Info-Blatt des Kreuzbund-Diözesanverband Köln e. V. 1 | 2017

BLICKPUNKT

KREUZBUND

Kreuzbund steht für Sicherheit, Vertrauen und Freiheit

INHALT

Editorial 1

Aufforderung an Euch alle: 1

Kontakte knüpfen – Der Kreuzbund im Netzwerk 2

Kreuzbund bestätigt seine Spitze 4

Abstinenz, Konsum, Kontrolle 6

Sucht-Selbsthilfekonferenz der DHS 6

Kreuzbund-Diözesan-Delegiertenversammlung 7

Jahresbericht Kreuzbund DV Köln e.V. 2016 8

Ehemaligentreffen in der Fachklinik Gut Zissendorf und Fachtagung für Selbsthilfegruppen 12

Aufnahmeantrag 14

Datenschutzerklärung 15

…werden wir Gruppenleiter? 16

Josef-Neumann-Stiftung 18

Schulung von Gruppenleitungen 2018 19

Fachtag „dazugehören“ 20

Abstinent leben 21

Der Kreuzbund auf Kegeltour 22

Ausflug der Kreuzbundgruppe Morsbach 22

kurz notiert 22

Wie sieht es zur Zeit in der KB Gruppe Leverkusen 2 aus? 23

Alkoholfreie Cocktails 23

Wir lassen nur die Hand los, nicht den Menschen 24

Rede von Charlie Chaplin 25

IMPRESSUM

Herausgeber Kreuzbund Diözesanverband Köln e.V.

Verantwortlich für den Inhalt
Andrea Stollfuß

Redaktion Andrea Stollfuß, Axel Thon, Hans Aretz

Titelfotos: Pixabay

Blickpunkt
Georgstr. 20 • 50676 Köln

Layout maxgut, Düsseldorf

Druck Druckerei Brandt GmbH
Rathausgasse 13 • 53111 Bonn

Erscheinungsweise halbjährlich

Redaktionsschluss 15.10.2017

Beiträge, die Sie gerne in der nächsten Ausgabe gedruckt sehen möchten, bitte an: Andrea Stollfuß
a.stollfuss@gmx.de oder
die Geschäftsstelle in Köln
info@kreuzbund-dv-koeln.de

Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos übernimmt die Redaktion keine Haftung. Sie können zurückgegeben werden, wenn entsprechendes Rückporto beigefügt ist.

Mit der Übergabe von Texten und Fotos überträgt der Autor die Rechte zur Veröffentlichung an die Redaktion. Eingeschlossen ist das Recht zur Vervielfältigung und Verbreitung auf der Kreuzbund Webseite.

Im Blickpunkt namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.

Bei Bedarf behält sich die Redaktion Text-Kürzungen vor.

EDITORIAL

Liebe Weggefährtinnen, liebe Weggefährten,

Sicherheit, Vertrauen, Freiheit und Toleranz – diese Werte spielen für die Menschen, die im Kreuzbund Hilfe und Heimat gefunden haben, eine große Rolle. Seit geraumer Zeit beschäftigen wir uns mit der Zukunftssicherung des Verbandes, suchen nach Zukunftsmodellen und Visionen.

Wir denken über Veränderung und Anpassung an die Zukunft nach, jedoch ohne zu wissen wie die Zukunft aussehen wird. Wir wissen nicht wie der demographische Wandel sich auswirken wird, wie viele Gruppenbesucher wir in 2025 haben, wie das Durchschnittsalter sein wird und welche Auswirkungen das auf die Arbeit im Kreuzbund hat. Wie steht es mit dem ehrenamtlichen Engagement in 2025 und wie sieht es mit der Finanzierung aus? Wohin entwickelt sich die Suchtmedizin, wenn viele Ärzte, Therapeuten und auch Suchtkranke lebenslange Abstinenz nicht mehr als alleiniges Therapieziel sehen? Auch wissen wir nicht, wie die Menschen in 5-10 Jahren „ticken" und welche Bedürfnisse sie haben.

Es ist schwierig, so die Zukunft zu planen und deshalb sollte der Kreuzbund jederzeit und flexibel auf Veränderungen reagieren können. Wir brauchen eine tolerante Haltung, damit die Zukunft gelingen kann. Aber auch eine solche Haltung kann nur gelingen, wenn wir genau wissen, was wir nicht aufgeben dürfen ohne den Kreuzbund aufzugeben. Unser bundesweites Projekt „dazugehören" befasst sich intensiv mit diesen Themen und uns wichtigen Werten wie Sicherheit, Offenheit, Vertrauen, Freiheit. Es geht auch um Haltungen, die Zukunft versprechen – Toleranz, Solidarität, christliche Nächstenliebe und gemeinsame Ziele. Insbesondere gelebte Toleranz ist eine unserer Stärken, sie ist der Garant, dass Anpassung in Zukunft gelingen wird. Ich bin gespannt auf die Projekttage, die Ergebnisse, die bundesweite Gesamtauswertung des Projektes und auf die daraus möglichen verbandlichen Konsequenzen. Zukunft ist und bleibt spannend und ich wünsche mir, dass wir uns darauf einlassen können.

Die Herausforderung ist nicht die Veränderung, sondern die Toleranz und das vertrauensvolle Miteinander, um Veränderung zuzulassen.

M. Stollfuß

Liebe Weggefährtinnen, liebe Weggefährten, eine Aufforderung an Euch alle:

Sendet Eure Beiträge und informiert Eure Weggefährten. Schreibt über Fachtagungen, Seminare, Events, Freizeitaktivitäten, Jubiläen und alles, was für Euch erwähnenswert und wichtig ist. Fotos machen die Zeitung lebendig – also sendet Fotos mit, bitte digital und in guter Auflösung (1 MB) und vergesst nicht, von den Personen auf den Fotos die Erlaubnis zur Veröffentlichung einzuholen.

Das Redaktionsteam

Beiträge an:
a.stollfuss@gmx.de oder info@kreuzbund-dv-koeln.de
unter dem Stichwort „Blickpunkt"

KONTAKTE KNÜPFEN – DER KREUZBUND IM NETZWERK

Seminar Öffentlichkeitsarbeit in Erfurt

Endlich war es soweit. Ich konnte an meinem vierten Bundesseminar zum Thema „Öffentlichkeitsarbeit" teilnehmen.

Unter der Leitung unseres bewährten Moderatorenteams Paul-Michael Leißner, Leiter des Arbeitsbereichs „Öffentlichkeitsarbeit", und Gunhild Ahmann, Referentin für Öffentlichkeitsarbeit fand vom 3. bis 5. Februar 2017, im Bildungshaus St. Ursula in Erfurt, das Bundesseminar „Kontakte knüpfen – Der Kreuzbund im Netzwerk" statt.

Wir, das waren 14 Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus verschiedenen DV, harrten voller Erwartung der Dinge, die da kommen sollten.

Und das war nicht gerade wenig, wie sich herausstellte. Was erwarte ich von dem Seminar? Was ist eigentlich ein Netzwerk? Was stelle ich mir darunter vor? Und, und, und…

Nach dem gemeinsamen Abendessen und einer Vorstellungsrunde standen dann folgende Überlegungen im Mittelpunkt:

- Der Kreuzbund muss in der Öffentlichkeit auf sich aufmerksam machen, um suchtbetroffene Menschen erreichen zu können.
- Da die finanziellen und personellen Möglichkeiten der Kreuzbund-Gruppen vor Ort begrenzt sind, ist eine Zusammenarbeit mit anderen Einrichtungen und Organisationen empfehlenswert.
- Wie mache ich das am besten?

Um das an einem Beispiel zu verdeutlichen, hatte Frank Hübner am Samstagmorgen, das Wort. Er ist Vorsitzender des Kreuzbund-Diözesanverband Erfurt und stellte das Lotsennetzwerk Thüringen vor. Dieses ist beim Fachverband Drogen und Suchthilfe e.V. (fdr) angesiedelt. Seit 2009 ist er Koordinator des Projektes.

Ziel des ehrenamtlichen (nur der Koordinator ist hauptamtlich) Netzwerks ist die Rückfallprävention nach stationärem Aufenthalt. Inzwischen gibt es über 100 Lotsen, die in eine Sucht-Selbsthilfegruppe integriert sind und mindestens seit zwei Jahren abstinent leben. Sie begleiten suchtkranke Menschen, die nach einer Entgiftung

im Hilfesystem häufig nicht ankommen, oder suchtkranke Menschen, die etwas ändern wollen, aber den Weg in die Selbsthilfe nicht aus eigenem Antrieb schaffen.

Das Erfolgsrezept ist eigentlich sehr simpel: Der Gelotste fühlt sich als Persönlichkeit ernst genommen. Er merkt durch den Lotsen, dass es möglich ist, sein Leben ohne das Suchtmittel zu leben. Der Erfolg des Netzwerks zeigt sich auch in der Statistik. Von 2013 bis 2016 gab es insgesamt ca. 670 Lotsenbegleitungen – fast 500 der Hilfesuchenden sind in einer Sucht-Selbsthilfegruppe angekommen. Nur in 175 Fällen wurde die Lotsenbegleitung abgebrochen.

Dieses positive Ergebnis setzt eine gute Öffentlichkeitsarbeit, eine große Bekanntheit des Projekts und die Unterstützung durch Partnerorganisationen voraus.

Dieses Beispiel vor Augen, erstellten wir anschließend eine lange Liste mit möglichen Kooperationspartnern und zwar unter folgenden Sammelbegriffen:

- Kirche: Seelsorger, Pfarrer und Pastoralreferenten, Pfarrgemeinden und Pfarrgemeinderäte, Pfarrbriefe und Kirchenzeitungen, andere kirchliche Angebote, andere kirchliche Organisationen wie KAB; KFD
- Berufliche Suchthilfe: Suchtberatungsstellen, Fachkliniken, Suchtbeauftragte von Unternehmen, Präventionsfachkräfte, Sozialpsychiatrischer Dienst
- Gesundheitsorganisationen: Krankenhäuser, (Haus) Ärzte, Pflegepersonal, Apotheken, Gesundheitsämter, Krankenkassen, Kontaktstellen für Selbsthilfe, andere (Sucht)Selbsthilfeverbände
- Justiz: Gerichte, Gefängnisse, Bewährungshilfe, gesetzliche Betreuung
- Kommunale Einrichtungen: Arbeitsämter, Sozialämter, Jugendämter, Schuldnerberatung, Schulen, Volkshochschulen, Politiker, Polizei, Wohnungsgesellschaften
- andere Organisationen: Caritas, Diakonie, Gewerkschaften, Unternehmen, Rentenversicherung,. Sportvereine
- Medien: lokale und regionale Tageszeitungen und Rundfunksender

Nach recht interessanten Fragen und Antworten zu diesem Thema, holte uns dann die andere Art der Öffentlichkeitsarbeit wieder ein.

Wir sollten eine Veranstaltung, unter Einbezug der Presse, mit einem oder mehreren Kooperationspartnern entwickeln. Diese Aufgabe gingen wir dann in Kleingruppen, zu je drei Personen, an. Es war wieder mal faszinierend, was man so alles falsch machen und vergessen kann. Zum Schluss haben wir dann aber doch noch alles einigermaßen hingekriegt. (Wir sind ja lernfähig.)

Eines der Highlights des Seminars war ein Besuch des MDR in Erfurt am Samstagnachmittag. Es war für alle sehr interessant, die Fernseh- und Hörfunkstudios zu sehen. Mir war z. B. nicht bekannt, dass der KiKa in Erfurt sitzt und auch nur dort Eigenproduktionen gemacht werden. Der Rest wird bei ARD und ZDF eingekauft.

Wir sahen dort auch die Kulisse von: „In aller Freundschaft, die jungen Ärzte".

Wusste ich auch nicht, dass die Serie dort gedreht wird. Beim Hörfunk konnten wir sogar miterleben, wie nebenan zuerst der Nachrichtenredakteur und anschließend die Moderatorin der täglichen Abendsendung des MDR Thüringen „Das Fazit vom Tag" pünktlich um 18 Uhr auf Sendung gingen.

Am Sonntagmorgen ging es, in einem Rollenspiel, um die Vorstellung der Sucht-Selbsthilfe und des Kreuzbundes in Kliniken und Krankenhäusern. Zwei Teilnehmer waren Vorsteller und die restlichen Zwölf die Patienten. Gunhild und Paul fungierten als neutrale Beobachter und Schlichter. War auch gut so. Wir hatten alle vorher nämlich Zettel bekommen, wen wir darstellen sollten. Daher gab es eine außergewöhnlich hohe Anzahl an Störern, uneinsichtigen und aggressiven Patienten. Die beiden Vorsteller konnten einem leidtun.

Abschließend folgte noch eine Power-Point-Präsentation mit entsprechenden Tipps. Interessenten können sie bei Gunhild Ahmann unter: ahmann@kreuzbund.de anfordern.

Nach dem Mittagessen endete dann ein wieder mal ganz tolles Seminar, mit zwei super Moderatoren. Schade nur, dass Paul-Michael Leißner seine Tätigkeit als Leiter des Arbeitsbereichs „Öffentlichkeitsarbeit" beendet. Aber ich denke, mit Steffen Fachinger, vom DV Limburg, wurde ein würdiger potenzieller Nachfolger gefunden.

Bis zum nächsten mal
Euer Hans

Hans Aretz

KREUZBUND BESTÄTIGT SEINE SPITZE

Siegburg / Hamm, 22. Mai 2017. Der Kreuzbund, Fachverband des Deutschen Caritasverbandes und größter deutscher Sucht-Selbst-hilfeverband mit rund 20.000 Gruppenbesucherinnen und -besuchern, hat auf seiner Bundesdelegiertenversammlung vom 19. bis 21. Mai 2017 in Siegburg einen neuen Bundesvorstand gewählt.

Andrea Stollfuß (59) aus Bonn ist einstimmig in ihrer Funktion als Bundesvorsitzende bestätigt worden. Die gelernte Krankenschwester hatte das Amt vor sechs Jahren übernommen. Sie ist selbst alkoholkrank und seit 2002 Kreuzbund-Mitglied. Seit 2005 hat sie unterschiedliche ehrenamtliche Funktionen im Kreuzbund inne, u.a. den Vorsitz des Kreuzbund-Diözesanverbandes Köln. Die verheiratete Mutter von zwei erwachsenen Söhnen will sich vor allem dafür einsetzen, dass der Kreuz-bund und die Sucht-Selbsthilfe den Stellenwert in unserer Gesellschaft erhalten, der ihnen zusteht. Dafür müsse der Kreuzbund einen Mittelweg finden zwischen der Erhaltung wichtiger Werte und der Erneuerung und Anpassung an Veränderungen in der Gesellschaft und in der Suchthilfe, so Andrea Stollfuß nach ihrer Wiederwahl.

Folgende Personen wurden zu stellvertretenden Bundesvorsitzenden gewählt:

- Rüdiger Blomeyer (52) aus Osnabrück
- Gerhard Iser (55) aus Heppenheim
- Franz E. Kellermann (64) aus München

Weiteres Mitglied des Bundesvorstandes ist der Geistliche Beirat Pastor Thorsten Weßling (55) aus Hörstel bei Rheine. Er wird von der Deutschen Bischofskonferenz berufen. Bundesgeschäftsführer Heinz-Josef Janßen (59), seit 25 Jahren in dieser Funktion, unterstützt den Bundesvorstand mit beratender Stimme. Ständiger Gast im Bundesvorstand ist Renate Walter-Hamann (62), Leiterin des Referats „Basisdienste und besondere Lebenslagen“ beim Deutschen Caritasverband e.V. (DCV) in Freiburg.

Wichtigste Aufgabe des neuen Bundesvorstandes ist das Projekt „dazugehören“ mit dem Ziel, den Kreuzbund den wandelnden Anforderungen in der Suchthilfe anzupassen und ihn zu positionieren. Dabei geht es auch um die Integration junger Suchtkranker und die Entwicklung neuer Angebote neben der klassischen Gruppenstunde und Gesprächsrunde.

Die Hilfe zur Selbsthilfe im Kreuzbund ist sehr erfolgreich: Rund drei Viertel der Suchtkranken, die regelmäßig eine Kreuzbund-Gruppe besuchen, leben dauerhaft abstinent. Nur 15 Prozent der Gruppen-teilnehmenden sind innerhalb eines Jahres rückfällig geworden. Mehr als zwei Drittel dieser Rückfälle konnten innerhalb der Selbsthilfegruppe aufgefangen werden, so das Ergebnis einer statistischen Befragung.

Von links Thorsten Weßling, Heinz-Josef Janßen, Renate Walter-Hamann, Andrea Stollfuß, Gerhard Iser, Rüdiger Blomeyer u. Franz Kellermann

Der Kreuzbund ist Fachverband des Deutschen Caritasverbandes, Mitgliedsverband der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen (DHS) und der bundesweit größte Sucht-Selbsthilfeverband. Der Kreuzbund gliedert sich in den Bundesverband, 27 Diözesanverbände, die den Bistümern der katholischen Kirche entsprechen, und 1.300 Gruppen. Hauptamtlich Beschäftigte gibt es nur in der Bundesgeschäftsstelle in Hamm, auf allen anderen Ebenen des Verbandes sind ausschließlich ehrenamtliche Helferinnen und Helfer tätig. Zu den Aufgaben des Kreuzbundes gehört neben der Hilfe zur Selbsthilfe die Aufklärung der Öffentlichkeit über die Folgen des Suchtmittelmissbrauchs. Als Bindeglied im System der Suchtkrankenhilfe kooperiert der Kreuzbund mit Fachkliniken und Beratungsstellen.

Bei Bedarf stellen wir weitere Fotos zur Verfügung.

Weitere Informationen:
Gunhild Ahmann, Referentin für Öffentlichkeitsarbeit,
Münsterstr. 25, 59065 Hamm,
Tel. 02381 / 6 72 72-23,
E-Mail:
ahmann@kreuzbund.de
oder
Heinz-Josef Janßen,
Bundesgeschäftsführer,
Tel. 02381 / 6 72 72 - 0
oder 0171 / 28 54 162
Internet: www.kreuzbund.de

ABSTINENZ KONSUM KONTROLLE

Sucht-Selbsthilfekonferenz der DHS in Erkner bei Berlin

Am 21.04.2017 fand nach drei Jahren wieder die Sucht-Selbsthilfekonferenz der DHS in Erkner statt. Mit rund 180 Teilnehmenden war der Saal zur Eröffnung der Konferenz gut gefüllt. Anstelle von Grußworten fand eine Gesprächsrunde mit Vertretern aus der Politik, der Deutschen Rentenversicherung Bund, der Krankenkassen und der Sucht-Selbsthilfe unter der Moderation von Dr. Raphael Gaßmann (DHS) statt. Im Anschluss daran gab es zur Einstimmung auf den folgenden Tag zwei Impulsreferate. Prof. Dr. Dr. Harald Klingemann sprach zum Thema „Selbstheilung: Wie geht das?" und Manfred Fiedelak zum Thema „Kontrolliertes Trinken". Beide Vorträge zeigten unterschiedliche Wege auf, die letztendlich auch zur Abstinenz und somit zu einem besseren und zufriedeneren Leben führen können.

Es zählt in erster Linie, sich selbst wahrzunehmen und dann auf den Weg zu machen –
„Es gibt nichts Gutes – außer man tut es!"

Diesem bereits interessanten Einstieg am Freitagnachmittag folgte am Samstag ein weiterer Vortrag von Dr. Dieter Geyer (Suchtklinik Bad Fredeburg) zum Thema „Kann der Kopf Kontrolle steuern?" Dr. Geyer vermittelte dieses eher medizinische Thema sehr verständlich und praxisbezogen. Eine wichtige und treffende Aussage in seinem Vortrag war: „Ja, der Kopf kann kontrollieren, aber nur, wenn er klar und nicht benebelt ist".

Der restliche Samstag war gefüllt mit Gruppenarbeit zu Themen wie „Abstinenz und Lebensfreude", „Angehörige stärken durch Selbsthilfe", „Kontrolliert abstinieren", „Jenseits von Alkohol – was kann Selbsthilfe bei anderen Süchten?", „Zur Veränderung motivieren…" und „Spielfreiheit" – das erklärte Ziel der Wahl bei Glücksspielsucht?".

Zum Ende des Tages wurden die Ergebnisse der Arbeitsgruppen zusammengefasst und im Plenum vorgestellt und es zeigte sich, dass die Selbsthilfe eine offene, sehr individuelle, aber auch tolerante und akzeptierende Haltung gegenüber Konsum und Kontrolle hatte, gleichwohl der Wert der Abstinenz für den Suchtkranken unbestritten oberste Priorität hatte. Man könnte auch sagen, die Akzeptanz liegt im Aufbruch zur Veränderung – wie schon oft in der Selbsthilfe zitiert: „Der Weg ist das Ziel!"

Die bundesweite Sucht-Selbsthilfekonferenz war wieder eine gelungene Veranstaltung. Die Themen waren aktuell, interessant und sehr gut aufbereitet, die in der Gruppenarbeit vertieft werden konnten. Insbesondere waren auch die Randgespräche und der Austausch untereinander für die Teilnehmenden, die teilweise weit angereist waren, von großer Bedeutung.

A.Stollfuß
DV Köln

KREUZBUND-DIÖZESAN-DELEGIERTENVERSAMMLUNG

Am 18.März fand die Delegiertenversammlung des DV Köln für das Jahr 2017 im Caritasgebäude in Köln statt. Leider waren zu diesem Termin nur 32 Stimmberechtigte von insgesamt 89 Gruppen erschienen.

Nach der Begrüßung durch die DV-Vorsitzende Andrea Stollfuß und einer Schweigeminute für die verstorbenen Mitglieder, trug Thomas Schröder den geistlichen Impuls vor, da unser Geistlicher Beirat, Dr. Reiner Nieswandt, wegen einer anderen Veranstaltung, die er besuchen musste, verhindert war.

Die ordnungsgemäße Einberufung und Beschlussfähigkeit wurden festgestellt.

Die Tagesordnung wurde einstimmig angenommen.
Es gab jedoch eine Ergänzung zur Tagesordnung, nämlich die Nachwahl eines neuen Seniorenbeauftragten. Reimund Schultes, der bisherige Amtsinhaber, bat um vorzeitige Entlassung aus seinem Amt. Also galt es neben einem Geschäftsführer auch einen Kandidaten für die Seniorenarbeit zu finden.

Zuvor trugen der amtierende Vorstand und die Kassenprüfer ihre Berichte vor und nach der Beantragung der Entlastung wurde der Vorstand und die Diözesankonferenz mit 32 Ja Stimmen und 3 Enthaltungen entlastet.

Als nächster Punkt folgte die Neuwahl eines Geschäftsführers. Thomas Schröder hatte dieses Amt bisher kommissarisch bekleidet. Dankenswerterweise fand sich in Elke Kostack jemand, die sich bereit erklärte, für dieses sehr zeitaufwendige und verantwortungsvolle Amt zu kandidieren. In der darauf folgenden Abstimmung wurde Elke Kostack einstimmig zur neuen Geschäftsführerin gewählt.

Ebenso einstimmig fiel die Wahl für den neuen Arbeitsbereichsleiter „55 plus“, Ehrenfried Walkstein aus. Auch er nahm die Wahl an.

Erfreulich war auch, dass Heike Sickelmann/St. Augustin1 erklärte, dass sie nach Beendigung der Gruppenleiterschulung sich mit den Aufgaben des „ Jungen Kreuzbund“ befassen wolle.

Nach diversen Mitgliederehrungen gab es eine, wohlverdiente, kurze Pause.

Im Anschluss daran kam dann TOP 8 zur Sprache. Es handelte sich dabei um den Antrag auf Erhöhung des DV Beitrages um 0,50 € pro Monat. Nachdem Andrea Stollfuß die Gründe für die Erhöhung noch einmal erläutert hat, erfolgte nach einer sich anschließenden kurzen Diskussion die Abstimmung. Es ging einfacher als erwartet. Der Antrag wurde mit 29 Ja- sowie 3 Nein- Stimmen angenommen und beschlossen.

Es folgten noch diverse Berichte und Termine aus dem DV und BV, bevor um 13:30 Uhr Andrea Stollfuß die Sitzung schloss und allen einen guten Heimweg wünschte.

Hans Aretz

JAHRESBERICHT KREUZBUND DV KÖLN E.V. 2016

Einführung

Der vorliegende Bericht gibt Auskunft über die Entwicklungen des Kreuzbundes im Diözesanverband Köln sowie über die Arbeit und Aktivitäten im Jahr 2016. Der Diözesanvorstand beschäftigte sich neben der Verbandsentwicklung mit folgenden Schwerpunkten:

1. Die Fortführung des Agenda-Prozesses mit dem Ziel, eine bessere Vernetzung über alle Verbandsebenen und mehr Identifikation der Mitglieder mit dem Kreuzbund sowie die Entwicklung einer „Wir-Kultur" zu erreichen.
2. Die Umsetzung des verbandsinternen Schulungskonzeptes für Gruppenleitungen im Kreuzbund
3. Die Übernahme und Integration der Gruppen des in Liquidation befindlichen Stadtverband Köln
4. Personelle und strukturelle Organisation der DV-Geschäftsstelle

Bevor zu einigen Themen detailliert berichtet wird, möchte der Diözesanvorstand die Gelegenheit nutzen, sich bei alle haupt- und ehrenamtlichen Unterstützern, Helfern und Sponsoren zu bedanken. Vielen Dank für jeden persönlichen Einsatz und alle geleistete Arbeit!

Ganz besonders möchten wir uns bei unseren Kooperationspartnern und finanziellen Unterstützern bedanken, die uns im Jahr 2016 großzügig gefördert haben:

- der Deutschen Rentenversicherung Bund (DRV Bund) für die Förderung der Selbsthilfe auf der Grundlage von § 31 SGB VI,
- den gesetzlichen Krankenversicherungen, die uns im vergangenen Jahr mit Pauschal- und Projektmitteln auf der Grundlage von § 20h SGB V gefördert haben,
- dem Caritasverband im Erzbistum Köln (DiCV), der uns sowohl mit Geld-und Sachzuwendungen als auch durch fachliche Beratung unterstützt hat,
- und schließlich denjenigen, die den Kreuzbund im vergangenen Jahr mit Geldzuwendungen unterstützt haben.

Der Diözesanvorstand: Im Jahr 2016 wurden alle Positionen neu gewählt. Andrea Stollfuß wurde als Vorsitzende wieder gewählt, als Stellvertretungen Siegfried Hombach, Thomas Schröder und Hans-Jörg Braitinger. Wilfried Link wurde zum Geschäftsführer gewählt und Dr. Reiner Nieswandt als Geistlicher Beirat bestätigt. Leider musste Wilfried Link sein Amt schon kurz nach der Wahl aus gesundheitlichen Gründen niederlegen und infolgedessen wurde Thomas Schröder zur kommissarischen Geschäftsleitung bestellt. Im Jahr 2016 fanden acht Vorstandssitzungen statt, eine davon im Rahmen einer Supervision. Der Vorstand bearbeitete in 2016 die oben genannten Schwerpunktthemen, begleitete und unterstützte die Arbeitsbereiche wie Regionalbeauftragten bei ihrer Arbeit.

Zur Umsetzung der neuen Datenschutzbestimmungen wurde in 2016 eine Informationsveranstaltung durchgeführt. Die Mappen mit den Datenschutzbestimmungen wurden den Verantwortlichen ausgehändigt.

Die Diözesankonferenz tagte am 25.11.2016 in Köln. Ein detaillierter Bericht liegt bereits vor und ist den Delegierten mit der Einladung zur DV-Delegiertenversammlung zugegangen.

Die Diözesan-Delegiertenversammlung fand am 13.02.2016 in Köln statt. Neben der Entlastung des Vorstandes und der Diözesankonferenz standen als wichtigstes Thema die Wahlen aller Positionen auf der Tagesordnung. Die genauen Wahlergebnisse sind im Protokoll der Delegiertenversammlung 2016 einzusehen.

Der Diözesanverband Köln ist in fünf Regionen – Nord, Süd/Ost, Süd/West, West und Ost - gegliedert. Leider hat sich in den Regionen Nord und Süd/West schon seit fast einem Jahr kein Regionalbeauftragter gefunden, der jeweils Ansprechpartner für die Gruppen und für den Diözesanvorstand ist. Das ist sehr schade, da der regelmäßiger Kontakt und Austausch bei den Regionalgesprächen und Treffen der Kreis- und Stadtverbände die Zusammenarbeit und Gemeinschaft fördert. Leider wurden diese Treffen auch von Seiten der Gruppen nicht immer genutzt, sodass manche verbandlichen Prozesse, Entwicklungen und Informationen gar nicht oder nicht ausreichend kommuniziert wurden.

Des Weiteren existieren im Diözesanverband drei rechtsfähige Untergliederung: Der Stadtverband Bonn e.V., der Kreisverband Düsseldorf e.V. und der Rheinisch Bergische

von Andrea Stollfuß Diözesanvorsitzende Kreuzbund DV Köln e.V.

Kreis e.V. Der Stadtverband-Köln befindet sich seit Anfang des Jahres in Liquidation. Mit Auflösung des e.V. werden die Kölner Gruppen in den Diözesanverband integriert.

Mitglieder- und Gruppenentwicklung 2016

Zum 31.12.2016 zählte der Diözesanverband Köln 91 Gruppen, das sind fünf Gruppen weniger als im vorigen Jahr. Die Mitgliederzahlen haben sich leider auch in diesem Jahr weiter nach unten entwickelt.

01.01.2016: 96 Gruppen – 838 Mitglieder
31.12.2016: 93 Gruppen – 811 Mitglieder

Erfreulich ist, dass sich im Kreuzbund SV-Bonn e.V. hat eine neue Gruppe gegründet hat. Ebenso eröffnete der Kreisverband Düsseldorf im Jahr 2016 die erste Smily-Kids-Gruppe für Kinder aus suchbelasteten Familien. Sie richtet sich nach dem Konzept von Christa Gattwinkel aus dem Kreuzbund DV Paderborn aus. Aber leider haben sich auch drei Gruppen aufgelöst meist aus Altersgründen und fehlendem Nachwuchs.

Arbeitsbereiche

Frauen- und Männerarbeit/Gender

Der Arbeitsbereich „Frauen und Männer/Gender" wird von Elke Kostack geleitet. Sie nahm an der jährlichen Multiplikatoren-Tagung in Münster teil. Der Arbeitsbereich führte im Jahr 2016 im Diözesanverband Köln verschiedene Aktivitäten durch. Außerdem war das Wochenendseminar für Frauen zum Thema „Wie Frauen kommunizieren" sehr gut besucht.

Senioren 55+

Der stellvertretende Seniorenbeauftragte, Ehrenfried Walkstein, und Siegfried Hombach nahmen im 2016 an der Multiplikatoren-Tagung zum Thema „Mein letzter Wille" in Osnabrück teil. Auch das Wochenendseminar zum Thema „Ich fühle mich jünger, bin ich denn schon Senior/in?" hatte eine gute Resonanz. Es gab viele Freizeitangebote, die eine gute Gelegenheit zum gegenseitigen Austausch und Erhalt von sozialen Netzwerken waren.

Familie als System

Familien- und Angehörigenarbeit ist ein wichtiges und großes Arbeitsfeld im Kreuzbund. Willi Denkert, Leiter des Arbeitsbereiches, engagierte sich im Jahr 2016 für die Familienarbeit. Er nahm in diesem Jahr im Oktober an der Multiplikatoren-Tagung in Stuttgart zum Thema „Gewalt in Familien" teil. Außerdem organisierte er am Pfingstwochenende die Familienfreizeit in Lieberhausen.

Junger Kreuzbund

Für diesen Arbeitsbereich konnte leider auch im Jahr 2016 noch kein Ansprechpartner gewonnen werden. Daher nahm Andrea Stollfuß an dem seit mehreren Jahren etabliertem Seminar für den „Jungen Kreuzbund" in Wasserburg/Rindern teil. Ein in NRW neu gegründeter Arbeitskreis soll den Austausch, die Vernetzung und Aktivtäten mit anderen jungen Menschen im Kreuzbund anregen.

Öffentlichkeitsarbeit

Für den Arbeitsbereich „Öffentlichkeitsarbeit" ist die Vorsitzende Andrea Stollfuß verantwortlich und damit auch für die DV-Zeitschrift „Blickpunkt" und die Webseite des Kreuzbund DV Köln e.V., die unter www.kreuzbund-dv-koeln.de im Internet präsent ist. Dort sind alle Informationen zu den Selbsthilfegruppen und Ansprechpartnern, Weiterbildungsangeboten und Veranstaltungen abrufbar. An der Multiplikatoren-Arbeitstagung im Oktober zum Thema „Interne Kommunikation" hat stellvertretend Hans Aretz teilgenommen. Der „Blickpunkt" erschien zweimal im vergangenen Jahr - hier ein Dank an alle, die im Redaktionsteam mitgearbeitet haben.

Im August 2016 fand ein Tagesseminar zum Thema „Presse- und Öffentlichkeitsarbeit" in Düsseldorf statt. Des Weiteren beteiligte sich der Kreuzbund in der Fachklinik Gut Zissendorf und in Garath an der Durchführung und Planung eines Fachtages für Selbsthilfegruppen. Die Vorstellungen des Kreuzbundes in den Fachkliniken und Einrichtungen sind ein wichtiger Teil der Öffentlichkeitsarbeit. Diese Aufgabe wird in der Regel von den Gruppen vor Ort wahrgenommen.

Kreuzbund kompakt

„Kreuzbund kompakt" stellt in kurzer und übersichtlicher Form die Ziele, Arbeitsweisen und Organisation der Verbandsarbeit dar und dient bundesweit als Grundlagen für unsere Kreuzbund- und Selbsthilfearbeit. Für diesen Arbeitsbereich ist zurzeit Thomas Schröder zuständig, er hat am Treffen der Multiplikatoren in Magdeburg teilgenommen. In der GL-Schulung 2016 wurde „Kreuzbund kompakt" umfassend und praxisorientiert vermittelt. Außerdem fand in Düsseldorf ein Tagesseminar zu „Kreuzbund kompakt" statt, das insbesondere für neue Mitglieder gedacht war, um den Kreuzbund kennenzulernen.

Seelsorge

Unser Geistlicher Beirat, Dr. Reiner Nieswandt gestaltete zu verschiedenen Anlässen im Diözesanverband Köln die Gottesdienste und begleitete die Arbeit und Aktivitäten des Kreuzbundes.

Gremienarbeit 2016

Der Kreuzbund arbeitet in den verschiedensten suchtspezifischen Gremien der Caritas und Deutschen Rentenversicherung wie in der Gesundheitsselbsthilfe NRW mit. Dies dient der Information über allgemeine, politische, gesellschaftliche Entwicklungen und insbesondere auch Entwicklungen im Bereich der Sucht- und Sucht-Selbsthilfe. Zudem fördert es die Zusammenarbeit und Vernetzung, um gemeinsame Ziele zu aufzugreifen, voranzubringen und umzusetzen.

Fort- und Weiterbildung 2016

Der Kreuzbund DV-Köln e.V. führte im vergangenen Jahr fünf Wochenendseminare und fünf Tagesseminare durch, mit Themen aus dem Suchtbereich wie aus der Verbandsarbeit.

Im März 2016 begann in Kooperation mit dem DV Aachen eine Schulung für Gruppenleitungen im Kreuzbund. Siebzehn Teilnehmer absolvierten die sechs Wochenenden dieser Schulung und erhielten das Zertifikat zur Gruppenleitung. Außerdem schloss die gemeinsame Gruppenleiterschulung von Kreuzbund und Caritas ab. Elf Absolventen erhielten ihr Zertifikat zur Gruppenleitung.

Ausblick 2017

Wir wünschen uns, dass der Kreuzbund in der Zukunft auf gesunden Füßen steht und dass wir dafür Sorge tragen, eine echte „Wir-Kultur" zu entwickeln, die unsere Gemeinschaft stärkt. Eine gute Zusammenarbeit über alle Verbandsebenen braucht gemeinsame Ziele und Leitlinien, eine gute Vernetzung mit einer guten Kommunikation wie gegenseitiges Interesse. Aus diesem Grund ist am 15. Juli 2017 der bundesweite Fachtag „dazugehören" geplant, an dem möglichst viele Mitglieder teilnehmen sollen, um miteinander ins „Tun" zu kommen. Ihr – wie auch alle Interessierten aus Euern Gruppen, seid herzlich eingeladen an dem bundesweiten Fachtag teilzunehmen. Dort wollen wir zusammen an zwei Themen arbeiten: An der Entwicklung einer Willkommensstruktur im Kreuzbund und an der Frage, für welche aussagekräftigen Kernbotschaften steht der Kreuzbund. Es wird bestimmt eine spannende Tagung. Die Ergebnisse werden bundesweit zusammengetragen, ausgewertet und präsentiert, um Überlegungen zur Veränderung oder Erneuerung in den Blick zu nehmen.

Köln, 31.12.2016
Andrea Stollfuß

JAHRESBERICHT KREUZBUND DV KÖLN E.V. 2016

von
Thomas Schröder
kommissarischer
Geschäftsführer
Kreuzbund DV Köln
e.V.

Nach der letzten Delegiertenversammlung im Februar 2016 musste der neu gewählte Geschäftsführer Wilfried Link des Kreuzbund DV Köln e.V. aus gesundheitlichen Aspekten sein Amt kurz nach der Wahl niederlegen.

Durch die Neuwahlen aller Ämter mussten diese beim Amtsgericht eingereicht werden. Dies machte es unabdingbar, dass auch ein Geschäftsführer eingetragen werden muss, wenn auch nur ein kommissarischer. Nach Rücksprache mit Andrea Stollfuß habe ich mich bereit erklärt, dieses Amt für ein Jahr, als kommissarischer Geschäftsführer beim Amtsgericht eintragen zu lassen.

Ich bin dankbar für eine sehr gute Vorarbeit von Gisela Schulz und Wilfried Link der Unterlagen in der Geschäftsstelle. Mit Pia Regh steht hier eine Mitarbeiterin zur Verfügung, die sehr gut eingearbeitet ist und darüber hinaus sehr selbständig arbeitet. Wir, d.h. Andrea Stollfuß, Pia Regh und ich haben uns sehr schnell als Team gefunden, wobei jeder auf den anderen geschaut hat, um Aufgaben, Termine usw. wahr zu nehmen, die ich selber durch meine berufliche Tätigkeit nur eingeschränkt wahrnehmen konnte.

Die Buchführung ist auf eine Einnahmen-/ Überschussrechnung umgestellt. Dies bringt es mit sich, dass genau geplant werden muss, wann was bezahlt wird. Vor allem im ersten Quartal des Jahres. Die Anträge für Fördergelder werden zwar im Januar gestellt, die Kostenübernahme-Bescheide kommen meistens im März, aber die Geldeingänge vollziehen sich auf das 2. und 3. Quartal bzw. werden nach Abgabe der Kostennachweise, also im nächsten Jahr gezahlt. Dies heißt, dass es nach meiner Einschätzung sehr gut wäre, wenn eine Betriebsmittelrücklage für mindestens 3 Monate gebildet wird.

Wir hatten dieses Jahr eine Betriebsprüfung für die Jahre 2012 –2015 durch die Deutsche Rentenversicherung bzgl. der Angestellten im Büro des Kreuzbund DV Köln e.V„ Die Prüfung ergab keine gravierenden Fehler/ Mängel. Auf Grund der Erkenntnisse für die Vorbereitung der Unterlagen zu dieser Prüfung, hat der Vorstand beschlossen, ein Lohnprogramm (Kosten je Jahr von 80,00 EUR) zu kaufen, damit alle relevanten Aspekte richtig erstellt werden und nicht wie für die Prüfung auf ExcelTabellen zurück gegriffen werden muss.

Die Diözesankonferenz am 26. November 2016 nahm den vorläufigen Haushaltsplan für 2017 zur Feststellung entgegen. Er ist in Anlehnung an das Haushaltsjahr 2016 erstellt worden unter der Berücksichtigung, dass in 2017 die Gruppenleiter-Ausbildung vom DV Aachen organisiert wird. Der Haushaltsplan liegt als Tischvorlage vor.

Das Geschäftsjahr 2016 schließt mit einem positiven Ergebnis ab. Dabei ist jedoch zu berücksichtigen, dass die Kosten für die Buchführung von ca. 3.500 EUR und den Blickpunkt 12/2016 von ca. 4.000 EUR davon eigentlich noch abgezogen werden müssten.

EIN GELUNGENER TAG UNTER DEM THEMA: KANN DER MENSCH SICH ÄNDERN?

Ehemaligentreffen in der Fachklinik Gut Zissendorf und Fachtagung für Selbsthilfegruppen am 13. Mai 2017

Zum Austausch über dieses Thema trafen sich die Ehemaligen Patientinnen der Fachklinik Gut Zissendorf und die Teilnehmer/Innen der Zissendorfer Fachtagung für Selbsthilfegruppen in der Fachklinik Gut Zissendorf in Hennef.

Das jährliche Ehemaligentreffen und die bereits 12 Fachtagung waren zahlreich besucht.

Über 100 Anmeldungen waren in der Klinik eingegangen und wie immer gab es noch ein paar Kurzentschlossene. Beide Gruppen waren herzlich eingeladen auch Ihre Familien mitzubringen und so freuten wir uns in diesem Jahr über eine große Anzahl Kinder, die mit Freude die Angebote im Kindergarten, wie Kinderschminken oder das künstlerische Gestalten in der Kunsttherapie mit Freude ausprobierten.

Auch die jährliche Tombola hielt die eine oder andere Überraschung, nicht nur für unsere Kleinsten bereit.

Wie in jedem Jahr begann unser Treffen mit einem gemeinsamen Gottesdienst und nachdem im Anschluss Zeit für ein herzliches Hallo bei einer Tasse Kaffee genutzt worden war, begrüßte die therapeutische Leiterin Ingrid Vianden-Gabriel, gemeinsam mit Frau Andrea Stollfuß, Bundes- und Diözesanvorsitzende des Kreuzbundes alle Teilnehmer/Innen aufs herzlichste.

Nach einem Überblick über die Ereignisse des letzten Jahres in der Fachklinik Gut Zissendorf hielt die Dipl. Psychologin Petra Uhlenbrock aus Hennef einen Vortrag im Dialog mit den Teilnehmer/Innen zum Thema der Tagung.

Ihre erste Botschaft lautete: Ob sich die Menschheit insgesamt oder Gruppen von Menschen ändern können, mag man bezweifeln. Der einzelne Mensch kann sich ändern, wenn er will.

Wie Jede(r) weiß, ist das nicht einfach. Und so stellte sie eine Formel vor:

$$\text{Veränderungswahrscheinlichkeit} = \frac{\text{Motivation}^2 + \text{Ressourcen}}{\text{Widerstände} + \text{„Kosten“}}$$

Keine Angst, das ist keine Algebra für Fortgeschrittene. Aber die (nicht evaluierte) Formel benennt die Einflussfaktoren auf unsere Veränderungsbereitschaft und zeigt

die Beziehungen zwischen ihnen auf. Durch die Potenzierung der Motivation soll deren Schlüsselfunktion hervorgehoben werden.

Zu Motivation gehören

- Persönlichkeit
- Leidensdruck
- Lebenserfahrung
- Glaubenssätze
- Vision/Traum und Ziele.

Ressourcen entstehen durch

- Vorbilder, soziale Unterstützung
- Hilfesystem
- Materielle Mittel, Sicherheit
- Informationen
- Erprobungsmöglichkeiten

Widerstände kommen durch

- Persönlichkeit
- Glaubenssätze
- Gewohnheiten und Tabus
- Sonstige Belastungen

„Kosten" betreffen

- Materielle Situation
- Emotionaler Aufwand
- Soziale Situation und Hilfesystem
- Informations- und Hilfebeschaffung.

Die Vielzahl der Einflüsse veranschaulicht die Komplexität. Einige wie z.B. die Persönlichkeit können je nach Ausprägung förderlich sein oder die Veränderungsbereitschaft behindern. Man kann gedanklich im konkreten Einzelfall die einzelnen Faktoren mit Zahlen von 1 – 10 belegen, um so zu einer individuellen Gewichtung zu kommen. Frau Uhlenbrock führte mit zwei Protagonistenpuppen „Herbert" und „Waltraud" die Vielschichtigkeit vor, welche es so schwer macht zu erkennen, ob Jemand eine Veränderung in Angriff nehmen wird oder nicht. Zu allem Überfluss hält das Leben auch noch „Joker" in Form von Sondereinflüssen bereit, die sich der Rechenhaftigkeit einer Formel entziehen. Das kann ein Glücksfall sein, wenn die depressive Waltraut ihre Jugendliebe wieder trifft, aber auch ein Unglücksfall, z.B. ein Verkehrsunfall, der den süffelnden Herbert zur Räson bringt.

Im zweiten Teil des Referates stellte Frau Uhlenbrock ihr „3-Phasen-Programm der Transformation" vor, das zu umfangreich ist, um es hier ausführlich darzustellen. Kurz gesagt beschreibt es die gefahrvolle Überfahrt der Auswanderer über den Atlantik bis zur glücklichen Ankunft auf dem neuen Kontinent als Metapher für einen gelungenen Veränderungsprozess. Es lohnt sich, das Konzept auf ihrer Homepage anzusehen: http://www.petra-uhlenbrock.de/Philosophie.

Nach dem leckeren Mittagessen im sonnigen Innenhof der Klinik gab es noch Gruppentreffen für die ehemaligen und aktuellen Patientinnen mit einem regen Austausch unter Anleitung der Bezugstherapeutinnen, einen weiterführenden Workshop zum Tagesthema , Kreativangebote für die Kinder, Tombola und mit der Null-Promille-Bar köstliche alkoholfreie Drinks und Rezepte. Ein lohnender Tag in jeder Hinsicht!

Das Ehemaligentreffen/die 13. Fachtagung für Selbsthilfegruppen 2018 findet

am 12. Mai 2018 statt.

Bitte denken Sie daran, sich auch im nächsten Jahr frühzeitig (bis zum 27.04.2018) anzumelden. Vielen Dank!

AUFNAHMEANTRAG

Kreuzbund e.V. / DV Köln e.V.

Hiermit beantrage ich (beantragen wir) die Mitgliedschaft im Kreuzbund.
Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft für Suchtkranke und Angehörige

KREUZBUND
Fachverband des Deutschen Caritasverbandes

Einzelperson	Eintrittsdatum:
Name*	Geb.
Straße*	PLZ und Ort*
Telefon	E-Mail

Partner/-in	Eintrittsdatum:
Name*	Geb.
Straße*	PLZ und Ort*
Telefon	E-Mail

*Pflichtfelder

Wir beantragen die Anwendung des reduzierten Partnerbeitrages ❍ ja ❍ nein

Mitgliedsbeitrag für die Einzelperson		Reduzierter Mitgliedsbeitrag für beide Partner[1]	
Bundesbeitrag[2]	54,00 €	Bundesbeitrag[2]	84,00 €
Beitrag Diözesanverband[3]		Beitrag Diözesanverband[3]	
Gesamtbeitrag pro Jahr		Gesamtbeitrag pro Jahr	

Zahlungsrhythmus[3]: jährlich / halbjährlich / monatlich
Zahlweise[3]: Überweisung / Barzahlung / Dauerauftrag / Lastschrift

1 = Maßgebliches Kriterium – Lebensgemeinschaft; gemeinsamer Hausstand/Adresse
Gemeinsamer Gruppenbesuch ist nicht Voraussetzung

2 = gemäß Beitragsordnung für den Kreuzbund e.V. – Bundesverband – gültig ab 01.01.2014
3 = bitte mit der Gruppenleitung abstimmen

Die Vereinssatzung und die Datenschutzerklärung des Kreuzbund e.V. wurden mir ausgehändigt und ich habe (wir haben) sie zur Kenntnis genommen. Ich erkläre (wir erklären) hiermit, dass ich (wir) die Vereinssatzung anerkennen werde(n). Die Datenschutzerklärung erkenne ich (erkennen wir) in einer gesonderten Vereinbarung an, die diesem Antrag als Anlage beigefügt ist.

Datum:	Unterschrift (Einzelperson)	Datum:	Unterschrift / Stempel (Gruppenleitung)
Datum:	Unterschrift (Partner/-in)		

DATENSCHUTZERKLÄRUNG

KREUZBUND

Anlage zum Antrag von (Name)

Der Kreuzbund e.V. nimmt datenschutzrechtliche Fragen ernst und geht verantwortlich und zugleich zurückhaltend mit den Daten seiner Mitglieder um. Auf der Grundlage der gültigen Satzungen wenden der Kreuzbund e.V. die datenschutzrechtlichen Bestimmungen des Bistums Münster und die Kreuzbund Diözesanverbände e.V. die datenschutzrechtlichen Bestimmungen des jeweiligen Belegenheitsbistums und der Kirchlichen Datenschutzordnung (KDO) an.

Mit dem Beitritt eines Mitglieds nimmt der Verein folgende Daten auf:

1. Name und Adresse des Mitglieds, Geburtsdatum, ferner seine Bankverbindung, sofern der Mitgliedsbeitrag eingezogen werden soll. Diese Daten benötigt der Verein zwingend für die Mitgliedschaft. Weitere Angaben sind freiwillig. Die Daten werden in vereinseigenen oder privaten EDV-Systemen (z.B. verantwortliche Funktionsträger der Gruppe oder des Verbandes) des Kreuzbundes verarbeitet und gespeichert. Die personenbezogenen Daten werden dabei durch geeignete technische und organisatorische Maßnahmen vor der Kenntnis Dritter geschützt. Sonstige Informationen werden vom Kreuzbund intern nur verarbeitet, wenn sie zur Förderung des Vereinszweckes nützlich sind (z.B. Speicherung von Telefon- und Faxnummern einzelner Mitglieder, E-Mail-Adressen) und keine Anhaltspunkte bestehen, dass die betreffende Person ein schutzwürdiges Interesse hat, das der Verarbeitung entgegensteht.
2. Mitgliederverzeichnisse werden in digitaler oder gedruckter Form nur an Vorstandsmitglieder, Mitarbeiter und Mitglieder weitergegeben, die im Verein eine besondere Funktion ausüben, welche die Kenntnis der Mitgliederdaten erfordert. Die Mitgliederdaten werden nicht zu Werbezwecken, anderer kommerzieller oder sonstiger Verwendung ohne ausdrückliche Zustimmung des Mitglieds weitergegeben. Macht ein Mitglied geltend, dass die Mitgliederliste zur Wahrnehmung satzungsgemäßer Rechte benötigt wird, händigt der Vorstand die Liste nur gegen die schriftliche Versicherung aus, die Adressen nicht zu anderen Zwecken zu verwenden.
3. Bei Austritt werden Name, Adresse und Geburtsjahr aus dem Mitgliederverzeichnis gelöscht. Personenbezogene Daten des Mitgliedes, die die Kassenverwaltung betreffen, werden gemäß der steuerrechtlichen Bestimmungen bis zu zehn Jahren ab der schriftlichen Bestätigung des Austrittes durch den Verein aufbewahrt. Sie werden gesperrt.
4. In seiner Vereinszeitung berichtet der Verein auch über Ehrungen, Geburtstage und Aktivitäten seiner Mitglieder. Dabei können personenbezogene Mitgliederdaten veröffentlicht werden. Das einzelne Mitglied kann jederzeit gegenüber dem Vorstand einer solchen Veröffentlichung widersprechen. Im Falle des Widerspruchs unterbleibt in Bezug auf das widersprechende Mitglied eine weitere Veröffentlichung.
5. Grundsätzlich hat der Verein ein berechtigtes Interesse daran, konkrete Ansprechpartner/-innen nach außen zu benennen, um eine Kontaktaufnahme zu ermöglichen. Für über den Namen und die Funktion hinausgehende Datenübermittlung im Internet (z.B. Telefon, Email und Privatadresse) bedarf es einer separaten Einwilligungserklärung des Mitglieds.
6. Alle Mitglieder können jederzeit beim Verein schriftlich erfragen, welche Daten von Ihnen gespeichert sind und ggf. die Löschung einzelner Bestandteile fordern.

Ich bin mit der Erhebung, Verarbeitung (Speicherung, Veränderung, Übermittlung) und Nutzung meiner personenbezogenen Daten im oben genannten Rahmen einverstanden.

Die vorstehende Einwilligungserklärung ist freiwillig. Ich kann sie jederzeit widerrufen.

Ort / Datum

Unterschrift

…WERDEN WIR GRUPPENLEITER?

Gruppenleiterschulung der DV Köln und Aachen – Teil 1–3

Teil 1

Am 20.01.2017 startete in Herzogenrath die diesjährige Gruppenleiterschulung der DV Köln und Aachen. Sie erstreckt sich über sechs Wochenenden bis zum 09.07.2017. Federführend ist diesmal der DV Aachen. Pünktlich ging das Einführungsseminar am Freitag mit dem Abendessen um 18:00 Uhr los.

Anschließend folgte die obligatorische Vorstellungsrunde der einzelnen Teilnehmer. Nur war Sie diesmal etwas anders. Wir setzten uns, jeweils paarweise aus jedem DV zusammen. Dann versuchten wir so viel wie möglich über den Anderen zu erfahren. Am Samstagmorgen stellten wir uns dann gegenseitig vor. Es war eine ganz neue Erfahrung, wieviel man in so kurzer Zeit über den Anderen mitbekommt.

An diesem Wochenende behandelten wir Themen wie:

- Was heißt Selbsthilfe für Suchtkranke und Angehörige?
- „Kontrolliertes Trinken“
- Die Gesamtstruktur aller Hilfsorganisationen. Was (wer) gehört wohin.
- Die Vorstellung der KB Internetseite.
- Datenschutz.

Es folgte ein reger Austausch von Meinungen und Erfahrungen, mit dem Ergebnis:

Man steht nie allein, denn jeder kann sich an den verschiedensten Stellen Hilfe und Beratung holen. Vor allem beim Thema „Kontrolliertes Trinken“ gab es sehr kontroverse Diskussionen mit der Erkenntnis, dass dies für Abhängige nicht in Frage kommt.

Der dritte Punkt war auch sehr spannend. Anhand von beschriebenen Kärtchen erstellten wir ein Organigramm des Kreuzbundes und ordneten andere Institutionen zu. Die ganze Aktion fand aus Platzgründen auf dem Fußboden statt und ergab ein ziemliches Gewusel. Letztendlich schafften wir es aber doch, Ordnung in das Ganze zu bringen und alles richtig zuzuordnen.

Die Punkte vier und fünf und ebenso „Kreuzbund kompakt“ können auf der Kreuzbund-Internetseite nachgelesen oder runtergeladen werden.

Am Sonntag kamen auch noch andere Sachen wie z.B. Arbeit der KB-Gruppen, Vorstellung in Kliniken, Arbeits- und Freizeitangebote und Therapien zur Sprache. Zum Schluss machten wir dann noch ein Spiel, nämlich „ Wer wird Millionär“ – Köln gegen Aachen. Die Fragen bezogen sich allerdings alle auf den Kreuzbund. Mit vereinten Kräften schafften wir es auch, alles zu beantworten.

Unsere Referentinnen Andrea Stollfuß und Karen Sprenger haben es super geschafft, ein relativ trockenes Thema interessant zu vermitteln. Vielen Dank dafür.

Teil 2

Vom 04.03. – 05.03.2017 fand dann der zweite Teil der Schulung statt.

In diesem „Block 1a“ ging es um die Gruppe selber.

- Gruppenbildung, Gruppenphasen und Gruppenprozesse, Rollenverteilung in der Gruppe sowie Gruppenstruktur (TZI-Konzept).
- Allgemeine Gruppen- und Gesprächsregeln.
- Organisation der Gruppenarbeit und –Themen.
- Wichtige Haltungen in der Gruppenleitung: Authentizität, Einfühlsamkeit, Offenheit, Wertschätzung („Leiten, nicht herrschen“)
- Konflikte, Krisen, Störungen in der Gruppe.

Diesmal war Uwe Zurhorst, Leiter des Jugendwohnheims Kolpinghaus in Krefeld, Referent.

Um es direkt vorab zu sagen, er hat seine Sache sehr gut gemacht und ein interessantes Seminar gestaltet. Es ging Samstagmorgen wieder mit einer Vorstellungsrunde los, damit Uwe Zurhorst uns kennen lernen konnte und wir ihn. Diesmal sollten wir allerdings Gründe nennen, wieso wir an der Schulung teilnehmen. Dann kam die erste Aufgabe. Auf dem Boden lagen im Kreis verteilt Fotokarten. Jeder konnte sich eine aussuchen. Dann musste jeder zu dem Bild eine Bedeutung finden und diese erklären.

Beispielsweise:

- Eine Autobahn – wo führt der Weg hin?
- Eine Brücke – Weg zum rettenden Ufer und auch andere hinüberbringen.
- Felsen in der Meeresbrandung – der Fels in der Brandung, der dem Suchtdruck standhält.
- Und, und, und…

Es folgten einige Kleingruppenarbeiten, unter anderem zu der Frage: Wie zufrieden bin ich mit meiner Grup-

pe zu Hause und wie mit der Schulungsgruppe? Die anschließende Diskussion, warum die meisten sehr zufrieden, bis zufrieden waren, war sehr lebhaft.

Nach dem Mittagessen stellte unser Referent die AS (Anerkennung und Sicherheit) Theorie vor.

Dabei ging es darum, dass fast jeder Mensch das Bedürfnis nach Anerkennung und Sicherheit hat und darum, wie gehe ich mit diesen Bedürfnissen in der Gruppe um?

Eine gute Übung dazu war die Kleingruppenarbeit mit der Aufgabenstellung, die eigene Gruppe einem neuen Mitglied vorzustellen. Es war sehr interessant, die unterschiedlichen Vorstellungsmethoden zu erleben. Die Vorstellungen waren teilweise kurz und knapp wie ein Flyer, aber auch lebendig wie ein Rollenspiel aufgebaut und schließlich sehr ausführlich und informativ mit genügend Inhalt wie ein Videoclip.

Danach sprachen wir noch über einige allgemeine Gruppenregeln und um 16:00 Uhr ging ein interessantes, aber auch anstrengendes Seminar zu Ende.

Teil 3

Der dritte Teil der Schulung begann am 08.04. um 10:00 Uhr und endete am 09. 04.2017 um 16:00 Uhr. In diesem „Block 2a“ wurden die Grundlagen der Kommunikation behandelt.

Das beinhaltete z.B.:

- Allgemeine Grundlagen der Kommunikation
- Unterschiedliche Absichten der Gesprächsführung
- Bevorzugtes Kommunikationsverhalten
- Möglichkeiten von Rückmeldungen und Praxisbegleitung

Auch im dritten Teil war Uwe Zurhorst unser Referent. In vielen praktischen Beispielen brachte er uns der Thematik näher. Zu Beginn lagen in der Mitte Bilder, die unterschiedliche Gefühle und Stimmungen ausdrückten. Jeder sollte sich ein passendes Bild aussuchen und anschließend erklären, wieso er es genommen hat. Dabei kamen die unterschiedlichsten Stimmungslagen zum Vorschein – von himmelhoch jauchzend, über Skepsis, bis zu Tode betrübt.

Danach wurden Grundbotschaften und -haltungen thematisiert und erklärt.

Ein Schwerpunkt war die Kommunikation in der Gruppe und dazu sollten wir unser Kommunikationsvermögen einschätzen, indem wir Luftballons aufbliesen. Je praller der Ballon war, desto besser das Kommunikationsverhalten. Es gab wieder sehr unterschiedliche Ergebnisse – von ganz schlapp, bis kurz vor dem Platzen und im Verlauf des Seminars stellte sich dann heraus, dass sich mancher über- bzw. unterschätzt hatte.

Einige Grundregeln der Kommunikation wurden sehr ausführlich besprochen, dass z. B. vorrangig in der „Ich“-Form gesprochen werden soll. Das Wort „man“ sollte tunlichst vermieden werden. Es folgten praktische Übungen, um das Besprochene zu verinnerlichen. Danach konnte jeder Rückmeldung geben.

Der Samstagnachmittag begann mit einer Puzzlerunde, in der Kommunikation nonverbal und nur mit Körpersprache stattfand. Das war schon schwierig, sodass sich einige Teilnehmer nach kurzer Zeit aus der Übung herausnahmen, weil es ihnen zu chaotisch wurde. In der sich anschließenden Kleingruppe sollten jeweils zwei Personen ein Bild malen und auch wieder ohne dabei zu reden. Das hat im Großen und Ganzen auch ganz gut geklappt.

Die Übung mit dem deutlichen „Nein“-Sagen stand natürlich auch auf dem Plan und das war gar nicht so einfach ohne sein Gegenüber zu verletzen.

Am Sonntagmorgen starteten wir mit dem „Sender und Empfänger“-Modell, welches deutlich macht, dass Sender und Empfänger nicht immer auf der gleichen Übertragungsebene oder gleichem Sendekanal sind, was dann schnell zu Missverständnissen führen kann. Dabei saßen wir in Vierergruppen im Karree und fassten unseren Nebenmann / Frau an der Hand. Dabei sollten wir durch drücken, streicheln, etc. unsere Gefühle zum Ausdruck bringen. Für mich persönlich war Mann – Frau einfacher als Mann – Mann.

Nach der Übung machten wir draußen ein Foto und jeder hatte sich mit dem Bild bewaffnet, das er sich zu Beginn des Seminars ausgesucht hatte. Die Pose und den Gesichtsausdruck unseres jeweiligen Bildes, sollten wir nun auf dem Gruppenfoto nachstellen. Das Ergebnis könnt ihr selber betrachten.

Als letzte Übung nach dem Mittagessen sollte jeder zu einem Thema aus dem Seminar eine Minute frei vor der Gruppe sprechen. Ich wusste gar nicht, dass eine Minute so lang werden kann. Nach der Abschlussrunde ging es dann, nach einem wiederum interessanten aber auch anstrengenden Seminar zurück nach Hause.

Fortsetzung folgt im nächsten Blickpunkt.

JOSEF-NEUMANN-STIFTUNG

Eine gemeinnützige Stiftung für den Kreuzbund e.V.

Wie können Sie helfen?

Wenn Sie die ehrenamtliche Sucht-Selbsthilfe und den Kreuzbund unterstützen möchten, dann stiften oder spenden Sie!

Stiftungs- und Spendenkonto:
Kreuzbund e.V.
Josef-Neumann-Stiftung
Darlehnskasse Münster eG (DKM)

Konto: 46 55 37 00
BLZ: 400 602 65
IBAN: DE75 4006 0265 0046 5537 00
BIC: GENODEM1DKM

Oder nutzen Sie unser Spenden-Portal auf www.dkm-spendenportal.de

Josef-Neumann-Stiftung

Köstliche Geschenkideen

Gesund, lecker und nachhaltig!

BIO Pur
Genuss aus Coesfeld

Für jeden Anlass ein schönes Geschenk

Unsere hochwertigen BioPur-Säfte und -Brotaufstriche entstehen aus rein biologisch angebauten Früchten und Beeren in der Mosterei der Marienburg in Coesfeld, einer Werkstatt für Menschen mit Behinderung.

BioPur-Produkte werden mit Liebe und Sorgfalt produziert. Zu diesen Produkten werden in der Schreinerei und den kreativen Bereichen der Werkstätten individuelle Dekorationsartikel hergestellt, welche die BioPur-Produkte zu idealen Geschenken für Freunde und Familie sowie Mitarbeiter, Geschäftspartner und Jubilare werden lassen.

Auf Wunsch übernehmen wir auch den Verpackungs- und Versandservice. Sprechen Sie uns an, wir beraten Sie gerne!

Ein Teil des Verkaufserlöses kommt der Josef-Neumann-Stiftung des Kreuzbund e.V. zugute.

/ERKSTÄTTEN HAUS HALL

Kontakt: Frau Elke Verwohlt
Tel.: 02542 - 703 71 12 · Fax: 703 79 01
Mail: elke.verwohlt@haushall.de
www.werkstaetten-haushall.de

Naturland Münsterland

www.biopur-coesfeld.de

SCHULUNG VON GRUPPENLEITUNGEN 2018

Kooperation mit dem Kreuzbund DV Aachen

„Auf geht's – in die nächste Runde" der Kreuzbund braucht qualifizierte Gruppenleitungen. Es schadet auch nicht, wenn mehr als einer in der Gruppe die Schulung zur Gruppenleitung hat.

Dann kann man sich gegenseitig vertreten oder Personal-Unionen bilden, das heißt, die Aufgaben auf mehrere Schultern verteilen oder die Leitung routinemäßig alle 3-6 Jahre rotieren lassen. Das kann die Gruppe sehr beleben.

Im Jahr 2018 ist der Kreuzbund DV Köln für die Organisation der Schulung zuständig. Die Seminare finden alle im KSI in Siegburg statt und wie gehabt, stehen wieder für jeden Diözesanverband acht Schulungsplätze zur Verfügung.

Bereits jetzt stehen die Wochenendtermine fest, jeweils ein Block im ersten Halbjahr und ein Block im zweiten Halbjahr. Folgende Wochenendtermine, immer Samstag/Sonntag, sind geplant:

Fr./Sa./ So.	02.–04. März 2018 – Einführungsseminar	Sa./So.	29.–30. September 2018 – Block 2a „Aspekte der Sucht"
Sa./So.	14.–15. April 2018 – Block 1a „Die Gruppe"	Sa./So.	27.–28. Oktober 2018 – Block 2b „Gruppenleitung"
Sa./So.	05.–06. Mai 2018 – Block 1b „Kommunikation"	Fr./Sa./ So.	16.–18. November 2018 „Abschlussseminar"

Die Teilnahmebedingungen für die Schulung sind gleich geblieben. Für den DV Köln wie für den DV Aachen stehen jeweils 8 Plätze (von maximal 16 Plätzen) zur Verfügung. Vorrangig für Gruppenleitungen die bereits im „Amt" sind und noch keine Gruppenleitungsschulung oder ähnliche Schulungen besucht haben. Vorausgesetzt wird eine zweijährige Abstinenzzeit. Wünschenswert ist natürlich auch eine regelmäßige Teilnahme an allen Blöcken der Schulung.

Die Kosten liegen bei 50,00 € pro Wochenende, die in 2 Raten gezahlt werden können: 150,00 € zu Beginn der Schulung, die zweite Rate in Höhe von 150,00 € zu Beginn des Blockes 2a. Bei Zahlung des gesamten Betrages zu Beginn der Schulung können wir einen Nachlass in Höhe von 50,00 € gewähren.

Die Gruppen können finanzielle Unterstützung für die Schulung und Fahrtkosten bei den örtlichen Krankenkassen beantragen. Der Antrag muss vor Beginn der Schulung für das Jahr 2018 gestellt werden.

Hilfe & Ansprechpartner:
Andrea Stollfuß, DV Köln, T: 0171 750 06 66
Karen Sprenger, DV Aachen, T: 02151 789 97 14

FACHTAG „DAZUGEHÖREN“

am 15. Juli 2017 in Herzogenrath für den DV Köln und DV Aachen

Es ist ein äußerst positives Zeichen, wenn ein Verband wie der Kreuzbund von Zeit zu Zeit einmal die gewohnten Pfade verlässt und neu über die Grundlagen seiner Tätigkeit nachdenkt.

- Wie können die vorhandenen Mitglieder weiterhin mitgenommen werden?
- Welche Bedürfnisse und Motive haben Menschen, um sich dem Kreuzbund anzuschließen?
- Welche Grundwerte und Eigenschaften, welche Normen, Regeln und Rituale sind hierbei hilfreich?
- Was ist wichtig, um den Kreuzbund auch in Zukunft attraktiv zu erhalten und ihm somit eine langfristige, erfolgreiche Arbeit zu ermöglichen?

Kurz: es geht darum, Visionen zu entwickeln, wie der KREUZBUND in Zukunft aussehen könnte!

Vor diesem Hintergrund wurde frühzeitig die Form einer „Zukunftswerkstatt“ unter Einbeziehung möglichst vieler Weggefährtinnen und Weggefährten vorgesehen.

Ein Lenkungsausschuss zur Vorbereitung dieser Zukunftswerkstatt wurde ins Leben gerufen. Dessen Hauptaufgabe war es zunächst das breite Themenspektrum auf wenige, aber wesentliche Kernfragen zu verdichten. Hierzu wurde eine Befragung einzelner Gruppen durchgeführt und ausgewertet. Dies mit dem Ziel herauszufinden, wo die wirklich brennenden Themen des Kreuzbundes liegen.

Die Ergebnisse dieser Befragung wurden im Weggefährten Nr. 3/2015 veröffentlicht.

Die Bedeutung und das Gewicht eines Selbsthilfeverbandes sind naturgemäß eng verbunden mit der Anzahl der Menschen, die im Verband vertreten und aktiv sind. Ein flächendeckendes Selbsthilfenetz ist nur dann möglich, wenn eine entsprechend große Zahl an Menschen die Gruppen besucht, aber auch eine große Zahl an Menschen bereit ist, mit ihrer Begeisterung und ihrem Engagement eine gute Gruppenarbeit vor Ort zu gewährleisten und “Kreuzbund zu leben“. Nur durch „Begeisterte“, die ansteckend auf Andere wirken, ist es dem Kreuzbund möglich, sein vielseitiges Angebot bereitzustellen.

Das gemeinsame Arbeiten an diesen Fragen macht deutlich, dass der Kreuzbund seine Zukunftsausrichtung nicht zufälligen Entwicklungen überlassen möchte, sondern aktiv und unter Beteiligung möglichst vieler Weggefährtinnen und Weggefährten die Zukunft plant!

Schon der Titel „dazugehören“ macht deutlich worum es geht – um Gemeinschaft, ein Teil davon sein, mitmachen – eine Wir-Kultur!

So ist die Projektidee „dazugehören“ entstanden. Sie sieht vor, dass in jedem DV ein Fachtag zum Thema „dazugehören“ durchgeführt wird und die einzelnen Ergebnisse dann zusammengeführt werden. Hierzu wurde vereinbart, mit gleicher Methode in allen Regionen und Verbänden des Kreuzbundes bis Ende 2017 diese Veranstaltungen durchzuführen, die von je einem Mitglied des Bundesvorstandes begleitet und einem Referenten der Geschäftsstelle moderiert werden.

An dem Fachtag am 15. Juli 2017 in Herzogenrath wird der Bundesvorstand durch Franz Kellermann und die Bundesgeschäftsstelle durch Michael Tremmel vertreten sein. Für die Diözesanebene werden Karen Sprenger (DV Aachen) und Andrea Stollfuß (DV Köln) teilnehmen und die regionale Ebene wird durch alle interessierten Mitglieder und Teilnehmer vertreten sein. Wir wollen gemeinsam über zwei Themen ins Gespräch kommen und daran arbeiten.

- Entwicklung und Verbesserung einer Willkommenskultur im Kreuzbund
- Entwicklung von Kernbotschaften, die für den Kreuzbund stehen

Es soll nach der Methode des World-Café gearbeitet werden. Das heißt, es wird in Tischgruppen zu bestimmten Fragestellungen gearbeitet, nach einer bestimmten Zeit wechseln die Teilnehmer zu anderen Tischen und arbeiten dort weiter. Zum Schluss werden die Ergebnisse der einzelnen Tische zusammengefasst und auf der Bundesebene für die Gesamtauswertung gesammelt. Im Rahmen der Bundesdelegiertenversammlung 2018 sollen die ausgewerteten Ergebnisse sämtlicher DV-Veranstaltungen diskutiert und die erforderlichen verbandlichen Konsequenzen und nächsten Schritte beraten und ggf. beschlossen werden.

Ich lade Euch alle herzlich ein, an dieser Veranstaltung teilzunehmen und an der Zukunftsgestaltung des Kreuzbundes mitbeteiligt zu sein. Ich freue mich auf Euer Kommen und einen interessanten und lebhaften Fachtag.

Fachtag „dazugehören“

Samstag 15. Juli 2017
ab 9.15 Uhr Brötchen und Kaffee
10.00 Uhr Begrüßung und Einführung
Ende ca. 17.00 Uhr

Ort: Nell Breuning Haus
Wiesenstr. 17, 52134 Herzogenrath

Anmeldung: über die GS DV Köln mit dem Seminaranmeldeformular oder per Mail: info@kreuzbund-dv-koeln.de

Bitte Name, Adresse, Telefonnummer und ggf. Email-Adresse angeben!

Andrea Stollfuß
1. Vorsitzende

ABSTINENT LEBEN

Hallo, ich erzähle Euch mal von den eigenen Erfahrungen mit Drogen und Alkohol. Ich bin suchtkrank und will abstinent leben.

In den letzten Tagen beschäftigte mich ein Thema ganz besonders, nämlich der Einsatz von Ersatzmedikamenten und Substitution bei der Behandlung von Suchterkrankungen. Durch jahrelangen Gebrauch von Alkohol und Drogen und auf Grund meiner eigenen Abhängigkeit konnte ich viel Erfahrung und Wissen zu diesem Thema sammeln.

Für mich steht fest, Substitution oder Medikamente sollen lediglich helfen das Ziel zu erreichen – die dauerhafte Abstinenz vom Suchtmittel!

Derzeit geht der Trend dahin, Ersatzmedikamente dauerhaft, ja sogar bis zum Lebensende zu verabreichen, um weitreichenden Schaden durch zusätzliche Krankheiten oder Kriminalität abzuwenden.

Bis hierhin bin ich einsichtig und dankbar, dass mir die "Substitute" auf meinem Weg zur Abstinenz geholfen haben. Was mich aber sauer macht ist, wenn man mir versucht glaubhaft zu machen, ich sei mit Ersatzmedikamenten oder Substitution „clean" oder „trocken"!

FAKT ist, „clean" und „trocken" bin ich nur dann, wenn ich frei von allen Suchtmitteln bin, denn ich bin suchtkrank und auch Ersatzstoffe können mich wieder tief in meine Abhängigkeit zwingen. Da wo ich war, will ich nicht mehr hin – auf der Straße ohne Obdach und ohne jeglichen Respekt vor mir selbst.

Aus diesem „Sumpf" herauszukommen, hat mich so viel Kraft gekostet, dass ich innerlich friere und meine Hände zittern, wenn ich nur daran denke. Ich selbst hatte schon kapituliert und wenn ich den Absprung nicht geschafft hätte, hätte ich mich vielleicht damit arrangieren müssen, bis zu meinem Lebensende „Substitute“ zu nehmen oder aber zu sterben!

Das war mir während meiner Zeit als Junkie und Trinker auch klar und bewusst und ich musste natürlich auch meine Erfahrungen sammeln. Trotz alledem kann ich diese "Schönrederei" von den Ersatzsoffen nicht mehr hören. Denn wie kann ich dauerhaft ein Suchtmittel mit einem anderen Suchtmittel bekämpfen und dann behaupten ich sei "clean".

Diazepam anstatt Alkohol, Alkohol anstatt Heroin, Heroin anstatt Methadon, oder doch Methadon anstatt Heroin. Vielleicht aber nehme ich einfach andere sedierende Mittel zu mir, um überhaupt etwas zu spüren, weil die "Protagonisten" ja sagen, es sei in Ordnung.

Ich könnt‘ kotzen, das macht mir Angst, weil ich genau weiß, was "Suchtverlagerung" mit mir und unzähligen Menschen gemacht hat. Wie soll ich das alles meinem Sohn erklären?

Die gesellschaftliche Akzeptanz dieser Entwicklung und eine unzureichende Aufklärung lassen den Eindruck entstehen, dass Abstinenz nicht mehr das Ziel ist. Das löst bei Suchtkranken und auch bei den Angehörigen große Unsicherheit aus und erschwert den Weg in die Abstinenz.

Mir liegt es fern, jemanden persönlich anzugreifen, aber für mich ist Konsum von Ersatzstoffen oder Substitution vertane Zeit, darauf möchte ich mich nicht mehr einlassen. Es ist für mich auf Dauer keine Lösung! Das ist zumindest meine Meinung und es wäre schön, wenn man zu diesem Thema in der Öffentlichkeit mehr ins Gespräch käme, auch um deutlich zu machen, wie wichtig ein suchtmittelfreies Leben für uns Suchtkranke ist. In manchen Situationen muss man einen Kompromiss eingehen, aber der Mehrwert der Abstinenz darf nie verloren gehen.

-anonym-

DER KREUZBUND AUF KEGELTOUR

„Gut Holz“ hieß es am 26. März 2017 beim Kreuzbund, der mit vier Gruppen in Bad Münstereifel-Eicherscheid zum Kegelturnier angetreten ist. Robert Skrippek aus der Gruppe Euskirchen 4 richtete das Turnier aus und es war alles perfekt vorbereitet, sodass es sofort loslegen konnte.

Mit viel Schwung und guter Laune wurden die Punkte in allen Varianten ausgekegelt. Es gab gemischte Mannschaften, aber es kegelten auch nur Damen oder nur Herren gegeneinander.

Beim Mannschaftskegeln belegte die Kreuzbundgruppe Euskirchen 4 den ersten Platz. Renate Schmuck kegelte bei den Damen auf den dritten Platz und bei den Herren sicherten sich Werner Stackebrandt den zweiten und Helmut Schmuck den dritten Platz. Den Wanderpokal erhielt diesmal die Kreuzbundgruppe Euskirchen 4, die diesen sicher und ehrenhaft bis zum nächsten Turnier aufbewahren wird.

Herzlichen Glückwunsch allen Gewinnern und Platzierten!

Das Kegelturnier fand am 26. März in Bad Münstereifel-Eicherscheid ab 10 Uhr statt.

Es wurde von Robert Skrippek organisiert.

Diesmal haben leider nur vier Gruppen teilgenommen. Der erste Platz bekam einen Wanderpokal, Platz 2 und 3 eine Urkunde.

AUSFLUG DER KREUZBUND-GRUPPE MORSBACH 2017

Die Gruppe zog es mal wieder auf den Rhein nach der schönen Rheintour im vergangenen Jahr.

Am Freitag den 9.7.17, trafen wir uns um 08.00 h in Waldbröl auf dem REWE Parkplatz, um dann nach Bonn zu fahren. Wir waren elf Weggefährtinnen und Weggefährten ,vier mussten leider absagen, da sie arbeiten oder krankheitsbedingt nicht mitfahren konnten. Mit drei Pkw machten wir uns dann auf den Weg nach Bonn zum Schiffsanleger der Köln Düsseldorfer. Mit der Beethoven fuhren wir dann gegen 10.30 h ab in Richtung Linz. Das Wetter hätte besser sein können, denn nach einiger Zeit setzte Regen ein und wir mussten ins Trockene gehen. In Linz kamen wir gegen 13.00 h an und wir sind dann gemütlich in die Altstadt spaziert und haben im Lokal MINNESÄNGER gut zu Mittag gegessen. Da das Wetter mittlerweile etwas besser war, haben wir einen Rundgang in Linz gemacht und konnten dann zum Eis essen, bei einem Italiener gut beschirmt, draußen sitzen. Es gab einen richtigen Regenschauer und wir froh trocken zu sitzen. Kurz nach 16.00 h haben wir uns wieder zum Schiffsanleger begeben und die Rückfahrt nach Bonn angetreten, wo wir gegen 18.30 h wohlbehalten angekommen sind. Es war mal wieder ein gelungener Ausflug mit sehr guten Gesprächen und es hat unseren Zusammenhalt sicher gut getan. Wir waren gegen 19.30 h wieder alle gut in Waldbröl und möchten uns wie immer bei Bärbel für die Planung recht herzlich bedanken.

Siegfried Hombach, Kreuzbundgruppe Morsbach

– KURZ NOTIERT –

DV-Delegiertenversammlung – Erhöhung des DV-Beitrages auf 1 €

Im Rahmen der Diözesan-Delegiertenversammlung 2017 wurde über den Antrag, den Diözesanbeitrag anzuheben, abgestimmt. Die Delegierten stimmten nach intensiver Aussprache mit 29 Ja-Stimmen und 3 Gegenstimmen für die Erhöhung des Diözesanbeitrages von 0,50 € auf 1,00 € / Monat. Die Beitragserhöhung wird zum 1. Januar 2018 wirksam.

Neue Gruppe

Wir begrüßen eine neue Kreuzbundgruppe in Hürth bei Köln. Die Gruppe hat derzeit fünf Mitglieder.

Ansprechpartner: Hans-Josef Hülz,Tel.: 02274-9386001

Diese Gruppe trifft sich:
Freitag von 19.00 bis 21.00 Uhr
Im Lazarus-Haus Hürth
Luxenburgerstr. 305
50354 Hürth

WIE SIEHT ES ZURZEIT IN DER KB GRUPPE LEVERKUSEN 2 AUS?

Nun, das Jahr 2016 verlief bei dem einen oder anderen Gruppenmitglied mit Höhen und Tiefen. Diesmal haben wir das Jahr bereits am 24. November 2016 mit einem gemeinsamen Abendessen in gemütlicher Runde ausklingen lassen und schön war, dass bis auf einen Weggefährten unsere Gruppe vollständig war.

Im Rückblick auf das Jahr war es sehr erfreulich, dass ein Weggefährte auf „ein Jahr ohne Alkohol" blicken konnte, was ihm in den Jahren zuvor nie gelungen ist. Darauf können alle, er/sie selbst und auch die Gruppe stolz sein, denn das ist sicherlich ein gemeinsamer Verdienst. Dennoch gab es auch Krisen und Tiefs im vergangenen Jahr, so z.B. erinnerten wir uns an einen schweren Rückfall, der unter Umständen auch dramatisch hätte ausgehen können.

Im Februar 2017 konnten wir etwas über "Achtsamkeit" erfahren. Unsere stellvertretende Gruppenleiterin Birgit hat die Diplompsychologin Katja Thomanek eingeladen, die im Rahmen eines Gruppenabends einen Vortrag zum oben genannten Thema hielt. In der anschließenden Diskussion konnten Fragen wie, „Was ist Achtsamkeit überhaupt?" oder „Was ist Stress?" gestellt und bearbeitet werden. Kleine Übungen lockerten den sehr informativen Abend auf und den neun Teilnehmern wird er sicher in guter Erinnerung bleiben.

Im März gab es wieder einige Aktivitäten und Veranstaltungen und leider auch zwei Rückfälle in der Gruppe. Hier galt es Hilfe und Halt zu geben.

Erfreulich war, dass vier Gruppenmitglieder an der Info-Veranstaltung über das Deutsche Zentrum für Luft- und Raumfahrt (DLR) in Köln Porz Lind teilnahmen. Hier nochmals ein DANKE an Ehrenfried Walkstein, der diese sehr interessante Veranstaltung geplant und organisiert hat.

So ging es in diesem Jahr schon recht lebhaft in unserer Gruppe zu.

Ach ja, dass 1. Treffen der Region Süd/ Ost fand in diesem Jahr am 25.03.2017 mal wieder in Leverkusen - Opladen statt. Schade nur, dass Gruppenleitungen der Kölner Gruppen und auch einige andere den Weg nach Leverkusen nicht fanden!

Manfred Wilewka
(Gruppenleiter)

ALKOHOLFREIE SOMMERCOCKTAILS

Siesta – cremig

- 20 ml Grenadine
- 20 ml Sahne
- 160 ml Bananennektar

Alle Zutaten im Shaker kräftig durchmixen und in ein mit Eiswürfeln befülltes Glas geben.

Tipp: Einen kleinen Papierschirm und einen Strohhalm zum Dekorieren nehmen, neben einer Zitronenscheibe.

Sonnenschein – erfrischend

- 10 ml Zitronensaft
- 10 ml Mandelsirup
- Bitter Lemon zum Auffüllen
- Zitronenscheiben zum Garnieren

Zitronensaft und Mandelsirup in ein mit Eis befülltes Glas geben und kräftig umrühren. Zum Schluss mit Bitter Lemon auffüllen. Die Zitronenscheibe als Deko an den Glasrand stecken. Man kann auch einige Zitronen stücke in das Glas geben.

WIR LASSEN NUR DIE HAND LOS, NICHT DEN MENSCHEN.

Donald Frederick Oatridge
† 30.01.2017

Gruppe Worringen

Rolf Götze
† Dezember 2016

Stadtverband Wuppertal

Lothar Reif
† Dezember 2016

Gruppe Dormagen-Centrum

Klaus Bomke
† 15.02.2017

Gruppe Grevenbroich 3

Albert Vonderstück
† 07.04.2017

Gruppe Euskirchen 2

REDE VON CHARLIE CHAPLIN ANLÄSSLICH SEINES 70STEN GEBURTSTAG AM 16. APRIL 1959.

Als ich mich selbst zu lieben begann

Als ich mich selbst zu lieben begann, habe ich verstanden, dass ich immer und bei jeder Gelegenheit, zur richtigen Zeit am richtigen Ort bin und dass alles, was geschieht, richtig ist - von da an konnte ich ruhig sein. Heute weiß ich: Das nennt man „Vertrauen".

Als ich mich selbst zu lieben begann, konnte ich erkennen, dass emotionaler Schmerz und Leid nur Warnungen für mich sind, gegen meine eigene Wahrheit zu leben. Heute weiß ich: Das nennt man „authentisch sein".

Als ich mich selbst zu lieben begann, habe ich aufgehört, mich nach einem anderen Leben zu sehnen und konnte sehen, dass alles um mich herum eine Aufforderung zum Wachsen war. Heute weiß ich, das nennt man „Reife".

Als ich mich selbst zu lieben begann, habe ich aufgehört, mich meiner freien Zeit zu berauben, und ich habe aufgehört, weiter grandiose Projekte für die Zukunft zu entwerfen. Heute mache ich nur das, was mir Spaß und Freude macht, was ich liebe und was mein Herz zum Lachen bringt, auf meine eigene Art und Weise und in meinem Tempo. Heute weiß ich, das nennt man „Ehrlichkeit".

Als ich mich selbst zu lieben begann, habe ich mich von allem befreit, was nicht gesund für mich war, von Speisen, Menschen, Dingen, Situationen und von Allem, das mich immer wieder hinunterzog, weg von mir selbst. Anfangs nannte ich das "Gesunden Egoismus", aber heute weiß ich, das ist „Selbstliebe".

Als ich mich selbst zu lieben begann, habe ich aufgehört, immer recht haben zu wollen, so habe ich mich weniger geirrt. Heute habe ich erkannt: das nennt man „Demut".

Als ich mich selbst zu lieben begann, habe ich mich geweigert, weiter in der Vergangenheit zu leben und mich um meine Zukunft zu sorgen. Jetzt lebe ich nur noch in diesem Augenblick, wo ALLES stattfindet, so lebe ich heute jeden Tag und nenne es „Bewusstheit".

Als ich mich zu lieben begann, da erkannte ich, dass mich mein Denken armselig und krank machen kann. Als ich jedoch meine Herzenskräfte anforderte, bekam der Verstand einen wichtigen Partner. Diese Verbindung nenne ich heute „Herzensweisheit".

Wir brauchen uns nicht weiter vor Auseinandersetzungen, Konflikten und Problemen mit uns selbst und anderen fürchten, denn sogar Sterne knallen manchmal aufeinander und es entstehen neue Welten. Heute weiß ich: „Das ist das Leben"!

Und sobald Du die Antwort hast, ändert das Leben die Frage.

unbekannt

KREUZBUND