



Seit einem Jahr verfügt der Kreuzbund Düsseldorf über großzügige neue Räume.

Aber ein Vierteljahr vor der Mitgliederversammlung ist noch völlig offen, wer den Verein in den kommenden drei Jahren als Vorsitzender führen will.

So gleicht die Vorbereitung der Wahl in der Tat einem Aufbruch ins Unbekannte!



..... es lebe der Vorstand !

Auch sonst tut sich gerade einiges in der Suchtlandschaft Düsseldorfs oder auch nicht. Die vor über einem Jahr eingerichtete Präventionsstelle hat noch keine Bleibe gefunden und um den Modellversuch Cannabis ist es seit der Fachtagung vor über zwei Monaten sehr ruhig geworden. Dafür bewegt sich die Diskussion über die Therapieziele in der Suchthilfe nach der DHS-Konferenz im vergangenen Oktober in Erfurt. Ein Beitrag dazu findet sich in diesem Heft.

**Redaktion**

Hat die Abenteuerlust die Redaktion gepackt? Möchte sie etwas Neues und Unbekanntes entdecken oder wagen?

Während ich diesen Artikel schreibe, sitze ich im Zug und fahre an die Ostsee.

Das ist für mich nicht wirklich ein Weg zu neuen Ufern, denn in meinem Urlaubsort kenne ich mich inzwischen ganz gut aus. Und trotzdem: Jedes Mal ist schon der Weg zum Zug und dann die Fahrt an die See eine Unterbrechung des Alltäglichen. Und mit zunehmender Entfernung von Düsseldorf nimmt auch der innere Abstand zu und steigt die Vorfreude auf den Urlaubsort. Ein Ort, der mir zwar bekannt und vertraut, aber auch jedes Mal ein klein wenig anders und neu ist.

Die Redewendung ‚Auf zu neuen Ufern!‘ stammt aus der Seefahrt: Als es nicht nur kein Googlemaps gab, sondern die Welt noch nicht einmal vollständig kartiert war, konnte man noch buchstäblich zu neuen Ufern aufbrechen. Das ist heute im wörtlichen Sinn kaum noch möglich.

‚Auf zu neuen Ufern!‘ Ich habe die Fantasie, dass ich nicht für jeden Aufbruch in meinem Leben Auswandern muss. Es kann Aufbruch und Veränderung, neue Wege und Ufer auch im Alltäglichen geben. Manchmal kann schon ein Blick aus einer anderen Perspektive die Bedeutung für etwas verändern. Wenn ich zum Beispiel eher unordentlich bin und mich das ärgert, könnte ich stattdessen auch die gute Seite an mir entdecken, dass ich von äußeren Formen und Strukturen offensichtlich nicht abhängig bin. Auch im Gespräch muss ich mir nicht gleich jeden Schuh anziehen. Bekannt ist eine Bemerkung, die eine englische Dame zu Winston Churchill machte: „Wenn ich mit Ihnen verheiratet wäre, würde ich Ihnen Gift in den Tee tun!“ Churchill antwortete: „Und wenn ich mit Ihnen verheiratet wäre, würde ich ihn trinken!“ Ein bisschen Schlagfertigkeit kann eine ganze Gesprächssituation verändern.

‚Auf zu neuen Ufern!‘ Ich wünsche uns die bleibende Lust und Freude auch an den kleinen Veränderungen und Aufbrüchen im Alltäglichen und Vertrauten. Und den Mut, Bekanntes und Vertrautes einmal aus einer anderen Perspektive anzuschauen. Wenn ich eingefahrene Blickwinkel verändere, können sich neue Türen und neue Ufer auftun und den Blick ins Weite führen. Ich kann Neues und Unbekanntes entdecken, ohne dass ich auf anderen Wegen gehe oder auf anderen Gleisen fahre.

Viel Freude beim alltäglichen Abenteuer des Lebens!  
„Auf zu neuen Ufern!“

**Klaus Kehrbusch**  
geistlicher Beirat



## *Neues aus dem Vorstand*

### **+++ Neues Gesicht im Café +++**

In der Cafeteria gab es einen Personalwechsel. Andreas Poll hat aus persönlichen Gründen kurzfristig seinen Einsatz beendet. Zum Glück konnte Flingern mobil schnell reagieren und für Ersatz sorgen. Seit dem 06.02.2017 unterstützt **Norbert Werners** **Silvia Ahenkona** bei der Arbeit in der Cafeteria.

An dieser Stelle noch einmal herzlichen Dank an Alle, die Silvia Ahenkona in der Überbrückungszeit helfend zur Seite gestanden haben.

### **+++ Vorstand trifft Caritas Suchtberatung +++**

Am 02.02.2016 fand wieder ein Kooperationstreffen statt. Unter der Leitung von Bernd Mettenmeier wurden zukünftige, gemeinsame Projekte diskutiert. Das nächste Treffen findet am 07.09.2017 statt.

### **+++ Kandidaten für den Vorstand dringend gesucht! +++**

Leider haben wir bis heute noch keine einzige Bewerbung für die anstehende Vorstandswahl erhalten. Bitte lasst uns und den Kreuzbund nicht im Regen stehen. Damit der Kreuzbund weiterhin seine Arbeit tun kann, ist ein geschäftsfähiger Vorstand wichtig (siehe auch Artikel auf Seite 11).

Geht in Euch, habt keine Angst und bewirbt Euch. Es ist noch kein Meister vom Himmel gefallen. Wir helfen und unterstützen Jeden, der Interesse, aber immer noch Zweifel hat, ein Amt zu übernehmen.

**Der Vorstand**

## *Kreuzbund-Internetpräsenz*

Vor einigen Jahren übernahm ich die Pflege der KB-Präsenz im Internet. Seither versuche ich, diese stetig auszubauen, informativer und übersichtlicher, aber in ihrem Aufbau einfacher zu gestalten. Das habe ich nie bereut, denn noch näher kann ich selbst kaum an Informationen rund um den Kreuzbund gelangen, als gerade bei deren Aufbereitung für das Internet.

Die Gründe, die für die Verbreitung der Informationen über das Internet sprechen, liegen auf der Hand. Eine gedruckte Information ist, sofern sie erst einmal in die Verteilung gelangt ist, nicht mehr zu ändern. Somit hat unser „Weißes Heft“ seine Informationen für 2 Monate „eingefroren“, selbst dann, wenn sie in Einzelfällen durch unvorhersehbare Terminänderungen oder –ausfälle überholt wurden. Genau hier schafft die Internet-Ausgabe Abhilfe, denn die darin enthaltenen Daten werden den geänderten Gegebenheiten ständig angepasst und sind somit immer aktuell.

Das Internet ist ein recht junges Medium, das insbesondere jüngere Menschen anspricht und solche, die sich lieber in der Anonymität informieren möchten. Vielleicht mögen sie sich selbst erst noch klar darüber werden, ob sie überhaupt ein Alkoholproblem haben und sich auf diesem „unverfänglichen“ und „anonymen“ Weg Informationen über das Thema Alkohol und den Kreuzbund, als mögliche Hilfe, beschaffen.

Es gibt zweifelsohne Kritiker, die über das Internet schimpfen und überzeugte „Verweigerer“ dieses Mediums sind. Wir wollen kein Streitgespräch darüber entfachen, sondern einfach nur beiden Lagern gerecht werden.

Nachfolgend möchten wir allen Interessierten eine kleine Navigation durch unseren Internet-Auftritt geben, damit Ihr effizienter an die von Euch gesuchten Daten gelangt.

Die Adresse unserer Homepage lautet: [„http://www.kreuzbund-duesseldorf.de“](http://www.kreuzbund-duesseldorf.de).

Das Menu und seine Untermenüs sind wie folgt aufgebaut und fast selbsterklärend:



- **Leitbild, Geschichte, Gemeindeinfo**  
*Generelle Informationen über den Kreuzbund*
- **Filme / Zeitungsartikel**  
*Vorstellung des Kreuzbundes, u. a. im Center TV*
- **Aktuelles – Alles auf einen Blick**  
*Sämtliche Termine des aktuellen Monats nach Datum sortiert für einen raschen Überblick*
- **Gruppen Düsseldorf + Neuss**  
*Überblick aller Gruppen nach Wochentagen sortiert und in den Untermenüs die Details mit Anfangszeiten und Kontakten*
  - Frauenarbeitskreis
  - Männerfrühstück
  - Mehrfacherkrankungen
  - Gruppe „Psyche + Sucht“ ruht derzeit!
  - Selbsthilfegruppe LVR-Klinikum
  - Smily Kids – neu in 2016
  - Termine und Bilder

- **Kreuzbund-Kalender**  
*Überblick aller Termine, z. T. mit Untermenüs, sortiert nach Kategorien*
  - Veranstaltungen + Reisen
  - Feste + Feiern
  - Seminare + Tagungen
  - Für unsere Motorradfahrer
- **Cafeteria**  
*Übersicht der eingeplanten Gruppen für die Wochenend-Cafeteria-Dienste*
- **Helferschulung**  
*Informationen für Interessierte an der Teilnahme einer Helferschulung*
- **Mitgliedschaft**  
*Information und Beitrittserklärung*
- **Definition Sucht + Selbsttests**  
*Tests, um sich selbst zu erkennen*
- **Zeitschrift „Kreuz bunt + aktuell“**  
*Die aktuelle Ausgabe sowie alle Ausgaben seit Dez./Jan. 2007/2008 im Archiv*
- **Der Vorstand stellt sich vor**  
*Kontakt / E-Mail / Anfahrt  
Impressum*
- **Externe Links**  
*Weitere Informationsquellen zum Thema Alkohol und Sucht*

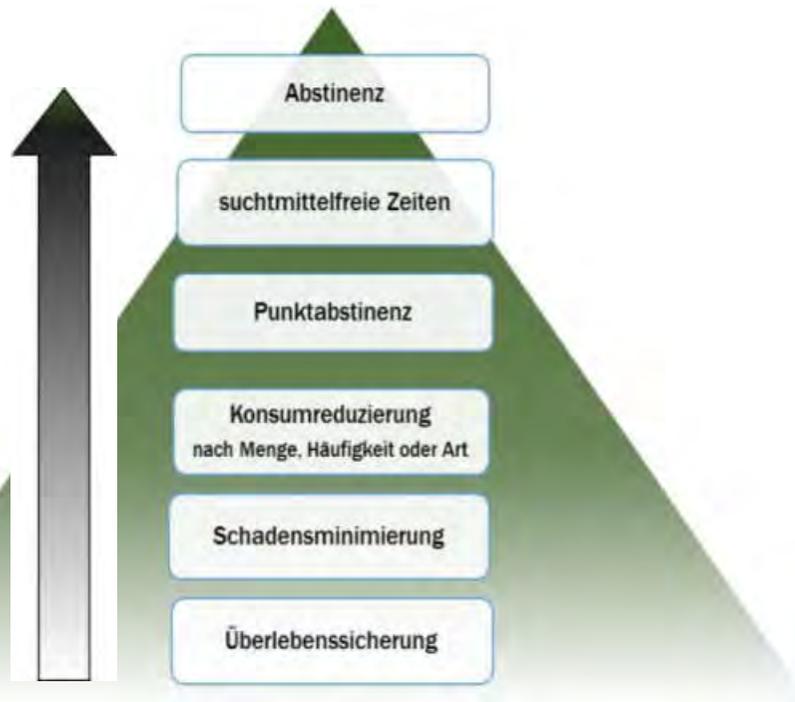
Es wäre schön, wenn sich weitere Weggefährterinnen/-gefährten fänden, die auf unseren Seiten „surfen“ und sich, neben dem „Weißen Heft“, auf diese Weise KB-aktuell hielten.

**Thomas Hintzen**

# Hilfesystem und Selbsthilfe

Wenn Streetworker an obdachlose Trinker Alkohol verteilen als Belohnung dafür, dass sie ihren Lagerplatz in Ordnung halten, dann löst das nicht nur in Selbsthilfegruppen Kopfschütteln und Unverständnis aus. Dabei ist die Versorgung mit Suchtmitteln bei der Behandlung von Heroinabhängigen schon seit längerer Zeit Routine. Sie erhalten bei spezialisierten Ärzten Ersatzstoffe, wenn sie regelmäßig an einer Psychosozialen Betreuung Substituierter (PSB) teilnehmen. Bei den Ersatzstoffen handelt es sich um zugelassene Medikamente. Sie unterliegen dem Betäubungsmittelgesetz, da sie wie bei dem Konsum aller Opiate eine Abhängigkeit hervorrufen können. Es gibt auch bereits die sogenannte Originalstoffsubstitution mit Diamorphin für schwerstabhängige Heroinpatienten. All diese Angebote gehören heute zur Suchthilfe, obwohl dadurch der Konsum von Drogen unter Mitwirkung von Ärzten fortgesetzt wird. Dahinter steckt eine Erweiterung der möglichen Therapieziele in der professionellen Suchttherapie je nach Zielgruppe und Stadium des Konsums. Die Stufen dieses Konzepts sind:

## Suchthilfepyramide



Die professionelle Suchthilfe sieht ihre Aufgabe darin, niedrigschwellige Angebote auch dann vorzusehen, wenn der Abhängige zur dauerhaften Abstinenz nicht fähig oder bereit ist. Diese Patienten sollen nicht aufgegeben werden. Man will sie vielmehr motivieren, ihre gesundheitlichen Risiken so gering zu halten, wie es ihnen in dem jeweiligen Stadium ihrer Abhängigkeit möglich ist. Außerdem sollen die Patienten ermutigt werden, den Kontakt zur Suchthilfe aufrecht zu erhalten, um weiter motivierend auf sie einwirken zu können. Denn nur 8 Prozent der Betroffenen werden überhaupt im Suchthilfesystem behandelt. Durch zieloffene Hilfsangebote soll der Kreis der ansprechbaren Betroffenen erweitert werden. Im Extrem kann diese Differenzierung auf eine Auflockerung des Abstinenzzieles hinauslaufen, indem die übrigen Ziele gleichwertig neben das Ziel der dauerhaften Abstinenz gesetzt werden. So wurde das Konzept „Kontrolliertes Trinken“ von einigen Vertretern als Ersatz für das von ihnen so genannte „Abstinenzdogma“ propagiert. Dagegen haben sich besonders die Suchtselbsthilfeverbände verwahrt. Sie halten das Abstinenzziel nach wie vor für unverzichtbar. Damit befinden sie sich in guter Gesellschaft. Denn auch die Deutsche Rentenversicherung verlangt die Abstinenz als Ziel der von ihr finanzierten Reha-Maßnahmen.

Die Mitglieder der Gruppen haben ihre Abstinenz hart erkämpft. Es ist verständlich, dass sie sich gegen eine Relativierung wehren. Denn für jeden von ihnen gab es nur diesen Ausweg aus dem Strudel, der sie immer weiter hinab zog. Viele entwickeln in ihren Gruppen auch ein gutes Gespür dafür, wo ein frischer Gruppenbesucher steht und was bei ihm Ambach ist. Die Stärke der Weggefährten ist es, dass sie aus eigenem Erleben sprechen und die Ausflüchte kennen, mit denen einer sich vor notwendigen Entscheidungen zu drücken versucht. Da ist manchmal eine klare Ansprache hilfreicher als der Versuch einer vorsichtigen Motivation in Trippelschritten.

Andererseits verschließt die Suchtselbsthilfe nicht die Augen davor, dass Jeder seinen eigenen Weg aus der Sucht finden muss. Die Krankheitseinsicht entwickelt sich bisweilen quälend langsam und es kann Jahre dauern, bis es „klick macht“. Deshalb gibt es Motivationsgruppen, die auch mit „nassen“ Alkoholikern arbeiten. Diese akzeptieren auch Teilnehmer, die glauben, mit kontrolliertem Trinken über die Runden zu kommen. Voraussetzung sollte allerdings Ehrlichkeit auf Seiten des Betroffenen sein, was die Einhaltung der selbstgesetzten Ziele angeht. Er sollte auch bereit sein, die Konsequenz zu ziehen und abstinent werden, wenn er seinen reduzierten Konsum nicht einhalten kann. Die Motivationsgruppe kann in der Klärungsphase ein stützender Begleiter sein.

Auch substituierte Drogenabhängige sollten in der Selbsthilfe ihren Platz finden. Ein entsprechender Versuch in unserem Kreisverband ist vor einigen Jahren unternommen worden. Es wurde deutlich, dass die Rehabilitation dieses Personenkreises von der Bindung in einer Gruppe profitieren würde. Diese Bindung ist aber nach dem Einzelkämpfer-Dasein eines Drogenkonsumenten nur schwer herzustellen.

An bestimmten Methoden wird sich die Selbsthilfe aus Gründen des Selbstschutzes nicht beteiligen können. Ich könnte mir nicht vorstellen in einem Alkohol-Konsumraum zu arbeiten und ich würde auch keine Bierdosen an Obdachlose verteilen.

**Reinhard Metz**

## ***Der erste Schritt führt über eine Brücke***

Der Weg aus der Sucht ist fast so, als würde man sich eine Brücke bauen. Eine Brücke in ein neues Leben – ohne Sucht, ohne Abhängigkeit, ohne Druck, ohne Vorwürfe, ohne Verzweiflung.

Wie bei einer Brücke kommt es auf ein festes Fundament an. Das ist für Viele der Entschluss aufzuhören. Etwas zu tun, um aus der Sucht herauszukommen. Neue Wege zu gehen und ein neues Ziel zu erreichen – ein Leben frei von Sucht.

Eine Brücke besteht aber auch aus vielen kleinen Steinen. Mit dem ersten Stein beginnen und dann Stein auf Stein setzen, gradlinig oder kühn geschwungen, stetig wird an der Brücke gebaut bis ein Bogen zu einem neuen Weg gespannt ist. Der Neubeginn einer interessanten Zukunft.

Gut hat es der, der viele Hände hat, die ihm bei dem Bau helfen. Steine zu reichen, einen Plan festhalten, an der richtigen Stelle unterstützen und helfen, wo Not am Mann ist.

So entsteht ein starkes Bauwerk, das einem Sturm auch mal standhalten kann und nicht so schnell einknickt. Die Gemeinschaft der Selbsthilfegruppen im Kreuzbund ist ein Helferteam, das mithilft, dass der Brückenschlag gelingt. Sie helfen ein tragfähiges Konzept langfristig zu realisieren und stehen mit Rat und Tat gern zur Seite. Sie sind der verlässliche Eckstein eines Brückenschlags in ihre suchtfreie Zukunft.

**Horst Stauff**

## ***Vorbereitung der Vorstandswahl***

Alle drei Jahre wird im Kreuzbund Düsseldorf ein neuer Vorstand für den Kreisverband gewählt. In diesem Jahr findet die Mitgliederversammlung am 10. Juni in der Hubertusstraße 3 statt. Bis dahin sollten aus dem Kreis der Mitglieder Kandidaten für alle Vorstandsämter gefunden sein. Zwar kann ein Mitglied auch noch während der Versammlung seine Kandidatur anmelden, doch ist es für den geordneten Ablauf und den Blutdruck des Wahlleiters vorzuziehen, dass von vornherein eine ausreichende Zahl von Interessenten vorhanden ist.

Zumindest die Ämter des im Sinne von § 26 BGB zur Vertretung berechtigten Vorstandes müssen in der Mitgliederversammlung besetzt werden.

Das sind

- Vorsitzender,
- stellvertretender Vorsitzender,
- Geschäftsführer.

Sonst ist die Vorstandswahl gescheitert. In diesem Fall bleibt der alte Vorstand nach § 11 Nr. 4 Satz 3 der Satzung so lange im Amt, bis ein neuer Vorstand gewählt ist. Dazu wird er in entsprechender Anwendung von § 11 Nr. 9 der Satzung innerhalb von vier Monaten eine weitere Mitgliederversammlung einberufen. Bleibt auch diese erfolglos, so droht langfristig die Auflösung des Vereins. Der Vorstand hat in der Gruppenleiterrunde am 30. Januar noch einmal nachdrücklich auf diese Situation hingewiesen. Die GruppenleiterInnen wurden gebeten, in den Gruppen nach geeigneten KandidatInnen zu suchen und für die Mitarbeit im Vorstand zu werben.

Nach derzeitigem Stand scheidet Jochen Wachowski aus gesundheitlichen Gründen aus dem Vorstand aus. Angelika Buschmann und Heinz Wagner haben sich zu einer erneuten Kandidatur bereit erklärt. Mindestens ein/e weitere(r) BewerberIn ist für eine erfolgreiche Wahl des geschäftsführenden Vorstandes erforderlich.

Daneben sind nach der Satzung vier BeisitzerInnen zu wählen für die Sachgebiete

- Öffentlichkeitsarbeit
- Cafeteria
- Freizeit
- Frauenarbeit.

Die BeisitzerInnen sind nicht zur Vertretung des Vereins nach außen berechtigt. Sie sind aber im Vorstand antrags- und stimmberechtigt.

Nach derzeitigem Stand will sich Frauke Piepmeyer erneut um die Frauenarbeit bewerben. Als Beisitzerin Cafeteria möchte sich Sylvia Ahenkona bewerben. Für die Ressorts Öffentlichkeitsarbeit und Freizeit werden ebenfalls noch KandidatInnen gesucht.

InteressentInnen sind herzlich eingeladen, sich beim Vorstand über die Aufgaben und die zeitliche Beanspruchung zu informieren.

#### Der Vorstand

### ***Adventskalender in Zusammenarbeit mit der Caritas (Kooperation)***

Für mich war es eine Überraschung, als Frau Eckers von der Caritas, Fachstelle Sucht, (s. auch Seite 23+24) auf mich zukam und mich fragte, ob der Kreuzbund nicht Lust hätte an einem Adventskalender mitzuwirken. Ich brauchte nicht lange zu überlegen und sagte spontan zu. Es folgte eine Gesprächsrunde mit all Denjenigen, die am Adventskalender teilnehmen. Es wurde über Ablauf und Organisation gesprochen.

Hierzu wurden Schulen, Lehrer und Schulleiter, die Interesse an dieser Sache hatten, eingeladen. Ihr müsst es euch so vorstellen: Eine große Tafel mit vielen kleinen Karten. Jede Karte steht für eine Organisation, Kreuzbund, Caritas, Drogenhilfe usw.

Auf den Karten sollte jeder eine Aktivität aufschreiben, die er an den interessierten Schulen vorstellen wollte.

Auf unserer Karte stand „Suchtselbsthilfe was ist das?“, sowie die Gruppe „Smily Kids“. Nachdem sich die Schulen entschieden haben, ging die Arbeit richtig los. Als ich erfuhr, dass eine Klasse mit ca. 25 Schülern zum Kreuzbund kommen würde, fing ich an zu schwitzen. Was tun? Die Lösung hieß Reinhard Metz, ein Mann für alle Fälle. Auf meine Frage ob er mir helfen würde, sagte er sofort ja. Wir teilten uns die Klassen und alles war super. Reinhard stellte den Kreuzbund und ich die Smilys vor.

Alles hat super geklappt.

Heinz Wagner

# Kreuzbundkalender

## Wochenenddienste im BZ

04. und 05.03.2017	Team für Unterrath
11. und 12.03.2017	BZ 14
18. und 19.03.2017	Derendorf
25. und 26.03.2017	BZ 9
01. und 02.04.2017	BZ 8
08. und 09.04.2017	BZ 15
15. und 16.04.2017	BZ 6
22. und 23.04.2017	Team f. Kaiserswerth
29. und 30.04.2017	BZ 2
06. und 07.05.2017	Team für Unterrath
13. und 14.05.2017	BZ 14

## KB-Termine:

06.03.2017	10.00 Uhr Frauenfrühstück
20.03.2017	18.00 Uhr Vorstandssitzung
03.04.2017	10.00 Uhr Frauenfrühstück
08.04.2017	10.00 Uhr Männerfrühstück
24.04.2017	18.30 Uhr Gruppenleiterrunde

## Betreuung in Einrichtungen:

Fachambulanz Langerstraße	Reinhard Metz
Tagesklinik Langerstraße	Achim Zeyer
Markushaus	Alex Bovensiepen
Fliedner- Krankenhaus	Günter Grommes
Siloah	Brunhilde & Dieter Dupick
JVA Düsseldorf Motivationsgruppe	Erika Worbs
„Smily Kids“ Kindergruppe Hubertusstraße 3	Heinz Wagner
<b>Termine:</b> 12.03.2017 09.04.2017 14.05.2017 11.06.2017	

## **Supervision für Gruppenleiter und Stellvertreter Hubertusstraße 3, 10.00 bis 16.00 Uhr**

**Anmeldungen zur Supervision  
bis spätestens eine Woche vor  
dem jeweiligen Termin im Büro.  
Bitte die Termine vormerken.**

**15. April 2017  
03. Juni 2017  
09. September 2017  
07. Oktober 2017  
02. Dezember 2017**

# Kreuzbund-Gruppen im Begegnungszentrum (BZ), Hubertusstraße 3 / 19.30 - 21.30 Uhr

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>BZ 15</b> Heinrich Kroll, Tel.: 9216216	<b>BZ 22 „60 Plus“</b> <b>Vormittags 11.00 bis 13.00 Uhr</b> Claudia Stark / Reinhard Metz 1602-1535      571859	<b>BZ 9</b> <b>Vormittags 11.00 bis 13.00</b> Karin Mokros-Kreutzer, Tel.: 131782	<b>BZ 8</b> Christa Thissen, Tel.: 356617	<b>BZ 6</b> Stefan Linker
	<b>BZ 14</b> <b>Nachmittags 17.15 bis 18.45 Uhr</b> Byrthe Schmidtke, Tel.: 1588051		<b>Selbsthilfe-Gruppe</b> LVR-Klinikum im Sozialzentrum Gebäude 27, Raum 2 16.30 bis 17.30 Uhr bei Bedarf bis 18.00 Uhr Ansprechpartner: Detlef Steinhof Tel.: 0162/7124110	<u><b>Sonntag</b></u>  <b>Smily Kids Gruppe</b> jeweils um 10.30 bis 13.00 Uhr Heinz Wagner, Tel.: 7332562
	<b>BZ 2</b> Heinz Wagner, Tel.: 7332562			Termine siehe Seite 13

# Kreuzbund-Gruppen in den „Stadtbezirken Düsseldorf“ und im „Rheinkreis Neuss“

<b>Grevenbroich 2</b> Lindenstr. 1, 41515 Grevenbroich Lothar Maye, ab 20:00 Uhr Tel. 02181/80632	<b>Unterrath</b> 19.30 -21.30 Uhr Pfarre St. Bruno (Pfarrzentrum) Kalkumer Str. 60 Axel Müller Tel.: 0176/42135114	<b>Seniorengruppe</b> <b>Nachmittags im BZ</b> <b>15.00 bis 17.00 Uhr</b> <b>jeden zweiten Mittwoch</b> <b>im Monat</b> Brunhilde & Dieter Dupick Tel.: 0203/740951	<b>Derendorf</b> 19.30 -21.30 Uhr Pfarre Heilig Geist Ludwig-Wolker Str. 10 Renate Ummelmann, Tel.: 446987	
<b>Meerbusch-Büderich</b> Karl-Arnold-Str. 36, 40667 Büderich, KKG Heilig-Geist Manfred Hellwig, ab 19:00 Uhr Tel.0173/7465216			<b>„Kaiserswerth“</b> 19.30 -21.30 Ev. Tersteegen-Kirchengemeinde Tersteegenstr. 88 (Golzheim) Willi Sievers, Tel.: 02132/6586607	
<b>Neuss - West</b> Rheydter Str. 176, 41464 Neuss, ONS-Zentrum Wolfgang Hebing, ab 19:00 Uhr Tel. 02131/130308	<b>Neuss-Furth</b> Papst-Johannes-Haus Gladbacher Str. 3, 41462 Neuss Karl Reinartz, ab 19.30 Uhr Tel. 02131/541332	<b>Dormagen-Nettergasse</b> Nettergasse 37, 41539 Dormagen Rolf Griesberg, ab 18:00 Uhr Tel. 0176/70338340	<b>Gruppe Grevenbroich 1</b> Lindenstr. 1, 41515 Grevenbroich Kalle Holz, ab 20:00 Uhr Tel. 02181/1357	
<b>Neuss - Süd</b> Bedburger Str. 61, 41469 Neuss Bürgerhaus Erfttal Monika Künster, ab 19:30 Uhr Tel. 02131/157500	<b>Neuss-Zentrum</b> , ONS-Zentrum Rheydter Str. 176, 41464 Neuss Rainer Petermann, ab 19:00 Uhr Tel. 0176/80305480	<b>Gruppe Grevenbroich 3</b> Lindenstr. 1, 41515 Grevenbroich Thomas Schröder, ab 20:00 Uhr Tel. 0151/23554242	<b>Neuss-Mitte</b> ONS-Zentrum Rheydter Str. 176, 41464 Neuss Walter Beckmann, ab 19:00 Uhr Tel. 02137/2665	

# Kreuzbundkontakte

KREUZBUND-Kreisverband Düsseldorf

Büro & Begegnungszentrum

Telefon Büro 0211/ 17939481

Telefon Cafeteria 0211/ 17939482

Fax 0211/ 16978553

**Vorstand**

Jochen Wachowski 0211/ 6581881

(Mobil) 0173/ 8126064

Heinz Wagner 0211/ 7332562

Angelika Buschmann 0211/ 7881600

(Mobil) 0151/ 57701316

Frauke Piepmeyer 0211/ 396265

Eduard Lanzinger 0211/ 9269250

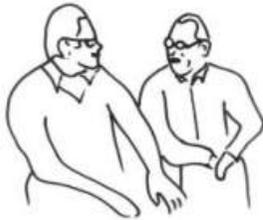
(Mobil) 0173/ 5290622

Carmen Blasche 02173/ 54694

Klaus Kehrbusch 0211/ 355931-10

(geistl. Beirat)

## Ab sofort



**Der Vorstand bietet an:**

Einzelgespräche mit Voranmeldung.  
Tel. 0211/ 17939481

Montags von 13.00 Uhr bis 15.00 Uhr  
Heinz Wagner

Dienstags von 14.00 bis 16.00 Uhr  
Jochen Wachowski

Donnerstag von 13.00 bis 15.00 Uhr  
Jochen Wachowski & Heinz Wagner

**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

**Ansprechpartner der Region**

**Nord in der Erzdiözese Köln:**

Regionalbeauftragter

N.N.

**Öffnungszeiten**

**Büro Hubertusstraße 3:**

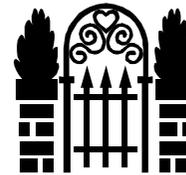
Montag bis Freitag

11.00 Uhr bis 13.00 Uhr

**Vorstand:**

Montag bis Donnerstag

14.00 Uhr bis 16.00 Uhr



## Christel Wimmer

\* 06.10.1942

† 09.02.2017

Christel Wimmer, unsere langjährige Buchhalterin, ist plötzlich und für uns alle völlig unerwartet verstorben.

Christel hat am 1. November 2008 die Buchhaltung übernommen und seitdem ist sie uns treu zur Seite gestanden.

Schnell hat sie sich in unsere Gemeinschaft integriert und sich völlig unvoreingenommen mit den Problemen der Suchtselbsthilfe auseinandergesetzt.

Sie beherrschte ihr Metier und wusste ihr Wissen und Können für den Kreuzbund einzusetzen. Das hat ihr nicht nur viel Spaß gemacht, sondern es gab ihr auch die Bestätigung, dass sie noch lange nicht zum alten Eisen gehörte.

Mit berlinerischer Art, also sehr direkt, gab Christel ihre Meinung kund. Sie hatte eben ihren „eigenen“ Kopf, aber in den meisten Fällen ging es eben um die Belange des Kreuzbundes und die hatten für Christel immer Priorität.

Christel, wo immer Du jetzt sein magst, wir denken an Dich und vermissen Dich schon jetzt.

Angelika Buschmann

## ***Was bedeutet Aufbruch für mich?***

Aufbruch hat viel mit vielen Wörtern zu tun – aufbrechen heißt loslassen – sich von alten Dingen zu trennen, alte Verhaltensmuster loslassen, bei Seite schieben, verbannen.

Aufbruch heißt aber auch Mut zu haben, Mut zum Aufbrechen, Mut sich auf neue Dinge einzulassen, einen Schritt in eine neue Richtung zu tun. Mut bedeutet innere Stärke zu zeigen und auf sich selbst zu vertrauen.

Aufbruch hat was mit Neubeginn zu tun – Neues zulassen, Neues wagen. Neubeginn heißt neu beginnen. Altes hinter sich zu lassen und neue Wege zu gehen.

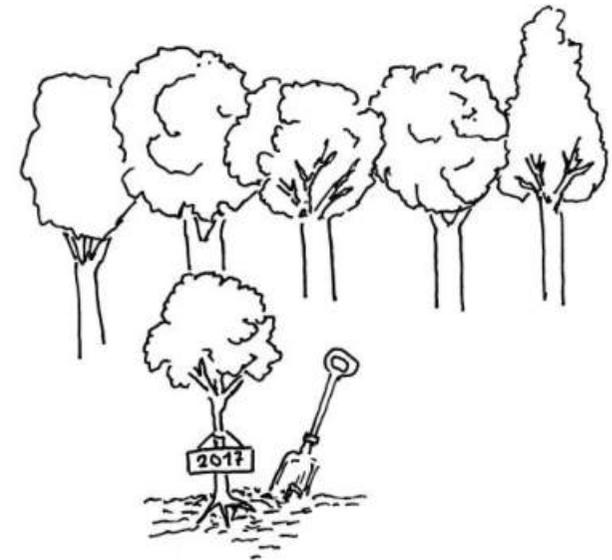
Aufbruch kann auch das Sprengen von Fesseln, von einengenden Ketten sein. Stärke und Willen zeigen. Sich und anderen.



Aufbruch ist ein Start in ein anderes, neues Leben. Neue Erfahrungen machen, mit neuen Erkenntnissen umgehen lernen, das Ziel im Auge zu behalten.

Aufbrechen zeigt so Anderen den neuen Weg und den kann man auch mit Anderen teilen und zusammen gehen. Den Anderen stützen, wenn er schwach werden will, sich helfen lassen, wenn man selbst aufgeben will.

Aufbruch ist Jetzt. Nicht bald, nicht morgen, nicht übermorgen. Aufbrechen beginnt mit dem ersten Schritt. Dann heißt es nur noch einen Schritt nach dem anderen Schritt zu setzen. Selbst wenn der Weg einem lang wird, das Ziel kommt näher.



Aufbruch heißt die Augen aufmachen, sich selbst und das Ziel erkennen. Aufbruch ist Zukunft. Schön, wenn man noch eine Zukunft hat. Wie sagte Luther - und wenn ich wüsste, dass morgen die Welt untergehen würde, würde ich heute einen Apfelbaum pflanzen.

Für mich bedeutet dies Bild – pflanze jeden Tag einen „Zukunftsbaum“ für Dich und als Zeichen für Andere.

## Senioren haben ein hohes Alkohol-Sucht Risiko



Neueste Erhebungen des Nordrhein-Westfälischen Gesundheitsministeriums zeigen auf, dass gerade die Gruppe der Älteren stark gefährdet ist.

Nahezu 96 Prozent aller Erwachsenen in Deutschland trinken regelmäßig Alkohol. Das führt in Deutschland zu 1,7 Millionen Bürgern, die als abhängig gelten müssen. Besonders auffällig ist hierbei die steigende Zahl von Senioren – circa 25 Prozent der 60- bis 69-jährigen Männer und 17 Prozent aller 50- bis 59-jährigen Frauen trinken Alkohol in riskanter Menge.

Untersuchungen zeigen auch, dass gerade bei älteren Menschen durch den veränderten Stoffwechsel und das Verhältnis Fett zu Wasser der Alkohol schneller ins Blut geht.

Laut Barbara Steffens (Grüne) hat die ältere Generation eine höhere Suchtgefährdung als bisher angenommen wurde. In NRW kommen immer mehr Senioren mit akuter Alkoholvergiftung ins Krankenhaus. Es waren in 2015 zuletzt 1.395 Personen – älter als 60 Jahre. Eine Zunahme von sage und schreibe 43 Prozent.

Ärzte rechnen mit einer hohen Dunkelziffer, da oft Stürze in der Notaufnahme nicht auf übermäßigen Alkoholkonsum zurückgeführt werden und so in der Statistik nicht erfasst werden.

Der Umgang mit Alkohol wird oft verharmlost – das Schnäpschen zum Essen, das Bier oder mehr zum Fernsehen und der obligatorische Schlummertrunk vor dem Zubettgehen wird als normal angesehen und

führt oft zum Automatismus und später mit höheren Mengen zur Abhängigkeit.



Kommt dann noch ein Medikamenten-Cocktail und die vermeintlich notwendige Schlaftablette oder das Beruhigungsmittel dazu, haben wir schon oft den missbräuchlichen Medikamentenkonsum und eine weitere Abhängigkeit bei den Senioren.

Allein in Nordrhein-Westfalen sollen bis zu 240.000 über 60-Jährige (davon rund 145.000 Frauen) betroffen sein.

Georg Seegers von der Caritas Köln stellt dazu fest, dass die Suchtberatung von Senioren nicht genügend gefördert wird. Ältere Menschen bleiben oft auf der Strecke. Die Zusammenarbeit zwischen Suchthilfe und Altenhilfe sei noch nicht ausgereift.

Als Gründe für die Suchtgefährdung bei Senioren werden die Sinnkrise nach dem Ausscheiden aus dem Berufsleben angeführt, keine Aufgabe mehr zu haben, zunehmende Vereinsamung, Tod des Lebenspartners, fehlende Hobbys, Verlust von sozialen Kontakten und auch geringere Mobilität verstärken das Problem, das viele Senioren mit dem Griff zur Flasche zu lösen versuchen.

Hier kommt auf die Suchtberatung und Drogenselbsthilfe eine wachsende Aufgabe zu. Gerade in der täglichen Arbeit und Betreuung unserer Selbsthilfegruppen vor Ort zeigt sich, wie stark und hilfreich die Arbeit unserer eigenen Senioren mit ihrem reichhaltigen Erfahrungsschatz ist.

**Horst Stauff**

## *Sucht in der Familie*

Neulich fiel mir in einer Klasse ein Mädchen auf, das meinem Vortrag anscheinend intensiv zuhörte, dessen Gesicht aber kaum eine Regung zeigte. Im Anschluss erwähnte ich gegenüber der Lehrerin, dass dies Kind nach meinem Eindruck eigene Erfahrungen mit der Suchtproblematik hatte. Die Lehrerin bestätigte, dass es in der Familie ein Problem gebe und dass man versuche, dem Kind zu helfen.

Der traurige, fast versteinerte Blick offenbarte das unendliche Leid, das Kinder ergreift, welche in Familien mit süchtigen Eltern aufwachsen müssen. Sie können nicht verstehen, was da abläuft und manche fühlen sich gar schuldig daran oder übernehmen Verantwortung für die suchtkranken Elternteile, die sie in ihrem Alter weit überfordert. Diese Kinder brauchen Hilfe, die sie von ihren Eltern oft nicht erhalten. Sie erleiden Gewalt oder Vernachlässigung und das Schlimmste ist, dass darüber nicht gesprochen werden darf. Weder in der Familie noch gegenüber Dritten! So versuchen sie, den Anschein einer normalen Familie aufrecht zu erhalten und vereinsamen mehr und mehr. Es kann nicht verwundern, dass viele Kinder aus suchtblasteten Familien diesen Druck nicht aushalten und selbst krank werden, nicht wenige auch suchtkrank.

Das sind die „Familiengeheimnisse“, die wie eine schwarze Wolke die Kindheit der Betroffenen verdunkeln. Die Kalenderaktion soll dazu beitragen, das Schweigen zu durchbrechen und die Kinder in die Lage zu versetzen, die Hilfen kennen zu lernen und anzunehmen, welche sie in ihrer Situation benötigen. Denn auch das habe ich bei meinen Schulbesuchen schon erlebt: Kinder, die offen über die Krankheit des Vaters/der Mutter sprachen und die von ihren KlassenkameradInnen ermutigt und geschützt wurden.

Der Kreuzbund Düsseldorf beteiligt sich an der Aktion der Caritas Suchtberatung und lädt Schulklassen in das Begegnungszentrum HuB 3 ein. Mit der „Smily Kids“-Gruppe bietet er auch betroffenen Familien eine Basis für eine bessere Verständigung und vielleicht sogar eine Versöhnung.

**Reinhard Metz**

## *Adventskalender „Familiengeheimnisse“ 2016*

Allein bis zu 2,65 Millionen Kinder und Jugendliche leben in Deutschland in Familien, in denen mindestens ein Elternteil suchtkrank ist. Kinder von suchtkranken / psychisch kranken Eltern sind häufig von seelischer und / oder körperlicher Gewalt betroffen. Sie erleben die Atmosphäre in ihren Familien als kalt, unfreundlich, angespannt, unberechenbar, verlogen, traurig und / oder gewalttätig.

Besonders in der oft stressigen Weihnachtszeit und an den Feiertagen, an denen die Familie auf ungewohnte Weise zusammentrifft, ergibt sich für Jugendliche häufig ein Gefühl der Ohnmacht ihren Eltern gegenüber. Der interaktive Adventskalender „Familiengeheimnisse“ richtet sich von daher an die Jugendlichen um zeitnahe Möglichkeiten der Unterstützung vorzustellen und auf kurzen Wegen anzubieten.

Mit dem Adventskalender „Familiengeheimnisse“ der in Zusammenarbeit vieler Düsseldorfer Beratungsstellen auch im Jahr 2016 erfolgreich an Schulen durchgeführt wurde, hatten die Klassen gemeinsam mit ihren Lehrerinnen und Lehrern die Möglichkeit auf angenehme Weise ins Gespräch über psychische Erkrankungen sowie Suchterkrankungen zu kommen. Somit konnten viele Schülerinnen und Schüler auf die Themen aufmerksam gemacht und ihnen konkrete Hilfestellungen aufgezeigt und angeboten werden.

Im Rahmen des zugehörigen Plakatwettbewerbs, der die Schülerinnen und Schüler ermunterte, sich tiefergehend mit der Bildergeschichte des Adventskalenders zu beschäftigen, wurde das abgedruckte selbstgeschriebene Gedicht (Seite 24) einer Schülerin mit dem ersten Preis ausgezeichnet.

Wir danken allen Akteurinnen und Akteuren, Kooperationspartnern, Schulen, Lehrerinnen und Lehrern sowie allen Schülerinnen und Schülern für das erfolgreich durchgeführte Projekt im Jahr 2016.

Auch in diesem Jahr wird es wieder die Aktion „Adventskalender Familiengeheimnisse“ geben. Die Schulen werden dazu von unserer Seite rechtzeitig im Herbst benachrichtigt. Wer als Kooperationspartner in diesem Jahr mitmachen möchte, meldet sich am besten schon jetzt bei uns. Wir werden sie dann mit aufnehmen und zu unserem nächsten Treffen einladen. Wer weitere Informationen möchte oder Fragen hat, kann sich gerne unter [chanceforkids@caritas-duesseldorf.de](mailto:chanceforkids@caritas-duesseldorf.de) oder unter 0211/1602 -1536 (Ansprechpartner: Tanja Eckers und Melanie Pohl) an uns wenden.

**Das „Chance for Kids“ Team**

## Sei immer du selbst

Ihr dachtet ich bin glücklich und gesund  
und meine Welt leuchtet bunt.

Doch bei mir gibt es nur schlechtes im Leben,  
bin nur von Kummer und Leid umgeben.  
Ich weiß nicht wie ich dies soll überleben.

Ich lief vor mir selbst davon,  
doch da hatte mich mein Leben schon.  
Meine Eltern hatten mich, wie immer,  
im Gegenteil, sie machten alles schlimmer.  
Vom glücklichen Leben keinen blauen Schimmer.

Ärzte und alles hatten mich  
Die einzige die mich verstand war ich.  
Doch dann lernte ich jemanden kennen,  
der mir half mein Leben wieder für mich zu benennen,  
ihm konnte ich alles sagen,  
hätte ich das nur früher getahen  
als vorm Leben weg zu rennen.

Ich wollte lernen:  
Kummer einfach zu vertreiben,  
bei Schmerzen nicht zu leiden,  
Tränen einfach weg zu lachen,  
Nur um andere glücklich zu machen!



9c

## Veränderung

Eine Veränderung fängt für mich als Suchtkrankem bereits beim „nüchtern sein“ an. All die Dinge zu erleben und zu fühlen, die ich jahrelang durch den Suchtmittelgebrauch unterdrückt habe. Kontakt zu den Menschen aufnehmen, arbeiten gehen und mich selbst kennenlernen. Alles nicht so einfach.

Mir wurde in letzter Zeit oft gesagt, ich hätte mich verändert. Hallo? Na klar verändere mich umso mehr, je länger ich clean bin. Da kann ich es leider nicht Jedem recht machen, weil ich selbst erstmal mit meinen "Veränderungen" klar kommen muss. Vor allem mit denen, die nicht gleich beim ersten Mal funktionieren. Dass ich nach über 30 Jahren Suchtmittelkonsum Defizite in vielen Dingen habe, versteht sich doch von selbst, daher bin ich selbst mein größter Kritiker. Da erlebe ich oft unerschwellige Bemerkungen mir gegenüber, die ich als sehr unangenehm empfinde. Na ja, ich denke mir dann, dass jeder halt so seine "Probleme" hat, und ich weiß auch, dass Süchtige untereinander oft sehr verletzend werden können. Auf die eine oder auf die andere Art.

Was ich aber genau weiß ist, dass ich bei Rückfällen meiner Weggefährten keine Kompromisse mehr eingehe und konsequent handele. Meiner Meinung nach sollte man da nicht lange rumfackeln und vielleicht die Hoffnung haben, „vielleicht wird's ja wieder"! Das kann in Ausnahmefällen gut gehen. Aber diese bestätigen ja auch die Regel.

Auch bedeutet Veränderung, Neues auszuprobieren, mich selbst auch zu prüfen in Beziehungen, dem Arbeitsleben und vor allem im Umgang mit mir selber. Da kann ich es leider nicht allen und jedem recht machen, alleine schon deshalb, weil ich mir dann selbst nicht wichtig genug wäre. Was ich nur allzu gerne tue und da auch meine Erfahrungen mache. Leider auch oft sehr negative. Also spart euch das "Treten von hinten" und vergesst alle nicht, wo wir herkommen.

Ich komme von der Straße und habe einen sehr, sehr langen Weg hinter mir. Anders als viele und dennoch das gleiche "Strickmuster" wie die meisten. Da war keine Frau, die mich erwartet hat, kein Kind, das die Tür öffnet, keine Arbeit mit finanziellem Profit. Da war nur ich, clean und trocken. Auf diesem Weg möchte ich mich dann bei allen bedanken die mir Unterstützung gaben, auf der Arbeit, in der SHG und im Café. Bei meiner Familie und all den Weggefährten, denen ein besonderer Dank gilt, da ich sehr stolz bin den Weg mit euch weiter gehen zu dürfen und bis hierher gegangen zu sein. Dabei denke ich voller Demut auch an diejenigen, die es nicht überlebt haben. Ich habe trotz allem sehr viel von euch lernen dürfen.

Andreas Poll

Liebe Gruppenbesucherin, lieber Gruppenbesucher!

Du hast einen großen Schritt gemacht,

den Schritt von der Abhängigkeit zur Abstinenz.

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

Es ergeben sich für Dich neue Perspektiven und Möglichkeiten.

Möglichkeiten, an die Du bisher noch nicht gedacht hast:

Du bekennst Dich offen zu Deiner Suchterkrankung.

Du stärkst das Zusammengehörigkeitsgefühl – Du gehörst dazu.

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

Deine Gruppe erhält mehr Mitspracherecht, wird mehr gehört.

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

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

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

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

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

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

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

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

Du bist Mitglied im Deutschen Caritasverband.

**Hast Du eigentlich schon ernsthaft überlegt, warum Du kein Kreuzbundmitglied bist?**

**Gibt es tatsächlich Gründe, die Dich davon abhalten, Kreuzbundmitglied zu werden?**

**Sind es finanzielle Überlegungen, die Dich daran hindern (für € 0,33/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 10,00 € (Paare 18,00 €) monatlich)**

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

**Ohne Mitglieder kein Verband!**

**Ohne Verband keine Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft!**

**Kreuzbund Kreisverband  
Düsseldorf e.V.**

Tel.: 02 11 / 17 93 94 81

Fax.: 02 11 / 16 97 85 53

## 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:

**Stadtsparkasse Düsseldorf - BIC: DUSSEDDXXX IBAN: DE14 3005 0110 0010 1923 34**

**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



Im Licht der Ostersonne  
bekommen die Geheimnisse  
der Erde ein anderes Licht.

Friedrich von Bodelschwingh

Redaktionsschluss für das nächste  
„**KREUZ bunt+aktuell**“  
**Nr. 163 / 2017**  
**ist der 07.04.2017**

Impressum



Herausgeber:  
KREUZBUND Kreisverband Düsseldorf e.V.  
Hubertusstraße 3 \* 40219 Düsseldorf  
Tel. : 02 11 / 17 93 94 81  
FAX : 02 11 / 16 97 85 53  
Homepage: [www.kreuzbund-duesseldorf.de](http://www.kreuzbund-duesseldorf.de)  
E-Mail: [redaktion@kreuzbund-duesseldorf.de](mailto:redaktion@kreuzbund-duesseldorf.de)

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

Bankverbindung und Spendenkonto:  
Stadtsparkasse Konto: BIC: DUSSEDDXXX  
IBAN: DE14 3005 0110 0010 1923 34

Verantwortlicher Redakteur:  
R. Metz  
Redaktion:  
C. Blasche, P. Bleich, Th. Hintzen

Satz: C. Blasche  
Zeichnungen: H. Stauff  
Binden: B. + D. Dupick

6x jährl. (KB-Eigendruck)  
Auflage: 700 Stück



162 / 2017