wurde ausgerichtet zur Erinnerung an den vor zwei Jahren verstorbenen Gründer des Kreuzbundes Lingen III. Der jeweilige Gewinner des Pokals ist der Ausrichter für das nächste Turnier.

Nach gut einem Jahr Turnierpause wollten wir endlich wieder einmal wissen, wo wir im Vergleich zu anderen Mannschaften stehen. Bei sehr gutem Wetter und ebensolcher Laune reiste ein Team von 11 Spielern + ein treuer Fan namens „Irmchen“, Liselotte Knoll, nach Lingen.

Da wir am Eröffnungsspiel nicht beteiligt waren, hatten wir schon mal die Möglichkeit, zwei unserer Gegner zu studieren. Danach waren wir zuversichtlich, bei dem Turnier einen guten Platz zu erreichen. Diese Zuversicht wuchs noch, nachdem wir das erste Spiel mit 4:0 gewonnen hatten. Als wir dann auch noch das zweite Spiel mit sage und schreibe 6:0 gewannen, war allen, außer uns klar, das Düsseldorf den Pokal gewinnen würde. Unklar war nur noch, ob mit oder ohne Gegeror.

Das Endergebnis lautete dann: 4 Spiele, 4 Siege und 28:1 Tore.

Noch eine Kuriosität am Rande: Da wir personell und konditionell das stärkste Team stellten, haben einige unserer Spieler gegnerische Mannschaften unterstützt, denen es an beidem mangelte. Das allerdings nur dann, wenn es nicht gegen die eigene Mannschaft ging.

Fazit: Es war alles in allem ein gelungenes Sportfest mit vielen alten und neuen Bekannten.

Egon Franken

Sucht: Erkennen, vorbeugen, helfen

Unter diesem Titel veranstaltet **Leonore Engelhardt** in Zusammenarbeit mit der **ASG** ein Seminar mit je zwei Abendveranstaltungen

am Mittwoch 8. und 15.11.2006 und
am Mittwoch 7. und 14.03.2007,
jeweils von 19.00 bis 21.15 Uhr
im Familientreff, Rather Kreuzweg 43 in Rath.

Das Seminar wendet sich an Eltern, Lehrer und Erzieher. Es ist aber auch für Kreuzbundmitglieder interessant, die in der Patienteninformation oder in der Suchtvorbeugung an Schulen aktiv sind. Es bietet Informationen und Berichte zu stoffgebundenen Abhängigkeiten: Alkohol, Drogen, Medikamente.

- 1. Abend:** Sucht beginnt im Kopf
Neurobiologische Grundlagen und physische Begleiterscheinungen, süchtiges Verhalten, Abhängigkeitstypen, Entstehen der Sucht
- 2. Abend:** Sucht-Vorbeugung
Bedingungsfaktoren und Folgeerkrankungen der Sucht; vorbeugen und helfen.

Reinhard Metz

Motorrad – Tour durch die Dolomiten !!

Ende des vergangenen Jahres schwärmte uns Jogi – Jürgen Krämer von seinem bevorstehenden Winterurlaub in die Dolomiten/ Südtirol vor. Eddi Lanzinger und ich hörten aufmerksam zu. Eddi sagte auf einmal, das wäre die richtige Tour für das Motorrad. In diesem Moment war die Bikertour durch die Dolomiten geboren.

Am 1.9.2006 trafen sich acht Motorradfahrer und ein Beifahrer, den Eddi mitnahm, an der Rampe für Bahnverladung am Düsseldorfer Hauptbahnhof. Die Motorräder wurden mit eineinhalbstündiger Verspätung verladen und die Fahrt nach Innsbruck konnte losgehen.

Am anderen Morgen um 9.30 Uhr kamen wir in Innsbruck an. Wir fuhren die Motorräder von den Waggons herunter und bepackten sie wieder. Die Fahrt zu unserer Unterkunft, Villa Monika in Issing bei Pfalzen, dauerte ca. zwei Stunden. 120 km in den Bergen sind kein Pappenstiel! Die Fahrt dorthin beeindruckte mich sehr. Für mich war alles Neuland. Wir schliefen mit jeweils drei Mann auf einem Zimmer. Mit Ohrstöpseln bewaffnet waren selbst schnarchende Mitbewohner gut zu ertragen.

Was in den nächsten Tagen, bei übrigens herrlichem Wetter folgte, war glaube ich für alle überwältigend. Die Fahrt nach Cortina d'Ampezzo mit anschließender Gondelfahrt auf den „Tofana“ (3240 m), wird mir ewig in Erinnerung bleiben. Von dort aus rief ich meinen Sohn an, der an diesem Tag seinen 30. Geburtstag feierte. Es war schon ein komisches Gefühl.

In den nächsten Tagen befuhren wir fast alle Pässe in der Umgebung. Antholzer, Pragser Wildsee und Toblacher See liegen ruhig und still zwischen den Bergriesen. In dieser Landschaft hat der „liebe Gott“ genau hingesehen. Fast jeden Abend gingen wir gemeinsam zum „Italiener“ nach Pfalzen und ließen es uns schmecken.

Axel (Stief) und Manfred, Arbeitskollegen von Eddi, waren die Spaßmacher der Runde. Ich habe lange nicht mehr so gelacht. Am letzten Abend war Grillen angesagt. Unsere Wirtsleute, bei denen ich mich noch herzlich bedanken möchte, hatten diesen Abend hervorragend vorbereitet. Es fehlte an nichts. Samstagmorgen wurden die Motorräder bepackt und wir fuhren wieder nach Innsbruck zur Verladestelle am Bahnhof.

In einer Hausbrauerei wurde vernünftig zu Mittag gegessen – das kann man da auch – und anschließend spazierten wir noch einige Stunden durch die wunderschöne Stadt. Abends um 19.30 Uhr ging es Richtung Düsseldorf. Um ca. 8.00 Uhr erreichten wir den Hbf und unsere Tour war zu Ende.

Besonders bedanken möchte ich mich bei Jogi Krämer, der mit seinem 125er Roller immer vorfuhr und uns die Schönheiten der Landschaft zeigte und erklärte. Zu guter letzt Dir, mein lieber Eddi, Dank für die komplette Planung und das phantastische Haus, das Du ausgesucht hast. Dass Dein Sohn mitgefahren ist, war für Dich bestimmt das persönliche Bonbon. Manchmal habe ich Dich darum beneidet. Mein Dank gilt im Grunde genommen allen, die mitgefahren sind.



Wir waren einfach eine tolle Truppe!

Dieter Dupick BZ 6



**Einladung zur
Fachtagung Garath
2006**

Am 4. November 2006, 10.00 Uhr, beginnt die Fachtagung Garath 2006. Sie findet in der Freizeitstätte Garath, Fritz-Erler-Str. 21, statt. Wer Interesse an dieser Veranstaltung hat, kann die nachstehende Anmeldung direkt zum Veranstalter schicken oder sich per Email anmelden.

**Hiermit melde ich mich zur Fachtagung am
4. November 2006 in Düsseldorf-Garath an:**

Kinderbetreuung: ja / nein

Anzahl der Kinder:

Alter der Kinder:

Name Institution

PLZ / Wohnort Straße

Telefon E-Mail

Datum Unterschrift

Schriftliche Anmeldung an die

Nordrheinische Arbeitsgemeinschaft gegen die Suchtgefahren
z. H. Beate Schröder
Lenaustrasse 41
40470 DÜSSELDORF



Suchtprävention für Kinder und Jugendliche Gesundheitsamt startet Pilotprojekt im Stadtbezirk 6

Süchte entstehen nicht von selbst. Neben genetischen Ursachen wirken Erfahrungen, Belastungen und Fehleinschätzungen bei ihrer Entstehung mit, die oft schon im Kindesalter die weitere Entwicklung beeinflussen und prägen. Wo die Familie nicht helfen (kann), sind Schule und Gesellschaft gefragt, durch Information und Training gegenzusteuern.

Das geschieht bisher nicht sehr systematisch. In den Kindergärten bleibt die Aufklärung der Eigeninitiative der Leiterinnen überlassen und wo in den Schulen bisher Beratungslehrer für diese Arbeit teilweise vom Unterricht freigestellt wurden, hat das Land NRW diese Freistellung im Zuge seiner Sparmaßnahmen stark eingeschränkt. Die Stadt Düsseldorf will sich deshalb dieser Verantwortung jetzt selbst stellen.

Nach gründlicher Erarbeitung eines gesamtstädtischen Präventionskonzepts für Kinder und Jugendliche hat die Stadt jetzt ein Pilotprojekt im Stadtbezirk 6 (Rath, Unterrath, Lichtenbroich, Mörsenbroich gestartet. Vom Kindergartenalter an sollen in den kommenden zwei Jahren Kinder nachhaltig über Suchtgefahren aufgeklärt und für ein suchtmittelfreies Leben fit gemacht werden. Mit einem Flugblatt sollen Kindergärten, Grund- und weiterführende Schulen, Freizeitstätten des Bezirks zum Mitmachen eingeladen werden. Als didaktische Hilfsmittel sollen die Lehrpakete „Papilio“ für Kindergärten, „Klasse 2000“ für Grundschulen und „Alf“ für weiterführende Schulen zum Einsatz kommen. Die vorgesehenen Maßnahmen sind in einer Matrix zusammengefasst. So soll sichergestellt werden, dass die Kinder und Jugendlichen in allen Altersstufen fortlaufend mit dem Thema Sucht konfrontiert werden und hoffentlich hinreichende Abwehrkräfte gegen die Verlockungen der Suchtmittel entwickeln.

Die Düsseldorfer Suchtselbsthilfegruppen haben sich bereit erklärt, einen Beitrag durch Gestaltung von Informationsstunden zu leisten, so wie der Kreuzbund und andere Gruppen dies bereits in Eigeninitiative seit langer Zeit tun. Sie werden auch in dem Lenkungsausschuss mitarbeiten, der die Umsetzung steuern soll.

Wir hoffen, dass die Suchtprävention mit diesem Programm zu einem festen Bestandteil der schulischen und außerschulischen Erziehung wird.

Reinhard Metz

Kb - intern:



**An alle Gruppenleiter und
deren Stellvertreter**

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

**14.10.2006
09.12.2006**

**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.: 02297 - 90 24 54

Region West:

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

Region Süd-West:

Hubert Klöcker
Tel.: 02251 - 14 75 61

**Probleme mit Alkohol?
Angstattacken?
Depressionen?
Partnerschaftskonflikte?**

**Ich biete Ihnen
psychologische Beratung an:
Leonore Engelhardt
Tel.: 0211 - 68 24 99**

Wir gratulieren herzlich!

zum Geburtstag...

02.10.	Brigitte Judex	60 Jahre
03.10.	Manfred Engels	65 Jahre
03.10.	Alexander Schild	65 Jahre
04.10.	Gerd Huy	70 Jahre
04.10.	Inge Grützner	65 Jahre
17.10.	Britta Orawski	60 Jahre
17.10.	Heinz-Theo Bodewig	50 Jahre
28.10.	Helmut Pohl	60 Jahre
30.10.	Wolf-Christian Daub	35 Jahre
02.11.	Udo Raphael	65 Jahre
06.11.	Christine Eichberger	60 Jahre
13.11.	Hedwig Meuleners	75 Jahre
14.11.	Olaf Teschner	30 Jahre
15.11.	Michael Miemiec	40 Jahre
17.11.	Liesel Bickel	70 Jahre
23.11.	Michael Strauch	50 Jahre
30.11.	Horst Könnecke	55 Jahre

zum Jubiläum...



01.10.2006 Annette Bodewig
01.10.2006 Heinz-Theo Bodewig
01.11.2006 Günter Grommes



01.10.2006 Ursula-Maria Vogel



Kreuzbund - Gruppengespräche

Gruppen in Düsseldorf - Treff: 19:00 Uhr



Montag 19:30 - 21:30 Uhr

☺ BZ 12 Bendemannstr. 17 Dieter Schwedland Tel.: 39 37 49	☺ Bilk - St. Martin Gladbacher Str. 11 Gemeindezentrum Reinhard Metz (komm.) Tel.: 57 18 59
---	--

☺ **Ehepaargruppe - 19:00 Uhr bis 20:45 Uhr**
Bendemannstrasse 17
Reinhard Grinnus
Tel.: 0 21 02 / 2 52 88

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 Lieselotte Knoll Tel.: 7 11 84 05
---	--

☺ 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 Fritz-Erler-Strasse 21 Freizeitstätte Garath Peter Bleich Tel.: 0 21 73 / 7 41 73
---	---

☺ Unterrath Kalkumer Str. 60 Pfarre St. Bruno (Pfarrzentrum) Detlef Krause-Plate Tel.: 0 21 02 / 12 64 14	
--	--

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

BZ 14
Egon Frencken
Bendemannstr. 17
Tel.: 1 66 45 95

☺ 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
Tel.: 4 38 39 98

Mittwoch 19:30 - 21:30 Uhr

☺ BZ 3 Bendemannstr. 17 Fred Strothauer Tel.: 75 29 88	☺ Kaiserswerth Pfarre St. Suitbertus An der Swidbert 70 Willi Sievers Tel.: 5 38 13 16
--	---

☺ BZ 10 Bendemannstr. 17 Peter Schulz Tel.: 34 88 10	
--	--

Donnerstag 19:30 - 21:30 Uhr

☺ BZ 4 Bendemannstr. 17 Reinhard Grinnus (komm.) Tel.: 0 21 01 / 2 52 88	☺ 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 Roland Heinicke (komm.) Tel.: 5 56 00 45
--	---

☺ BZ 8 Bendemannstr. 17 Christa Thissen Tel.: 35 66 17	☺ Heerd Baldurstr. 24 Pfarre St. Benediktus (Pfarrzentrum) Udo Becker Tel.: 0 21 29 / 37 95 75
--	---

☺ Bilk 1 Merowinger Str. 170 Frauke Mühlmann Tel.: 31 43 64	St. Ludger
---	------------

Freitag 19:30 - 21:30 Uhr

☺ BZ 6 Bendemannstr. 17 Eduard Lanzinger Tel.: 9 26 92 50	☺ Telefonische Beratung für Co-Abhängige Irmgard Wagner Tel.: 7 33 25 62
---	---

☺ Vennhausen Sandträgerweg 101 Markusgemeinde (Clubraum) Hans-Jürgen Rost Tel.: 22 46 37	<p>Einzelgespräche: <u>Anmeldung und Terminvereinbarung</u> Büro Bendemannstrasse 17, Tel.: 17 93 66 - 0 oder telefonische Beratung, Hans Koch, Tel.: 15 12 57</p>
---	---

☺ Wersten Mitte Wiesdorfer Str. 11-15 Stephanushaus - Evang. Gemeindezentrum Inge Schünemeyer Tel.: 5 14 13 26	
---	--

KREUZBUND-Kalender



Oktober 2006

- 07.10. Frauengruppe mit Frau Lerch
Beginn: 10:00 Uhr
- 09.10. Vorstandssitzung; Beginn 17:30 Uhr
- 13.10. Seminar in Waldbreitbach
- 15.10. mit Barbara Kroke
- 14.10. Supervision für Gruppenleiter und
Stellvertreter; 10:00 Uhr bis 16:00 Uhr
- 16.10. Frauen-Arbeitsgespräch, 19:00 Uhr
- 23.20. Frauen-Frühstück mit Claudia Stark
10.00 bis 12.00 Uhr

November 2006

- 13.11. Vorstandssitzung; Beginn 17:30 Uhr

Dezember 2006

- 01.12. Männer-Seminar in Langwarden
- 03.12. mit Peter Hennen-Busse
- 09.12. Supervision für Gruppenleiter und
Stellvertreter; 10:00 Uhr bis 16:00 Uhr
- 10.12. Adventfeier in St. Lambertus
Beginn: 15:00 Uhr
- 11.12. Vorstandssitzung; Beginn 17:30 Uhr
- 11.12. Gruppenleiter - Arbeitsgespräch und
KREISAUSSCHUSSSITZUNG
Beginn: 19:00 Uhr
- 18.12. Frauen-Arbeitsgespräch, 18:00 Uhr
Weihnachtsfeier -

DV-Termine

- 11.11. Tagesseminar für Frauen in D'dorf,
Frau Schlaafkirchner, 09:00-18:00 Uhr
- 25.11. Frauen-Arbeitsgespräch, 10:00 Uhr
in Düsseldorf - Weihnachtsfeier -

Wochenenddienste im BZ

- 07.10.—08.10.2006 Gruppe BZ 2
- 14.10.—15.10.2006 Gruppe BZ 14
- 21.10.—22.10.2006 „Vorstand“
- 28.10.—29.10.2006 Gruppe Urdenbach
- 04.11.—05.11.2006 Gruppe Holthausen
- 11.11.—12.11.2006 Gruppe Flingern 1
- 18.11.—19.11.2006 Gruppe Vennhausen
- 25.11.—26.11.2006 Gruppe Rath
- 02.12.—03.12.2006 Gruppe Derendorf 1

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 47 52
Joachim Zeyer 0211 / 220 17 56
(Handy) 0172 2 66 69 87
Reinhard Metz 0211 / 57 18 59
Frauke Piepmeyer 0211 / 39 62 65
Heidi Noe 0211 / 65 24 57
Dieter Dupick 0203 / 74 09 51
(Handy) 0179 204 8967
Eduard Lanzinger 0211 / 92 69 250

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



Notrufnummern

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



Info - Termine für

- 13 A:** 03.10.2006 Waldemar Sierold
10.10.2006 Claas Hillebrand
17.10.2006 Peter Engels
24.10.2006 Armin Langer
31.10.2006 Axel Nolte
07.11.2006 Hans-Gerd Kühnel
14.11.2006 Manfred Greiner
21.11.2006 Uli Lütkemeyer
28.11.2006 Edi Lanzinger
- 13C:** 03.10.2006 Theo Bodewig
07.11.2006 Günter Grommes
- 13D:** 03.10.2006 L. Engelhardt
07.11.2006 H. Flesch/G.Rimkus

Fachambulanz Langerstrasse:

28.11.2006 Heinz Drillen

Tagesklinik Langerstrasse:

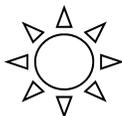
09.10.2006 Reinhard Metz
13.11.2006 Reinhard Metz

Markushaus:

27.11.2006 Heinz Drillen

Fliednerkrankenhaus: (Siloah)

18.12.2006 Dieter Dupick/Axel Lentz



ACHTUNG!!!

Medikamentenabhängigkeit!
Wenn hierzu Fragen bestehen,
ist Hans Koch, Gr. Urdenbach,
telefonisch bereit, nach seinen
Möglichkeiten Auskunft zu geben.
Tel.: 0211 - 15 12 57

KREUZBUND - Sport

Fit werden mit der

Kreuzbund- Freizeit-Sport-Gruppe

Treffen: Freitags, 18:30 - 20:00 Uhr
Sportplatz Altenberg Strasse,
Anfahrt Schlüterstraße
Bahn: 703; 709; 713 und Bus 738

Ansprechpartner:

Egon Frencken, Tel.: 0211 / 1 66 45 95



Redaktionsschluss für
das nächste
„Kreuzbunt+ @ktuell“
No. 100 /2006 ist der
16.11.2006

Alles Leben ist Begegnung

- Die vielfältigen Ursachen von Sucht -

Wir Menschen brauchen Begegnung, Nähe, Austausch, Zuwendung und Liebe. Wenn wir dies lange Zeit entbehren müssen oder diese Bedürfnisse durch andauernden Stress stark vernachlässigen, stumpfen wir innerlich ab. Daraus kann sich eine tiefe Unzufriedenheit mit unserem Leben entwickeln. Frustrationen können sich hochschaukeln und eine Verflachung und Verarmung unserer Gefühlswelt - letztlich unserer Seele - kann die Folge sein. Mit der so entstehenden inneren und äußeren Leere kann man auf verschiedene Weise umgehen.

Zu den negativen Möglichkeiten gehören: die einseitige Suche nach Ersatzbefriedigung und Ablenkungen, die Flucht in Tagträumereien und Scheinwelten oder in künstliche Reizzustände. Ablenken, anregen oder betäuben kann man sich auf vielfältige Weise. So z. B. durch maßlose Kauf- und Konsumerlebnisse, beim Glücksspiel, mit Arbeit, durch Alkohol oder durch den Gebrauch illegaler Drogen.

Verschiedene Handlungen können - wenn sie angewendet werden, um eine innere Leere zu füllen - zur Sucht führen.

Innere Leere kann zur Sucht führen Sich öffnen - sich abgrenzen

Für unser Wohlbefinden und für die Entwicklung unserer Persönlichkeit ist der aufgeschlossene Umgang mit unseren Mitmenschen von entscheidender Bedeutung. Durch unsere Fähigkeit, voneinander und miteinander zu lernen, können wir wertvolle Erfahrungen sammeln.

Natürlich müssen wir uns in bestimmten Situationen auch vor anderen schützen können. Manchmal müssen wir uns abgrenzen - z. B. bei persönlichen Angriffen, Vorwürfen oder Abwertungen unserer Person. Jeder kennt auch Phasen, in denen er sich verschließt und zurückzieht. Jeder erlebt Stimmungsschwankungen. Problematisch wird es, wenn wir erstarren und alles nur noch „grau in grau“ oder „ganz schwarz“ sehen. Wenn uns der innere Raum für Entwicklungen und Veränderungen fehlt.

Ursachen aufspüren, miteinander sprechen

Probleme lösen wir nicht dadurch, dass wir ihnen ausweichen, sie verdrängen oder uns innerlich verschließen. Wir müssen versuchen, die Ursachen für unser Unbehagen herauszufinden und uns mit ihnen auseinandersetzen. Schuldzuweisungen an uns selbst oder an andere helfen da nicht weiter. Schuldgefühle bringen allein noch keine Lösungen.

Statt dessen hilft es uns weiter, wenn wir erkennen und hinnehmen, dass es uns nicht zusteht, andere Menschen gegen deren Willen zu ändern. Manchmal sind wir wirklich ohnmächtig.

Dennoch lassen sich viele Probleme und Schwierigkeiten in unserem persönlichen Umfeld aus eigener Kraft überwinden. Oft brauchen wir dazu das Gespräch und die Unterstützung anderer Menschen. Sie können dazu beitragen, dass wir Vertrauen zu uns selbst fassen. So können wir inneren Abstand gewinnen, Lösungswege besprechen und Mut entwickeln, nun neue Schritte zu wagen.

Normal ist es,

- dass wir auf Dinge und Personen unserer Umgebung angewiesen sind;
- dass wir persönlichen Stimmungsschwankungen unterworfen sind;
- dass wir uns immer wieder mit uns selbst und unserer Umgebung auseinandersetzen müssen;
- dass es im Zusammenleben auch Probleme, Konflikte und Frustrationen gibt;
- dass wir auch Fehler machen und daraus lernen können
- Dass der Prozess der Auseinandersetzung gelernt wird, z. B. in der Familie durch das vorgelebte Beispiel der Eltern, in der Schule und am Arbeitsplatz;
- dass die selbständige Bewältigung von schwierigen Situationen unsere Entwicklung fördert, indem wir Verantwortung für unser Verhalten übernehmen und in der Lage sind, Lösungen zu finden.

Problematisch ist es,

- wenn wir Eigenverantwortung scheuen und uns von anderen abhängig machen;
- wenn wir uns von unserer Umgebung isolieren und unser Interesse an anderen verlieren;
- wenn wir chronisch gereizt auf andere bzw. auf alltägliche Anforderungen reagieren;
- wenn wir unsere Bedürfnisse nicht ernst nehmen und unseren ganzen Lebensinn daraus ziehen, für andere da zu sein;
- wenn chemische Substanzen, gleich welcher Art (illegale Drogen, Alkohol, Medikamente etc.), als Problemlöser eingesetzt werden, um Ängste zuzudecken, unsere Stimmung "künstlich" aufzuhellen, um Spannungen mit Partnern, Eltern, Freunden oder Vorgesetzten zu vermindern, um eine Entlastung des Drucks zu erreichen, der durch persönliche Konflikte mit Eltern und Freunden oder durch Probleme am Arbeitsplatz und in der Schule entstanden ist.

Die vielfältigen Ursachen von Sucht

Sucht ist ein Anzeichen, das auf tiefer liegende, verborgene Probleme hinweist.

Probleme, die in der Entwicklung und dem Aufbau der Persönlichkeit liegen.

Sucht ist außerdem ein Hinweis auf aktuelle Stressauslöser.

Suchtvorbeugung muss bei den unterschiedlichen Ursachen ansetzen.

Dabei müssen wir darauf achten, dass verschiedene Gründe zusammenwirken können. Die wichtigsten Anlässe, die zum Entstehen süchtigen Verhaltens führen können, finden sich auf drei Ebenen:

1. Auf der persönlichen Ebene

Beispiele:

- Passivität: Antriebsschwäche, Teilnahmslosigkeit,
- Unselbständigkeit,
- mangelndes Selbstwertgefühl,
- Neigung zur Sofortbefriedigung,
- geringe Fähigkeit, mit Enttäuschung und Negativ-Erlebnissen zurechtzukommen

geringe Problemlösungsfähigkeit,

- übertriebene Leistungsanforderungen an sich selbst.

Süchte sind auf dieser Ebene eine persönliche Bewältigungsstrategie, um mit Problemen fertig zu werden.

2. Auf der Ebene mitmenschlicher Beziehungen

Beispiele:

- Übertriebene Leistungsanforderungen an andere.
- mangelnde Möglichkeiten, sich zu erholen und auch einmal zurückzuziehen.
- Probleme und Konflikte in der Partnerschaft.

Süchte sind auch individuelle „Lösungsversuche“ von sozialen und gesellschaftlichen Problemen.

3. Auf der sozialen und gesellschaftlichen Ebene

Beispiele:

- Leitbilder und Wertordnungen, die Maßstäbe für den Erfolg oder für das Versagen setzen,
- gesellschaftlicher Umgang mit bestimmten Bevölkerungsgruppen, z. B. Stellenwert älterer Menschen in der Leistungsgesellschaft,
- besondere berufliche Beanspruchungen, z.B. die Doppelbelastung berufstätiger Mütter in Nacht- und Schichtarbeit.

Natürlich müssen diese und andere Ursachen oder Lebensumstände nicht unweigerlich in die Sucht führen. Aus ihnen können aber auch andere Probleme erwachsen. Dazu gehören beispielsweise Verhaltensauffälligkeiten, Beziehungsstörungen, körperliche Erkrankungen, die seelisch bedingt sind, und die Neigung zu Depressionen oder gar Selbstmordabsichten. Deshalb ist es unmöglich, eindeutig vorherzusagen, wer süchtig wird und wer nicht.

Was ist Sucht?

Sucht unterscheidet sich von allen anderen Problembereichen. Denn bezeichnend für Sucht ist, dass zu den zugrunde liegenden persönlichen, mitmenschlichen und sozialen Schwierigkeiten süchtige Verhaltensweisen und gegebenenfalls die Abhängigkeit von einzelnen oder mehreren Suchtmitteln hinzukommen.

Der Versuch, Probleme auf diese Weise zu bewältigen, führt zunehmend selbst in eine Sackgasse. Denn der Begriff Sucht beschreibt ein ganz bestimmtes Verhalten:

Das zwanghafte Verlangen, immer wieder und immer öfter Drogen einzunehmen, oder aber den unwiderstehlichen Drang, eine Handlung zu wiederholen, die ein bestimmtes Lustgefühl hervorruft und Unlustgefühle vermeidet. Sucht entspringt dem Wunsch, die psychische Wirklichkeit zu verändern und zu verbessern - sie ist eine Flucht sowohl vor tatsächlichen als auch vor scheinbaren Problemen.

Sucht und Persönlichkeit

Die Substanzen in den Suchtmitteln haben nicht bei jedem Menschen die gleiche Wirkung, d. h., manche sprechen mehr, manche weniger darauf an.

Zum süchtigen Verhalten gehört darüber hinaus eine vorhandene seelische Bereitschaft. Daher ist nicht jeder Mensch gleichermaßen gefährdet.

- Die einen verfügen über individuelle Möglichkeiten, Kräfte und auch Gesprächspartner und können deshalb mit schwierigen Situationen leichter fertig werden;
- andere brauchen Hilfe von außen, um sich selbst helfen zu können;
- andere „stecken den Kopf in den Sand“ oder neigen zur Flucht in ein Suchtverhalten.

Wichtig zu wissen ist,

- dass jeder die Auseinandersetzung mit der Umwelt selbst führen muss;
- dass nach einer fairen Auseinandersetzung das Selbstwertgefühl gestärkt wird;

- dass Verantwortung für sich selbst und andere in kleinen Schritten gelernt werden muss;
- dass Suchtmittel Probleme nur kurzfristig zudecken und nicht lösen;
- dass Missbrauch von Substanzen zur Abhängigkeit führen kann und daraus noch größere Probleme entstehen;
- dass der Missbrauch von Substanzen und Stoffen als Fluchtmittel vor diesen Problemen eingesetzt werden kann.

Sucht muss auch in ihren scheinbar „harmloseren“ Formen ernst genommen werden, denn das Suchtverhalten legt in den betroffenen Menschen die Kräfte lahm, die sie brauchen würden, um etwas zu verändern. Wenn wir über diese Kräfte verfügen können, lässt sich oft sogar das verändern, was wir zunächst für unveränderbar hielten.

Eine Abhängigkeit von Suchtmitteln entwickelt sich schleichend über Jahre hinweg. Dies gilt für Alkohol und Medikamente ebenso wie für illegale Drogen.

Aus Untersuchungen wissen wir, dass die meisten Menschen, die von so genannten harten Drogen (Heroin, Kokain) abhängig geworden sind, schon früh Nikotin (Durchschnittsalter 11,6 J.) und Alkohol (Durchschnittsalter 12,1 J.) konsumiert haben, bevor sie auf Cannabis, Medikamente und zum Schluss auf harte Drogen (Durchschnittsalter 18,4 J.) umgestiegen sind. Wichtig ist auch festzustellen, dass nicht jeder, der Cannabis oder Marihuana probiert, eine „Drogenkarriere“ vor sich hat. Vielfach bleibt es bei ein- oder mehrmaligem Probieren.

Bangen Herzens warteten wir auf das Paddelwochenende. Das Wetter der vergangenen Tage war nicht viel versprechend, ich vermeide das Wort mit Sch... Aber das Wochenendwetter war so, wie es immer ist, wenn „Kreuzbündler“ unterwegs sind: strahlender Sonnenschein, warm, warm, warm, einfach schön.



Die Marienburg, hoch oben über der Moselschleife bei Alf/Bulley, lag im strahlenden Sonnenschein, als wir (Horst & Angelika Buchmann) mit der akademischen Viertelstunde Verspätung eintrafen. Aber unser schlechtes Gewissen wegen eben dieser Verspätung war unbegründet. Ludger Wolf, vom Kreuzbund Köln und Organisator

des schon traditionellen Paddelwochenendes, kam noch später.

Schnell hatten wir unsere Zimmer bezogen, wer noch keine Sportklamotten anhatte, zog sich um und dann folgte die Einsatzbesprechung. Vierzehn begeisterte Paddler aus verschiedenen Kreuzbund Stadtverbänden, bis auf drei, alle von Anfang an dabei, freuten sich auf zwei unbeschwerte Tage auf der Mosel. Die Verteilung der einzelnen auf die beiden Kanadier war schnell erledigt. Die eingeschworenen Raucher: Anne und Jörg Gluch, Rüdiger Schaarschmidt, Gabi Ehm, Lutz Ossenbrüggen und Angelika Buschmann führen zusammen auf dem "Dampfboot" PHÖNIX (wie sinnvoll, hatte das nicht was mit Asche zu tun?), während Ludger Wolff, Rosi Friebertshäuser, Kurt Brock, Wolfgang und Uschi Moseler und Horst Wenzel BUBI, den Nichtraucher-Kanadier bewegten. Ingrid Brock wollte unbedingt altes Können auffrischen und hatte um ein Kajak gebeten. Einzig mein Mann, Horst Buschmann, konnte nicht mit ins Boot, ein Hexenschuss plagte ihn, und darum übernahm er den Fahrdienst. Die Boote müssen ja erst einmal auf Hängern zum Einsatzziel gebracht werden und später müssen die Hänger wieder abgeholt werden. Den Transfer der jeweiligen Fahrer (Ludger und Wolfgang) wurde also von Horst übernommen und ansonsten konnte er den Tag nach eigenem Gutdünken genießen.

Am ersten Tag starteten wir von Wolf und hatten 17 Stromkilometer bis Pünderich vor uns. Entgegen unserer vorjährigen Fahrten (2003 + 2004 auf dem Rhein, 2005 auf der Lahn), wo wir schon aufgrund der Fließgeschwindigkeit der Flüsse gut voran kamen, war von uns Paddlern ganzer Muskel-Einsatz gefordert, da die Mosel nur eine ganz geringe Fließgeschwindigkeit hat. Das machte sich vor allem bemerkbar, wenn wir mal eine kleine Pause einlegen und uns treiben lassen wollten, denn dann kamen wir kaum von der Stelle. Und Staustufen hat die Mosel auch. Damit wir nicht aus der Übung kamen (letztes Jahr auf der Lahn hatten wir mehrere Staustufen zu überwinden), durften wir bei Enkirch zeigen, dass wir mittlerweile Profis sind. 17 Stromkilometer können ganz schon lang werden, vor allem am ersten Tag. Trotz aller Anstrengung hat es wie immer tierisch Spaß gemacht und als wir am späten Nachmittag endlich in Pünderich am Campingplatz anlegten, wussten wir alle, was wir getan hatten. Darum ließen wir es uns erst einmal

bei einer Tasse Kaffee (und wer mochte, Kuchen) gut gehen. Wir genossen den herrlichen Blick über die Mosel und auf unser Quartier, die Marienburg, die stolz über uns thronte, während wir darauf warteten, dass auch Ludger, Wolfgang und Horst wieder zu uns stießen, die die Bootshänger holten.

Zurück in unserem Quartier und nachdem sich alle den Schweiß der Paddeltour abgewaschen hatten, trafen wir uns in der zur Marienburg gehörenden Cafeteria zum Abendessen. Keiner hatte Lust, noch mal nach unten zu fahren und von hier oben hatten wir nicht nur einen tollen Blick, sondern wir wurden auch noch Zaungäste einer Hochzeitsfeier, die hier oben stattfand. Krönung des Tages war jedoch ein Feuerwerk, das (ich will nicht sagen extra für uns), nach vorzüglichem Essen und obligatorischem Eisbecher unten in Alf abgeschossen wurde.

Am nächsten Tag ging es nach einem ausgiebigen Frühstück und mit bester Laune weiter. Alle waren, wie am Tag zuvor, mit einem gut gefüllten Lunch-Paket ausgerüstet worden, damit wir unterwegs nicht zusammenbrechen und mangels Schwäche beim Paddeln ausfallen.

Diesmal starteten wir in Pünderich. Ein genaues Ziel hatten wir noch nicht und darum hatte Horst die Aufgabe übernommen, eine entsprechende Stelle für uns zu finden. Aber es mussten wenigstens 15 Stromkilometer sein, da Ludger nur dann mit dieser Fahrt einen Punkt für sein Fahrtenbuch bekam. Bei St. Adelgund hatte Horst einen Ausstieg gefunden, der zwar nicht ganz einfach zu bewältigen war, aber zum Glück vor der nächsten Staustufe lag und gute Parkmöglichkeiten für Auto und Hänger hatte.

Die Entfernung zwischen Pünderich und St. Adelgund beträgt zwar nur ca. fünf Kilometer Luftlinie, aber bedingt durch die große Moselschleife, hatten wir satte 15 Stromkilometer vor uns. Gemächlich paddelten wir los, trafen uns bei Zell mit Horst und zusammen legten wir eine gemütliche Kaffeepause ein. Danach hieß es, noch einmal "in die Riemen legen" und gegen 14.30 Uhr trafen wir am Ziel ein. Der Ausstieg war eine ziemliche Kraftanstrengung, denn die Kanadier mussten über drei Stufen aufs Trockene gebracht werden, aber dank der guten Lunch-Pakete war auch das schließlich geschafft. Noch einmal übernahm Horst den Fahrdienst, damit die Autos und auch die Bootshänger vor Ort kamen.

Nachdem alles gut verstaubt war, hieß es eine Stunde später Abschied nehmen. Wieder einmal war ein erfolgreiches Paddel-Wochenende zu Ende gegangen. Tolles Wetter, nette Leute, eine rundum gelungene Veranstaltung!

Nächstes Jahr treffen wir uns wieder! Wo, das wissen wir noch nicht.

Angelika Buschmann



**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!

(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 Kreisverband Düsseldorf e.V. und erkenne als Mitglied die jeweils geltende Kreis- und Bundessatzung an.
Mein Beitritt in den Kreuzbund Kreisverband Düsseldorf e.V. erfolgt durch die Mitgliedschaft in der Kreuzbund-Gruppe.

Beitragszahlungen auf folgende Konten:

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

oder

Deutsche Bank AG
Kto.-Nr.: 6 14 25 74
BLZ 300 700 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

Zum guten Schluss...

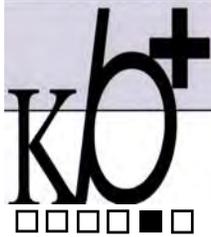


„Ob Ihre Leber größere Mengen Alkohol verkraften kann, wird später die Obduktion ergeben.“

Liebe ist eine tolle Krankheit:
Da müssen immer gleich zwei ins Bett!

Robert Lembke

Impressum



99_2006

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: buero@kreuzbund-duesseldorf.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: 750 Stück