

INHALT

Impressum	.2
Editorial	.3
Spenden statt schenken	.3
Musik und Kunst für die Josef-Neumann-Stiftung	.4
Multiplikatoren-Arbeitstagung "Senioren/55+"	٠5
Wir sind auf Sendung	6
kurz notiert!	.7
Bundeskonferenz 2014 in Magdeburg	.8
Frauenaktivtag1	0
"Wer nicht trommelt – wird nicht gehört!"	11
Was ist ein Regionalbeauftragter?	12
Sucht im Alter – Fachtag in der Klinik "Gut Zissendorf"1	14
Die Wahrheit liegt auf dem Platz1	6
Die Mitglieder haben gesprochen	8
Gruß zum Jahresende1	9
Mitglied werden1	9
Aufnahmeantrag2	20
Datenschutzerklärung	21
Wanderpilgern zum Kloster Himmerod2	22
Kreuzbundgruppe Rösrath erobert Laga in Zülpich 2	4
Die Gruppe Morsbach auf Reisen	25
Rätselspass2	26
Landtag NRW "Total stark!"2	8
Sucht und Selbsthilfe	0
5. Suchtselbsthilfetag im Landtag NRW3	0
Auflösungen aus diesem Heft3	0
Sommerfest der Kreuzbundgruppe Grevenbroich 3	31
Seminare3	32
Termine 20153	35
Einladung an die Generation 55 plus3	6
Netzwerk "Gesundheit-Sport-Erlebnis"	37
Nachrufe	8

IMPRESSUM



Herausgeber Kreuzbund Diözesanverband Köln e.V.

Verantwortlich für den Inhalt: Andrea Stollfuß

Redaktion: Andrea Stollfuß, Eberhard Tietz, Axel Thon, Karl-Heinz Trompetter, Hans Aretz

Titelbild: Annette Fischer Titelfoto Rückseite: Frank Hübner

Blickpunkt Georgstr. 20 • 50676 Köln

Layout: maxgut, Düsseldorf

Druck: Druckerei Brandt Rathausgasse 13 • 53111 Bonn

Erscheinungsweise halbjährlich

Redaktionsschluss 15.04.2015

Beiträge, die Sie gerne in der nächsten Ausgabe gedruckt sehen möchten, bitte an: Andrea Stollfuß Poppelsdorfer Allee 34 • 53115 Bonn a.stollfuss@gmx.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 und Weggefährten,

der Kreuzbund und die Sucht-Selbsthilfe blicken auf eine lange Tradition zurück und im Laufe der Jahre haben sich Suchthilfe und Sucht-Selbsthilfe zu dem entwickelt, was sie heute sind. Ihre Erfolge sind auf die Medizin- und Suchtforschung aber auch auf die Eigen- und Fremderfahrungen sowie die Betroffenenkompetenz der Sucht-Selbsthilfe zurückzuführen.

"Der eine wartet bis die Zeit sich wandelt, der andere packt sie an und handelt"

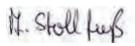
Dante Alighieri

Der Kreuzbund ist als größter Sucht-Selbsthilfeverband in Deutschland seit Jahren gut etabliert. Doch gerade in unserer heutigen Zeit, die geprägt ist vom demografischen Wandel, von Veränderungen in Gesellschaft, Kultur und sozialen Strukturen, gilt es kritisch zu prüfen, ob unsere Sichtweisen, Werte und Angebote der Sucht-Selbsthilfe noch passend und stimmig sind. Der Kreuzbund stellt sich diesen Herausforderungen, um auch in Zukunft ein verlässlicher Partner in der Suchthilfe-



landschaft zu sein. Aus diesem Grund hat der Kreuzbund eine Zukunftswerkstatt initiiert, die sich mit möglichen und zukunftsweisenden Veränderungen befassen soll. Der zu Anfang gebildete Lenkungsausschuss hat den Start in die erste Phase, die Bestandsaufnahme, vorbereitet. Mittels einer bundesweiten Befragung von ca.50 Kreuzbund-Gruppen sollen die Wünsche und Anregungen unserer Weggefährtinnen und Weggefährten in Erfahrung gebracht werden, um dann in einem weiteren Schritt Fantasien und Visionen für die Zukunft unseres Verbandes zu entwickeln.

In solchen Zukunftswerkstätten ist es oft sinnvoll, die Dinge einmal aus einem anderen Blickwinkel zu betrachten, denn dadurch eröffnen sich neue Perspektiven und andere Möglichkeiten. Es liegt an uns wie wir mit der Herausforderung "Veränderung" umgehen.



SPENDEN STATT SCHENKEN

Es gibt erfreuliche Nachrichten von der Josef-Neumann Stiftung. Anlässlich eines runden Geburtstages sind Spenden in Höhe von 3000 € auf das Spendenkonto der Josef-Neumann-Stiftung eingegangen. Wir möchten uns bei den Spendern und dem Geburtstagskind für die großzügige Zuwendung ganz herzlich bedanken.

Das Stiftungskuratorium



MUSIK UND KUNST FÜR DIE JOSEF-NEUMANN-STIFTUNG

Benefiz-Veranstaltung zur Unterstützung des Kreuzbund e.V.

"Musik und Kunst" – unter diesem Motto fand am 09. November 2014 in Bocholt das erste Benefiz-Konzert zugunsten der Josef-Neumann-Stiftung statt. Mit rund 180 Besuchern aus Bocholt und Umgebung waren die Reihen der Aula des St. Josef Gymnasiums gut gefüllt. Nach der Eröffnung durch Andrea Stollfuß, Bundesvorsitzende des Kreuzbundes, richteten Silke Sommers, stellvertretende

Landrätin, Elisabeth Kroesen, stellvertretende Bürger-meisterin sowie Dr. Kai Schmidt, Leiter des Vinzenz-Hospital Rhede, Grußworte an die Konzertbesucher.

Andreas Kamps präsentierte mit dem Blasorchester Rhede

ein buntes musikalisches Programm. Ein Höhepunkt des Nachmittags war der Gastauftritt von Camilla Daum. Die Bocholterin nimmt derzeit am Wettbewerb "Voice of Germany 2014" teil und begeisterte das Publikum mit dem Song "Skyfall" aus dem gleichnamigen James Bond-Film.

Doch neben Musik gab es auch noch Kunst. Eine Bilderausstellung in der Aula verlieh der gesamten Veranstaltung einen besonderen Rahmen, denn die Bilder stammten ausschließlich von Künstlern aus der Sucht-Selbsthilfe des Kreuzbundes. Die Bilder zeigten, dass Kreativität und künstlerisches Gestalten zur Bewältigung einer Suchterkrankung hilfreich und heilsam sein können.

Die Veranstaltung war ein schöner Erfolg, da sie für den Kreuzbund und die Josef-Neumann-Stiftung sowohl öffentlichkeitswirksam war als auch eine Unterstützung von ca. 1000 € eingebracht hat.

> Das Organisationsteam Kreuzbund/Josef-Neumann-Stiftung





Andreas Kamps dirigiert das Rheder Blasorchester bei seinem Auftritt in der Aula des St.-Josef-Gymnasiums

BOCHOLT/RHEDE. Die Aula It – die Mitglieder des soorchesters Rhede betre-die Bühne. Nach einem rzen Stimmen der Instru-nte, kommt Dirigent An-as Kamps hinzu. Das Or-ster steht auf, ein erster plaus. Ohne eine Begrü-gb eginnen sie mit dem relfzkonzert. "Olympic dare" von John Williams hr erstes Stück. ach dem Lied trist Al-

Sattlinder's ags 1501lfas. Die Sattlinder's ags 1501lfas. Die Uhrgroßnichte des NamensLüftgroßnichte des NamensLüftgroßnichte

Alltäglichkeit von Alkohol

Es sei sehr leicht, dieser Dro-ge zu verfallen und nicht selbstverständlich das Prob-lem zu erkennen und Hilfe aufzusuchen. Die Josef-Neu-mann-Stiftung leiste in die sem Bereich große Arbeit

schichte. "Ich bin froh, dass ich solch eine Musik mit dem Blasorchester Rhede spielen darf", sagt Kamps, der mit seinem Orchester sehr exakt zum Teil äußerst

Jubelndes Publikum



Camilla Daum

Michael Kukulies/ Düsseldorf

11.11.2014, Bocholter-Borkener Volksblatt



Aula des St. Josef Gymnasiums/ Bocholt

MULTIPLIKATOREN-ARBEITSTAGUNG "SENIOREN/55+"

Reimund Schultes, unser Beauftragter für die Senioren/55+, und ich waren vom 26.-28.9.2014 in Limburg auf der Arbeitstagung. Die Tagung hatte den Titel "Wir gehen raus"- Sucht-Selbsthilfe als Partnerin in der allgemeinen Seniorenarbeit. Nach dem Abendessen am Freitag wurde uns von Dorothea Gabriel, Beauftragte vom BV für die Seniorenarbeit und Dr. Michael Tremmel der Ablauf der Tagung vorgestellt und dann erfolgte eine kurze Vorstellungsrunde der Teilnehmer. Es waren Beauftragte aus fast allen DV anwesend.

Am Samstag stellten einige Multiplikatoren die Projekte aus ihren Diözesen vor. Michael Hülsen/DV Essen, Klaus Schwer/DV Regensburg, Horst Thiele/DV Osnabrück, Margitt Köttig/DV Mainz und unser Reimund Schultes stellten im Verlauf der Tagung ihre Arbeit vor. Ich denke, es war für alle etwas dabei, es ging über Tagesausflüge, mehrtägige Reisen, Arbeitstreffen, Besichtigungen von Einrichtungen, Alten- und Pflegeheime, Vorträge über Gesundheit und Vollmachten und gemütliches Beisammensein. Alle Vortragenden hatten sich sehr gut vorbereitet und es gab nach jedem Bericht einen regen Austausch.

Am Samstagabend war eine Stadtführung in der Limburger Altstadt angesagt. Das Wetter meinte es gut mit uns und wir hatten einen Rundgang von gut zwei Stunden. Ich glaube die Führung mit einem Nachtwächter hat allen gefallen und anschließend war noch das übliche Eis essen angesagt.



Der Sonntagmorgen begann mit einem Impuls von Michael und dann wurde weiter am Thema gearbeitet. In diesem Jahr gab es bewusst für den Austausch untereinander viel Raum und das kam sehr gut an. Ich denke auch, dass die Pausengespräche sehr sinnvoll sind und ich für meinen Teil habe die Tagung als sehr gut und hilfreich für unsere Arbeit gefunden sowie neue Anregungen mitgenommen. Als Letztes möchte ich mich bedanken bei Dorothea und Michael für die aus meiner Sicht sehr gelungene Tagung – nochmals herzlichen Dank

Siegfried Hombach, DV Köln

WIR SIND AUF SENDUNG

Öffentlichkeitsarbeit im Kreuzbund

Vom 13. bis 15. Mai 2014 nahm ich an einem Bundesseminar des Kreuzbundes in Bensberg teil. Thema war, wie die Überschrift besagt, Öffentlichkeitsarbeit im Kreuzbund.

Die Anreise war am Freitag, dem 13. Mai. Nach einem gemeinsamen Abendessen zum Kennenlernen (es waren insgesamt 14 Teilnehmer aus 9 Diözesanverbänden), legten wir in einem für uns reservierten Seminarraum los. Die große Frage war: Was kommt da auf uns zu?



Beim WDR in Köln. In der Mitte sitzt unsere Referentin Gunhild Ahmann, rechts Silvia Gräber.

Die Seminarleitung hatten Silvia Gräber und unsere Referentin für Öffentlichkeitsarbeit, Gunhild Ahmann. Sie sind zudem beide beim WDR in Münster beschäftigt. Schnell waren unsere Bedenken beseitigt, als sie uns in einem netten und lockeren Rahmen erzählten, was man unter Öffentlichkeitsarbeit versteht und wie man an die entsprechenden Medien herantritt, um sie für Veranstaltungen zu interessieren. Doch davon später.

Am Samstag, nach dem Frühstück, vertieften wir das am Vortag Gehörte anhand von praktischen Übungen. Gunhild und Silvia teilten uns in drei Vierergruppen auf. Jede Gruppe sollte dann, nach einem frei wählbaren Thema einer Kreuzbundveranstaltung, eine Einladung an die Presse schreiben.

Nachdem die vorgegebene Zeit verstrichen war, trafen wir uns alle frohen Mutes und stolz auf unsere Arbeiten im Seminarraum wieder. Aber nur um zu erfahren, das unsere mühsam erstellten Arbeiten allesamt im Papierkorb der jeweiligen Redaktionen landen würden. Sie waren irgendwie alle Schrott. Kein Redakteur würde auf so ein Schreiben reagieren.

Unsere beiden supernetten Referentinnen klärten uns zuerst mal über unsere Fehler auf. Ein Riesenfehler war schon die Titelzeile. Sie soll die Kernbotschaft enthalten, um das Interesse für die Veranstaltung zu wecken, sowie kurz und informativ sein. War bei uns natürlich nicht der

Fall. Man sollte die Kernbotschaft an den Anfang des Berichtes stellen und kurz umreißen. Dann folgen die anderen Veranstaltungspunkte mit einer kurzen Beschreibung versehen. Im Vorfeld sollte man schon einen interessanten und bekannten Schirmherrn gewinnen, um diesen schon in der Einladung an die Presse erwähnen zu können.

Mit diesen neuen Informationen machten wir uns daran, zum jeweils gleichen Thema, eine neue Einladung zu schreiben. Und siehe da, sie übertraf sämtliche Erwartungen. Erfreut über diesen Erfolg gingen wir zum Mittagessen.

Nach dem Essen gab es dann Interviews.
O je. Die Interviewten waren wir. Silvia und
Gunhild stellten uns mit vorgehaltenem, laufendem Mikrofon Fragen zum Thema Kreuzbund, welche wir beantworten mussten. Es ist schon spannend und etwas ganz anderes als in der Gruppe zu diskutieren. Plötzlich hat man ein Mikrophon vor der Nase und muss spontan Rede und Antwort stehen. Die Interviews wurden sofort analysiert. Was waren gute Antworten, welche schlecht.

Nach dem Abendessen machten wir im strömenden Regen noch eine Stadtführung durch Bensberg. Sonntagmorgen, nach dem Frühstück, kam dann das Highlight. Wir fuhren zum WDR nach Köln. Nach einem Vortrag über das Wirken des WDR im Allgemeinen nahmen wir an einer Führung teil.

Dabei lernten wir zwei Fernsehstudios, "Sportschau" und "Hart, aber fair", sowie zwei Hörfunkstudios kennen Schon erstaunlich, wie klein die Studios sind und mit welchen simplen Mitteln dort gearbeitet wird.

Nach dem WDR Besuch ging es dann, nach einem tollen und lehrreichen Wochenende wieder nach Hause.

Das Wichtigste was ich mitnahm, war vor allem: Jeder kann Öffentlichkeitsarbeit betreiben. Allein schon durch Mundpropaganda. Man muss sich nur trauen.

Auf diesem Weg möchte ich Gunhild und Silvia nochmals für die supertolle Gestaltung des Seminars danken. Und verbleibe Euer

Hans Aretz

KURZ NOTIERT!

Wir begrüßen eine neue Kreuzbundgruppe im Stadtverband Bonn e.V.

Seit August 2014 gibt es die neue Gruppe Bonn 9 an der LVR-Klinik in Bonn. Thomas Wilpers, vorheriger Leiter der Gruppe Bonn 8, übernimmt nun die Leitung der Gruppe Bonn 9.

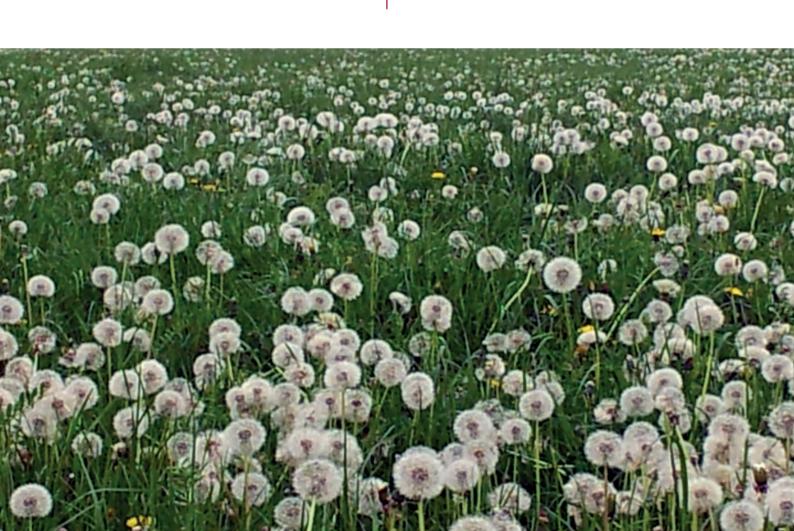
Für die verbleibende Gruppe Bonn 8, die ebenso in der LVR-Klinik stattfindet, steht ab sofort Reimund Schultes, auch als Seniorenbeauftragter bekannt, als Gruppenleiter zur Verfügung. Wir wünschen beiden Gruppen viel Freude und Erfolg bei ihrer Arbeit.

Die Gruppe Bonn 8

Ansprechpartner: Reimund Schultes Telefon: 0228 /4650 Donnerstag 19.00 Uhr LVR-Klinik, Haus 15 Kaiser-Karl-Ring 20 53111 Bonn

Die Gruppe Bonn 9

Ansprechpartner: Thomas Wilpers Telefon: 02241-28170 Dienstag 19.00 Uhr LVR-Klinik, Haus 15 Kaiser-Karl-Ring 20 53111 Bonn



BUNDESKONFERENZ 2014 IN MAGDEBURG

Die Bundeskonferenz befasste sich insbesondere mit zwei Themen

- Ausbildung für Gruppenleitungen
- Agenda 2020

8

Das Konzept zur Ausbildung von Gruppenleitungen war im Jahr 2005 das Ergebnis einer Zukunftswerkstatt im Kreuzbund. Seither wurde an diesem Konzept inhaltlich kaum etwas geändert. Sinn und Zweck des Konzeptes ist es nach wie vor, die Gruppenleitungen zu unterstützen und ihre Identifikation mit dem Verband zu stärken.

Da sich in den letzten Jahren vieles in der Suchthilfe und Sucht-Selbsthilfe verändert hat, ist es sinnvoll das bestehende Konzept zu überprüfen und zu überarbeiten, damit die Gruppenleitungen auch in Zukunft kompetent und gut gerüstet ihre Aufgaben wahrnehmen können. Die Überarbeitung des Ausbildungskonzeptes soll dazu beitragen, dass Doppelungen mit anderen Veröffentlichungen vermieden werden, wie z. B. die "Handreichungen zur Leitung von Sucht-Selbsthilfegruppen" und die "Informationen für Gruppenleitungen". Auch die Sprache, die sich stark an professionellen Standards orientiert, soll einfacher, freundlicher und einladender formuliert werden, schließlich geht es um eine ehrenamtliche Tätigkeit. Das Rahmenkonzept sollte möglichst kurz und knapp formuliert sein und den DV Gestaltungsmöglichkeiten offen lassen.

Die Schulung wird empfohlen, ist aber nicht verpflichtend und auch nicht Voraussetzung für die Übernahme der Gruppenleitung. Die meisten Gruppenleitungen machen die Schulung aus persönlichem Antrieb, sie wird als Bereicherung für die persönliche Weiterentwicklung und für die Gruppenarbeit gesehen.

Die Schulung ist offen für alle Gruppenmitglieder. Die meisten DV bieten diese Schulung selbst an, Umfang und Form der Schulung sind unterschiedlich.

Als unverzichtbare Inhalte der Schulung wurde "Kreuzbund kompakt", Aspekte der Sucht, Informationen über Suchtformen und geändertes Suchtverhalten genannt. Die bisherigen Lernmodule "Die Gruppe", "Die Gruppenleitung als Persönlichkeit" sowie "Aufgabe und Rolle der Gruppenleitung" sollen zusammengefasst werden, wiederum um Doppelungen zu vermeiden. Die Bundesdelegiertenversammlung wird voraussichtlich in 2015 über ein überarbeitetes Konzept beraten und beschließen.

Die Agenda 2020

Erste Ergebnisse der Probebefragung und Perspektiven für den weiteren Prozess

Der Lenkungsausschuss der Agenda 2020, bestehend aus den Vorsitzendenden der Diözesanverbände Berlin, Hildesheim, Erfurt Essen, Köln, Mainz, München u. Freising, LV Osnabrück, dem Bundesgeschäftsführer, Heinz-Josef Janßen, Dr. Michael Tremmel, Suchtreferent der BGS, und Dr. Daniela Ruf, Referentin des DCV zuständig für die Sucht-Selbsthilfe, hat sich bisher drei Mal getroffen.

Im letzten Treffen wurde das Konzept zur Befragung der Gruppen erarbeitet und ein Plan für die "Cluster"- Befragung erstellt, so dass junge und ältere

BLICKPUNKT 2/2014

Gruppen, aktive und passive, Gruppen auf dem Land und in der Stadt, aber auch Angehörige und andere Zielgruppen gleichermaßen befragt werden. Mit dieser bundesweiten, stichprobenartigen Befragung von ca. 30-40 Selbsthilfegruppen zum Thema "Kreuzbund und Zukunft" soll in Erfahrung gebracht werden, wie die Mitglieder und Gruppenbesucher die Zukunft der Kreuzbundgruppen sehen und wie sie sich eine Zukunft im Kreuzbund wünschen. Die Befragung erfolgt stichprobenartig, da Methode und insbesondere die Auswertung sehr umfangreich und aufwendig sind. Vorab sollten ein oder zwei Probebefragungen stattfinden, die inzwischen im DV München/Freising und DV Berlin durchgeführt wurden. Nach Auswertung dieser Probebefragungen wurden die Fragen noch mehr zusammengefasst, da es schwierig war mit der zu Verfügung stehenden Zeit auszukommen. Empfehlenswert ist es, die Befragung zu zweit durchzuführen.

Doch die Kernfrage ist und bleibt: Wie kann man Mitglieder halten und wie kann man Mitglieder gewinnen? Hier muss es unbedingt Ziel sein, die Abgänge und Neuzugänge im Gleichgewicht zu halten. Darüber hinaus eröffnen sich noch viele weitere Fragen zum Kreuzbund, seinen Angeboten, Methoden und Strukturen.

Der aktuelle und modifizierte Fragebogen:

- WIE SEHEN DIE "KREUZBUNDGRUPPEN DER ZUKUNFT" AUS…
 - a) In Bezug auf das, was unbedingt erhalten bleiben soll, weil es Kern, weil es die Identität des Kreuzbundes ausmacht?
 - b) in Bezug auf das, was sich verändern darf und muss, um zukunftsfähig zu sein und zu bleiben?
- 1. WAS MUSS DAFÜR GETAN WERDEN, DASS ES DIESE "KREUZBUNDGRUPPEN DER ZU-KUNFT" GEBEN KANN...
 - ...von mir persönlich/von uns als Gruppe?
 - ...vom Diözesanverband/ vom Bundesverband?
- 2. WAS BRAUCHE ICH/ WÜNSCHE ICH MIR IN DER ZUKUNFT VOM DIÖZESAN-/ BUNDES-VERBAND AN ANGEBOTEN/ UNTERSTÜTZUNG FÜR MICH ODER FÜR MEINE GRUPPE?

Mit der Bundeskonferenz ist der Startschuss zur Gruppenbefragung gefallen und die Grundbotschaft lautet: Es hat sich etwas verändert im Bereich Sucht und das wirkt sich auch auf die Sucht-Selbsthilfe aus. Dennoch müssen sich nicht alle Gruppen verändern, vielmehr geht es darum, Toleranz und Verständnis für andere Formen der Sucht-Selbsthilfe zu entwickeln, nämlich zu erhalten und zu erneuern.

Aus dem Protokoll der BK 2014 Andrea Stollfuß

FRAUENAKTIVTAG



Samstag, den 13.09.2014

Der diesjährige Frauenaktivtag fand auf besonderen Wunsch der Frauen nochmal in Köln statt. Am Samstag, den 13.09.2014 haben wir uns dann am Kölner Hauptbahnhof getroffen und sind von dort aus zu einer Führung ins Haus Farina gegangen. Hier fand dann von 11–12 Uhr eine Führung statt.

Dabei haben wir so einiges über das Eau de Cologne erfahren. Die Entstehung des Duftes geht in das Jahr 1709 zurück, in dem der Parfümeur J. M. Farina das Eau de Cologne in Venedig erfand. Es war eine Zeit, die von Prunksucht geprägt und waschen verpönt war. Den Firmensitz verlegte J. M. Farina nach Köln, wo ihm die Menschen den Duft förmlich aus den Händen rissen. Napoleon bestellte den Duft gleich literweise und die Flaschen mussten so sein, dass sie in seine Stiefel passten. Auch Voltaire, Goethe und Mozart kauften bei ihm ein.

Am Ende der Führung bekam jeder einen kleines Eau de Cologne zum mitnehmen. Nach so viel Anregung gab es als Stärkung Mittagessen im "Sion" und im Anschluss daran fand noch eine Betrachtung und Information über das "Kölner Rathaus" statt. Erste urkundliche Erwähnung findet das Rathaus als "Haus der Bürger" in den Jahren zwischen 1135 und 1152. Wie im Kreuzbund schon Tradition endete der Nachmittag im Eiscafe.

Elke Kostack Frauen-und Männerbeauftragte/Gender DV Köln

,,WER NICHT TROMMELT — Warum ist Öffentlichkeitsarbeit wichtig? Warum ist ÖffentlichkeitsWarum ist ÖffentlichkeitsArbeit wichtig?

Öffentlichkeitsarbeit, "public relations", wörtlich "öffentliche Beziehung" ist das planmäßige und bewusste Bemühen einer Organisation, hier des Kreuzbundes, kontinuierlich Verständnis, Vertrauen und Akzeptanz in der Öffentlichkeit aufzubauen, zu pflegen und ein positives Image zu fördern.

Die offene, ehrliche und vollständige Information beeinflusst die öffentliche Meinungsbildung, auch wenn Wirkung und Erfolg der Öffentlichkeitsarbeit nicht direkt sichtbar oder messbar werden. Öffentlichkeitsarbeit ist eine langfristig angelegte Strategie. Wer von der Öffentlichkeit nicht wahrgenommen wird, verschwindet ganz schnell aus dem Bewusstsein der Gesellschaft.

Doch nicht nur die Öffentlichkeitsarbeit nach außen ist für den Kreuzbund von Bedeutung, sondern auch die interne Kommunikation und Öffentlichkeitsarbeit. Eine gute interne Kommunikation bewirkt, dass alle Mitglieder informiert und auf einem einheitlichen Wissensstand sind. Gut informierte Mitglieder sind gut motivierte Mitglieder.

Grundsätzlich verfolgt die Öffentlichkeitsarbeit im Kreuzbund das Ziel, den Bekanntheitsgrad in der Öffentlichkeit zu erhöhen, Förderer und Mitglieder zu gewinnen, Mitglieder zu motivieren, sich zu engagieren und den Kreuzbund zu vertreten.

Zur Öffentlichkeitsarbeit gehören viele Arbeitsfelder und jeder einzelne macht mehr Öffentlichkeitsarbeit als er denkt. Denn jedes Gespräch über den Kreuzbund, jeder Brief und jeder Veranstaltungshinweis wirkt in der Öffentlichkeit. Bei einheitlichem Auftritt wird man den Kreuzbund wiedererkennen.

Öffentlichkeitsarbeiter stehen nicht alleine, sie haben Mitarbeiter und ergänzen sich. Es braucht Ideengeber, die

ZUKUNFTSWERKSTATT SUCHTHILFE NRW

JUNIOR STEELING STEELIN

eine Botschaft formulieren. Es braucht Kommunikatoren, die gut vernetzt sind, die Beziehungen haben und diese nutzen. Es braucht die Umsetzer, die Strategien entwickeln und Ziele verfolgen. Es braucht geeignete Medien und einen Vorstand, der die Öffentlichkeitsarbeit auch finanziell unterstützt.



Herbstarbeitstagung 2013

Um das breite Spektrum der Öffentlichkeitsarbeit darzustellen, sollen einige Aufgabengebiete der Öffentlichkeitsarbeit benannt werden.

- a) Einheitlicher Wissensstand über den Kreuzbund
- b) Gremienarbeit innerhalb des Verbandes
- c) Gespräche innerhalb und außerhalb des Kreuzbundes
- d) Einsatz von Werbematerialien Flyer, Banner, Broschüren
- e) Klinik-Info, allg. Info-Veranstaltungen
- f) Veranstaltungen, Events
- g) Internetauftritt
- h) Verbandszeitung, Newsletter
- i) Medien- und Pressearbeit

Öffentlichkeitsarbeit ist Chef-Sache und Öffentlichkeitsarbeiter geben dem Kreuzbund ein Gesicht. Wir alle können an dieser wichtigen Aufgabe im Kreuzbund mitwirken, denn die Haltung und Sprache eines jeden einzelnen ist die Haltung und Sprache des Kreuzbundes in der Öffentlichkeit.

Andrea Stollfuß



WAS IST EIN REGIONALBEAUFTRAGTER?

10 Fragen an den Regionalbeauftragten der Region West, Thomas Schröder.

Ich habe mich schon länger gefragt: Was Ist eigentlich ein Regionalbeauftragter und was sind seine Aufgaben? Da kam ich auf die Idee: "Du sitzt doch an der Quelle: Thomas ist in meiner Kreuzbundgruppe". So kam das folgende Interview zustande.

HANS: Thomas stellst du dich mal kurz vor?

THOMAS: Mein Name ist Thomas Schröder, ich bin 53

Jahre und zum zweiten Mal verheiratet. Wir haben zusammen 4 Kinder und 2 Enkelkinder.

Ich habe im Oktober 2008 eine zweiwöchige Entziehung gemacht und bin gleich anschließend für 16 Wochen in eine Langzeittherapie gegangen. Im Anschluss habe eine halbjährige Nachsorge bei der Caritas in Neuss gemacht und hatte dann erstmal von Therapie und Gruppe genug. Im Januar 2010 merkte ich aber, dass mir etwas fehlt, nämlich der Austausch mit Gleichgesinnten. Ich habe mehrere Gruppen besucht und mich dann im Februar 2010 für meine jetzige, die KB Gruppe GV 3, entschieden.

Seit Januar 2011 bin ich Gruppensprecher geworden und habe im Dezember 2012 die "Suchthelferausbildung" abgeschlossen. Seit Januar 2014 bin ich nun kommissarischer Regionalbeauftragter, da der bisherige diese Aufgabe aus persönlichen Gründen aufgegeben hat.

HANS: Was ist eigentlich ein Regionalbeauftragter?
THOMAS: Nach meinem Verständnis ist ein Regionalbeauftragter das Bindeglied zwischen den Gruppenbesuchern, dem Gruppenleiter/-sprecher und dem Diözesanverband (DV). Natürlich können alle Gruppenmitglieder und -besucher mich auch persönlich ansprechen.

Hans: Was sind die drei wichtigsten Aufgaben eines Regionalbeauftragten?

THOMAS: Das in der ersten Frage beschrieben Bindeglied zu sein. Mitglieder des Kreuzbundes und Besucher aus den einzelnen Gruppen zu motivieren, in der eigenen Gruppe aktiv mitzumachen und zu gestalten. Als Ansprechpartner da zu sein, aber nicht um aktiv in eine fremde Gruppe einzugreifen, sondern als Ansprechpartner für Fragen aus den Gruppen an den DV da zu sein.

HANS: Wie wird man Regionalbeauftragter?
THOMAS: Relativ einfach. Die Kreuzbundmitglieder einer
Region, bei mir ist es die Region West, wir bezeichnen sie
als "Rheinkreis Neuss", wählen den Regionalbeauftragten.
Da sich aber nicht alle Kreuzbundmitglieder der Region zu

einem Termin treffen, wählen die Gruppenleiter/-sprecher und interessierten Mitglieder den Regionalbeauftragten. Jedes Kreuzbundmitglied in der Region kann sich zur Wahl stellen.

HANS: Warum machst du das und was gefällt dir an der Aufgabe?

THOMAS: Es gibt dafür mehrere Gründe, warum ich die Aufgabe des Regionalbeauftragten übernommen habe. Ich bin jemand, der gerne vorne steht und selber bestimmen kann. Ich möchte in der Region etwas bewegen, z.B. einen Thementag nur für unsere Region, ohne dass eine Übernachtung notwendig ist und sich an diesem Tag die Mitglieder / Besucher über die Gruppe hinaus mit anderen aus der Region austauschen können. Der DV und BV sind meiner Auffassung nach, zu weit von der Basis weg.

"Wer vor der Vergangenheit die Augen verschließt, wird blind für die Gegenwart."

Richard von Weizsäcker

Sie hat zu wenige Informationen, die notwendig sind, um den Hintergrund für Entscheidungen zu haben, bzw. diese in den anderen Gremien auf Bundesebene für unseren DV besser vertreten zu können.

Hans: Wo gab es schon mal Schwierigkeiten?

Thomas: Da ich diese Aufgabe erst ab 1. Januar 2014 übernommen habe, bisher noch keine.

HANS: Warum ist der Kontakt zu den Gruppen und zum DV-Vorstand wichtig?

THOMAS: Woher soll der DV-Vorstand wissen, wie es in den Gruppen, bei den Gruppenbesuchern aussieht. Ich meine damit nicht, die Weitergabe von Infos zu einzelnen Gruppenbesuchern, sondern wie dort Entscheidungen, die im BV oder DV getroffen wurden und wie dies bei der Basis ankommt.

BLICKPUNKT 2/2014



Hans Aretz und Thomas Schröder

HANS: Wie ist es mit der Zeit, schaffst du immer alles – wie gehst du damit um?

THOMAS: Durch Familie, Beruf und genügend Zeit für mich selber ist die Einteilung nicht immer ganz einfach. Seit 2011 bin ich Gruppensprecher. Bereits hier habe ich gemerkt, dass ich nicht alles alleine machen muss. Für mich ist es sehr wichtig geworden, mit meiner Familie, Freunden etc. über meine Ideen, Probleme zu sprechen und die daraus zu entstehenden Aufgaben zu delegieren.

HANS: Gibt es noch weitere Regionalbeauftragte oder Weggefährten in anderer Funktion? Wie ist die Vernetzung dort?

THOMAS: Ja, wer auf der Homepage des DV Köln nachsieht, wird dort die Namen der anderen Regionalbeauftragten und Arbeitsbereichsleiter finden. Viermal im Jahr treffen sich die Regionalbeauftragten, Arbeitsbereichsleiter und Vertreter der Stadtverbände in Köln. Bisher konnte ich den Kontakt noch nicht richtig aufbauen, da mir der Kontakt in meiner Region erstmal wichtiger war. Für mich ist dieser Kontakt aber sehr wichtig, da andere Regionen viel mehr Aktivitäten anbieten. Daraus könnten wir in unserer Region z.B. unseren eigenen "Thementag" organisieren oder Kooperationen mit anderen Regionen schließen.

HANS: Würdest du dich noch einmal zur Wahl stellen? THOMAS: Ja. Denn nach einem dreiviertel Jahr kann ich noch nicht sagen, wo und wie mein Weg in der Region weiter geht. Ich würde es jedoch begrüßen wenn noch mehr dazu bereit wären, sodass ich oder ein anderer einen Stellvertreter hätte.

Ich möchte auch darauf hinweisen, dass im Februar 2015 die nächsten Wahlen für den Regionalbeauftragten anstehen. Bitte sprecht in den Gruppen darüber. Wer sich als Kreuzbundmitglied hierzu aufstellen lassen möchte,

kann sich hierzu bei mir unter tb.schroeder@t-online.de melden.

Hans: Wo könnte dich der DV besser unterstützen und was würdest du verändern wollen?

THOMAS: In diese Frage beziehe ich auch den DV mit ein. So könnte mehr und intensiver, wie z.B. über die Beitragserhöhung, in den Gruppen vorher besprochen werden, bevor eine Entscheidung beim BV getroffen wird.

Mir fehlt die Transparenz, z.B. bei der Mittelverwendung die an den DV gehen. Ich fände es gut, wenn auch mal ein Besuch in den Gruppen vom DV erfolgen würde. Die verantwortlichen Personen des DV sind in den meisten Gruppen nur als Namen oder Foto bekannt.

Als ich meine Gruppen aus der Region dieses Jahr besucht habe, wurde ich teilweise am Anfang des Gruppenabends distanziert empfangen, weil sicherlich bei einigen die Angst da war, wie z.B. "Will der uns/mich kontrollieren?" "Was gibt er über uns/mich an den DV weiter?" Ich hoffe diese Angst habe ich nehmen können. Wie am Anfang gesagt, ich möchte als Bindeglied zu den Gruppenbesuchern, Gruppenleitern / -sprechern und dem DV da sein.

Zum Schluss habe ich noch eine Bitte an alle aus meiner Region: Wenn jemand mit / in seiner Gruppe Probleme, Vorschläge für Veränderungen etc. hat, diese mir mitzuteilen und nicht unzufrieden in die Gruppe zu gehen, denn nur sprechenden Menschen kann geholfen werden. Seit meiner Langzeittherapie, begleitet mich nämlich ein Spruch: "Wer vor der Vergangenheit die Augen verschließt, wird blind für die Gegenwart." (Richard von Weizsäcker)

Von Hans Aretz und. Thomas Schröder KB Gruppe GV 3 Sucht im Alter – Fachtag in der Klinik "Gut Zissendorf"

SCHÖNER LEBENSABEND?

Früher spielte der Alkohol keine Rolle oder nur ab und zu, aber dann wurde er zum täglichen Begleiter und die Gründe dafür können sehr vielfältig sein. Zudem haben neuere Forschungen ergeben, dass eine Abhängigkeit häufig erst in einem späteren Lebensabschnitt beginnen kann, mitverursacht durch Berentung, Vereinsamung oder Verlust der Partnerin oder des Partners.

Zum Thema "Sucht im Alter" fand in diesem Jahr am 15. Juni die 9. Fachtagung für Selbsthilfegruppen in der Fachklinik Zissendorf in Hennef statt. Wie in den vergangenen Jahren gestalteten die Klinik und der Kreuzbund diesen Tag gemeinsam. Nach der Begrüßung durch die therapeutische Leiterin der Klinik, Ingrid Vianden-Gabriel, und die Bundesvorsitzende des Kreuzbundes, Andrea Stollfuß, referierte Werner Brück, Dipl.- Sozialarbeiter und Dipl. Pädagoge, zum Thema "Sucht im Alter".

Der Vortrag machte deutlich wie altersbedingte Veränderungen, körperliche Einschränkungen, ein verändertes Aufnahme- und Lernvermögen, aber auch Veränderungen in sozialen Netzwerken wie Vereinsamung durch den Eintritt ins Rentnerdasein oder den Verlust des Partners, Einfluss auf den Alltag und die Lebensperspektiven älterer

Menschen nehmen können. Ein Armutsrisiko ist aktuell vor allem bei alleinlebenden älteren Frauen festzustellen. Insgesamt gesehen, stellt dies eine große Herausforderung an die Anpassungsfähigkeit ältere Menschen dar. Der "schöne Lebensabend" bedeutet nicht nur Genuss und Lebensfreude, sondern birgt auch Ängste, Unsicherheiten, Sorgen und Fragen, mit denen sich viele ältere Menschen überfordert fühlen. So greift manch einer

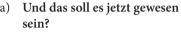
Der Termin für das nächste Jahr steht bereits fest, am 21.06.2015 wird die "Zissendorfer Fachtagung" zum 10. Mal stattfinden. erstmalig oder nach langer Abstinenz erneut zu Alkohol oder zu Medikamenten, um die Belastungen des Alters auszuhalten. Diese Problematik und ein

positiver Umgang damit, sowie mögliche Alternativen und Perspektiven standen im Mittelpunkt der Tagung. Zur Vertiefung des Themas fanden am Nachmittag vier



Plenum/Teilnehmer

Arbeitsgruppen statt, die jeweils durch einen Vertreter der Klinik und einen Vertreter des Kreuzbundes moderiert wurden. Die Teilnehmer hatten die Möglichkeit zu einem offenen und intensiven Austausch in folgenden Arbeitsgruppen:





- b) Es ist nie zu spät oder was ich immer schon mal machen wollte Träume und Wünsche des Lebens. Angenommen, sie erlauben sich, ihre Träume und Wünsche, die vielleicht weit zurückliegen, zu benennen. Könnte dies eine Auswirkung auf ihre Lebensgestaltung im hier und jetzt haben?
- Alt werden erfordert Mut wenn die körperliche Fitness und die geistige Wendigkeit nachlässt, wenn die Frage nach der selbstständigen Lebensführung und dem notwendigen Ausmaß an Unterstützung im Raum steht, spielt dann meine Selbsthilfegruppe noch eine Rolle, gibt es zum Beispiel Angebote im Altenheim.



Referent Werner Brück

d) Wieso jetzt? Der Griff zum Suchtmittel im späten Lebensabschnitt

Früher spielte der Alkohol keine Rolle oder nur ab und zu, aber dann wurde er zum täglichen Begleiter. Die Gründe dafür können vielfältig sein. Welche Möglichkeiten hat die Selbsthilfe, Betroffene rechtzeitig zu erreichen und einzubinden.

Im Anschluss bestand die Möglichkeit die Klinik zu besichtigen. Es war ein gelungener Tag, der bei persönlichen Gesprächen mit Kaffee und Kuchen ausklang. Der Termin für das nächste Jahr steht bereits fest, am 21.06.2015 wird die "Zissendorfer Fachtagung" zum 10. Mal stattfinden.

> Kreuzbund DV Köln Andrea Stollfuß

DIE WAHRHEIT LIEGT AUF DEM PLATZ



Der FAS NRW hat am 29. Juni in Garath sein drittes Fußballturnier für die Suchtselbsthilfe des Landes veranstaltet. Und viele, viele kamen! Aber bis es soweit war, mussten dicke Bretter gebohrt und das Turnier organisiert und vorbereitet werden. Den Auftrag dazu hatte sich die Düsseldorfer Sportgruppe durch den Gewinn des Wanderpokals im vergangenen Jahr verdient. Außerdem feiert die Gruppe in diesem Jahr ihr 25 jähriges Bestehen. Und so konnte Egon Frencken, Gründungsmitglied und langjähriger Leiter der Sportgruppe, erneut sein Organisationstalent unter Beweis stellen.

Marianne Sasse lieferte die Vorlage mit den Unterlagen der letzten Jahre und bald waren Platz, Schiedsrichter und Sanitäter gebucht. Die Veranstaltung wird vom MPEG NRW (Gesundheitsministerium) großzügig gefördert. Deshalb gab das Budget sogar einheitliche Trikots für alle Spieler mit FAS-Logo her!

Auch die Veranstaltungsflyer und Plakate waren

schnell gestaltet. Was aber auf sich warten ließ, waren die Anmeldungen der Mannschaften, die ja dann auch noch die Anzahl und Kleidergrößen der benötigten Trikots bekanntgeben sollten. Schlussendlich kamen doch 10 Mannschaften zusammen, aber der dafür notwendige Aufwand zeigt, wie notwendig eine bessere Vernetzung und Kommunikation unter den Selbsthilfeverbänden und

-gruppen ist.
Ein Zelt, Tische und Bänke sowie eine Musikanlage stellte der Garather Sportverein 1961 spontan bereit, der durch seinen Platzwart jede nur denkbare Hilfe leistete. Herzlichen Dank dafür! Für die Versorgung mit Speisen und Getränken wurde eine Absprache mit der Vereinsgastronomie getroffen, auch hier fand die Organisation viel

Wohlwollen und Rücksichtnahme auf die soziale Situation vieler Gäste. Die Ausgabe von Kaffee und zum großen Teil selbstgebackenem und von den teilnehmenden Gruppen gesponsertem Kuchen ließen sich Angelika, Bruni und Frauke nicht nehmen. Eine ununterbrochene Kette von Kaffeekannen wanderte zwischen Vereinsheim und Ausgabetisch hin und her. Die Betreuerinnen des Standes

sollten Kilometergeld beanspruchen können!

Nach der Begrüßung und einem Foto aller teilnehmenden Mannschaften (siehe unten) begann der Spielbetrieb auf zwei nebeneinander liegenden Kleinfeld-Plätzen. Der Turnierplan füllte sich innerhalb der nächsten drei Stunden mit den Vorrunden-Ergebnissen. Eine stattliche Zahl von Zuschauern ließ sich durch das durchwachsene Wetter nicht abhalten und feuerte die Mannschaften an

wie in Rio. Die Spieler auf dem Kunstrasen gingen ihrem Sport ebenfalls mit WM-reifer Einstellung nach. Nicht dass sie es an Artistik und schon gar nicht als Schauspieler mit den Profis aufnehmen wollten. Aber sie zeigten Ehrgeiz und Einsatz in sportlich fairem Rahmen, den die Turnierleitung zu Beginn angemahnt hatte. Blutgrätsche war verboten und kam auch nicht vor!



BLICKPUNKT 2/2014

Wenn doch einmal Spieler aneinander gerieten, sorgten die Schiedsrichter für Ordnung. Ein Gespräch nach gemeinsamem Platzverweis sorgte schon nach wenigen Augenblicken für Verständigung. Ein Beispiel dafür, wie der Sport dazu hilft, soziale Regeln zu erlernen und einzuüben. Darin liegt neben der körperlichen Ertüchtigung

Das Endspiel fand bei strömendem Regen statt, aber auch ein vereinzelter Blitz und Donnerschlag konnte die Vollendung des Fußballfests nicht mehr stoppen.

ein weiterer Beitrag der Sportgruppen zur Rehabilitation nach oft jahrelanger Sucht. Mal ganz abgesehen davon, dass Spieler und Zuschauer offensichtlich ganz viel Spaß bei der Sache hatten.

In der Mittagspause spielte eine der Mannschaften ein Freundschaftsspiel gegen eine Mannschaft der weiblichen Jugend des Garather SV. Die Mädchen haben gewonnen, ... vielleicht auch die Einsicht, dass abstinent lebende Abhängige eigentlich ganz normal sind. Kontakte zu Sportvereinen mit dem Ziel der Suchtprävention sind eine der Aufgaben für die Selbsthilfe, die noch immer nicht in dem wünschenswerten Umfang wahrgenommen werden.

Anschließend gab es die Halbfinals und als der große Schauer aufzog die beiden Endspiele um die Podiumsplätze. Das Endspiel fand bei strömendem Regen statt, aber auch ein vereinzelter Blitz und Donnerschlag konnte die Vollendung des Fußballfests nicht mehr stoppen. "Nie wieder Alkohol" siegte über "Ziemlich gute Freunde" und Vorjahressieger "Kicken ohne Alkohol" gewann das Spiel um den dritten Platz. Zur Siegerehrung gab es Pokale, einen großen Wanderpokal und eine gewichtige "Wanderschale" des FAS. Und eine Menge Lob und Dank für den Veranstalter. Es zeichnet die Selbsthilfe aus, dass nach dem Ende des Turniers noch genug Weggefährten für den Abbau des Zeltes und das Aufräumen auf dem Gelände blieben. Mit Euch kann man was bewegen und das nicht nur auf dem Platz!



Reinhard Metz



DIE MITGLIEDER HABEN GESPROCHEN

In freundschaftlicher Harmonie versammelten sich am 05. Juli 57 stimmberechtigte Mitglieder zur Mitgliederversammlung des Kreuzbund Kreisverbandes Düsseldorf im Lambertussaal. Dabei galt es auch, eine weniger angenehme Pflicht zu erfüllen, nämlich eine Erhöhung des Mitgliedsbeitrages zu beschließen. Die Mitglieder folgten dem Antrag des scheidenden Vorstandes und setzten ab 01.01.2015 einen monatlichen Beitrag von 10 € fest. Wie im Bundesverband wurde ein Paarbeitrag von 18 € beschlossen.



Peter Konieczny, Reinhard Metz, Klaus Kehrbusch, Jochen Wachowski Foto: C. Blasche

Wichtigster Punkt der Tagesordnung waren aber die alle drei Jahre anstehenden Wahlen zum Vorstand. Denn neben drei der vier Beisitzer traten auch die drei vertretungsberechtigten Vorstände nicht erneut an. Sie hatten allerdings ihr Haus gut bestellt: mit großer Mehrheit – überwiegend einstimmig – wurden die Kandidaten gewählt, die im Vorfeld ihre Bewerbung angekündigt hatten. Sie haben sich schon im Vorfeld über die anstehenden Aufgaben informiert und können so gut vorbereitet ihre Arbeit aufnehmen. Zu diesem Zweck wurden sie auch mit Besen und Kehrschaufel ausgestattet, damit sie mit der sprichwörtlichen Qualität loslegen können (siehe Abbildung).

Die scheidenden Vorstände bedankten sich bei den Mitgliedern für ihre Unterstützung und boten ihren Nachfolgern ihrerseits Rat und Starthilfe an besonders für die Vorbereitung der Kooperation mit der Caritas Suchtberatung und den geplanten Umzug in die Hubertusstraße 3.

Reinhard Metz



Klaus Kehrbusch, Frauke Piepmeyer, Jochen Wachowski, Angelika Buschmann, Heinz Wagner, Carmen Blasche, Eduard Lanzinger, Reinhold Thüs Foto: Peter Bleich

BLICKPUNKT 2/2014

GRUSS ZUM JAHRESENDE

Liebe Weggefährtinnen und Weggefährten,

das Jahr neigt sich dem Ende zu und wir lassen viele Dinge, die sich ereignet haben, noch einmal Revue passieren, um den ständigen Wandel des Lebens zu verstehen – in der Gesellschaft, in der Natur und nicht zuletzt in uns selbst. Die Zeiten ändern sich und wir in ihnen.

Oft nehmen wir die ständige Veränderung aber gar nicht wahr. Erst Lebenseinschnitte und schöne oder schmerzhafte Ereignisse machen sie uns wieder bewusst – Geburtstage, Hochzeiten, persönliche Schicksale, Scheidung oder gar Todesfälle.

Manche dieser Ereignisse zeigen uns die Begrenztheit des Augenblicks, aber andere eröffnen uns auch neue Chancen. Es gilt stets Vertrautes loszulassen, um Neues wachsen zu lassen, denn nur wer sich ändert, bleibt sich treu!

In diesem Sinne wünschen wir allen Weggefährtinnen und Weggefährten und allen, die dem Kreuzbund in irgendeiner Weise verbunden sind, eine gesegnete Advents- und Weihnachtszeit sowie ein gutes gesundes und glückliches Neues Jahr 2015.

Kreuzbund DV Köln e.V.

MITGLIED WERDEN

Liebes Gruppenmitglied,

lange Zeit besuchst Du schon Deine Kreuzbundgruppe. In dieser Zeit hast Du durch Deine wertvollen Erfahrungen und Hinweise vielen anderen in Deiner Gruppe geholfen. Sicherlich bist Du auch außerhalb der Gruppenstunde aktiv, wenn es z.B. gilt, Freizeitveranstaltungen oder Feierstunden für Deine Kreuzbundgruppe vorzubereiten und durchzuführen. Für all das danken wir Dir sehr.

Dir selbst wurde geholfen, als sich vielleicht schon viele von Dir abgewendet hatten. Möglicherweise hast Du in Deiner Kreuzbundgruppe eine "zweite Familie" gefunden. Bis zum heutigen Tag konntest Du mit und durch Deine Kreuzbundgruppe eine dauerhafte Abstinenz erreichen. Deine Kreuzbundgruppe hat Dir geholfen, neue Perspektiven zu finden und wieder ein selbstbestimmtes und zufriedenes Leben zu führen.

Dies ist nur möglich, weil im Kreuzbund Menschen ihre Erfahrungen an andere Suchtkranke und Angehörige weitergeben und sie so auf ihrem Weg in ein suchtmittelfreies Leben unterstützen. Denn Suchtselbsthilfe lebt von Menschen, die nicht an dem Punkt haltmachen, an dem ihre erste Not behoben ist, sondern die sich längerfristig engagieren.

Der Kreuzbund kann Menschen in seinen zahlreichen Gruppen immer wieder zum "Mitmachen" motivieren und verlässliche Unterstützung anbieten, weil er ein starker Verband ist. Er setzt sich auf vielfältige Weise erfolgreich für suchtkranke Menschen und Angehörige ein. Und der Kreuzbund ist stark durch seine Mitglieder.

Aus all diesen Gründen laden wir Dich herzlich ein, nun einen Schritt weiterzugehen und dem Kreuzbund auch als Mitglied beizutreten. Du bist uns wichtig! Und wir brauchen Dich!

Herzliche Grüße Diözesanvorstand

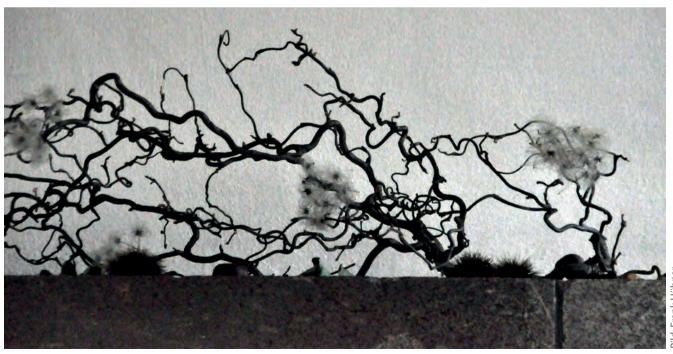


Bild: Frank Hübne

AUFNAHMEANTRAG

Kreuzbund e.V. / DV Köln e.V.



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

			Fachverb	and des Deutschen Caritasverbandes	KREUZBUNI				
Einzelperso	on		Eintrittsdatum:						
Name*			Geb.						
Straße*			PLZ un	d Ort*					
Telefon			E-Mail						
Partner/-in	1		Eintritt	sdatum:					
Name*			Geb.						
Straße*			PLZ un	d Ort*					
Telefon			E-Mail						
Wir beantra	gen die Anwendung des redu	ızierten Partnerb	eitrages	O ja O nein					
Mitgliedsbe	eitrag für die Einzelperson		Reduzie	rter Mitgliedsbeitrag für beide I	Partner ¹				
Bundesbeit	trag²	54,00€	Bundesl	Bundesbeitrag² 84,00 €					
Beitrag Diö	zesanverband³		Beitrag Diözesanverband ³						
]						
Gesamtbei	trag pro Jahr		Gesamtbeitrag pro Jahr						
Zahlungsrh Zahlweise ³ :	nythmus³: jährlich / halbjäh : Überweisung / Ba			/ Lastschrift					
	oliches Kriterium – Lebensgeme ner Gruppenbesuch ist nicht Vo		samer Hau	usstand/Adresse					
_	Beitragsordnung für den Kreuz t der Gruppenleitung abstimm		esverband	– gültig ab 01.01.2014					
haben) sie z werde(n). D	zur Kenntnis genommen. Ich	erkläre (wir erklä	iren) hiern	e.V. wurden mir ausgehändigt u nit, dass ich (wir) die Vereinssatz einer gesonderten Vereinbarun	ung anerkennen				
Datum:	Unterschrift (Einzelperson)	Dat	um:	Unterschrift / Stempel (Gruppenleitung)					
Datum:	Unterschrift								

(Partner/-in)

DATENSCHUTZERKLÄRUNG

Back of the second of the seco

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:

- a) 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.
- b) 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.
- c) 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.
- d) 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.
- e) 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.
- f) 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, personenbezogenen Daten im oben genannten Rahm	
Die vorstehende Einwilligungserklärung ist freiwillig. Id	ch kann sie jederzeit widerrufen.
Ort / Datum	Unterschrift

WANDERPILGERN ZUM KLOSTER HIMMEROD – IM REGEN GEHT'S IMMER!

Ende Juni machten sich 11 Wanderfreunde von Bergisch Gladbach und Umgebung mit Bussen auf zum Besinnungswochenende mit Wandern von Manderscheid zum Kloster Himmerod.

Als Angebot des Caritas-Netzwerkprogramms "Bewegung ist Belebung" wurde ab Manderscheid in 2 Gruppen losmarschiert. Der größere und sportlich ehrgeizigere Teil der Wanderfreunde nahm sich einen Teilabschnitt des anspruchsvollen Lieserpfads in Angriff. Siebzehn Kilometer lagen vor den Wanderenthusiasten. Startpunkt war



hier vor Manderscheid die Doppelburg, die man immer so schön auf Fotos abgelichtet wiederfindet. Angeführt wurde dieser Trupp von Wolfgang und Brigitte, regelmäßigen Teilnehmern der Caritas-Wanderwoche in den Bergen.

Die zweite Truppe unter Führung von Erich Hoffmann von einer freien Caritas-Gruppe und Übungsleiter der Freitags-Fitnessgruppe, sowie Axel Thon, Kreuzbund-SO-Regionalleiter und 1. Vorsitzender des Kreuzbund Rhein. Berg. Kreis e.V., folgte dem Karl-Kaufmann-Weg, eine Strecke von ca. 12 km. Abmarsch war hier der Ortsausgang von Manderscheid auf der anderen Seite. Hier galt es nach Durchquerung der Wolfsschlucht mehrere Höhen und Quertäler zu passieren.

Enthusiasmus musste beiden Gruppen zugesprochen werden, denn die Wetteraussichten waren alles andere als "sonnig". Eine gute Stunde nach Abmarsch setzte erst ein leichter Nieselregen ein, der zu einem ergiebigen Landregen mutierte und Wanderer und Ausrüstung einem härteren Test unterwarfen. Trotz nachträglicher Imprägnierung hielt meine Wanderregenjacke nicht mehr dicht, den

Rest besorgte der Schweiß. Die trockenste Stelle war ein Teil der Jeanshose knapp unter dem Trekking-Rucksack. Da die Wechsel- und Übernachtungskleidung mitgeführt werden mussten, hatten sie viele vorsorglich in zusätzliche Tüten in die Rucksäcke verpackt. Mein Packsack fürs Kanufahren war da ideal. So hatte jeder wenigstens trockene Anziehsachen fürs Abendessen.

Meditatives Wandern

Meditatives Wandern konnte man zu diesem Ereignis auch sagen. Wer noch die Schönheiten der Natur, der Landschaft und Gespräche untereinander wahrnehmen konnte, war gesegnet. Viele "fraßen" nur noch die Kilometer, in sich gekehrt oder klagend, um endlich ans ersehnte Ziel und ins Trockene zu gelangen: das Zisterzienserkloster Himmerod im Südwesten von Manderscheid in der Südeifel. Nachdem noch eine kleine Buchungsunstimmigkeit geklärt war, konnten die Kurzstreckenläufer schon mal Quartier in den spartanischen, aber guten und ausreichenden Zimmern nehmen. Nie waren warme Duschen ersehnter! Das Abendessen nahmen wir im anschließenden Wirtshaus ein. Hier möchte ich vor allem die hervorragende Apfelschorle loben, die aus den Äpfeln des Klostergarten gepresst wurde.

Die Zimmer im Gästehaus, wo wir logierten, und im Hauptkloster waren alle belegt! Was am nächsten Tag beim Frühstück zwischen 7 und 8 Uhr (!) im wirklich riesigen Frühstückssaal sich bemerkbar machte. Jugendchorgruppen, Radwanderer, Wanderer, Tages- und Dauergäste zu Besinnungstagen füllten die Tische und auch wir saßen etwas beengter um einen großen Tisch. Zwei Mitglieder unserer Wandertour waren noch früher aufgestanden und nahmen um 4 Uhr morgens die Gelegenheit zu einer Morgenandacht mit den Klosterbrüdern wahr.

Bruder Oliver

Loben möchte ich die nette Betreuung durch Bruder Oliver, der nicht nur für das Gästehaus und unser Frühstückstisch zuständig war, sondern auch an diesem Sonntagmorgen externe Gottesdienste wahrnahm, nachdem er schon mit den Jugendlichen eine Taizé-Andacht zelebriert hatte. Ansonsten kümmert er sich und ist aktiver Teilnehmer um alle sportlichen Erlebnisangebote im Kloster direkt in der Natur, und bekannt ist er auch durch sein alltägliches Bad im benachbarten Fluss – Sommer wie Winter! Ich hab selten in ein solch lebendiges und strahlendes Gesicht wie bei Bruder Oliver gesehen. Bruder Oliver ist 84 Jahre alt! Wirkt wie 20 Jahre junger, an Geist und Körper, außer man schaut genauer hin und glaubt auch dieses gesegnete Alter.



Der zweite Tag

Der 2. Tag des Besinnungswandern trennte sich erneut in zwei Gruppen: die Sportlichen nahmen den kürzeren Weg vom Vortag in Angriff, während die "Fuß- und anderweitig Kranken" einen Rundspaziergang um das Meerfelder Maar, diesmal nur im Nieselregen, machten. Es gab nochmal die Gelegenheit zum Einkauf im Klosterladen oder in der benachbarten Bäckerei – mit den besten Nussecken, die ich je in meinem Leben gefunden habe, superlecker und mächtig: sieben Stück hielten nur drei Tage vor! Ein Besuch im Maar-Museum im Manderscheid war der Abschluss aller Beteiligten. Hier wurde auf vielfältige Art die Entstehung der Maare hier in der Eifel, aber auch überall auf der Welt, gezeigt.

Der Wunsch nach einem ähnlichen Wochenende in 2015 wird von vielen Teilnehmern geäußert und wohl auch Bestandteil im neuen "Netzwerk-Programm" in 2015 werden.

Das neue Veranstaltungsprogramm wird Anfang Dezember verteilt oder ist unter www.gesundheit-sport-erlebnis.de einsehbar.

- ANMERKUNG ZUM NETZWERK-WANDERN:

Erwähnen möchte ich noch dass ca. alle 2 Monate oder öfters eine Tageswanderung angeboten wird, von ca 3-5 Std. oder 10 bis 15 km Wanderstrecke. Die Wandertouren sind so vorgesehen, dass auch Konditionsschwache sie bewältigen können, nachfragen sollte man trotzdem.

Teilweise sind sie kombiniert mit Besuchen von Freilichtoder anderen Museen, Wandertourenwünsche werden
ebenso entgegengenommen. Wenn diese Touren nicht im
Umfeld von Bergisch Gladbach (meistens die Winterzeit)
stattfinden, werden sie mit eigenen Bussen durchgeführt
und liegen zwischen Eifel, Sieger- und Sauerland, bzw.
Bergisches Land und Westerwald. Fahrtkosten entstehen
den Teilnehmern keine, höchstens Eintrittsgelder oder
Essenskosten vor Ort müssen selbst aufgebracht werden.

Teilnehmen kann jeder, Betroffene, Angehörige, Partner, Freunde, Verwandte und Bekannte, solange sie irgendeinen Bezug zur Sucht haben, und dies gilt auch Verbands-übergreifend oder nicht organisiert.

Axel Thon Kreuzbund RBK e.V.



KREUZBUNDGRUPPE RÖSRATH EROBERT LAGA IN ZÜLPICH

Unser Jahresausflug zur Landesgartenschau in Zülpich



Nach mühevollen Planungsstunden, wann, wie, wohin, favorisierte sich heraus, am 27. Juli nach Zülpich zur Landesgartenschau zu fahren. Vorab erhaltene Flyer, mit Wegbeschreibung und Lageplan, vereinfachten die Planung des Tages. Die Gartenschau ist aufgeteilt in 3 Gebiete: Der "Seepark", mit Shuttlebahn zu erreichender "historischen Altstadt" mit angrenzendem "Park am Wallgraben"

Wir, 10 Weggefährten und ich, verteilt auf 3 PKWs erreichten fasst zeitgleich unser ausgemachtes Ziel: den Parkplatz, "Eingang Seepark", in Zülpich. Vor dem Eintritt in die Gartenschau wurden noch Lunchpakete an alle verteilt, die unsere Ulrike wie immer liebevoll und üppig fertiggestellt hatte. An diesem frühen Sonntagmorgen war der Besucheransturm noch gering. Wir teilten uns in Kleingruppen auf, dies hatte sich beim Besuch des Keukenhofs schon bewährt, man trifft sich erfahrungsgemäß immer mal wieder. Nach kurzer Absprache über den Streckenverlauf, zog ich mit Detlef los in Richtung "Seepark". Vorbei an einer angelegten Strandpromenade, mit Badegelegenheit und Strandkörben, ging es am See entlang Richtung Römerbastion. Nicht nur Blumen und Pflanzen waren in den hängenden Gärten zu finden auch leuchtende Inspirationen, nicht nur bei Sonnenschein sichtbar, konnten wir entdecken. Wir erreichten noch entspannt die Bastion, von wo wir zu Fuß zum Stadtkern wechselten. Unser Weg führte, an Bienenstöcken und dem Anbau aller heimischen Getreidesorten vorbei. in den mit Stadttoren eingegrenzten Stadtkern. Durch Einkaufsstraßen und historische Gässchen kamen wir zur 3. Abteilung, dem Wallgraben. In den angelegten Gärten

und Attraktionen, konnte ich die Atmosphäre spüren, die bei den Events, mit der Landesburg als Kulisse, abgehalten werden oder wurden.

Zu spüren war der Anstieg der Lufttemperatur und die Zunahme der Besucher. Wir entschlossen uns den Rückweg mit der Shuttlebahn zu machen. Am Haltepunkt fand die gesamte Gruppe, zufällig und nicht abgesprochen, wieder zusammen. Bevor jeder wieder seines Weges ging besuchten wir gemeinsam das "Museum der Badekultur", mit den einzigartigen Überresten der Römerthermen. Für ein gemeinsames Kaffeetrinken wurde noch eine Uhrzeit ausgemacht. Dann shuttelten wir beide zurück zur Bastion, wo eine große Menschenmenge auf der Plattform die Aussicht über den gesamten See und Seepark, bei herrlichen Sonnenschein, genossen. Detlef und mir fehlen jetzt noch die ca. 2 duzend Themengärten die oberhalb des Sees angelegt waren. Beim durchlaufen, der von Meisterhand angelegten Gärten, ist uns ganz schön heiß geworden. Hier erwähne ich die fehlenden Unterstände zum Schutz, der vielen Besucher, vor Regen und Sonne. Trotz allem wollten wir die letzte Greifvogelflugschau, an diesem Tag, nicht verpassen und ließen, aus diesem Grund, das gemeinsame Kaffeetrinken aus.

Es blieb noch Zeit bis zur geplanten Rückfahrt, so gegen 16 Uhr, die wir auf der Relax-Wiese am Strand verbrachten. Gesehenes und Erlebtes wird uns in Erinnerung bleiben. Zülpich war die Reise wert.

Karl Heinz (Gruppe Rösrath)

DIE GRUPPE MORSBACH AUF REISEN

Von Donnerstag, 19.6. –Fronleichnam– bis Sonntag, 22.6.2014 unternahm die Kreuzbundgruppe Morsbach einen Ausflug nach Sulzbach/ Hühnerfeld in der Nähe von Saarbrücken.

Im Jahr 2009 waren wir bereits einmal vor Ort und es hatte uns sehr gut gefallen. Im Hotel Dolfi waren wir wieder sehr gut untergebracht. Wir waren mit 9 Weggefährtinnen und Weggefährten unterwegs und am Samstagmorgen kam unser Gruppenleiter Frank mit seiner Lebensgefährtin Petra zu uns.

Am Donnerstagnachmittag machten wir einen langen Spaziergang nach Sulzbach und suchten dort die Eisdiele auf. Es ergaben sich auf dem Spaziergang viele Gespräche, die unserem Zusammenhalt in der Gruppe sehr zuträglich waren. Am Abend haben wir zum Teil auf der Terrasse gesessen oder Fußball gesehen.

Am Freitag sind wir nach Saarbrücken gefahren und haben eine Stadtrundfahrt mit dem Schiff gemacht. Die Schiffstour war sehr gut, allerdings schilderte der Kapitän Stadt und Land sehr negativ. Das Wetter war schön und unsere Stimmung gut. Saarbrücken selbst ist eine einzige Baustelle und wir waren froh, als wir wieder herausgefunden hatten. Auf dem Heimweg wurde natürlich wieder eine Eisdiele aufgesucht. Der Abend stand nach dem gemeinsamen Essen wieder zur freien Verfügung und ich glaube, alle haben auch wieder Fußball geschaut.

Am Samstag haben wir uns dann mit Frank und Petra, die mit einem Wohnmobil gekommen sind, in Mettlach an der Bootsanlegestelle verabredet und eine Schiffstour zur Saarschleife gemacht. Bei sehr schönem Wetter haben wir viel gesehen und uns gut unterhalten. In Mettlach wurde ein Bürgerfest von Feurwehr und THW veranstaltet und dort haben wir uns am Nachmittag noch aufgehalten. Am Samstagabend war gemeinsames Fernsehen Deutschland gegen Ghana im Hotel Dolfi angesagt. Das Spiel ist nicht so verlaufen wie von vielen erwartet, aber trotzdem war die Stimmung gut.

Am Sonntag war nach einem ausgiebigem gemeinsamen Frühstück unserer Gruppenfahrt zu Ende und die Heimreise wurde unterschiedlich angetreten. Trier oder Luxemburg sind ja nicht weit. Alles in allem hatten wir eine wunderschöne Tour, das Wetter war bestens, das Hotel sehr gut und das Zusammensein hat uns allen gut getan.

Für die Gruppe Morsbach Siegfried Hombach



SUDOKO

1

3	5					1		8
1		2	6			5		
				5		9		
			7	2				9
		9	8					
		6					7	4
	6		3		8			
	3				4			2
	4				7		1	6
			· ·	· ·		· ·		

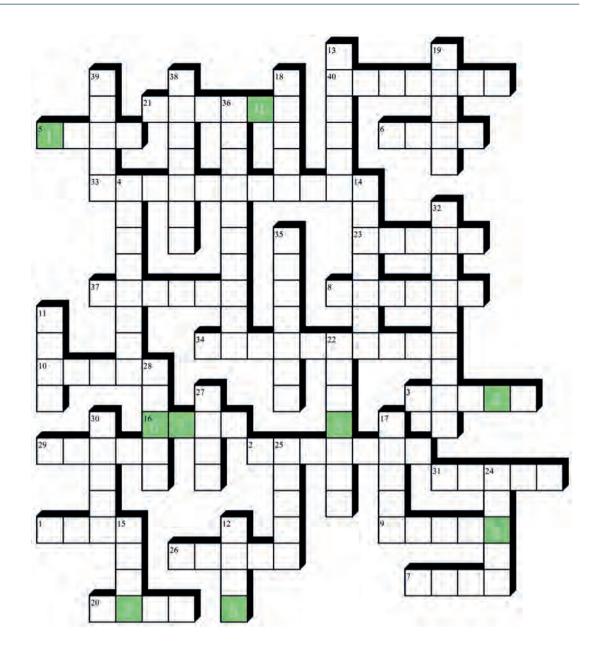
2

					8			6
7	6							1
		1			6			5
	7						5	
			5	3			2	
1	9						8	
3		4						
			1	5		9		
8			4			7		

REBUS



RÄTSELSPASS NR. 2



- 1) Gurkenkraut; Heilpflanze
- 2) jap. Blumensteckkunst
- 3) durchsichtige Farbschicht
- 4) kunterbuntes Durcheinander
- 5) dt.Maler; Grafiker (Paul)
- 6) kleines Lasttier
- 7) Aufzug; Fahrstuhl
- 8) Stadtteil von New York
- 9) Herrscherstuhl
- 10) saure Flüssigkeit zum Würzen
- 11) dt. Filmdiva (Hildegard)
- 12) Burg in der Eifel
- 13) einfach
- 14) modisch; schick

- 15) britischer Sagenkönig
- 16) vielfarbig
- 17) Verbrechen
- 18) Streit; Privatkrieg
- 19) Hausvorbau
- 20) den Mund betreffend
- 21) Wanderhirt
- 22) Ehrgeizling
- 23) achten; anerkennen
- 24) Ältestenrat
- 25) Mönchsgewand
- 26) Leberabsonderung
- 27) schmale Stelle
- 28) Anrufung Gottes

- 29) Stockwerk
- 30) künstlicher Wasserlauf
- 31) Bartabnahme
- 32) Fischöl
- 33) Busstation
- 34) Großstadtzentrum; City
- 35) törichtes Gerede
- 36) dekorieren; einräumen
- 37) Künstler im Zirkus
- 38) einsilbig; gleichförmig
- 39) Walzmetall
- 40) andauernd; ständig

LANDTAG NRW "TOTAL STARK!"

Gemälde, Skulpturen, Fotos und Plakate zeigen eindrucksvoll, wie kreativ Mitglieder von Suchtselbsthilfegruppen in NRW sind.

Landtagsvizepräsident Eckhard Uhlenberg eröffnete am 10.09.2014 die Ausstellung "Total stark!" - Kreative Suchtselbsthilfe in NRW " in der Wandelhalle des NRW-Parlaments vor zahlreichen Besucherinnen und Besuchern unter ihnen Gesundheitsministerin Barbara Steffens sowie der Vorsitzende des Ausschusses Arbeit, Gesundheit und Soziales Günter Garbrecht. Eckhard Uhlenberg wies darauf hin, dass sich Suchtprobleme quer durch alle Berufe und alle sozialen Schichten ziehen. Rauschgift, Medikamente und vor allem Alkohol als Hauptdroge gefährdeten die Gesundheit des Einzelnen und schädigten die Volkswirtschaft in Deutschland.

Mittlerweile gebe es in NRW rund 1.500 Suchtselbsthilfegruppen, in denen über 30.000 Menschen über ihre Suchtprobleme miteinander redeten und damit die Arbeit von Gesundheitsämtern, Beratungsstellen, Ärzten und anderen Hilfsinstitutionen wirkungsvoll ergänzten.





IMPRESSIONEN AUS DER WANDERAUSSTELLUNG DER Suchtselbsthilfe in NRW:

Die Kreativgruppen aus der verbandsübergreifenden Suchtselbsthilfe in NRW stellten ihre Werke aus. Diese Ausstellung wurde gemeinsam mit dem Land NRW, den freien Wohlfahrtsverbänden und der verbandsübergreifenden Suchthilfe entwickelt. Die Ausstellung wurde nach der Premiere in Wuppertal an zahlreichen Orten in NRW gezeigt und endete mit der Schlussveranstaltung am 20.09.2014 im Landtag NRW in Düsseldorf.

TOTAL STARK! IN JEDER BEZIEHUNG...

Ob Jung oder Alt - betroffen oder nicht betroffen, die Ausstellung bietet für alle die Gelegenheit, über gesellschaftlich relevante Themen zu diskutieren, sich untereinander kennen zu lernen und neue Kontakte zu knüpfen oder sich nach langer Zeit einfach einmal wieder zu sehen. Eine Interaktion, die sowohl den Informationsaustausch ankurbelt, als auch Zwischenmenschliches und Verständnis fördert.

Die eigene Professionalität als Bereicherung in der Selbsthilfe

Wolfgang, Kreuzbund Bonn und kreatives Multitalent in der Ausstellung, will beim Gestalten, Schreiben, Motorradfahren und Filmen "Druck loswerden". Als ehemaliger Werbegraphiker, der seine Talente in der nassen Phase zuschüttete, hat er alte Wege neu entdeckt. "Ich bin so froh! Ich hätte nie den Blickwinkel gewechselt, wenn ich weiter getrunken hätte!" Gerne nimmt er Hilfe in der Gruppe in Anspruch. "In meiner Gruppe, die ich seit 20 Jahren besuche, liest eine Journalistin meine Kurzgeschichten zur Korrektur." Frische Perspektiven: Professionalität in der Gruppe – genutzt als Bereicherung und Wegbegleitung – als Zugang zur Seele! "Wir bleiben immer in Blickkontakt!

28 BLICKPUNKT 2/2014

— WAS MACHT DIE SUCHT-SELBSTHILFE SO "TOTAL STARK"?



Frau Dr. Bunte, Leiterin des Gesundheitsamtes Köln, brachte es vor den interessierten Gästen auf den Punkt: "Die persönlichen Kontakte in der Selbsthilfe sind DAS Gegengewicht zu den neuen Kommunikationsformen im Internetzeitalter." Die einzelnen Personen sind in der Gruppe präsent. Teilnehmen heißt, gehört und gesehen werden. So gibt der Austausch in der Gruppe Kraft!

Es fanden sich Interessierte aus den unterschiedlichsten Ebenen der Suchtselbsthilfe und der Suchthilfe zusammen. Mitglieder der verbandsübergreifenden Suchtselbsthilfe in Köln und Künstler aus dem Raum Köln, die in Kreativgruppen der Suchtselbsthilfe einen Beitrag zu der Ausstellung gestaltet haben, Mitarbeiter des Gesundheitsamtes Köln, die Mitarbeiterinnen aus dem Landschaftsverband LVR und die Geschäftsführerin der Landesstelle Sucht mit Ihrer Mitarbeiterin.

Eine Gruppe Klienten aus der AHG Klinik Dormagen, Angehörige, der Suchtreferent der Stadt Köln, die Suchtkoordinatorin des Gesundheitsamtes Köln, Mitarbeiter von Beratungsstellen und Mitglieder des Fachausschusses Suchtselbsthilfe.

"WER KRAFT HAT, ENTWICKELT NOCH ETWAS DARÜBER HINAUS"

Locker und spontan war die Moderationsrunde, an der Frau Dr. Bunte, Michael Lingemann als 1. Sprecher des FAS NRW; Hans-Jörg Braitinger, Kreuzbund Köln; Claudia Faulborn, Guttempler Köln-Porz; Jürgen Schlossmacher, ShAlk und Hajo Asbach, Kreativgruppe im Blauen Kreuz unter der Leitung von Ute Freyer, Kunsthistorikerin und Galeristin, teilnahmen.

Das Engagement der Gruppenmitglieder wurde angesprochen. Wer sich Kraft in der Gruppe holt, engagiert sich oft in den örtlichen Verbänden, in einer JVA, in Weiterbildungen und neuen Wegen oder in geschlechtsspezifischen Gruppen. Die Möglichkeiten sind an Personen gebunden und lassen sich schlecht strukturiert organisieren. Nachwuchssorgen und Zeitnot lassen viele Themen untergehen. Die Kernaufgabe der Suchtselbsthilfe bleibt die wichtigste - der Austausch und die Hilfe in der Gruppe.

Die Wanderausstellung zeigte in Köln starke Bilder, Plastiken und Texte, die die Lebendigkeit vieler Persönlichkeiten aus ganz Nordrhein-Westfalen hervorscheinen lassen.

Die Ziele der Ausstellung waren:

- a) Darstellung der Suchtselbsthilfe mittels kreativer Exponate aus allen Verbänden
- b) Weitergeben von Lebensqualität. Die Ausstellung trägt zum Lernen von Suchtkranken und
- zum Kennenlernen einer neuen Qualität kreativer Lebensführung bei.
- d) Schaffung eines verbandsübergreifenden Netzwerkes vor Ort



SUCHT UND SELBSTHILFE

5. Suchtselbsthilfetag im Landtag NRW



20.9.2014

Ob Rauschgift, Medikamente oder Alkohol – Suchtprobleme ziehen sich quer durch alle Berufe und alle sozialen Schichten. Auf das lange Zeit tabuisierte Thema "Sucht" machte der 5. Suchtselbsthilfetag im Landtag Nordrein-Westfalen aufmerksam.

Etliche Selbsthilfegruppen präsentierten sich im NRW-Parlamentsgebäude und zeigten, wie vielfältig und spezialisiert die Angebote der Selbsthilfe in NRW sind.

Landtagspräsidentin Carina Gödecke konnte über 500 Gäste im Plenarsaal und auf der Besuchertribüne des Parlaments begrüßen, darunter Vertreter des Fachausschusses Sucht-Selbsthilfe sowie zahlreiche Aktive der rund 1.500 Suchtselbsthilfegruppen in NRW, in denen etwa 30.000 Menschen zusammenkommen, um über ihre Probleme und Erfahrungen zu sprechen.

Gödecke unterstrich die Bedeutung der Selbsthilfegruppen, die inzwischen ein wichtiger Bestandteil des Gesundheitssystems seien und ihren Teil zum Erfolg der Therapie beitrügen. In den Selbsthilfegruppen gehe es um "Erfahrungsaustausch auf Augenhöhe". "Damit schaffen die Betroffenen sich selbst und ihren Mitmenschen ein Forum des gegenseitigen Vertrauens und der individuell benötigten Unterstützung", sagte die Landtagspräsidentin

Einen besonderen Dank richtete Gödecke an die rund 6.000 Ehrenamtler, die die Arbeit der organisierten Suchtselbsthilfe stützen. Sie würden mit ihrer Arbeit und ihrem Engagement helles Licht in ein dunkles Leben bringen.

Herausgeberin: Die Präsidentin des Landtags Redaktion: Hans Zinnkann, Pressesprecher; Florian Melchert, stv. Pressesprecher Telefon: 0211/884-2850 Telefax: 0211/884-2250

E-Mail: hans.zinnkann@landtag.nrw.de

AUFLÖSUNGEN AUS DIESEM HEFT:

01 DILL	02 IKEBANA	03 LASUR	04 ALLERLEI
05 KLEE	06 ESEL	07 LIFT	08 HARLEM
09 THRON	10 ESSIG	11 KNEF	12 ELTZ
13 SIMPEL	14 ELEGANT	15 LEAR	16 BUNT
17 UNTAT	18 FEHDE	19 ERKER	20 ORAL
21 NOMADE	22 STREBER	23 EHREN	24 SENAT
25 KUTTE	26 GALLE	27 ENGE	28 GEBET
29 ETAGE	30 KANAL	31 RASUR	32 LEBERTRAN
33 HALTESTELLE	34 INNENSTADT	35 NONSENS	36 AUSSTATTEN
37 ARTIST	38 MONOTON	39 BLECH	40 IMMERZU

1										2								
3	5	4	9	7	2	1	6	8	Ш	5	3	2	9	1	8	4	7	6
1	9	2	6	8	3	5	4	7	Ш	7	6	8	3	4	5	2	9	1
6	7	8	4	5	1	9	2	3	Ш	9	4	1	2	7	6	8	3	5
4	1	3	7	2	6	8	5	9	Ш	2	7	3	8	9	1	6	5	4
7	2	9	8	4	5	6	3	1	Ш	4	8	6	5	3	7	1	2	9
5	8	6	1	3	9	2	7	4	Ш	1	9	5	6	2	4	3	8	7
2	6	7	3	1	8	4	9	5	Ш	3	1	4	7	8	9	5	6	2
9	3	1	5	6	4	7	8	2		6	2	7	1	5	3	9	4	8
8	4	5	2	9	7	3	1	6	Ш	8	5	9	4	6	2	7	1	3

Rebus: Feuersalamander

SOMMERFEST

der Kreuzbundgruppe Grevenbroich 3



m 15. August feierten wir im Garten und Wohnzimmer von Annette Schieren unser alljährliches Sommerfest. Es fand dieses Jahr an einem Freitag statt und weil sich an diesem Tag das Wetter dem bisherigen Sommer anpasste, war es ziemlich rau. Zumindest war es halbwegs trocken und nicht gerade eisig kalt. Das Fest war aber trotzdem ein Erfolg. Es gab leckere Sachen vom Grill mit Dips, verschiedene selbstgemachte Soßen, Salate und sogar Nachtisch. Natürlich gab es auch kalte und heiße Getränke. Unsere Gastgeberin Annette hatte extra die Kaffeemaschine angeworfen.

Was für mich aber am interessantesten war, waren unsere neuen Gruppenmitglieder und deren Angehörige. Die "Neuen" waren erstmals auf einer Fete ohne Alkohol und stellten zuerst mal erstaunt fest, wie toll und ausgelassen man auch ohne Alkohol feiern kann. Das Gleiche gilt auch für ihre Angehörigen, die ihre Partner fast nicht mehr wiedererkannten, so ganz nüchtern. So genossen wir alle diesen wunderschönen Abend, bis spät in die Nacht.

Hans Aretz KB Grevenbroich 3



DIE TAGESSEMINARE DES KREUZBUND DV KÖLN E.V. SIND FÜR DIE TEILNEHMER KOSTEN-FREI

Seminarkosten:

Eigenbeteiligung für Wochenendseminare: 50,00 € für Kreuzbund-Mitglieder und -Förderer, 80,00 € für alle übrigen Teilnehmer. Tagesseminare sind für Kreuzbund-Mitglieder und -Förderer kostenfrei, für alle übrigen Teilnehmer beträgt der Eigenanteil 30,00 €. Bitte die Anmeldefristen beachten, sie sind in der Seminarausschreibung enthalten.

Bedingungen:

Anmeldungen zu unseren Seminaren sind an die Geschäftsstelle des DV Köln zu leiten. Die Bezahlung ist mit der Anmeldung sofort zu leisten. Die mögliche Teilnahmeberechtigung für das Seminar wird erst mit dem Eingang der Zahlung wirksam, bei Überbuchung wird die Seminargebühr sofort zurück überwiesen.

Eine Absage der Teilnahme ist kostenfrei, wenn von der angemeldeten Person ein Ersatzteilnehmer gestellt wird. Andernfalls wird die geleistete Teilnehmergebühr mit den Ausfallkosten, die das Tagungshaus in Rechnung stellt, verrechnet.

Mit der Anmeldung werden die oben genannten Geschäftsbedingungen anerkannt.

Bitte nutzen Sie unser Anmeldeformular, das Sie unter nachfolgender Adresse von unserer Internetseite herunterladen können.

www.kreuzbund-dv-koeln.de/service-und-downloads/

Sollte Ihnen kein Internet zur Verfügung stehen, ist Ihnen unsere Geschäftsstelle gerne behilflich.

Geschäftsstelle: tel. 0221-27 22 785

fax 0221-27 22 786

email post@kreuzbund-dv-koeln.de

Bankverbindung

Pax Bank eG Köln Kreuzbund DV Köln e.V. BLZ 370 601 93 Kto. 290 160 11

IBAN: DE33 3706 0193 0029 0160 11

BIC: GENODED1 PAX

SEMINARE

Wochenende vom 31.01, bis 01.02.2015

Anmeldung bis 15.12.2014

Veranstaltungsort: Haus Marienhof in Königswinter/ Ittenbach

Thema: "Grenzen"

Referentinnen: Molly Spitta/Regie, Choreographie,

Stimmtherapie

Sylke Spitta/ Sportlehrerin, Sporttherapeutin,

Körpertherapeutin

Das Seminar ist auf maximal 15 TN begrenzt

Wochenende vom 13. bis 15.03.2015

Anmeldung bis 26.01.2015

Veranstaltungsort: KSI Bad Honnef

Thema: "Achtsam leben"

Referentin: Dr. Michael Tremmel

Suchtreferent / Kreuzbund Bundesverband Das Seminar ist auf 15 Personen begrenzt

Wochenende vom 07. bis 08.02.2015

Veranstaltungsort: KSI in Bad Honnef Supervision/Vorstand DV Köln

Referentin: Claudia Stark

Caritas-Suchtberatung Düsseldorf

DV-Vorstand, AB-Leitungen, Regionalbeauftragte

TAGESEMINAR

25.04.2015 von 10 bis 16 Uhr

Anmeldung bis: 20.04.2015

Veranstaltungsort: Begegnungszentrum Kreuzbund,

Bendemannstr. 17, Düsseldorf

Thema: "Stressbewältigung und Bewusstseinstraining"

Referent: Birgit Junkers

Gedächtnis-, Entspannungs- und Achtsamkeits-

trainerin

Keine TN-Begrenzung

Wochenende vom 21. bis 22.02.2015

Veranstaltungsort: Haus Maria in der Aue Wermelskirchen

Thema: "Arbeitszeit als Lebenszeit"

Das Seminar ist auf max. 16 Personen begrenzt Anmeldung über die DV-Geschäftsstelle

TAGESEMINAR

28.02.2015 von 10 bis 16 Uhr

Anmeldung bis: 23.02.2015

Veranstaltungsort: Begegnungszentrum Kreuzbund,

Bendemannstr.17, Düsseldorf

Thema: "Von einer Sucht in die nächste Sucht – Sucht-

verlagerung"

Referent: Thomas Cramer/Kliniken Wied

Keine TN-Begrenzung

Wochenende vom 29. bis 31.05.2015

Anmeldung bis:16.04.2015

Veranstaltungsort: KSI Bad Honne

Thema: "Depressionen – eine Erkrankung unserer Zeit"

Referentin: Marianne Holthaus

Suchtreferentin/Kreuzbund-Bundesverband
Das Seminar ist auf 15 Personen begrenzt

Sonntag, 21.06.2015

Fachtagung Klinik Gut Zissendorf

Thema: "Alkohol – weniger ist besser!"

offene Veranstaltung mit separater Einladung

SEMINARE

Wochenende vom 15. bis 16.08.2015

Anmeldung bis:29.06.2015

Veranstaltungsort: KSI in Bad Honnef Supervision/ Vorstand-DV Köln

Referentin: Claudia Stark

Caritas-Suchtberatung Düsseldorf

DV-Vorstand, AB-Leitungen, Regionalbeauftragte

TAGESSEMINAR

29.08.2015 von 10 bis 16 Uhr

Anmeldung bis: 24.08.2015

Veranstaltungsort: Begegnungszentrum Kreuzbund,

Bendemannstr. 17, Düsseldorf

Thema: "Kreuzbund kompakt – für neue und alte

»Hasen«."

Referentinnen: Andrea Stollfuß/Kreuzbund

Gisela Schulz/Kreuzbund

Das Seminar ist auf 15 Personen begrenzt

Gender-Seminar für Frauen und Männer

Wochenende vom 18. bis 20.09.2015

Anmeldung bis: 03.08.2015

Veranstaltungsort: KSI in Bad Honnef Supervision/Vorstand-DV Köln

Thema: "Gender – Frauen sind anders, Männer aber

auch."

Referentin: Katharina Schilling

M.Sc./Suchttherapeutin Systemische Einzel-Paar-

und Familientherapeutin

Keine TN-Begrenzung

Seniorenseminar 55+

Wochenende vom 16. bis 18.10.2015

Anmeldung bis 01.09.2014

Veranstaltungsort: KSI in Bad Honnef Thema: "Älter werden? Last oder Gabe."

Referentin: Brigitte Weglage Sozialarbeiterin/Suchtberatung i.R.

Das Seminar ist auf 15 Personen begrenzt

TAGESSEMINAR

31.10.2015 von 10 bis 16 Uhr

Anmeldung bis: 26.10.2015

Veranstaltungsort: Begegnungszentrum Kreuzbund,

Bendemannstr. 17, Düsseldorf

Thema: "....und wer hilft mir? Rolle und Situation der

Angehörigen"

Referentinnen: Ute Danicke-Biskup Suchtberatung /Caritas Bonn

Keine TN-Begrenzung

Sonntag, 7.11.2015

Fachtagung in Garath

Thema: "noch nicht bekannt"

Frauenseminar

TAGESSEMINAR

28.11.2015 von 10 bis 16 Uhr

Anmeldung bis: 23.11.2015

Veranstaltungsort: Begegnungszentrum Kreuzbund,

Bendemannstr. 17, Düsseldorf

Thema: "Resilienz – was uns stark macht."

Referentinnen: Katharina Schilling

M.Sc./Suchttherapeutin Systemische Einzel-Paar-

und Familientherapeutin Keine TN-Begrenzung

TERMINE 2015

Januar 31.01-01.02.2015 DV-Seminar, Grenzen" Februar 07.02.2015 Karnevalssitzung Kreuzbund SV Köln e.V. 0708.02.2015 Supervision KB-DV-Vorstand 2022.02.2015 BV-Seminar, E-Mail, Chat & Co" 2122.02.2015 Seminar für Vorstände im DV Köln, Gesundheitscoaching" 28.02.2015 DV-Tagesseminar, Suchtverlagerung" 28.02.2015 AK-NRW-Vorstände in Aachen März 0608.03.2015 Multiplikatoren, Junger Kreuzbund" 1315.03.2015 DV-Seminar, achtsam leben" 2022.03.2015 BV-Seminar, Multiplikatoren, Kreuzbundkompakt" 21.03.2015 DV-Delegiertenversammlung 2729.03.2015 Multiplikatoren, Kreuzbundkompakt" April 1719.04.2015 BV-Seminar, Depressionen" 2426.04.2015 BV-Seminar, Depressionen" 25.04.2015 DV-Tagesseminar, Stressbewältigung – Bewusstseinstraining" Mai 2931.05.2015 DV-Seminar, Depressionen" Multiplikatoren, Öffentlichkeitsarbeit" 2931.05.2015 Multiplikatoren, Öffentlichkeitsarbeit" 2931.05.2015 Multiplikatoren, Frauen- und		
Februar 07.02.2015 Karnevalssitzung Kreuzbund SV Köln e.V. 0708.02.2015 Supervision KB-DV-Vorstand 2022.02.2015 BV-Seminar "E-Mail, Chat & Co" 2122.02.2015 Seminar für Vorstände im DV Köln "Gesundheitscoaching" 28.02.2015 DV-Tagesseminar "Suchtverlagerung" 28.02.2015 AK-NRW-Vorstände in Aachen März 0608.03.2015 Multiplikatoren "Junger Kreuzbund" 1315.03.2015 DV-Seminar "Aut zur Öffentlichkeitsarbeit" 21.03.2015 DV-Delegiertenversammlung 2729.03.2015 Multiplikatoren "Kreuzbund kompakt" April 1719.04.2015 BV-Seminar "Depressionen" 2426.04.2015 BV-Seminar "Depressionen" 25.04.2015 DV-Tagesseminar "Stressbewältigung – Bewusstseinstraining" Mai 2931.05.2015 DV-Seminar "Depressionen"	Januar	
07.02.2015 Karnevalssitzung Kreuzbund SV Köln e.V. 0708.02.2015 Supervision KB-DV-Vorstand 2022.02.2015 BV-Seminar "E-Mail, Chat & Co" 2122.02.2015 Seminar für Vorstände im DV Köln "Gesundheitscoaching" 28.02.2015 DV-Tagesseminar "Suchtverlagerung" 28.02.2015 AK-NRW-Vorstände in Aachen März 0608.03.2015 Multiplikatoren "Junger Kreuzbund" 1315.03.2015 DV-Seminar "achtsam leben" 2022.03.2015 BV-Seminar "Mut zur Öffentlichkeitsarbeit" 21.03.2015 DV-Delegiertenversammlung 2729.03.2015 Multiplikatoren "Kreuzbund kompakt" April 1719.04.2015 BV-Seminar "Depressionen" 2426.04.2015 BV-Seminar "Depressionen" 2426.04.2015 DV-Tagesseminar "Stressbewältigung – Bewusstseinstraining" Mai 2931.05.2015 DV-Seminar "Depressionen"	31.01-01.02.2015	DV–Seminar "Grenzen"
SV Köln e.V. 07.–08.02.2015 Supervision KB-DV-Vorstand 20.–22.02.2015 BV–Seminar "E–Mail, Chat & Co" 21.–22.02.2015 Seminar für Vorstände im DV Köln "Gesundheitscoaching" 28.02.2015 DV–Tagesseminar "Suchtverlagerung" 28.02.2015 AK-NRW-Vorstände in Aachen März 06.–08.03.2015 Multiplikatoren "Junger Kreuzbund" 13.–15.03.2015 DV–Seminar "achtsam leben" 20.–22.03.2015 BV–Seminar "Mut zur Öffentlichkeitsarbeit" 21.03.2015 DV–Delegiertenversammlung 27.–29.03.2015 Multiplikatoren "Kreuzbund kompakt" April 17.–19.04.2015 BV–Seminar "Depressionen" 24.–26.04.2015 Bundesdelegiertenversammlung in Cloppenburg 25.04.2015 DV–Tagesseminar "Stressbewältigung – Bewusstseinstraining" Mai 29.–31.05.2015 DV–Seminar "Depressionen" Multiplikatoren "Öffentlichkeitsarbeit"	Februar	
20.–22.02.2015 BV–Seminar "E–Mail, Chat & Co" 21.–22.02.2015 Seminar für Vorstände im DV Köln "Gesundheitscoaching" 28.02.2015 DV–Tagesseminar "Suchtverlagerung" 28.02.2015 AK-NRW-Vorstände in Aachen März 06.–08.03.2015 Multiplikatoren "Junger Kreuzbund" 13.–15.03.2015 DV–Seminar "achtsam leben" 20.–22.03.2015 BV–Seminar "Mut zur Öffentlichkeitsarbeit" 21.03.2015 DV–Delegiertenversammlung 27.–29.03.2015 Multiplikatoren "Kreuzbund kompakt" April 17.–19.04.2015 BV–Seminar "Depressionen" 24.–26.04.2015 BV–Tagesseminar "Stressbewältigung – Bewusstseinstraining" Mai 29.–31.05.2015 DV–Seminar "Depressionen" Multiplikatoren "Öffentlichkeitsarbeit"	07.02.2015	_
2122.02.2015 Seminar für Vorstände im DV Köln "Gesundheitscoaching" 28.02.2015 DV-Tagesseminar "Suchtverlagerung" 28.02.2015 AK-NRW-Vorstände in Aachen März 0608.03.2015 Multiplikatoren "Junger Kreuzbund" 1315.03.2015 DV-Seminar "achtsam leben" 2022.03.2015 BV-Seminar "Mut zur Öffentlichkeitsarbeit" 21.03.2015 DV-Delegiertenversammlung 2729.03.2015 Multiplikatoren "Kreuzbund kompakt" April 1719.04.2015 BV-Seminar "Depressionen" 2426.04.2015 Bundesdelegiertenversammlung in Cloppenburg 25.04.2015 DV-Tagesseminar "Stressbewältigung – Bewusstseinstraining" Mai 2931.05.2015 DV-Seminar "Depressionen" Multiplikatoren "Öffentlichkeitsarbeit"	0708.02.2015	Supervision KB-DV-Vorstand
Köln "Gesundheitscoaching" 28.02.2015 DV-Tagesseminar "Suchtverlagerung" AK-NRW-Vorstände in Aachen März 0608.03.2015 Multiplikatoren "Junger Kreuzbund" 1315.03.2015 DV-Seminar "achtsam leben" 2022.03.2015 BV-Seminar "Mut zur Öffentlichkeitsarbeit" 21.03.2015 DV-Delegiertenversammlung 2729.03.2015 Multiplikatoren "Kreuzbund kompakt" April 1719.04.2015 BV-Seminar "Depressionen" 2426.04.2015 Bundesdelegiertenversammlung in Cloppenburg 25.04.2015 DV-Tagesseminar "Stressbewältigung – Bewusstseinstraining" Mai 2931.05.2015 DV-Seminar "Depressionen" Multiplikatoren "Öffentlichkeitsarbeit"	2022.02.2015	BV–Seminar "E–Mail, Chat & Co"
verlagerung" 28.02.2015 AK-NRW-Vorstände in Aachen März 06.–08.03.2015 Multiplikatoren "Junger Kreuzbund" 13.–15.03.2015 DV–Seminar "achtsam leben" 20.–22.03.2015 BV–Seminar "Mut zur Öffentlichkeitsarbeit" 21.03.2015 DV–Delegiertenversammlung 27.–29.03.2015 Multiplikatoren "Kreuzbund kompakt" April 17.–19.04.2015 BV–Seminar "Depressionen" 24.–26.04.2015 BV–Seminar "Depressionen" 25.04.2015 DV–Tagesseminar "Stressbewältigung – Bewusstseinstraining" Mai 29.–31.05.2015 DV–Seminar "Depressionen" Multiplikatoren "Öffentlichkeitsarbeit"	2122.02.2015	
März 06.–08.03.2015 Multiplikatoren "Junger Kreuzbund" 13.–15.03.2015 DV–Seminar "achtsam leben" 20.–22.03.2015 BV–Seminar "Mut zur Öffentlichkeitsarbeit" 21.03.2015 DV–Delegiertenversammlung 27.–29.03.2015 Multiplikatoren "Kreuzbund kompakt" April 17.–19.04.2015 BV–Seminar "Depressionen" 24.–26.04.2015 Bundesdelegiertenversammlung in Cloppenburg 25.04.2015 DV–Tagesseminar "Stressbewältigung – Bewusstseinstraining" Mai 29.–31.05.2015 DV–Seminar "Depressionen" 29.–31.05.2015 Multiplikatoren "Öffentlichkeitsarbeit"	28.02.2015	
06.–08.03.2015 Multiplikatoren "Junger Kreuzbund" 13.–15.03.2015 DV–Seminar "achtsam leben" 20.–22.03.2015 BV–Seminar "Mut zur Öffentlichkeitsarbeit" 21.03.2015 DV–Delegiertenversammlung 27.–29.03.2015 Multiplikatoren "Kreuzbund kompakt" April 17.–19.04.2015 BV–Seminar "Depressionen" 24.–26.04.2015 Bundesdelegiertenversammlung in Cloppenburg 25.04.2015 DV–Tagesseminar "Stressbewältigung – Bewusstseinstraining" Mai 29.–31.05.2015 DV–Seminar "Depressionen" 29.–31.05.2015 Multiplikatoren "Öffentlichkeitsarbeit"	28.02.2015	AK-NRW-Vorstände in Aachen
bund" 13.–15.03.2015 DV–Seminar "achtsam leben" 20.–22.03.2015 BV–Seminar "Mut zur Öffentlichkeitsarbeit" 21.03.2015 DV–Delegiertenversammlung 27.–29.03.2015 Multiplikatoren "Kreuzbund kompakt" April 17.–19.04.2015 BV–Seminar "Depressionen" 24.–26.04.2015 Bundesdelegiertenversammlung in Cloppenburg 25.04.2015 DV–Tagesseminar "Stressbewältigung – Bewusstseinstraining" Mai 29.–31.05.2015 DV–Seminar "Depressionen" 49.–31.05.2015 DV–Seminar "Öffentlichkeitsarbeit"	März	
BV-Seminar "Mut zur Öffentlichkeitsarbeit" 21.03.2015 DV-Delegiertenversammlung 2729.03.2015 Multiplikatoren "Kreuzbund kompakt" April 1719.04.2015 BV-Seminar "Depressionen" 2426.04.2015 Bundesdelegiertenversammlung in Cloppenburg 25.04.2015 DV-Tagesseminar "Stressbewältigung – Bewusstseinstraining" Mai 2931.05.2015 DV-Seminar "Depressionen" 2931.05.2015 Multiplikatoren "Öffentlichkeitsarbeit"	0608.03.2015	
"Mut zur Öffentlichkeitsarbeit" 21.03.2015 DV-Delegiertenversammlung 2729.03.2015 Multiplikatoren "Kreuzbund kompakt" April 1719.04.2015 BV-Seminar "Depressionen" 2426.04.2015 Bundesdelegiertenversammlung in Cloppenburg 25.04.2015 DV-Tagesseminar "Stressbewältigung – Bewusstseinstraining" Mai 2931.05.2015 DV-Seminar "Depressionen" 2931.05.2015 Multiplikatoren "Öffentlichkeitsarbeit"	1315.03.2015	DV-Seminar "achtsam leben"
27.–29.03.2015 Multiplikatoren "Kreuzbund kompakt" April 17.–19.04.2015 BV–Seminar "Depressionen" 24.–26.04.2015 Bundesdelegiertenversammlung in Cloppenburg 25.04.2015 DV–Tagesseminar "Stressbewältigung – Bewusstseinstraining" Mai 29.–31.05.2015 DV–Seminar "Depressionen" 29.–31.05.2015 Multiplikatoren "Öffentlichkeitsarbeit"	2022.03.2015	
kompakt" April 17.–19.04.2015 BV–Seminar "Depressionen" 24.–26.04.2015 Bundesdelegiertenversammlung in Cloppenburg 25.04.2015 DV–Tagesseminar "Stressbewältigung – Bewusstseinstraining" Mai 29.–31.05.2015 DV–Seminar "Depressionen" 29.–31.05.2015 Multiplikatoren "Öffentlichkeitsarbeit"	21.03.2015	DV-Delegiertenversammlung
17.–19.04.2015 BV–Seminar "Depressionen" 24.–26.04.2015 Bundesdelegiertenversammlung in Cloppenburg 25.04.2015 DV–Tagesseminar "Stressbewältigung – Bewusstseinstraining" Mai 29.–31.05.2015 DV–Seminar "Depressionen" 29.–31.05.2015 Multiplikatoren "Öffentlichkeitsarbeit"	27.–29.03.2015	•
24.–26.04.2015 Bundesdelegiertenversammlung in Cloppenburg 25.04.2015 DV–Tagesseminar "Stressbewältigung – Bewusstseinstraining" Mai 29.–31.05.2015 DV–Seminar "Depressionen" 29.–31.05.2015 Multiplikatoren "Öffentlichkeitsarbeit"	April	
lung in Cloppenburg 25.04.2015 DV-Tagesseminar "Stressbewältigung – Bewusstseinstraining" Mai 29.–31.05.2015 DV-Seminar "Depressionen" 29.–31.05.2015 Multiplikatoren "Öffentlichkeitsarbeit"	1719.04.2015	BV-Seminar "Depressionen"
"Stressbewältigung – Bewusstseinstraining" Mai 29.–31.05.2015 DV–Seminar "Depressionen" 29.–31.05.2015 Multiplikatoren "Öffentlichkeitsarbeit"	2426.04.2015	_
29.–31.05.2015 DV–Seminar "Depressionen" 29.–31.05.2015 Multiplikatoren "Öffentlichkeitsarbeit"	25.04.2015	"Stressbewältigung – Bewusst-
29.–31.05.2015 Multiplikatoren "Öffentlich- keitsarbeit"	Mai	
keitsarbeit"	2931.05.2015	DV–Seminar "Depressionen"
29.–31.05.2015 Multiplikatoren "Frauen– und	29.–31.05.2015	
Männerarbeit/Gender"	29.–31.05.2015	

Juni	
0507.06.2015	BV–Seminar "Glück"
1321.06.2015	Aktionswoche "Alkohol? Weniger ist besser!"
21.06.2015	Fachtagung in der Klinik Zissendorf "Alkohol? Weniger ist besser!"
August	
15.–16.08.2015	Supervision KB-DV-Vorstand
22.08.2015	AK-NRW-Vorstände in Essen
29.08.2015	DV-Tagesseminar "Kreuzbund kompakt – für neue und alte "Hasen"
September	
0406.09.2015	BV-Seminar "Der innere Saboteur"
18.–20.09.2015	DV-Seminar "Gender"
18.–20.09.2015	Bundeskonferenz in Georgs- marienhütte
Oktober	
0204.10.2015	Multiplikatoren "Senioren 55+"
09.–11.10.2015	Multiplikatoren "Familie als System"
16.–18.10.2015	DV-Seminar/Senioren 55+ "Äl- ter werden? Last oder Gabe"
2325.10.2015	BV-Seminar "Rückfall"
31.10.2015	DV-Tagesseminar "und wer hilft mir? Rolle und Situation der Angehörigen"
November	
07. 11.2015	Fachtagung in Garath
14.11.2015	DV–Konferenz
2022.11.2015	BV-Herbstarbeitstagung in Untermarchtal
28.11.2015	DV-Tagesseminar/Frauen "Resilienz – was uns stark macht."

EINLADUNG AN DIE GENERATION 55 PLUS



Liebe Weggefährtinnen und Weggefährten!

Nachdem ich vergangenes Wochenende an der Multiplikatorentagung des Bundesverbandes in Limburg teilgenommen und von den vielseitigen Aktivitäten in den anderen Diözesanverbänden gehört habe, halte ich auch für uns eine Veranstaltung zum Jahresausklang für sinnvoll und machbar.

Das MS RheinFantasie oder das MS RheinEnergie unterhalb des Fischmarktes in Köln legt am Freitag, den 12. Dezember 2014 um 15:30 Uhr auch für uns mit Nikolaus und musikalischer Unterhaltung für zwei Stunden ab.

Der Unkostenbeitrag beträgt 10 Euro. Kaffee und Kuchen kann auf dem Schiff bestellt werden. Im Anschluss daran ist ein Besuch auf einem der Kölner Weihnachtsmärkte möglich.

BEI DIESEM TREFFEN HABEN WIR DIE MÖGLICHKEIT ÜBER AKTIVITÄTEN IM JAHR 2015 ZU SPRECHEN.

In Limburg hieß das Arbeitsthema "Wir gehen raus". Es liegt an uns, Leben in unser Leben zu bringen. Unterstützung ist uns auf vielen Ebenen gewiss. Aktiv aber müssen wir werden. Unser Seminar Mitte Mai 2014 im KSI Bad Honnef war mit dem Thema "Warum Seniorenarbeit – ich bin doch noch so jung" in seinen Inhalten ein weiterer wertvoller Beginn.

Das im Oktober des kommenden Jahres stattfindende Seminar mit dem Thema. "Älter werden – Last oder Gabe" wird auch eine Bereicherung in der Bewältigung unserer Leben sein.

Um jedoch diesen Aufgaben gerecht werden zu können, bedarf es einer kleinen Mannschaft. Wenn die vielseitigen Möglichkeiten der Umsetzung all dieser Ressourcen auf mehrere Schultern verteilt wird, so ist der Einzelne nicht zu sehr gefordert.

So übernimmt unser Weggefährte Ehrenfried Walkstein aus Köln-Porz die Durchführung unserer Adventsfahrt. Bitte meldet euch unter der Telefonnummer 02203–183 67 06 oder Email walkstein@aol.com bei ihm an. Ehrenfried benötigt zwecks Tischreservierung eure Anmeldung.

Seid für heute herzlich gegrüßt,

Euer Reimund Schultes

NETZWERK "GESUNDHEIT-SPORT-ERLEBNIS"

ein besonderes Angebot der Caritas Suchthilfen und des Diözesan-Caritasverbandes Köln

Selbstverständnis

Unser Netzwerk versteht sich als Kooperationsgemeinschaft des Reha-Zentrums Franzstraße (SKM) und der Caritas Suchthilfen RheinBerg sowie des Diözesan-Caritasverbandes. Im Vordergrund unserer Angebote stehen das Erlebnis, sportliche Aktivitäten und ein gesundes und bewusstes Leben.

Wir richten uns an abstinent orientierte Menschen aus dem Suchtbereich und an interessierte Kolleginnen und Kollegen. Das gemeinsame Erleben und die Erlebnisse innerhalb der Gemeinschaft stärken die Individualität, machen Mut und geben Impulse zur suchtmittelfreien Freizeit- und Lebensgestaltung.

Deshalb sind auch die erlebnisorientierten Hilfen "nah am Menschen". Dies schließt ein, auch in kleinen Schritten zu planen und angemessen auf "Misserfolge" zu reagieren.

Primäres Ziel bei allen Angeboten ist die Förderung und Unterstützung der Suchtselbsthilfe, damit suchtmittelfreies Leben attraktiv und erreichbar bleibt.

Auszug aus dem Netzwerk-Programm-Heft (www.gesundheit-sport-erlebnis.de)





Beispiele aus 2014: Wöchentliche Angebote und Einzelaktivitäten:

Impulskontrolltraining

Freizeitsport für Männer und Frauen in Köln, Solingen, Bergisch Gladbach u.a.

Boxen, Klettern, Walken und Laufen

Frauen- und Männerforum

Foto-, Musik, Yoga- und Fitnessgruppen, Aquajogging

Theaterworkshop, Volleyball und Tischtennis

Wanderungen und Wanderwochen, Klettersteig

Netzwerklauf, Tischtennis- und Volleyballturnier, Marathonteilnahmen,

Kanufahren und Bogenschießen, Segeltörn



GEDANKEN AN EINEN GESCHÄTZTEN UND LIEBENSWERTEN WEGGEFÄHRTEN



12.MAI 2014

Achim fehlt uns als Mitglieder seiner Gruppe schon heute – wird uns immer fehlen. Wir, die Weggefährtinnen und Weggefährten von Achim, haben uns aus allen Himmelsrichtungen zusammen gefunden, um Schwierigkeiten in unserem Leben zu meistern. Nicht unter fachlicher Leitung, sondern aus der eigenen Lebenserfahrung – Selbsterfahrung.

IN DIESER GRUPPE WAR ACHIM EIN JUWEL.

Gestern Abend saßen wir zusammen um unsere Gedanken in den Menschen Achim zu senken. Dabei konnte jeder von uns seinen Achim "auferstehen" lassen und ganz in Ruhe von ihm berichten. Konnte das darlegen, was ihm besonders an Achim beeindruckte, was er in sein Leben von Achim mitnehmen kann, was ihm mit Achim Freude gemacht hat, was ihm mit Achim geholfen hat. Es kam nur Gutes zur Sprache.

Diese außergewöhnliche Begabung, anderen zu helfen, lag sicherlich tief in ihm – wobei er stets beteuerte, sich selbst dabei nicht zu vergessen. Diese vielen guten Begebenheiten möchte ich hier nicht einzeln aufführen - ich würde mir den Groll von Achim zuziehen. Ich sehe ihn jetzt vor mir. Ganz ruhig, aufmerksam, den Kopf leicht geneigt, die Mütze (ohne die ich ihn nicht erkannt hätte), seinen sorgsam geflochtenen Zopf mit dem verbliebenen Hinterhaar.

Gestern hatte er mir persönlich schon gefehlt. Ich selbst hatte ungeschickt eine organisatorische Frage angeschnitten und wurde dabei nicht verstanden. Eine für alle unbefriedigende Situation blieb im Raum - Achim hätte sich hier positiv eingebracht! So wie er sich mit seinem ernsten und doch verschmitzten Lächeln auch im Hintergrund der Gruppenbegegnungen für jeden von uns eingebracht hat. Er war wirklich allzeit bereit.

Dafür danken wir ihm von ganzem Herzen. Dafür bleibt er auch in unseren Herzen. Dafür halten wir auch zu Borussia Dortmund.

Seiner Familie, insbesondere seiner Frau und seinen Söhnen, wünschen wir Kraft und alles Gute für die Zukunft.

Wir als Gruppe nehmen uns die stärkenden Worte von Hieronymus als Tröstung:

Wir wollen nicht zu sehr trauern über das, was wir verloren, wir wollen auch dankbar sein für das, was wir gehabt haben. Denn wer in Gott vollendet, bleibt mit den Seinigen verbunden.

Reimund

TRAURIGKEIT IST NICHT UNGESUND – SIE HINDERT UNS, ABZUSTUMPFEN.

George Sand

Wolfgang Conrad

† 26.05.2014

Gruppe Morsbach

Ingeborg Haas

+ 15.07.2014

Gruppe Wülfrath

Achim Ramm

† 12.05.2014

Gruppe Bonn 8

Gabi Simon

+ 08.07.2014

Gruppe Bonn 8

Josef Körber

+09.08.2014

Gruppe Bonn 5

Die Welt ist



öffnest.

(Volksgut)