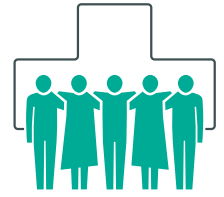


Info-Blatt des Kreuzbund-Diözesanverband Köln e. V. 1/2024

BLICKPUNKT



KREUZBUND

Gemeinsam Sucht überwinden

Sommerzeit
– Zeit zum
Durchatmen



INHALT

Der Kreuzbund hat Entwicklungspotenzial.....	4
Das KREUZBUND-Forum.....	5
Vom Prunkwagen zum Bollerwagen	6
Jahresbericht Kreuzbund DV Köln e.V. 2023	8
Hallo zusammen	14
Monika Koch stellt sich vor	15
Aufnahmeantrag	16
Datenschutzerklärung.....	17
Die 14. DHS-Sucht-Selbsthilfe-Konferenz	18
„Sucht & Süchtig“	20
Tagesseminar „Mut zur Selbstverantwortung“	22
Kölner Ehrenamtstag 2024	24
Stressbewältigung durch Bogenschießen	24
Delegiertenversammlung	25
Bundesweite Aktionswoche	26
Warum Schulung von Gruppenleitungen?	27
Trauer.....	29
Der Wülfrather Kreuzbund.....	30
Josef-Neumann-Stiftung 2024.....	31

IMPRESSUM

Herausgeber
Kreuzbund Diözesanverband Köln e.V.

Verantwortlich für den Inhalt
Andrea Stollfuß

Redaktion
Andrea Stollfuß, Hans Aretz

Fotos Titel, S. 18, S. 19 Adobe

Blickpunkt
Georgstr. 20 • 50676 Köln

Layout maxgut, Düsseldorf

Druck Brandt GmbH
Rathausgasse 13 • 53111 Bonn

Erscheinungsweise halbjährlich

Redaktionsschluss 15.10.2024

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

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

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

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

Bei Bedarf behält sich die Redaktion Text-Kürzungen vor.

Bilder, die nicht namentlich gekennzeichnet sind, stammen von Pixabay.

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

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

Das Redaktionsteam

Beiträge an:
andrea.stollfuss@kreuzbund-dv-koeln.de oder
kbk@kreuzbund-dv-koeln.de unter dem Stichwort
„Blickpunkt“



Dr. Frank Johannes Hensel
Diözesan-Caritasdirektor

ZU DIESER AUSGABE

Frieden will gelernt sein

Gastkommentar in der „Kirchenzeitung“ von Diözesan-Caritasdirektor Dr. Frank Johannes Hensel

„Frieden – ein Wort, mit dem im Deutschen viele Redewendungen verbunden sind. „Ruhe in Frieden!“, „Lass mich in Frieden!“, „Frieden schaffen“, „Frieden schließen“ – die Reihe ließe sich fortsetzen. Frieden – ein Wort, das eine tiefe Sehnsucht von uns Menschen ausdrückt. Offenbar wird „Frieden“ auch deshalb gerade so oft genannt, weil er in Gefahr gebracht wird. Ein Blick in die Ukraine, in den Nahen Osten, den Sudan oder nach Mali stützt die Wahrnehmung: Die Welt scheint zu einem mehr und mehr unfriedlichen Ort zu werden.

Wenn die Caritas 2024 zum Friedensjahr ausruft und ihrer Kampagne den Titel „Frieden beginnt bei mir“ gibt, dann hat das auch mit der tatsächlichen und gefühlten Unfriedlichkeit um uns herum zu tun. Vor allem soll deutlich werden: Wir sind Krieg oder Frieden nicht einfach ausgesetzt und ausgeliefert, wir können unsere Umgebung beeinflussen – auch wenn es mühsam ist.

Frieden will gelernt sein. Dabei ist Frieden natürlich viel mehr als die Abwesenheit von Krieg; das macht ja schon die vielfach gebrauchte Redewendung „den inneren Frieden finden“ deutlich. Und: Frieden herrscht nicht einfach, er muss genährt, gestärkt, belebt, errungen und verteidigt werden. Schon im Kleinen und durchaus auch bei den Kleinen: Nicht zufällig startete die Caritas im Erzbistum Köln die Kampagne Anfang Januar in einem Kindergarten. Denn wenn sich die Caritas mit all ihren Angeboten, die Menschen stärken, ermutigen, beraten und begleiten, als Teil einer Versöhnungsarchitektur sieht, dann beginnt genau dieses Friedenshandwerk bereits im Kindergarten.

Dort nimmt vieles seinen Anfang, was unsere Gesellschaft aus- und stark macht: Bildung, Sprache, Gemeinschaft, Chancengerechtigkeit, Wertschätzung und Versöhnlichkeit. In der Kita finden Kinder das Fundament, mit dem sich eine friedliche Gesellschaft aufbauen und durchhalten lässt. Es ist einfachstes Handwerkszeug: einander anschauen, kennenlernen, annehmen ohne Vorurteile, das Miteinander suchen, mit kindlicher Neugier und pädagogischer Begleitung.

Was in einer Kita stattfindet, ist praktische Werteerfahrung: Frieden beginnt. Mit uns, mit dir, mit mir. Populistische Strömungen und Ausgrenzungen bewirken das Gegenteil von friedlicher Koexistenz. Aber wie gelangen wir zu einem friedlichen Miteinander? Die Mittel sind im Grunde einfach: Wir brauchen mehr Verständnis und mehr Mitgefühl, mehr Nächstenliebe; wenigstens so viel, wie jeder selbst erfahren möchte. Darum ist die Jahreskampagne der Caritas auch ein Appell an die Selbstverantwortung. Wenn wir in Frieden leben wollen, müssen wir ihn lernen und leben, wo immer es in unserer Macht steht.“

Quelle: Kirchenzeitung im Erzbistum Köln 8/24

DER KREUZBUND HAT ENTWICKLUNGSPOTENZIAL

Die Bundesdelegiertenversammlung am 20. und 21. April 2024 in Siegburg war geprägt vom Wechsel in der Bundesgeschäftsführung. Am 1. Februar 2024 hat Dr. Daniela Ruf diese Funktion übernommen und damit die Nachfolge von Heinz-Josef Janßen angetreten. Die 45-Jährige stellte sich den rund 100 Delegierten vor und umriss ihre Pläne für die Zukunft. Sie hat über 20 Jahre Erfahrungen in der Suchthilfe und Sucht-Selbsthilfe und hat bereits ihre Doktorarbeit im Fach Psychologie über alkoholbezogene Störungen geschrieben. In den vergangenen 13 Jahren war sie beim Deutschen Caritasverband (DCV) in Freiburg im Referat „Teilhabe und Gesundheit“ beschäftigt und in dieser Funktion im Schwerpunkt auch für die Sucht-Selbsthilfe zuständig. Den Kreuzbund, Fachverband des Deutschen Caritasverbandes, kennt sie also schon lange.

Die Sucht-Selbsthilfe sei ein gutes und wichtiges Angebot, sagte sie in ihrer Antrittsrede. Außerdem habe sie im Kreuzbund beeindruckende Menschen kennengelernt. Es sei für suchtkranke Menschen eine große Leistung, sich aus der Abhängigkeit zu befreien, sich selbst anzunehmen und wieder Verantwortung zu übernehmen - und für Angehörige sei es eine große Leistung, diesen Weg zu begleiten. Sie ist sicher, dass der Kreuzbund Entwicklungspotenzial hat und möchte dieses gemeinsam mit den Menschen im Kreuzbund entfalten und dabei an die positiven Entwicklungen der vergangenen Jahre anknüpfen.

Sie ist überzeugt: Die Gruppe stellt auch weiterhin den Kern des Kreuzbundes dar, die Sucht-Selbsthilfe bleibt auch zukünftig ein tragendes und zentrales Angebot im Hilfesystem - und der Kreuzbund bleibt der größte Sucht-Selbsthilfeverband in Deutschland, trotz der Mitgliederverluste, die auch andere Vereine und Verbände betreffen und nichts über die Qualität des Angebotes aussagen. Dies wird jedoch kein Selbstläufer sein. Menschen müssen bereit sein, den Kreuzbund mit ihrer Mitgliedschaft zu unterstützen, und sie müssen bereit sein, Funktionen zu übernehmen. Darauf möchte sie gemeinsam in den kommenden Jahren hinwirken und die Diözesanverbände unterstützen.

Die Grundlagen für die Zukunft bezeichnete sie als gut: „Wir sind auf einem guten Weg, dürfen aber nicht stehenbleiben“. Es gelte, die Strukturen und Angebote zu überprüfen und bei Bedarf an veränderte Bedingungen und Zielgruppen anzupassen, die Finanzierung sicherzustellen und Aufgaben und Verantwortung sinnvoll zu verteilen. Dann könne der Kreuzbund gut in die Zukunft kommen und 2046 stolz sein 150-jähriges Jubiläum feiern.

Die neue Bundesgeschäftsführerin formulierte auch einige Wünsche: Sie will sich für mehr Nähe und Erlebbarkeit der Bundesebene bis in die Gruppen sowie eine gute Zusammenarbeit über alle Ebenen hinweg einsetzen. Sie hofft auf ein gutes Miteinander, eine offene und ehrliche Kommunikation und konstruktive Kritik. Sie ermunterte die Delegierten, mit ihren Anliegen gern auf sie zuzukommen - sei es per Telefon oder per Mail.

Auch die Delegierten äußerten einige Wünsche an die Bundesgeschäftsführerin: Unter dem Stichwort „Gesicht zeigen“ würden sie es begrüßen, wenn Daniela Ruf Veranstaltungen der Diözesanverbände besucht und dort auch auf Gruppenmitglieder trifft, die die Strukturen des Verbandes nicht hinreichend kennen. Das könnte manche Vorbehalte gegenüber dem Bundesverband zerstreuen und zu einem besseren Miteinander der Verbandsebenen beitragen.

Gunhild Ahmann, Referentin für Öffentlichkeitsarbeit

Erste Delegiertenversammlung mit der neuen Bundesgeschäftsführerin



Dr. Daniela Ruf



Weggefährten im Netz - Habt ihr davon schon gehört?

DAS KREUZBUND-FORUM

Die Idee wurde zu Corona-Zeiten aufgegriffen, eine Zeit, in der persönliche Kontakte und Treffen stark eingeschränkt oder gar nicht möglich waren. In dieser Zeit etablierten sich im Kreuzbund einige Online-Angebote, die sich als sinnvoll und bereichernd erwiesen. So haben der Kreuzbund-Chat, das Kreuzbund-Forum und die KreuzbundApp einen festen Platz im Kreuzbund gefunden und sind für alle Weggefährten*innen und Hilfesuchende nutzbar. Jeder kann sich einbringen und mitgestalten, ganz gleich, ob er in der Stadt oder auf dem Land lebt, denn das Internet kennt keine räumlichen Entfernungen. Auswertungen zeigen, dass die Angebote gut angenommen und genutzt werden.

Im April 2023 ging das Kreuzbund-Forum an den Start, mit dem Ziel einen Ort im Netz zu schaffen, an dem sich Weggefährtinnen und Weggefährten bundesweit treffen und austauschen können. Das Kreuzbund-Forum spricht sowohl Angehörige als auch Suchtbetroffene an. Ein zusätzliches Angebot, um unsern Horizont zu erweitern und die Kreuzbund-Gemeinschaft zu stärken.

Der Begriff „Forum“ soll in seiner ursprünglichen Bedeutung gesehen und genutzt werden, nämlich als ein Markt- oder Versammlungsplatz für Kommunikation, Diskussion und Meinungsaustausch.

Das Forum findet jeden ersten Dienstag im Monat in der Zeit von 16:30 Uhr bis ca. 18 Uhr statt.

Das Forum bietet die Chance, sich über die eigene Gruppe hinaus zu vernetzen, auszutauschen und Menschen kennenzulernen, die man vielleicht nie kennengelernt hätte. Darüber hinaus wird im Forum die Vielfalt im Kreuzbundes erlebbar und weckt vielleicht die Neugier auf mehr als nur die eigene Gruppe. Das Themenspektrum im Forum umfasst, wie auch in Präsenz, alle Themen rund um Sucht und Abstinenz sowie alle Themen des Kreuzbundes und der Verbandsarbeit.

Habt ihr Lust bekommen, das Forum auszuprobieren? Dann braucht ihr ein videofähiges Endgerät (Handy, PC, Laptop oder Tablet), eine Internetverbindung und schon kann es losgehen. Die jeweilig anstehenden Themen und zuständigen Ansprechpartner findet Ihr unter dem Link:

www.kreuzbund.de/de/forum.html

Das Forum findet jeden ersten Dienstag im Monat in der Zeit von 16:30 Uhr bis ca. 18 Uhr statt. Ihr könnt euch jederzeit über das Anmeldeformular mit eurer Mail-Adresse auf der Website des Bundesverbandes anmelden. Nachdem die Mail-Adresse in den Verteiler aufgenommen wurde, erhaltet ihr alle Vier Wochen den Zugangslink zur Teilnahme am Forum. Das Angebot ist kostenfrei und es besteht keine Verpflichtung an allen Foren teilzunehmen.

Ich freue mich auf einen Austausch mit euch und allen, die schon da sind.

A.Stollfuß





VOM PRUNKWAGEN ZUM BOLLERWAGEN – WARUM NICHT UMGEKEHRT?

Bundesseminar vom
1. bis 3. März 2024
in Hamburg

Wie der Kreuzbund Kontakte zu Rundfunksendern herstellen kann und welche Anforderungen sich daraus für die Öffentlichkeitsarbeit ergeben, haben die 13 Teilnehmenden des Bundesseminars „Wir sind auf Sendung – Der Kreuzbund in Funk und Fernsehen“ vom 1. bis 3. März 2024 in Hamburg diskutiert.

Die Leitung des Seminars hatten Peter Kirianczyk, freiberuflicher Videojournalist aus Haltern am See, Detlev Vietz, Leiter des Arbeitsbereichs „Öffentlichkeitsarbeit“ auf Bundesebene, und Gunhild Ahmann, Referentin für Öffentlichkeitsarbeit des Bundesverbandes und nebenberufliche Rundfunkredakteurin im WDR Regionalstudio Münster.

Im Vorfeld des Seminars hatte Gunhild Ahmann am Freitagnachmittag einen Besuch des NDR-Landesfunkhauses in Hamburg organisiert. Dabei erklärte uns eine sympathische Mitarbeiterin anhand einer „Radio-Uhr“, nach welchen Kriterien die Musiktitel ausgesucht werden und dass diese Aufgabe zukünftig möglicherweise von Künstlicher Intelligenz übernommen wird. Anschließend konnten wir dabei zusehen, wie eine Redakteurin zur vollen Stunde die Nachrichten fehlerfrei und souverän präsentierte. Sie erklärte uns anschließend, wie die wichtigsten Meldungen ausgewählt werden und dass z.B. bei einem schweren Unfall sofort ein Reporter bzw. eine Reporterin mit einem Aufnahmegerät ausgesandt wird, um aktuell vor Ort berichten zu können. Grundsätzlich sei es wichtig, bei strittigen Themen die Argumente beider Seiten zu benennen und nicht einseitig zu berichten.

Am Freitagabend wurden nach einer Vorstellungsrunde der Selbsthilfe-Film des Kreuzbundes, die Videospots und die Audiobeiträge vorgestellt, die auf der Homepage www.kreuzbund.de und in unserem YouTube-Kanal eingestellt sind. Alle Beiträge sind von Peter Kirianczyk und Gunhild Ahmann produziert worden. Am Samstagnachmittag und am Sonntagmorgen wurden weitere Interviews mit den Seminarpartizipierenden aufgenommen, die demnächst veröffentlicht werden.

Am Samstagmorgen stellte Gunhild Ahmann dann das Rundfunksystem in Deutschland, seine Entstehung und Entwicklung vor. Es gibt drei Organisationsformen des Rundfunks:

1. Der öffentlich-rechtliche Rundfunk wurde nach dem 2. Weltkrieg von den alliierten Besatzungsmächten gegründet. Es gilt das Gebot der Staatsferne und der politischen und wirtschaftlichen Unabhängigkeit. Der Grundversorgungsauftrag umfasst die Säulen Information, Bildung, Kultur und Unterhaltung. Der öffentlich-rechtliche Rundfunk finanziert sich über den Rundfunkbeitrag, der von jedem Haushalt gezahlt wird.



2. Die Deutsche Welle (deutschsprachiger Sender für das Ausland) und der Deutschlandfunk (für deutschsprachige Hörer*innen in der DDR und in Osteuropa) werden als staatliche Sender von der Bundesregierung beaufsichtigt und aus Steuergeldern finanziert.

3. Seit 1984 gibt es mit dem Sendestart von RTL und Sat1 privatrechtlichen Rundfunk, der sich ausschließlich über Werbung finanziert.

Im nächsten Schritt haben wir die wesentlichen Unterschiede zwischen den Printmedien und Hörfunk bzw. Fernsehen zusammengetragen. So begegnen Fernsehzuschauer*innen Menschen mit Bild und Stimme, einschließlich Mimik und Gestik. Sie haben keinen Überblick über den ganzen Beitrag und müssen der Geschwindigkeit folgen, mit der Text und Bild vermittelt werden. Außerdem ist Hörfunk in der Regel ein „Nebenbei-Medium“, das v.a. morgens nach dem Aufstehen, beim Frühstück und auf dem Weg zur Arbeit gehört wird. Die Zuhörer*innen konzentrieren sich nicht auf das Radioprogramm, ihre volle Aufmerksamkeit muss erst geweckt werden.

Was bedeutet das für die Öffentlichkeitsarbeit im Rundfunk? Wir brauchen einen sogenannten „Aufhänger“, einen Anknüpfungspunkt, der den aktuellen Anlass für die Berichterstattung liefert, z.B. eine Filmvorführung, eine Lesung, eine Ausstellung, eine Podiumsdiskussion, ein „Trocken-Rekord“ oder ein Gruppen-Jubiläum u.Ä. Wenn wir uns an einen Sender wenden, sollte das immer im Zusammenhang mit einem suchtbezogenen Thema stehen. Dabei sind aktuelle Zahlen aus dem „Jahrbuch Sucht“ oder von der Internetseite der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen (DHS) mitzuliefern.

Anschließend haben die Teilnehmenden in Kleingruppen eine möglichst öffentlichkeitswirksame Veranstaltung samt Presseeinladung entworfen. Eine Gruppe schlug vor, sich mit einem eigenen Wagen an einem Karnevalsumzug zu beteiligen. Diese Idee fanden alle gut, sie wurde aber in der anschließenden Diskussion „abgespeckt“ mit dem Hinweis auf die möglicherweise hohen Kosten. Vielleicht könnte auch eine Fußgruppe reichen, hieß es. Ein Seminarteilnehmer stellte dazu später die kritische Frage, warum wir uns häufig selbst klein machen und tiefstapeln. „Wir sind mit dem Prunkwagen angefangen und beim Bollerwagen gelandet“, bedauerte er.

Gunhild Ahmann, Referentin für Öffentlichkeitsarbeit

JAHRESBERICHT KREUZ- BUND DV KÖLN E.V. 2023

von Andrea Stollfuß
Diözesanvorsitzende Kreuzbund DV Köln e.V.

1. EINFÜHRUNG

Der vorliegende Bericht gibt Auskunft über die Entwicklungen des Diözesanverbandes sowie die Arbeit und Aktivitäten im Jahr 2023.

Im Jahr 2023 blieben die Mitgliederzahlen konstant, Zu- und Abgänge standen sich neutral gegenüber. Zur den regulären Selbsthilfeangeboten in Präsenz haben sich auch digitale Hilfeangebote etabliert.

2. FÖRDERER

Der Diözesanvorstand bedankt sich bei allen haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeitern/innen in der Geschäftsstelle, in den Gremien und Organen, bei allen anderen Funktionstragenden und bei denjenigen, die sich ehrenamtlich oder beruflich für den Kreuzbund engagiert haben. Vielen Dank für jeden persönlichen Einsatz und alle geleistete Arbeit!

Ganz besonders möchten wir uns bei unseren Kooperationspartnern und finanziellen Unterstützern bedanken, die uns im Jahr 2023 großzügig gefördert, beraten und unterstützt haben:

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

3. AUFGABEN

Der verbandliche Rahmen und die Diözesangeschäftsstelle bieten den Gruppen und Gruppenleitungen vor Ort Unterstützung bei allen anfallenden Aufgaben. Insbesondere eine gute Zusammenarbeit und Vernetzung untereinander fördern eine erfolgreiche Selbsthilfearbeit.

Dazu einige Arbeitsschwerpunkte:

- Unterstützung bei allen Verwaltungsaufgaben, z.B. Bank- und Kontenangelegenheiten, KK-Förderung, Hilfestellung beim Suchen von Gruppenräumen
- Unterstützung bei der Nutzung digitaler Kommunikationsformate
- Durchführung von Schulungen, Seminaren online wie in Präsenz



Andrea Stollfuß

- Schulung von Gruppenleitungen (6 Wochenendseminare/17 Teilnehmende)
- Ausbau von Netzwerken und Kooperation innerhalb und außerhalb des Diözesanverbandes
- Unterstützung der Öffentlichkeitsarbeit mit kostenfreien Werbematerial
- Ausbau der Angehörigenarbeit – Infoveranstaltung, Seminar für Angehörige
- Vorstellung der Sucht-Selbsthilfe in Kliniken und Beratungsstellen

Als neu möchte ich erwähnen, dass der Kreuzbund DV Köln seine Mitgliederverwaltung modernisiert und digitalisiert hat. Dazu nutzen wir die Branchensoftware „eVEWA“ der Grün Software Group, ein Hersteller und Anbieter für Firmen und Vereine mit Sitz in Aachen. Betrieben wird die Software in der Grün App Cloud, die modernen Standards in Punkto Sicherheit, mobilen Arbeiten, Datenschutz und Technik entspricht. Leider läuft noch nicht immer alles rund, aber wir sind zuversichtlich, dass die Software letztendlich eine Arbeitserleichterung mit sich bringt, auch wenn es am Anfang noch etwas holpert.

4. DV-DELEGIERTENVERSAMMLUNG, DV-DIÖZESANKONFERENZ, DIÖZESANVORSTAND

Die Diözesan-Delegiertenversammlung fand am 25.03.2023 in Köln als Präsenz-Veranstaltung statt. Die Delegierten beschlossen die grundsätzliche Ermöglichung von digitalen und hybriden Organsitzungen, in deren Rahmen rechtsverbindliche Beschlüsse gefasst werden können. Somit besteht die Möglichkeit, beschlussfähige Versammlungen nicht nur in Präsenz, sondern auch als Videokonferenz oder in hybrider Form durchzuführen.

Die Diözesankonferenz fand am 02.12.2023 in digitaler Form statt. Die Konferenz nahm den vom Vorstand beschlossenen Haushaltsplan für 2024 entgegen und stellte ihn fest. Schwerpunktthema war das Gelingen einer guten Zusammenarbeit von beruflicher Suchthilfe und Sucht-Selbsthilfe. Dieses Thema soll in 2024 verstärkt aufgegriffen werden.

Der Diözesanvorstand vertritt den Kreuzbund DV Köln e.V. in allen rechtlichen Angelegenheiten und führt die operativen Geschäfte im Sinne des Vereins und der Gemeinnützigkeit. Alle drei Jahre finden Neuwahlen statt.

5. GREMIEN/GREMIENARBEIT

Der Kreuzbund DV Köln e.V. arbeitet in folgenden Gremien mit:

- Fachausschuss Sucht NRW (FAS NRW)
- Gesundheitsselbsthilfe NRW (Selbsthilfenetzwerk NRW)
- Katholische Arbeitsgemeinschaft Sucht NW (KLAGS)
- DiAG: Diözesan-Arbeitsgemeinschaft Sucht /Caritasverband Köln
- DiAG: Diözesan-Arbeitsgemeinschaft Ehrenamt/Caritasverband Köln
- Verbandskonferenz/Caritasverband Köln
- Arbeitsgemeinschaft Katholischer Verbände (AGKV)
- KAG: Kölner Arbeitsgemeinschaft Sucht
- UAG „Digi.-Sucht“ DCV (Unterarbeitsgruppe Digi.-Sucht/Deutscher Caritasverband)

Diese Gremien dienen der Information über allgemeine, politische, gesellschaftliche Entwicklungen und insbesondere auch Entwicklungen im Bereich der

Sucht- und Sucht-Selbsthilfe. Sie fördern die Zusammenarbeit und Vernetzung, um gemeinsame Ziele zu aufzugreifen, voranzubringen und umzusetzen.

BILDUNG 2023

Das Bildungsangebot im Kreuzbund ist eine wichtige Ergänzung zur Gruppenarbeit. Die Seminare werden sehr gut angenommen und genutzt. Sie informieren über Verbandswissen, behandeln alle Selbsthilfe- und Suchtthemen, unterstützen die persönliche Weiterentwicklung und fördern somit den Erhalt der Abstinenz. Im Jahr 2023 haben wir sieben WE-Seminare und vier Tagesseminare und eine GL-Schulung mit 17 Teilnehmenden durchführen können.

6. BERICHT DER ARBEITSBEREICHE 2023

- Öffentlichkeitsarbeit – *H. Aretz*
- Frauen- und Männerarbeit/ Gender – *E. Kostack*
- Senioren 55+/ältere Menschen – *E. Walkstein*
- Familie als System/Einbindung der Familien und Angehörigen – *W. Denkert*
- Kreuzbund Kompakt – *Thomas Schröder*
- Junger Kreuzbund/jüngere Menschen – *M. Koch*



Thomas Schröder

– GESCHÄFTSFÜHRERBERICHT –

7. JAHRESBERICHT 2023 DER GESCHÄFTSFÜHRUNG

Ein längerfristiger Ausfall der Geschäftsführung hatte zur Folge, dass im Jahr 2023 fast alle Geschäftsvorgänge und Arbeiten von unserer Mitarbeiterin Pia Regh vorbereitet und im Einvernehmen mit dem Vorstand ausgeführt werden mussten. Alle Arbeiten und Aufgaben wurden neben Mitgliederverwaltung, Informations- und Netzwerkarbeit, Planung, Organisation und Durchführung von Seminaren, Schulungsangeboten sowie Fachveranstaltungen stets sorgfältig und kompetent erledigt. An dieser Stelle ein großes Dankeschön an Pia Regh. Ebenso stand sie den Gruppen mit Rat und Tat zur Seite, z.B. bei der Einrichtung von Gruppenkonten, Verwaltungsfragen oder Versorgung mit Werbe- und Info-Material für die Öffentlichkeitsarbeit vor Ort.

Für die finanziellen Angelegenheiten, Fördermittelbeantragung, Verwendungsnachweise, Lohnabrechnungen war wie auch im Vorjahr Thomas Schröder zuständig. Er erledigte alle dazu anfallenden Aufgaben. Ebenso erstellte er den Haushaltsplan und einen Liquiditäts-Plan für das laufende Geschäftsjahr, was eine kontinuierliche und nachvollziehbare Kontrolle, Gesamtübersicht und Planung ermöglichte. Auf dieser Berechnungsgrundlage konnte der Haushaltsplan für 2024 erstellt werden, der im Vorstand besprochen und beschlossen wurde. Die Diözesankonferenz nahm am 02. Dezember 2023 den vorläufigen Haushaltsplan für 2024 zur Feststellung entgegen. Ebenso wurden die Förderanträge 2024 und Verwendungsnachweise für 2023 erstellt und bei den Krankenkassen wie dem Diözesan-Caritasverband eingereicht und wir hoffen auf einen wohlwollenden Bescheid.

ERLÄUTERUNG DES JAHRESABSCHLUSSES DURCH THOMAS SCHRÖDER:

Die Einnahmen setzen sich zum einen aus dem DV-Beitrag und der 10 %-igen Beitragsrückerstattung des Bundesbeitrages, der Krankenkassenförderung, Förderung durch die Deutsche Rentenversicherung zusammen. Außerdem aus Gruppenauflösungen, Mietbeteiligung und Spenden.

An dieser Stelle ein
großes Dankeschön
an Pia Regh

**Jahresergebnis des
Kreuzbund DV Köln e.V.
2023**

**Einnahmen**

DV Beitrag	7.065,00 €
Rückerstattung vom BV	7.098,20 €
DV Seminare	60.022,87 €
TN Beiträge f.Seminare	14.880,00 €
Teil II Pauschalford. Seminare	40.405,10 €
Rheinische Beihilfe - Zuschuss	4.737,77 €
Schulung DRV, standardisierte	0,00 €
DV - Gruppenleiterschulung	2.040,00 €
KK-Förderung, GL-Schulung	0,00 €
TN-Beiträge, GL-Schulung	2.040,00 €
Zuschüsse für Geschäftsstelle	47.947,50 €
Pauschalförderung KK	26.547,50 €
Zuschuss Gesch. DiCV	21.400,00 €
sonstiges z.B. Spenden, Gruppenauflösung etc.	7.114,36 €
davon	
Erlöse aus Gruppenauflösungen	824,25 €
Mietertrag St.Verb. Köln	3.600,00 €
Spenden	2.472,00 €
Sachkostenerstattung	218,11 €
Gesamte Einnahmen	131.287,93 €
Jahresergebnis 2023 / Gewinn	687,25 €
Auflösung Rückstellung	0,00 €
bereinigtes Jahresergebnis 2023	687,25 €

Ausgaben

DV Seminare	36.367,30 €
DV-Seminarkosten	36.367,30 €
DV - Gruppenleiterschulung	11.174,50 €
Kosten DV - GL-Schulung	11.174,50 €
Ausgaben für Geschäftsstelle	51.354,18 €
Personalkosten	24.140,41 €
Raumkosten	12.873,92 €
Kosten Geschäftsstelle	14.339,85 €
<i>hiervon sind Anschaffungen für die Geschäftsstelle in Höhe von</i>	<i>3.362,76 €</i>
Kosten ÖA	5.982,63 €
Kosten Regionalbea. / Arbeitsber.Itg. etc. / Delegiertenvers. / DV-Konferenz	2.469,20 €
Kosten Vorstand	2.252,87 €
Einstellungen in Rücklagen	21.000,00 €

Gesamte Ausgaben **130.600,68 €**

VERBANDSSTRUKTUREN, GLIEDERUNGEN, MITGLIEDER- UND GRUPPENTWICKLUNG

Der Diözesanverband Köln ist in fünf Regionen – Nord, Süd/Ost, Süd/West, West und Ost gegliedert. Der regelmäßige Kontakt und Austausch bei den Regionalgesprächen und die Treffen der Kreis- und Stadtverbände fördern die Zusammenarbeit und die Gemeinschaft. Des Weiteren existieren im Diözesanverband drei rechtsfähige Untergliederung: Der Stadtverband Bonn e.V., der Kreisverband Düsseldorf e.V. und der Rheinisch Bergische Kreis e.V.

MITGLIEDER- UND GRUPPENTWICKLUNG 2023/24

Mitgliederentwicklung	Per 31.12.22	Per 31.12.23	Per 28.03.24
Mitglieder im DV Köln e.V.	607	590	623
Gruppenbesucher			
Gruppen im DV Köln	75	75	76
Neuzugänge davon Abgänge im gleichen Jahr	37 2	67 5	39
Abgänge davon verstorben	50 8	55 6	
Anzahl Paare	35	35	37
Beitragsfrei	25	17	15
Halbzahler	9	6	6

Gruppenauflösung:

Neuss-Zentrum zum 30.06.2023

Neuzugänge:

Mönchengladbach – junger Kreuzbund 01.01.2023

Mönchengladbach – Gesprächskreis junger KB 01.01.2023

Regionen	Per 01.01.2023		Per 01.01.2024	
Region Nord	14 Gruppen	135	14 Gruppen	137
Region Ost	17 Gruppen	104	17 Gruppen	102
Region Süd/West	19 Gruppen	138	19 Gruppen	138
Region Süd-Ost	15 Gruppen	134	15 Gruppen	134
Region West	10 Gruppen	80	11 Gruppen	84
Einzelmitglieder		29		28
Gesamtzahl		618		623

DIE GRUPPENARBEIT

Die Selbsthilfegruppen bilden die Basis des Kreuzbund DV Köln e.V. Nach dem Prinzip "Hilfe zur Selbsthilfe" treffen sich wöchentlich Suchtkranke und Angehörige zum Gespräch und Erfahrungsaustausch, um sich gegenseitig zu unterstützen. Die Selbsthilfearbeit wird grundsätzlich ehrenamtlich geleistet. Der Kreuzbund ist für alle Suchtformen offen. Die Standardgruppen sind gemischt - Frauen und Männer, Betroffene und Angehörige. Neben den gemischten Gruppen gibt es auch spezifische Hilfeangebote, über welche die Arbeitsbereichsleitungen bereits berichtet haben.

Spezifische Zielgruppen:

- Junger Kreuzbund/jüngere Menschen
- Senioren 55+/ältere Menschen
- Familie als System/Einbindung der Familien und Angehörigen
- Frauen/Männer/Gender
- Öffentlichkeitsarbeit

Arbeitsbereiche wie Öffentlichkeitsarbeit, Kreuzbund kompakt (Verbandswissen) und Seelsorge sind Querschnittsthemen, da sie alle Zielgruppen und Verbandsebenen betreffen. Jeder Arbeitsbereich hat eine Leitung, welche sich um die inhaltliche Arbeit kümmert.

8. JUBILÄEN

Wie jedes Jahr gab es in den Regionen viele Mitgliederehrungen zur 10-, 25-, und 30-jährigen Mitgliedschaft. Diese finden meist auf der Delegiertenversammlung oder bei den Regionalversammlungen statt.

9. AUSBLICK 2024

Mit Blick auf die vergangene drei Jahre können wir durchaus behaupten, dass wir insgesamt sehr gut aufgestellt sind, wir haben die Krisenzeit während und nach der Pandemie ohne größere Einbußen gut gemeistert. Die Mitgliederzahlen sind trotz Pandemie relativ konstant geblieben und wir haben auf Grund ausreichend finanzieller Förderung gute Angebote und Arbeit leisten können. Unsere Seminare und Schulungen werden sowohl von unseren Mitgliedern als auch von externen Teilnehmenden gebucht. Der Digitalisierungsprozess und die Modernisierungs- wie Erneuerungsstrategien im Verband sollen fortgeführt und ausgebaut werden. Wir wollen den gesellschaftlichen und digitalen Entwicklungen auch in Zukunft mitgestalten. Dabei wollen wir neue Angebote schaffen, neue Mitglieder gewinnen und möglichst alle bestehenden Mitglieder und Engagierte mitnehmen.

*Andrea Stollfuß
Köln, 31.12.2023*

HALLO ZUSAMMEN

für alle die mich nicht kennen: Mein Name ist Hans Aretz und ich bin seit 2017 Beauftragter für Öffentlichkeitsarbeit im DV Köln.

Gleichzeitig bin ich auch Gruppenleiter der Gruppe Grevenbroich 3. Ich möchte euch heute über die Aktivitäten in der Öffentlichkeitsarbeit 2023/24 informieren.

Wir hatten vom 27. bis 29. Oktober 2023 unsere Arbeitstagung „Öffentlichkeitsarbeit“ in Paderborn. Dabei befassten wir uns wieder sehr intensiv mit der Weiterentwicklung der Digitalisierung und unseres Auftretts als Kreuzbund in der Öffentlichkeit. Die mittlerweile angelaufene Facebook-Seite hat 847 Follower (Stand Oktober 23) und wurde sehr positiv bewertet. Zeitnah soll auch eine Instagram-Seite an den Start gehen, wo dann vermehrt kurze Videos gepostet werden sollen.

Das Kreuzbund Forum ist seit April 2024 online. Dieses bundesweite Angebot findet immer am ersten Dienstag im Monat statt und es nehmen meist 20 bis 50 Weggefährter*innen teil. Am 2. Mai 2023 gestaltete der Arbeitsbereich Öffentlichkeitsarbeit das Forum zum Thema „Suchtselbsthilfe im Blick – Jede/r macht Öffentlichkeitsarbeit“. Beim Kreuzbundchat gibt es derzeit acht Moderatoren und Interessierte können sich gerne dafür melden. Die erste Mat ÖA, findet im Frühjahr 2024 per Videokonferenz statt. Dort werden die oben genannten Themen nochmal besprochen und vertieft. Die nächste Mat ÖA in Präsenz ist vom 18. bis 20. Oktober in Nürnberg.

Zwischenzeitlich fand vom 1. bis 3. März 2024 in Hamburg das Seminar „Wir sind auf Sendung – Der Kreuzbund in Funk und Fernsehen“ Dieses Seminar beinhaltete einen Besuch beim NDR, wobei wir einiges über den Unterschied zwischen Hörfunk und das Erstellen Podcasts erfuhren. Der Schwerpunkt des Seminars war, neben dem NDR, das Erstellen Podcasts über den Kreuzbund, die Schicksale von Einzelpersonen, wie Sie damit umgegangen sind und wie ihnen durch den Kreuzbund geholfen wurde. Die Podcasts sollen auf der Internetseite des BV, sowie auf der künftigen Instagram Seite zu sehen sein.

Schön ist das wir immer noch den von Andrea Stollfuß ins Leben gerufene „Kölner Selbsthilfe-Treff“ weiter durchführen. Jeder Interessierte kann daran teilnehmen. Es lohnt sich. Nähere Auskünfte bekommt ihr bei Andrea.

So, das war es erstmal. *Euer Hans*



MAT ÖA = Multiplikatoren Öffentlichkeitsarbeit.

Jeder Diözesanverband hat einen Multiplikator für die ÖA, diese treffen sich 1 bis 2 x im Jahr mit der Referentin der ÖA des Bundesverbandes um sich auszutauschen, neue Entwicklungen voranzubringen, sich zu vernetzen. Die Multiplikatoren haben die Aufgabe die Infos in Ihre Verbände vor Ort zu bringen

MONIKA KOCH



STELLT SICH VOR

Monika Koch, langjährige Weggefährtin und kommissarische Leitung für den Bereich „Junger Kreuzbund“, stellt sich vor!

Seit vielen Jahren bemüht sich Monika Koch um den „Jungen Kreuzbund“ und Familien- wie Angehörigenangebote im Kreuzbund. Seit 2023 ist sie Mitglied im Kreuzbund DV Köln e.V. und übernahm im Diözesanverband die kommissarische die Leitung für den Bereich „Junger Kreuzbund“.

Zu meiner Person:

Monika Koch, 66 Jahre, Angehörige

Ich war seit 2007 im DV-Aachen zusammen mit Stefan Karch als Multiplikatorin für den „Jungen Kreuzbund“ unterwegs. Unter anderem habe ich an den jährlichen Multiplikatorentreffen des Bundesverbandes teilgenommen.

2009 haben Stefan Karch und ich die Gruppe „Junger Kreuzbund“ Mönchengladbach gegründet

und seit 2019 leite ich die Gruppe.

Im Januar 2023 wechselte unsere gesamte Gruppe vom DV Aachen zum DV Köln e.V. Seither sind wir im DV Köln der Region West angeschlossen und nehmen an den regionalen Austausch -und Informationsgesprächen teil.

Im Jahr 2023 habe ich geholfen eine weitere junge Gruppe in Mönchengladbach-Rheydt aufzubauen. Mit Erfolg! Diese ist seit Anfang 2024 offiziell die Gruppe „Junger Kreuzbund“ Rheydt und wird von Ralph Sieben geleitet. Darauf sind wir alle zusammen sehr stolz.

Einmal im Jahr gibt es ein Wochenendseminar für den „Jungen Kreuzbund“, ein Highlight, auf welches ich mich jedes Jahr wieder freue, sowohl was die Planung als auch die Durchführung und Teilnahme betrifft. So findet auch im Jahr 2024 ein Seminar für den „Jungen Kreuzbund“ in Siegburg im Katholisch Sozialen Institut vom 18. bis 20. Oktober statt.

Das Thema lautet: „Runter vom Highway – hin zur klaren Aussicht!“ Ich hoffe, dass wir eine rege Beteiligung verzeichnen können.

Außerdem konnte ich an dem bundesweiten Multiplikatorentreffen im Februar 2024 teilnehmen und mich über Neuigkeiten und Erfahrungen bzgl. des „Jungen Kreuzbund“ mit den Multiplikatoren aus anderen Diözesanverbänden austauschen. Das Thema lautete in diesem Jahr „Selbsteilung“.

Fachlich wurde das Treffen von Marianne Holthaus, Suchtreferentin beim Bundesverband, begleitet.

Ein Wort zur Bezeichnung „Junger Kreuzbund“: Es geht hier nicht unmittelbar um eine Altersbeschränkung, sondern eher um Menschen mit einem Mischkonsum von legalen und illegalen Suchtmitteln sowie Drogen, also Cannabis, Amphetamine, Cocain, Crack bis hin zu den bekannten Partydrogen. Aber auch Alkohol spielt bei Polytoxikomanie als Substitut häufig eine nicht unerhebliche Rolle. Die Altersstruktur ist eher gemischt, denn auch junge Drogen- oder Mischkonsumenten werden älter und können sehr gut ihre Erfahrungen an Neue und Jüngere weitergeben. Oberstes Ziel ist, von den illegalen Substanzen wegzukommen, um dann weiterhin auch die legalen Suchtmittel in den Blick zu nehmen, mit der Absicht und dem Ziel abstinent zu leben.

AUFNAHMEANTRAG



Gemeinsam
Sucht
überwinden

Kreuzbund e.V. / DV Köln e.V. Fachverband des Deutschen Caritasverbandes

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

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

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

* Pflichtfelder

Wir beantragen die Anwendung des reduzierten Partnerbeitrages ja nein

Mitgliedsbeitrag für die Einzelperson	Reduzierter Mitgliedsbeitrag für beide Partner ¹
Bundesbeitrag ² 54,00 €	Bundesbeitrag ² 84,00 €
Beitrag Diözesanverband ³ 12,00 €	Beitrag Diözesanverband ³ 24,00 €
Gesamtbeitrag pro Jahr	Gesamtbeitrag pro Jahr

Zahlungsrhythmus³: jährlich / halbjährlich / monatlich

Zahlweise³: Überweisung / Barzahlung / Dauerauftrag / Lastschrift

- 1 = Maßgebliches Kriterium – Lebensgemeinschaft; gemeinsamer Hausstand/Adresse
Gemeinsamer Gruppenbesuch ist nicht Voraussetzung
2 = gemäß Beitragsordnung für den Kreuzbund e.V. – Bundesverband – gültig ab 01.01.2014
3 = bitte mit der Gruppenleitung abstimmen

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

Datum: Unterschrift
(Einzelperson)

Datum: Unterschrift / Stempel
(Gruppenleitung)

Datum: Unterschrift
(Partner/-in)

DATENSCHUTZERKLÄRUNG



Gemeinsam
Sucht
überwinden

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.

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 wendet der Kreuzbund e.V. die datenschutzrechtlichen Bestimmungen des Bistums Münster und die Kreuzbund Diözesanverbände e.V. die datenschutzrechtlichen Bestimmungen des jeweiligen Belegenheitsbistums und des Kirchlichen Datenschutzgesetzes (KDG) an.

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

1. Name und Adresse des Mitglieds, Geburtsdatum, ferner seine Bankverbindung, sofern der Mitgliedsbeitrag eingezogen werden soll. Diese Daten benötigt der Verein zwingend für die Mitgliedschaft. Weitere Angaben sind freiwillig. Die Daten werden in vereinseigenen oder privaten EDV-Systemen (z. B. verantwortliche Funktionsträger der Gruppe oder des Verbandes) des Kreuzbundes verarbeitet und gespeichert. Die personenbezogenen Daten werden dabei durch geeignete technische und organisatorische Maßnahmen vor der Kenntnis Dritter geschützt. Sonstige Informationen werden vom Kreuzbund intern nur verarbeitet, wenn sie zur Förderung des Vereinszweckes nützlich sind (z. B. Speicherung von Telefon- und Faxnummern einzelner Mitglieder, E-Mail-Adressen) und keine Anhaltspunkte bestehen, dass die betreffende Person ein schutzwürdiges Interesse hat, das der Verarbeitung entgegensteht.
2. Mitgliederverzeichnisse werden in digitaler oder gedruckter Form nur an Vorstandsmitglieder, Mitarbeiter und Mitglieder weitergegeben, die im Verein eine besondere Funktion ausüben, welche die Kenntnis der Mitgliederdaten erfordert. Die Mitgliederdaten werden nicht zu Werbezwecken, anderer kommerzieller oder sonstiger Verwendung ohne ausdrückliche Zustimmung des Mitglieds weitergegeben. Macht ein Mitglied geltend, dass die Mitgliederliste zur Wahrnehmung satzungsgemäßer Rechte benötigt wird, händigt der Vorstand die Liste nur gegen die schriftliche Versicherung aus, die Adressen nicht zu anderen Zwecken zu verwenden.
3. Persönliche Daten der Mitglieder werden in Form von Listen aufbereitet, wenn diese an einer Veranstaltung des Verbandes teilnehmen. Diese Listen (Name und Adresse des Teilnehmenden) werden nach Bedarf sortiert und an interne Stellen (Kasse) oder an Dritte weitergegeben, sofern es für die Abwicklung der Veranstaltung notwendig ist. Dies

sind Organisationen, die Fördergelder zur Verfügung stellen (Krankenkassen oder Rentenversicherung) Tagungshäuser und Referenten sowie Teilnehmende selber.

4. Bei Austritt werden Name, Adresse und Geburtsjahr aus dem Mitgliederverzeichnis gelöscht. Personenbezogene Daten des Mitglieds, die die Kassenverwaltung betreffen, werden gemäß den steuerrechtlichen Bestimmungen bis zu zehn Jahren ab der schriftlichen Bestätigung des Austrittes durch den Verein aufbewahrt. Sie werden gesperrt.
5. 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.
6. Grundsätzlich hat der Verein ein berechtigtes Interesse daran, konkrete Ansprechpartner/-innen nach außen zu benennen, um eine Kontaktaufnahme zu ermöglichen. Zur Veröffentlichung der personenbezogenen Daten (Name, Telefon, Email) im Internet bedarf es einer separaten schriftlichen Einwilligungserklärung des Mitglieds.
7. Recht auf Auskunft, Berichtigung, Löschung und Sperrung der Daten des Mitglieds, Widerspruchsrecht. Sie sind gemäß § 17 KDG jederzeit berechtigt, gegenüber dem Kreuzbund e.V. um umfangreiche Auskunftserteilung zu den zu Ihrer Person gespeicherten Daten zu ersuchen.

Gemäß § 18, 19 und 20 KDG können Sie jederzeit gegenüber dem Kreuzbund e.V. die Berichtigung, Löschung und Sperrung einzelner personenbezogener Daten verlangen.

Sie können darüber hinaus jederzeit ohne Angabe von Gründen von Ihrem Widerspruchsrecht Gebrauch machen und die erteilte Einwilligungserklärung mit Wirkung für die Zukunft widerrufen. Sie können den Widerruf entweder postalisch oder per E-Mail an Datenschutz@kreuzbund.de übermitteln. Es entstehen Ihnen dabei keine anderen Kosten als die Portokosten bzw. die Übermittlungskosten nach den bestehenden Basistarifen.

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

Ich bin zudem darauf hingewiesen worden, dass die Erhebung, Verarbeitung und Nutzung meiner Daten auf freiwilliger Basis erfolgt. Ferner, dass ich mein Einverständnis ohne für mich nachteilige Folgen jederzeit mit Wirkung für die Zukunft wie oben angegeben widerrufen kann.

Ort / Datum

Unterschrift

DIE 14. DHS-SUCHT-SELBSTHILFE-KONFERENZ

Mich hatte das Motto, „Sucht zieht Kreise: Sucht-Selbsthilfe & soziales Umfeld“ der 14. DHS-Sucht-Selbsthilfe-Konferenz sehr angesprochen und so fuhr ich vom 19. bis 21. April 2024 nach Berlin-Erkner. Hier erwarteten mich und die anderen Teilnehmenden nicht nur viele interessante Vorträge von kompetenten Referenten, sondern auch ein guter verbandsübergreifender Austausch mit interessierten Menschen aus der Sucht-Selbsthilfe.

Nach der Begrüßung und Eröffnung der Konferenz durch Jürgen Naundorf, Vorstand der DHS, gab es ein Grußwort des Bundesdrogenbeauftragten Burghard Blienert. Dem folgte eine einführende Gesprächsrunde zum Thema Angehörige.

Sehr interessant fand ich den darauffolgenden Vortrag „Selbsthilfe im gesellschaftlichen Kontext“ von Jürgen Matzat. Er sprach über die Anfänge der Selbsthilfegruppen. Sein Zitat von Victor Hugo „Nichts ist stärker als eine Idee, deren Zeit gekommen ist!“ und der daraus folgende Schluss, „Die Zeit der Selbsthilfegruppen war gekommen...“ finde ich sehr wichtig.

Mit dem gesellschaftlichen Umbruch und dem Wertewandel (nach „68“ / „89“), was mehr Demokratisierung und Bürgerbeteiligung sowie auch mehr soziale Bewegungen bedeutete, begann auch die Selbsthilfe-Bewegung. So wandelten sich die Organisationen und Einrichtungen, die bisher eher der Eindämmung des Alkoholkonsums dienten, in Selbsthilfegruppen, die wie wir sie heute kennen, eigenständig und selbstbestimmt erfolgreich arbeiten. Horst Seehofer, Gesundheitsminister von 1992-98, bezeichnete die Selbsthilfe als die vierte tragende Säule der Versorgung im Gesundheitssystem.

Dr. Gallus Bischof (Universität zu Lübeck) hielt einen Vortrag zum Thema: „Bedeutung, Bedarfe und Problemfelder der Angehörigenarbeit in der Suchthilfe“. Er ging hier insbesondere auf die Auswirkung der Abhängigkeits-erkrankungen auf Kinder, Jugendliche und nahestehende Erwachsene ein. Hier ging es nicht nur darum, die Bedeutung der Behandlungsansätze für Angehörige herauszustellen, sondern auch um die wichtige Erkenntnis, dass die Einbeziehung der Angehörigen im Zusammenhang mit einer Suchterkrankung zu den wirksamsten Behandlungsmethoden zählen. (copello et al., 2005)

Der Samstag startete mit dem Vortrag von Prof. Dr. Frank Schulz-Nieswandt von der Universität zu Köln zum Thema: „Digitale Selbsthilfe als Sozialraum – Wandel der Welt der Selbsthilfegruppen“. In einer kurzen sich anschließenden Diskussion, konnten Fragen gestellt und die Themen weiter vertieft werden.



Mit dem gesellschaftlichen Umbruch und dem Wertewandel (nach „68“ / „89“), was mehr Demokratisierung und Bürgerbeteiligung sowie auch mehr soziale Bewegungen bedeutete, begann auch die Selbsthilfe-Bewegung.

Hier erwarteten mich und die anderen Teilnehmenden nicht nur viele interessante Vorträge von kompetenten Referenten, sondern auch ein guter verbandsübergreifender Austausch mit interessierten Menschen aus der Sucht-Selbsthilfe.

Danach ging es mit den Arbeitsgruppen los und alle Teilnehmenden der Konferenz konnten sich zu folgende Themen einbringen und austauschen:

AG 1: Was Angehörige für Angehörige tun können

AG 2: Jüngere Menschen mit digitalen Angeboten erfolgreich erreichen

AG 3: Beziehungsmuster, Schlüssel zum Verständnis suchtbelasteter Familien

AG 4: Sucht-Selbsthilfe ist divers – es geht aber noch diverser

AG 5: Ideen und Visionen für das Erreichen von Betroffenen

AG 6: Ressourcen schonen durch ein für Selbsthilfe angepasstes CRAFT-Training

Die Arbeitsgruppen wiederholten sich am Nachmittag, sodass jeder die Möglichkeit hatte, an zwei verschiedenen Arbeitsgruppen teilzunehmen. Ich wählte für mich die Arbeitsgruppen AG 1 und AG 2 aus, weil ich mich schon seit vielen Jahren für die Angehörigen- und Familienarbeit sowie für junge Konsument_innen einsetze.

In den Arbeitsgruppen berichteten engagierte Helfer von den jeweiligen Angeboten in Ihren Verbänden. Besonders beeindruckt hat mich Kevin Böhm von gluecklichsuchtig.de, der mit Podcasts und anderen Angeboten Süchtige erreicht.

Die ganze Atmosphäre bei der Selbsthilfekonferenz war großartig. Ich hatte die Gelegenheit viele Engagierte in der Suchthilfe, ob ehrenamtlich oder hauptamtlich persönlich kennenzulernen. Diese Gespräche waren sehr bereichernd. Es entstanden viele Ideen und Umsetzungsmöglichkeiten durch den Austausch in den Nebengesprächen am Rande der Konferenz.

*Monika Koch
Junger Kreuzbund*



18.01.2024 Podium im Bonner Münster

Das Stadtdekanat Bonn veranstaltete zusammen mit dem Katholischen Bildungswerk, der Caritas Bonn, der Katholischen Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensfragen, der Katholischen Jugendagentur, der Diakonie und der Ambulanten Suchthilfe am 18.01.2024 die Veranstaltung „Podium im Bonner Münster“ zum Thema Sucht, Suchthilfe und Suchtprävention. Im Mittelpunkt der Veranstaltung standen Hagen Decker und John Cook aus dem ARD-Podcast „Sucht und Süchtig“.

„SUCHT & SÜCHTIG“

Vorab und im Anschluss an die Veranstaltung standen 11 Beratungsinstitutionen und Selbsthilfegruppen der Stadt mit Infotischen zum Austausch zur Verfügung.

Nach einer Begrüßung durch Münsterkaplan Dr. Christian Jasper und den Leiter des Katholischen Bildungswerkes Bonn, Marcel Hetzinger, verlief die Veranstaltung in zwei Teilen. Zunächst redeten die Protagonisten Decker und Cook miteinander, wie man es aus ihrem Podcast kennt, dann wurde die Gesprächsrunde erweitert durch Bonner Fachleute aus dem Bereich der Beratung, Therapie und Begleitung.

In der ersten Stunde gaben Decker und Cook Einblicke in ihren Lebensweg. Wie kamen sie zur Droge? Wie und wo machten sie erste Erfahrungen? „Nach dem Konsum war die Welt Farbfernsehen, vorher nur schwarz-weiß“, so Decker. Sie redeten über Schuld und Schamgefühle und regelmäßige Geldnöte, um wieder an Drogen heranzukommen.

„Gelogen, betrogen, geklaut und manipuliert. 15 Jahre Kokainsucht haben tiefe Wunden im Umfeld hinterlassen“, erklärt Decker. „Man wacht auf und denkt an die Droge. Lügen im Umfeld werden mit anderen Lügen begegnet. Die Lösung für ein Problem ist der Konsum.“ Erfahrungen, die sein Freund Cook mit ihm teilt. Und in der Therapie immer die Frage: Was kann man tun, dass es anderen nicht so geht, sie sich nicht alleine fühlen? Der gemeinsame Podcast soll zeigen, dass man nicht alleine ist, und dies wollen sie raus in die Welt bringen.

Entscheidend: Wie kommt man wieder raus aus der Sucht? Welche Anlaufschwierigkeiten zur Therapie gab es? Rückfälle. Immer wieder wurden ihre deutlichen Aussagen von Applaus begleitet. Heute sehen sie sich als Überlebende und stellen fest: „Man muss sich auch wieder selbst lieben. Auch, um andere zu lieben“, so die beiden Podcaster.

Nach dem Entzünden einer Kerze durch Kaplan Dr. Christian Jasper, einem stillen Moment und den Saxophonklängen von Burkhard Korbach wurde die Runde um drei Fachleute ergänzt, die ihre Arbeit erläuterten und Fragen der Moderatoren Cook und Decker beantworteten.

Ursula Dannhäuser, Leiterin der Kath. Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensfragen, stellte u.a. heraus, dass Suchtgeschichten nie ohne Beziehungen stattfinden. Dass Beziehungskonflikte oft einen Suchtaspekt haben – ob ein schleichender Alkoholkonsum über Jahre aber auch Handy- oder Glückspielsucht. Sie mahnte zu einer höheren Aufmerksamkeit der Öffentlichkeit, die Bescheid weiß, ob in Schulen, Familien oder der Partnerschaft. „Jeder muss ein Stück Experte in Aufmerksamkeit und Motivation sein“, so Dannhäuser.

In der ersten Stunde gaben Decker und Cook Einblicke in ihren Lebensweg. Wie kamen sie zur Droge?

Entscheidend: Wie kommt man wieder raus aus der Sucht?



Ab Folge 43 ist es ein ARD-Podcast, produziert von SWR und radioeins. 2023 wurde er mit dem Deutschen Podcast Preis ausgezeichnet.

Axel Schmidt, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, Suchtmediziner und Leitender Arzt der Klinik im Wingert, stellte zu Beginn heraus, dass Sucht keine Charakterschwäche, sondern eine Erkrankung ist. Die Frage, ob Sucht gleich Sucht ist, beantwortete er mit Ja. In der Folge ist die Therapieform entscheidend, in der man Erfolge hat. So zum Beispiel über Dinge zu sprechen, die man bisher in sich hineingefressen hatte, weil man glaubte, dass sie niemanden interessieren.

Silke Selinger, Diplom-Sozialarbeiterin und Suchttherapeutin im update der Ambulanten Suchthilfe Bonn arbeitet mit Jugendlichen bis 21 Jahren zusammen. Respekt empfindet sie regelmäßig den Jungen Menschen gegenüber, die die erste Hürde meistern, um ihr Gesicht zu zeigen. Im Gespräch stellte sie u.a. heraus, dass Rückfälle zum Krankheitsbild gehören – manche Patienten mehrere Therapieanläufe benötigt haben. Ein Aspekt, der in ihrer langjährigen Erfahrung normal sei.

ZUM HINTERGRUND

„Wir haben uns in dem Format »Podium im Bonner Münster« entschieden, Sucht zum Thema zu machen. Seit langem beschäftigen wir uns in der Kirche und in der Jugendarbeit mit der Frage »Wie kann man Suchtphänomenen entgegenwirken?«, erklärte Stadtdechant Dr. Wolfgang Picken bereits im Vorfeld der Veranstaltung. „Meine Erfahrung aus 30 Jahren Seelsorger ist, dass viele junge Leute aber auch Familien sehr stark von Suchtproblemen betroffen sind. Das hat Auswirkungen auf Gewaltsituationen, ebenso brechen Familien unter dem Eindruck von Suchtkonsum auseinander. Ganz zu schweigen von den Schicksalen, die sich aus dem Suchtkonsum ergeben und diejenigen, die auf der Strecke bleiben und sterben“, so Picken.

Regisseur Hagen Decker und Erzieher John Cook waren mehr als zehn Jahre kokain-süchtig. In dieser Zeit verloren sie ihre Familie, belogen Freunde und spielten sie gegeneinander aus. So kamen sie wiederum an Geld für neues Kokain.

Seit mehr als einem Jahr sind sie clean, dank einer Therapie. Dort haben sie sich kennengelernt und zwischen ihnen hat es sofort „Klick“ gemacht. Stundenlange Gespräche folgten und schnell war die Idee zum Podcast geboren. Darin reden sie seit einem Jahr über ihre Erkrankung und dokumentieren wöchentlich ihren Weg. Sie selbst bezeichnen ihre Arbeit als Rache an der Sucht, wollen die Sucht ärgern, indem sie möglichst viele Menschen über die Krankheit aufklären. Abhängige sollen ihren Konsum hinterfragen. Der Podcast richtet sich aber auch an genesende Süchtige und alle anderen.

Decker und Cook sind genesen – geheilt sind sie nicht und bezeichnen sich erst recht nicht als gesund.

Ab Folge 43 ist es ein ARD-Podcast, produziert von SWR und radioeins. 2023 wurde er mit dem Deutschen Podcast Preis ausgezeichnet.

„Gemeinsam mit Hagen Decker, John Cook sowie weiteren Podiumsgästen wollen wir zeigen, dass man nicht alleinsteht, es gibt Hilfe. Wir dürfen das Thema nicht tabuisieren. Damit machen wir die Sucht nur stärker. Wie Hagen Decker und John Cook in ihrem Podcast müssen wir der Sucht den Krieg erklären. Sie zerstört den Menschen und unsere Gesellschaft. Sie ist keine Alternative für das Leben“, so der Stadtdechant.

Am Samstag, den 13. April 2024 fanden sich zwölf Teilnehmende in Köln im Maternushaus zu einem Workshop mit dem spannenden Thema „Mut zur Selbstverantwortung“ ein. Die Leitung des Workshops oblag Daniel Pfeiffer, Suchtberater bei der Drogenhilfe der Diakonie.

13.4.2024 in Köln im Maternushaus

TAGESSEMINAR „MUT ZUR SELBSTVERANTWORTUNG“

Nach einer ersten Kennenlernrunde ging die inhaltliche Arbeit direkt mit einer Kleingruppenarbeit los. Zur Einstimmung auf das Thema, sollte an folgenden Fragen gearbeitet werden.

- Wann spricht man von Selbstverantwortung?
- Wann ist Selbstverantwortung hilfreich/wichtig?
- Was sind die Folgen von Selbstverantwortung, für mich und für andere?

Ergebnisse:

- Selbstverantwortung heißt für das eigene Fühlen, Denken und Handeln verantwortlich sein und nicht äußere Faktoren oder andere Menschen verantwortlich machen. Nicht fremdgesteuert sein, keine Opferrolle einnehmen. Entscheidungen treffen und die Konsequenzen tragen.
- Wichtig für das Selbstwertgefühl sind Selbstfürsorge, das Selbstbild, ein gesunder Egoismus,
- Wichtig in allen Lebenssituationen
- Selbstverantwortung erlaubt Grenzen zu setzen, persönliches Wachstum, Selbstschutz, eigene Bedürfnisse und Grenzen erkennen, wirkt auf das Umfeld, fördert Zufriedenheit, Gelassenheit und Verlässlichkeit sowie eine veränderte Wahrnehmung.

Anschließend befasste sich die Gruppe mit dem Dramadreck, einer Grafik, die grundlegende Beziehungsmuster zwischen zwei oder mehr Personen visualisiert. Es geht um drei Rollen, welche die handelnden Personen einnehmen und wechseln können. Dabei geht es um die Rolle des Täters oder Verfolger, des Opfers und des Retters. Das Dramadreck hilft, die Entstehung und den Hergang von Konflikten besser zu verstehen, angemessen zu reagieren oder aus dem Konflikt auszusteigen, indem man keine der obengenannten Rollen einnimmt und neutral bleibt. Es lässt sich auf alle zwischenmenschlichen Beziehungen anwenden, z.B. Freunde, Partnerschaften, Kollegen.



Selbstverantwortung, Eigenverantwortung oder auch Selbstbestimmtheit sind die Bereitschaft und Verpflichtung des Einzelnen, für das eigene Handeln und Unterlassen Verantwortung zu übernehmen.



Die nächste Kleingruppenarbeit nach der Mittagspause. Vier Fragen, die jeder für sich und anschließend im Austausch mit der Gruppe beantworten sollte.

- Wann ist mir in meinem Leben die Selbstverantwortung abhandengekommen?
- Wann habe ich diese wieder übernommen?
- Wie habe ich wieder zur Selbstverantwortung zurückgefunden?
- Wer oder was hat mir dabei geholfen?

Zurück im Plenum wurden die Ergebnisse der Kleingruppen vorgestellt und eine Zusammenfassung erstellt, was wichtig und notwendig ist, um Selbstverantwortung zu erlangen und zu erhalten.

Es braucht:

- Eigenreflexion, ein festes Ritual, z.B. die Selbsthilfegruppe
- sich selbst immer wieder prüfen, bin ich auf dem richtigen Weg?
- Selbstbestimmt leben
- Realistische Ziele setzen und meistern
- An kleinen Dingen üben
- Entscheidungen treffen und umsetzen
- Vor- und Nachteile von und vor Entscheidungen prüfen
- Konsequenzen tragen
- Akzeptanz von anderen „falschen“ Entscheidungen
- Sich anderen gegenüber mitteilen, Klarheit schaffen
- Nicht die Opferrolle annehmen, selbst Verantwortung nehmen
- und die Konsequenzen tragen
- Achtsamkeit: Bedürfnisse wahrnehmen, äußern und ernst nehmen
- Resilienz üben

Fazit: Selbstverantwortung, Eigenverantwortung oder auch Selbstbestimmtheit sind die Bereitschaft und Verpflichtung des Einzelnen, für das eigene Handeln und Unterlassen Verantwortung zu übernehmen. Das schließt auch dein Denken, deine Gefühle, deine Bedürfnisse, Ängste, Sorgen ect. mit ein.

A.Stollfuß



STRESSBEWÄLTIGUNG DURCH BOGENSCHIESSEN

Am Samstag, den 8. Juni 2024 fand das Tagesseminar auf der Anlage des BOGEN TEAM CÖLLN e.V. in Porz statt.

Anleitung der Helfer zum Schießen. Ich muss sagen, es ist schon nicht einfach, man muss vieles beachten bis man loslegen kann, aber es hat bei allen letztlich ganz gut funktioniert.

Wir wurden gegen 9.30 h von Christel und Ehrenfried mit Team herzlich begrüßt mit Kaffee und Kaltgetränken. Wir waren acht Wegegefährterinnen und Wegegefährten. Es folgte eine sehr intensive Einweisung durch Christel über die Sicherheit beim Schießen und den weiteren Ablauf des Tages.

Die Mittagspause wurde mit Salaten und Würstchen gut verbracht und danach ging es weiter mit dem Schießen, diesmal auf Scheiben und Wertung. Es hat allen sehr gut gefallen, und wir haben uns bei dem Team und Christel und Ehrenfried ganz herzlich bedankt, in der Hoffnung uns im nächsten Jahr wieder zu treffen.

Mit dem Spruch: Viel Spaß und „Alle ins Gold“ ging es zum Zusammensetzen der Bogen und dann unter der

*Siegfried Hombach
KB Oberberg Süd*

KÖLNER EHRENAMTSTAG 2024

In beeindruckender Vielfalt und bunt zeigte sich am 17. Und 18. August im Rheinauhafen das Kölner Ehrenamt, eingebunden in den NRW-Tag 2024. Nach langer Pause fand in Köln das große Bürgerfest rund um den Landesgeburtstag am 23. August wieder statt. Es präsentierten sich Vereine und Verbände – von der sozialen Arbeit über die Kultur, des Brand- und Katastrophenschutzes, der Gesundheit bis zur Selbsthilfe und noch vieles mehr. Außerdem verlieh die Oberbürgermeisterin Henriette Recker die Ehrenamtspreise „KölnEngagiert2024“ an die diesjährigen Preisträger*innen.



Der Kölner Ehrenamtstag ermöglichte, die Vernetzung von Engagierten, den Austausch von Informationen, freiwilliges Engagement bekannt zu machen, die Gewinnung von Ehrenamtlichen und das Ehrenamt zu würdigen sowie auszuzeichnen. Zahlreicher Hilfsorganisationen beteiligten sich mit Info-Ständen, Vorführungen sowie Mitmach- und Unterhaltungsaktionen.

So hatten auch der Kreuzbund, das Blaue Kreuz und die Kölner Suchthilfe einen gemeinsamen Informations- und Aktionsstand an der Agrippina-Werft. Hier konnten sich interessierte Passanten informieren und anhand

eines Selbsttestes und Quiz den eigenen Alkoholkonsum hinterfragen. Die Rauschbrillen-Aktion in unterschiedlichen Promille-Stärken lockte viele, insbesondere jüngere Besucher an den Stand. Die meisten, die die Brillen ausprobierten, erkannten, dass bestimmte

Aufgaben mit der Rauschbrille entweder gar nicht mehr, schwer oder nur fehlerhaft zu bewältigen waren – z.B. einen zugeworfenen Ball zu fangen oder einer auf dem Boden aufgezeichneten Linie zu folgen. Viele, die eine Rauschbrille ausprobiert haben, waren erstaunt und zugleich erschrocken, wie sehr die eigene Wahrnehmung, Orientierung und Koordinationsfähigkeit auch schon bei niedrigen Promille-Werten beeinträchtigt werden.

Idealerweise präsentierte sich die Kölner Suchtselbsthilfe verbandsübergreifend, sodass es ausreichend Gelegenheit für den gegenseitigen Austausch und viele gute Gespräche gab. Insgesamt waren sich alle einig, dass sich die Veranstaltung für die Suchtselbsthilfe gelohnt hat und wir beim nächsten Mal wieder teilnehmen werden.

A.Stollfuß/Kreuzbund DV Köln



Am 06.04.2024. fand die Delegiertenversammlung des Kreuzbund DV Köln e.V. in der Karl-Rahner-Akademie in Köln statt. Die Vorsitzende, Andrea Stollfuß eröffnete die Versammlung und begrüßte 43 Teilnehmende, davon 37 stimmberechtigte Delegierte.



DELEGIERTENVERSAMMLUNG

am 6. April 2024



Zu Beginn gab es einen Impuls zum Thema „Frieden“ und danach erfolgte die Berichterstattung für das Jahr 2023. Für den Vorstand berichtete Andrea Stollfuß über die Aktivitäten und Mitgliederentwicklung im Jahr 2023. Hier soll erwähnt werden, dass die Mitgliederzahlen konstant geblieben sind. Thomas Schröder erläuterte den Jahresabschluss und beantwortete die Fragen aus der Versammlung. Die Arbeitsbereichsleitungen berichteten jeweils über die Multiplikatoren tagungen und ihre Arbeit vor Ort. Anschließend erteilte die Versammlung die Entlastung des Vorstandes und der DV-Konferenz.

Während der Mittagspause war Zeit für Gespräche und Austausch, bevor es mit den Ehrungen für langjährige Mitgliedschaft im Kreuzbund weiter ging. Andrea Stollfuß überreichte jedem zu Ehrenden eine Urkunde mit einem Präsent oder der Ehrennadel in Silber oder Gold.

Tom Franke und Klaus Kramböckers für 10 Jahre

Elke Kostack für 15 Jahre

Elisabeth Germann für 20 Jahre

Dieter Dappen für 30 Jahre



Zum Schluss ergriff Siggie Hombach das Wort und ehrte die Vorsitzende für 20 Jahre Mitgliedschaft im Kreuzbund, da sie diese Ehrung schlecht selbst vornehmen konnte. Alle Geehrten erhielten außerdem ein Marmeladen-Präsent.

Im Anschluss stand das Thema Angehörige und Hilfe für Angehörige auf der Tagesordnung. Es wurde diskutiert, wie der Kreuzbund Angehörige für die Selbsthilfe besser erreichen und ansprechen kann. Welche Angebote es für Angehörige bereits gibt und was wir gemeinsam tun können, um auch hier gezielte Angebote vorhalten zu können. So entstand zum Ende der Versammlung eine interessante Diskussion und einige gute Ideen.

Die Vorsitzende bedankte sich in ihrem Schlusswort für den guten Austausch wie die Teilnahme und wünschte allen einen guten Heimweg.

Hans Aretz

Viele Menschen in Deutschland trinken regelmäßig zu viel Alkohol und riskieren gesundheitliche Schäden. Die wenigsten Betroffenen machen sich klar, dass Alkohol als Zellgift für mehr als 200 Krankheiten mitverantwortlich ist, Krebs auslösen kann und Zellen im Gehirn, im Nervensystem und im Herzkreislauf-System angreift. Unter der zentralen Fragestellung „Wem schadet dein Drink?“, stellt die bundesweite Aktionswoche Alkohol vom 8. bis 16. Juni 2024, die Auswirkungen des Alkoholkonsums in den Mittelpunkt.

vom 8. bis 16. Juni 2024

BUNDESWEITE AKTIONSWOCHE

„ALKOHOL? WENIGER IST BESSER!“



So hat die Suchthilfe, Selbsthilfe und die Stadt Köln gemeinsam zu verschiedenen Veranstaltungen wie Infoständen mit unterschiedlichen Mitmachaktionen sowie Online-Veranstaltungen eingeladen. Der Kreuzbund war auch an vielen anderen Orten vertreten.

Am Dienstag, 11. Juni 2024

fand eine Aktion am Ausbildungscampus Butzweiler Hof mit verschiedenen Klassenworkshops zum Thema FASD (Fetale Alkoholspektrumstörungen) statt. Zudem gab es einen großen Informationsstand mit Mitmachaktionen, wie zum Beispiel ein Rauschbrillen-Parcours oder ein Wissens-Quiz zum Thema Alkoholkonsum. Auch standen Ansprechpartner sowohl von der beruflichen Suchthilfe als auch von der Selbsthilfe bereit, um Fragen zu beantworten und ihre Erfahrungen mit Alkohol und Sucht zuzusprechen.

Am Mittwoch, 12. Juni 2024

gab es ein Onlineangebot zum Thema „Alkohol – Auswirkungen auf Familien“, Impulsvortrag und Austausch. Und von 18 bis 19:30 Uhr fand ein digitaler Elternabend zum Thema Alkohol – Pubertät und Rausch statt.

Am Donnerstag, 13. Juni 2024

Von 10 bis 14 Uhr ein Infostand zum Thema Alkoholkonsum am Bürgerzentrum in Ehrenfeld mit verschiedenen Aktionen wie Rauschbrillen und Quiz
Von 14 bis 18 Uhr ein Aktions-Stand auf dem Pariser Platz in Chorweiler mit Kreativangeboten für Kinder, Rauschbrillen-Parcours und Gesprächsangeboten.

Beteiligt an der Aktionswoche „Alkohol? Weniger ist besser!“ sind neben der Stadt Köln: Diakonisches Werk, Drogenhilfe Köln gGmbH, Handwerkskammer zu Köln, Kreuzbund DV Köln e.V., LVR-Klinik Köln, SKM Köln – Sozialdienst Katholischer Männer e.V., Fachstelle Mirai, Selbsthilfe.

Unter der zentralen Fragestellung „Wem schadet dein Drink?“, stellt die bundesweite Aktionswoche Alkohol vom 8. bis 16. Juni 2024, die Auswirkungen des Alkoholkonsums in den Mittelpunkt.

WARUM SCHULUNG VON GRUPPENLEITUNGEN?



Die Gruppenarbeit stellt das Herzstück der Sucht-Selbsthilfe im Kreuzbund dar. Sie bietet Suchtkranken und Angehörigen die Möglichkeit, Sorgen und Probleme zu bewältigen, zu gesunden und ihre Persönlichkeit zu entwickeln.

Die Gruppenleitung hat dabei eine verantwortungsvolle Funktion und trägt wesentlich zum Gelingen der Gruppenarbeit bei. Zudem vertritt die Gruppenleitung die Gruppe und den Kreuzbund nach außen wie nach innen. Dafür benötigt die Gruppenleitung Unterstützung.

Der Kreuzbund nimmt diese Herausforderung an und bietet regelmäßig Schulungen für Gruppenleitungen an, die Wissenswertes über die Leitung von Sucht-Selbsthilfegruppen sowie den Kreuzbund als Verband vermitteln. Die Schulungen orientieren sich inhaltlich und zeitlich an dem Rahmenkonzept des Bundesverbandes, Kreuzbund e.V. Im Rahmen der Schulung machen sich die Teilnehmenden mit den Aufgaben und der Rolle der Gruppenleitung vertraut. Anhand von praxisorientierten Übungen werden Themen wie „Gruppe“, „Kommunikation“, „Krisen und Rückfälle“ und viele andere Themen, welche die Gruppenarbeit unmittelbar betreffen, vertieft. Aber Gruppenleitungen brauchen auch Organisationstalent, müssen Aufgaben delegieren können und sollten auch motivieren und begeistern können. Mit dieser Schulung bekommen die Teilnehmenden ein Konzept oder auch einen Werkzeugkoffer an die Hand, welcher individuell genutzt werden und hilfreich sein kann. Für erfahrene und langjährige Gruppenleitungen bieten wir immer wieder kürzere Schulungsblöcke in Form eines Updates an. Dabei geht es darum, alte Themen aufzufrischen, neue Themen, Trends, Entwicklungen und Veränderungen aber auch spezielle Themen der Sucht-Selbsthilfe aufzugreifen, um das eigene Wissen zu erweitern und Erfahrungen auszutauschen. Eine aktive und geschulte Gruppenleitung wirkt sich meist positiv auf die Aktivität und Qualität der Gruppenarbeit aus und davon profitieren alle Gruppenbesucher und auch der Kreuzbund. Denn häufig bleiben die Teilnehmenden auch nach der Schulung in einem engen Kontakt und Austausch. Das fördert wiederum die Vernetzung und ein gemeinsames Tun.

Die nächste Schulung wird 2025 im Kreuzbund DV Köln in Kooperation mit dem Kreuzbund DV Aachen stattfinden. An sechs Wochenenden, die sich über das Jahr verteilen, jeweils von Freitagabend 18:00 Uhr bis Sonntagmittag 14:00 Uhr, werden die Schulungen stattfinden. Das Einführungsseminar dient zum gegenseitigen Kennenlernen sowie dem gemeinsamen Kennenlernen des Kreuzbundes. Die folgenden Wochenenden beschäftigen sich mit den spezifischen Themen der Gruppe und Gruppenleitung. Das Abschlusswochenende wird von allen Akteuren gemeinsam gestaltet, mit einem Rückblick auf das gemeinsam Gelernte und Erlebte, aber auch mit Blick auf die Zukunft und guten Wünschen für die Zukunft und Aufgabe der Gruppenleitung. Seit diesem Jahr wollen wir versuchen, für jeden Kurs nach einem Jahr einmalig ein Wochenende als Refresh-Seminar anzubieten.

*Andrea Stollfuß
Kreuzbund*

Angelika Buschmann

† 3. Juli 2024
Kreuzbund Düsseldorf

Volker Holz

† 26. Februar 2024
Köln-Raderthal

Manfred Demmer

† 29. Juni 2024
St. Augustin 2

Klaus Meister

† 26. April 2024
Euskirchen 1


Hildegard Wichmann

† Januar 2024
Stadtverband Wuppertal

Christel Steinbach

† Januar 2024
Stadtverband Wuppertal





**„ABSCHIED NEHMEN HEISST,
SICH AN DIE SCHÖNEN DINGE
DES LEBENS ZU ERINNERN,
SIE NICHT ZU VERGESSEN UND
DANKBAR ZU BEWAHREN.“**



ZUM SPASS OHNE ALKOHOL: DER WÜLFRATHER KREUZBUND GRILLT

Da bekanntlich Freude am Leben eines der besten Mittel ist, um Rückfällen vorzubeugen, waren wir gleich dabei, als Andreas spontan vorschlug, bei dem schönen Sommerwetter an unserem Selbsthilfeabend zu grillen. Die Speisen und Getränke finanzierte unser Vorsitzender Detlef aus der Gruppenkasse, den Platz am Kalksee überließ uns Andreas Arbeitgeber ausnahmsweise wegen der guten Sache, Fahrgemeinschaften wurden gebildet und um die gesamte Ausstattung und die Bedienung des Grills kümmerte sich Andreas selbst: Vielen Dank nochmal an dieser Stelle!

Das beste dabei: Der Grillabend war wieder ein Beweis für die These „Es gibt keine Probleme, nur noch nicht bemerkte Lösungen.“ Bemerkte wurde hier die Lösung für die Situation, dass unser Gruppenraum an diesem Abend nicht zur Verfügung stand: Die dazugehörige Küche (bzw. unser Gastgeber, die Caritas) hatte einen Wasserschaden zu beklagen, unser üblicher Plan B, die Eisdielen, machte gerade Betriebsferien - wir waren heimatlos! Und eben nicht verzagt, sondern erst recht unternehmungslustig.

Wer es noch nicht ausprobiert hat: Wir können nüchtern feiern nur empfehlen. Alles kann viel mehr genossen werden: schönes Wetter, leckeres Essen und gute Gesellschaft. Wir haben viel gequatscht, viel gelacht und uns bestens amüsiert - ohne Erinnerungslücken, Kater und Kontrollverlust (höchstens mit einigen Gramm mehr auf der Waage). Ein schönes Beispiel für „Wie gut, dass wir nicht mehr trinken!“

So wurden auch nicht Probleme gewälzt, sondern es wurde Spaß gehabt. Das hat sich schon lange bei unseren Ausflügen bewährt: zum Beispiel in Zoos, mit dem Schiff

durch den Duisburger Hafen oder in den Grugapark. Ende August fahren wir noch nach Lindlar ins Freilichtmuseum und Ende des Jahres wird beim Weihnachtsessen kein Auge, aber jeder Teilnehmende trocken bleiben – gerne auch Angehörige oder Partner*innen.

Das ist doch viel besser als Selbstdisziplin und Verzicht, fällt allen leichter und ist unbedingt jeder Selbsthilfe zu empfehlen: Das Leben genießen, es ist schön!





Die Josef-Neumann-Stiftung ist eine gemeinnützige Stiftung unter dem Dach des Kreuzbundes. Sie fördert die ehrenamtliche Sucht-Selbsthilfe und ist nach dem Gründer des Kreuzbundes Pfarrer Josef Neumann benannt. Neumann selbst gründete im Jahr 1896 in Aachen den Kreuzbund, ein katholischer Verband, Fachverband des Deutschen Caritasverbandes und Mitglied der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen.

Heute stellt der Kreuzbund eine wichtige Säule im deutschen Suchthilfesystem dar. Er ist bundesweit mit ca. 1.200 Gruppen und 22.000 wöchentlichen Besuchern der größte Sucht-Selbsthilfverband in Deutschland. Er hat seinen Sitz in Hamm und versteht sich als Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft für Suchtkranke und Angehörige. Im Bereich der Gesundheits- und Sozialpolitik vertritt er die Interessen seiner Mitglieder, leistet Aufklärungsarbeit, fördert präventive Maßnahmen und setzt suchtpolitische Initiativen um.

JOSEF-NEUMANN-STIFTUNG 2024



Die Josef-Neumann-Stiftung wurde am 12. April 2012 mit einem Stiftungsvermögen von 50.000 € errichtet. Diese fördert insbesondere Vorhaben und Maßnahmen, die zukunftsorientierte Entwicklungen und Projekte im Kreuzbund unterstützen, z.B. den Ausbau und die Erweiterung von neuen Selbsthilfeangeboten, Fortbildungs- und Bildungsangebote für alle im Kreuzbund sowie öffentlichkeitswirksame Projekte.

Zum 10-jährigen Jubiläum der Josef-Neumann-Stiftung haben wir eine Chronik erstellt, in der alle Aktivitäten und die Entwicklung der Stiftung dokumentiert wurden. Diese kann bei uns in der Geschäftsstelle gerne gegen eine Spende erworben werden.

Des Weiteren haben wir einen Jahreskalender erstellt, dessen Kalenderblätter karikative Motive aus dem Kreuzbund zeigen. Der Künstler ist dem Kreuzbund sehr verbunden und stammt aus Köln. Mit dem Erwerb eines Kalenders, 10,00 € unterstützen Sie die Stiftung und damit den Kreuzbund e.V.

Bestellung per E-Mail über stoffuss@kreuzbund.de möglich.

SPENDEN

Wie können Sie helfen?

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

Stiftungs- und Spendenkonto:

Kreuzbund e.V.

Josef-Neumann-Stiftung

Darlehnskasse Münster eG (DKM)

Konto: 46 55 37 00

BLZ: 400 602 65

IBAN: DE75 4006 0265 0046 5537 00

BIC: GENODEM1DKM

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



Köstliche Geschenkideen

Gesund, lecker und nachhaltig!



Genuss aus Coesfeld

Für jeden Anlass ein schönes Geschenk

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

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

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

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



DU BIST SO

- LECKER
- SÜSS
- FRECHTIG
- ZUM ANBEISSEN



für dich *carpe diem* genuss *pour toi* la jouissance
kleinigkeit *genies dein leben* danke *merci*

Wintervorrat



KREUZBUND
Gemeinsam Sucht überwinden



WERKSTÄTTEN
HAUSHALL

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



www.biopur-coesfeld.de