

Ausgabe 2- 2010

EMEINSAM UNTERWEGS



**Mitteilungsblatt für den Kreuzbund
Diözesanverband Mainz e.V.**

Geistlicher Impuls

Liebe Weggefährtinnen, liebe Weggefährten,

Es ist Herbst - Die Natur beginnt zu schlafen, zu sterben.

Es ist November - wir werden als Menschen und Christen
an den Todesgedenkefeiern an die eigene Vergänglichkeit erinnert.

Es ist November - das Kirchenjahr neigt sich dem Ende zu.

Es ist November - die Wahlausschreibung für die Vorstandswahlen des Kreuzbundes ist soeben veröffentlicht;
eine weitere Legislaturperiode des seitherigen Vorstandes steht vor dem Abschluss.

Bei all dem, was jetzt zu Ende geht, steht doch auch wieder ein Neubeginn an.



Nach dem Herbst und dem bevorstehenden Winter erwarten wir wieder einen Frühling und damit Frühlingserwachen.

Bei aller Gewissheit auch des eigenen Todes ist uns das Leben verheißen. Selbst der "Graf" von "Unheilig" besingt dies in seinem Lied: „Geboren um zu leben" und vergisst dabei nicht die, die sich bereits verabschiedet haben; denn was uns an sie erinnert, beeinflusst auch mein Leben, meine Lebendigkeit.

Jedes neue Kirchenjahr beginnt mit dem Advent, der Zeit der Vorbereitung auf ein Geburtsfest.

Eine zu Ende gehende Legislaturperiode des Kreuzbundvorstandes erinnert an die Wahl für einen neuen Vorstand. Der Blick ist nach vorn gerichtet.

Es bewahrheitet sich erneut die Lebensweisheit: in jedem Abschied liegt ein Neubeginn.

Wirklichen Neubeginn kann es allerdings nur geben, wenn wir uns nicht verschließen, sondern mit wachen Sinnen unsere Zukunft gestalten.

Dabei kann es hilfreich sein, wenn wir uns der Sinne, die wir haben erinnern und uns auch verdeutlichen, was äußere und innere Wahrnehmung sein kann:

	Äußere	Wahrnehmung	Innere
Augen	sehen		wahrnehmen
Ohren	hören		hinhören, horchen
Nase	riechen		erspüren, sich einlassen
Mund	schmecken		an etwas Geschmack finden
Haut	spüren, greifen, tasten		erspüren, begreifen, mitfühlen

Ich lade Sie ein, ihre Sinne in dieser Doppeldeutigkeit zu nutzen.

Betrachten Sie so Ihre Vergangenheit, um die Gegenwart zu deuten und die Zukunft gestalten zu können.

Ihr Wolfgang Thrin,
Geistlicher Beirat

AUS DER REDAKTION

Liebe Weggefährtinnen und Weggefährten,
liebe Leserinnen und Leser,

Sie halten heute die zweite Ausgabe unserer Mitgliederzeitschrift des Jahres 2010 in den Händen.

In dieser Ausgabe finden Sie unter anderem die Ausschreibungsunterlagen für die Vorstandswahlen am 09. April 2011.

Es wäre schön, wenn alle Vorstandsposten durch interessierte Frauen und Männer aus unserem Verband besetzt werden könnten. Es steht Ihnen frei, selbst für ein Amt oder mehrere Ämter zu kandidieren oder aber dem Wahlausschuss Vorschläge für die Wahlen zu unterbreiten.

Die initiierte Gruppenumfrage zur Öffentlichkeitsarbeit fand nicht das erwartete Echo. Wir sollten nichts unterlassen, um unseren Suchtselbsthilfeverband und unsere wertvolle Arbeit einer breiten Öffentlichkeit vorzustellen. Bekanntlich gehört Klappern zum Handwerk und der Kreuzbund hat hier sicherlich noch erheblichen Nachholbedarf.

Im kommenden Jahr findet vom 21.-29. Mai erneut eine Aktionswoche Alkohol der DHS statt. Sicherlich ein guter Rahmen, um den Kreuzbund öffentlich zu machen (siehe auch Seite 21).

Der angekündigte Workshop zur Öffentlichkeitsarbeit findet vom 29.-30. Jan. 2011 im Erbacher Hof in Mainz statt. Für die Durchführung konnte Gunhild Ahmann (Öffentlichkeitsreferentin des Bundesverbandes) gewonnen werden. Vielleicht kann durch diese Veranstaltung das Interesse an dieser für uns alle wichtigen Aufgabe geweckt werden.

Das Redaktionsteam wünscht Ihnen/Euch allen eine besinnliche Adventszeit, ein frohes Weihnachtsfest und für das kommende Jahr alles Gute.

Euer/ Ihr Redaktionsteam:
Ferdinand Denn
Hartmut Zielke

In eigener Sache:

Rudi Stadler hat sich bedauerlicherweise aus dem Redaktionsteam verabschiedet. Er möchte sich zukünftig verstärkt seinen weiteren Hobbys widmen.

Wir danken ihm recht herzlich für die in der Vergangenheit geleistete Arbeit im Team und wünschen ihm viel Freude bei seiner zukünftigen Freizeitgestaltung.

INHALT

Grusswort Umschlag Innen

Aus dem Diözesanverband:

Wahlen 2011	
Neue Leute braucht der Verband	4
Wahlunterlagen	5-7
Gruppenleitertagung Bürstadt	8-9

Arbeitsbereiche:

Seniorenarbeit	10
DJMiK	11
Geschlechterspezifische Arbeit	13-14

Aus den Gruppen und Regionen

Stadtverband Bingen	15-16
Dieburg/Gernsheim	17
Vogesenfreizeit	18/19
Delegierte in den Fachbeirat	19
Dieburg/ Raunheim	20

Dies und das

Aktionswoche Alkohol 2010	21
---------------------------	----

Termine	22
----------------	----

Totengedenken	23
----------------------	----

IMPRESSUM:

GEMEINSAM „UNTERWEGS“

Verbandszeitschrift des Kreuzbund Diözesanverbandes Mainz e.V.

c/o: Hartmut Zielke
Am Sonnenhang 2,
55413 Oberheimbach,
Tel. 06743 6455, Fax 06743 932042
e-mail: info@kreuzbund-dv-mainz.de

Redaktion/ Gestaltung/Bildbearbeitung:
Hartmut Zielke
Korrekturen: Ferdinand Denn

Titelbild: Willi Piespers
Foto Rückseite: Gerhard Iser

Bei unverlangt eingeschickten Manuskripten besteht kein Anspruch auf Abdruck und Rücksendung. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben die Meinung des Verfassers wider, die sich keineswegs mit der Auffassung der Redaktion oder des Verbandes decken muss. Die Redaktion behält sich vor, Artikel gegebenenfalls zu kürzen oder zu ergänzen.

Sollten Sie einen Fehler finden, so dürfen Sie ihn behalten.

**Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe:
30. Mai 2011**

Neue Leute braucht der Verband

Was erwartet mögliche Kandidaten zur Vorstandswahl

Am 09.04.2011 finden bei der Delegiertenversammlung im Erbacher Hof in Mainz die Neuwahlen des Diözesanvorstandes statt.

Im Vorfeld zu diesen Wahlen möchte der Vorstand die Gelegenheit wahrnehmen und erklären, was Vorstandsarbeit im Allgemeinen und innerhalb unseres Diözesanverbandes beinhaltet, was auf die Kandidaten zukommt und was von ihnen erwartet wird.

Ziele einer vernünftigen Vorstandsarbeit sind das Setzen von Prioritäten, das Treffen von Grundsatzentscheidungen sowie die Organisation des Vorstands und damit der Verbandsarbeit. Selbst wenn letztendlich die Zielformulierung nicht selbst vom Vorstand sondern von der Delegiertenversammlung beschlossen wird, ist der Vorstand dafür verantwortlich, dass dies geschieht und muss gegebenenfalls die dazu notwendigen Schritte einleiten.

Eine zentrale Aufgabe innerhalb unserer Vorstandsarbeit besteht darin, eine Art Brückenfunktion zwischen den einzelnen Gruppen des Verbandes und ihren Mitgliedern auszuüben: den Verband gegenüber dem Bundesvorstand, den übrigen Diözesanverbänden, den hauptamtlichen Stellen der Suchtkrankenhilfe (Beratungsstellen der Caritas, Referat Suchtkrankenhilfe der Caritas, Landesstellen gegen die Suchtgefahren etc.) und den Suchtfachkliniken zu vertreten. Weiter obliegt ihm die Durchführung von Fortbildungs- und Schulungsmaßnahmen.

In Zusammenhang mit den Neuwahlen im nächsten Jahr erscheint uns daher wichtig, dass Bewerber zu einer Kandidatur eine klare Vorstellung von den Erwartungen erhalten, die an sie im Falle einer Wahl gestellt werden. Hierzu sollte ihnen die "Ist-Situation" im Verband transparent sein. Dies wird durch unsere Zeitschrift "Gemeinsam Unterwegs", unsere Internetseite, unsere jährliche Delegiertenversammlung, dem Gruppenleitertreffen in Bürstadt und den vielen sonstigen Veranstaltungen innerhalb unseres

Verbandes gewährleistet.

Außerdem sind innerhalb des Vorstandes regionale Ansprechpartner bestellt, die jederzeit ein offenes Ohr für Fragen und Nöte innerhalb des Verbandes haben und auch möglichen Kandidaten Rede und Antwort stehen.

Folgende Erwartungen werden an die Bewerber/innen für die Vorstandsämter gerichtet:

- Vertrautheit mit den Grundpositionen, Zielen, Programmen und Diensten des Verbandes
- Loyalität und Engagement für den Verband - Teamfähigkeit
- Unabhängigkeit und Objektivität
- Einsatz für den Träger als Ganzes und nicht für irgendwelche Einzelinteressen, Mittragen getroffener Mehrheitsentscheidungen, auch wenn man eine Minderheitsmeinung vertritt.
- ausreichend Zeit - regelmäßige Teilnahme an den Vorstandssitzungen
- Sorgfältige Vorbereitung auf die Sitzungen
- Aktive und kritische Beteiligung an den Vorstandssitzungen, Vortragen wichtiger Tagungsordnungspunkte, damit diese Fragen im Vorstand auch behandelt werden können.
- Bereitschaft zur Kooperation mit den hauptamtlichen Stellen der Suchtkrankenhilfe

Vorstandsarbeit ermöglicht, persönlich zu reifen und sich weiter zu bilden...

Vorstandsarbeit ist aber nicht nur das Einbringen von eigener Energie. Durch die aktive Teilnahme am Geschehen in unserer Verbandsarbeit wird es dem einzelnen Vorstandsmitglied auch ermöglicht, sich selbst und eigene Ideen zu verwirklichen, persönlich zu reifen und sich weiterzubilden. Durch die Arbeit kann auf gesellschaftliche Entwicklungen eingewirkt werden.

Zusammengefasst heißt das, dass unser Vorstand aus Menschen besteht, die durch ihre Kompetenz, ihre Erfahrung, ihr Wissen und ihr Engagement zur Weiterentwicklung des Verbandes beitragen.

Natürlich vereint niemand all die genannten Eigenschaften in sich.

Jeder kann sich nach seinen individuellen Möglichkeiten einbringen...

Wichtig ist daher innerhalb des Vorstandes ein guter Mix von Menschen, die im Team an die einzelnen Aufgaben herangehen, jeder nach seinen individuellen Möglichkeiten. Im Bereich des Diözesanverbandes Mainz wurde daher eine Aufgabenteilung vorgenommen und folgende Ausschüsse gebildet:

- a) Finanzausschuss
- b) Öffentlichkeitsarbeit
- c) Familie als System (Jugend und Familie, Angehörige, Singles)
- d) Bildung (mit Häuserbelegung)
- e) Die Jungen Menschen im Kreuzbund (DjMiK)
- f) Alkohol am Arbeitsplatz
- g) Geschlechterspezifische Arbeit
- h) Basiswissen
- i) Postversand
- j) Seniorenarbeit

Unterstützung jeglicher Art findet unser Vorstand durch die beratenden Mitglieder. Es handelt sich um die Suchtreferentin des Caritasverbandes Ulrike Steffgen und den geistlichen Beirat Pfarrer Wolfgang Thrin.

Sollten Sie / solltet Ihr jetzt neugierig geworden sein, so stehen alle aktuellen Vorstandsmitglieder für die Beantwortung noch offener Fragen gerne zu Verfügung.

Wir vom Vorstand würden uns sehr freuen, wenn sich möglichst viele für ein Amt im Vorstand der nächsten Wahlperiode von 2011-2014 zur Verfügung stellen würden.

Näheres zur Kandidatur regelt die Wahlausschreibung durch den Wahlausschuss (siehe nachfolgende Seiten).

gez. Gerhard Iser
(Vorsitzender)

Wahl ausschreibung

für die Wahlen im Kreuzbund Diözesanverband Mainz e.V. am 09. April 2011

Anmerkung:

Diese Wahlausschreibung wendet sich gleichermaßen an Frauen und Männer. Leider ist es nicht möglich, dies in der deutschen Sprache zum Ausdruck zu bringen, ohne den Sprachfluss zu stören. Deshalb ist der Vorsitzende auch die Vorsitzende, der Bewerber auch die Bewerberin usw.

Der Wahlausschuss schreibt die Wahlen im Kreuzbund Diözesanverband Mainz gemäß der §§ 7-9 der Diözesansatzung in folgender Reihenfolge aus:

1. Wahl des Diözesanvorstandes (in der Rangfolge der Ämter)

- a) Diözesanvorsitzender
- b) Stellvertreter
- c) Geschäftsführer
- d) sechs Beisitzer (ein Platz unter den Beisitzern bleibt dem Vertreter des Ausschusses „DJMiK (Die jungen Menschen im Kreuzbund)“ vorbehalten)
- e) zwei Vertreter für "Geschlechtergerechte Arbeit" (1 Frauenbeauftragte, 1 Männerbeauftragter)

2. Wahl der Delegierten zur Delegiertenversammlung des Bundesverbandes

Die Wahlperiode erstreckt sich jeweils auf drei Jahre. Eine Wiederwahl von Amtsinhabern und Mehrfachnennungen für verschiedene Ämter sind möglich.

Aufgrund der geänderten Rechtsform werden externe Kassenprüfer gewählt.

Wahlbewerbungen:

Jedes eingetragene Kreuzbundmitglied im Diözesanverband Mainz kann für die zur Wahl stehenden Ämter im Kreuzbund Diözesanvorstand oder als Bundesdelegierter kandidieren. Die Bewerbungen sind schriftlich unter Angabe des Namens, des Vornamens, der Kreuzbundgruppe und des angestrebten Amtes / der angestrebten Ämter einzureichen. Werden Wahlvorschläge durch Dritte eingereicht, sind Einverständniserklärungen der Vorgesetzten notwendig. Die Wahlvorschläge, Bewerbungen, Einverständniserklärungen sind spätestens bis 05. Februar 2011 an den Wahlausschussvorsitzenden Pfarrer Wolfgang Thrin, Nussallee 2, 64625 Bensheim, zu richten.

Die Kandidatenlisten werden nach Eingang der Bewerbungen getrennt für jedes Amt in alphabetischer Reihenfolge zusammengestellt und mit den Einladungen zur Delegiertenversammlung spätestens sechs Wochen vor der Wahl an die Kreuzbundgruppen im Diözesanverband Mainz verschickt. Einwendungen gegen die Listen sind innerhalb von vierzehn Tagen schriftlich beim Wahlausschussvorsitzenden anzumelden.

Der Bewerber hat am Wahltag anwesend zu sein, um die Annahme oder Ablehnung der Wahl zu erklären. Im

Verhinderungsfall hat er dem Vorsitzenden des Wahlausschusses schriftlich mitzuteilen, dass im Falle eines Wahlsieges die Wahl angenommen wird. Liegt diese Erklärung am Wahltag nicht vor, gilt die Wahl als abgelehnt. Lehnt ein Gewählter das Amt ab, tritt an seine Stelle der Bewerber mit nächst höherer Stimmzahl.

Bitte benutzen Sie beigefügte Vordrucke:

- a) "Wahlvorschlag durch Dritte" und
- b) "Wahlbewerbung / Einverständniserklärung".

Die Formulare sind auf der Homepage www.kreuzbund-dv-mainz.de unter Service eingestellt.

Beachten Sie die Vorschlags- / Bewerbungsfrist - 05. Februar 2011, Datum des Poststempels. Später eingereichte Bewerbungen finden keine Berücksichtigung.

Wenn für ein Amt keine Bewerbungen eingehen oder die Zahl der Bewerber nicht der für ein Amt vorgesehenen Anzahl entspricht, können am Wahltag Kandidaten nachbenannt werden. Die jeweiligen Stimmzettel werden nachträglich mit den Namen dieser Bewerber ergänzt.

Durchführung der Wahl:

Die Vorbereitung und Durchführung der Wahlen im Kreuzbund Diözesanverband Mainz e.V. obliegt dem Wahlausschuss.

Die Wahlen werden im Rahmen der Delegiertenversammlung am 09. April 2011 im Erbacher Hof in Mainz durchgeführt. Wahlberechtigt sind die Mitglieder des Diözesanvorstandes sowie die gemeldeten Mitglieder der Delegiertenversammlung, d. h. der Gruppenleiter oder sein Stellvertreter und der von der Gruppe gemeldete Delegierte oder sein Vertreter. Die Funktionsträger sind mit der Anmeldung zur Delegiertenversammlung 2011 mit Vordruck bei der Geschäftsstelle anzuzeigen.

Es wird ein Wählerverzeichnis erstellt. Nur die namentlich in dieser Wählerliste aufgeführten Personen sind stimmberechtigt. Die Stimmabgabe ist an die Kandidatenlisten gebunden. Das Wahlrecht wird schriftlich für jedes Amt gesondert durch Abgabe eines einheitlichen Stimmzettels in geheimer Wahl ausgeübt. Nach jedem Wahlgang werden die Stimmen ausgezählt und das Wahlergebnis bekannt gegeben.

Bensheim, den 30.10.2010
Für den Wahlausschuss:

Pfarrer Wolfgang Thrin

Name:
Vorname:
Straße:
PLZ/Ort:
Telefon:
E-Mail:
Kreuzbundgruppe:
(Absenderangabe bitte ausfüllen)

Diözesanverband Mainz e.V.
Wahlausschuss
Pfarrer Wolfgang Thrin
Nussallee 2

64625 Bensheim

Datum:

Wahlbewerbung / Einverständniserklärung für die Wahlen im Kreuzbund Diözesanverband Mainz am 09. April 2011

Aufgrund der Wahlausschreibung vom 30. Oktober 2010 / des Wahlvorschlages durch Herrn / Frau(Nichtzutreffendes streichen) kandidiere ich bei den Wahlen im Kreuzbund Diözesanverband Mainz am 09. April 2011 für das von mir angekreuzte Amt / die von mir angekreuzten Ämter. Ich werde am Wahltag anwesend sein. Im Verhinderungsfall werde ich dem Wahlausschussvorsitzenden bis zum Wahltag schriftlich mitteilen, dass ich im Falle eines Wahlsieges die Wahl annehme.

Mir ist bekannt, dass diese Bewerbung fristgerecht zum 05. Februar 2011 (Datum des Poststempels) beim Wahlausschuss (o. g. Adresse) eingegangen sein muss und später eingereichte Bewerbungen keine Berücksichtigung mehr finden.

Angestrebtes Amt: im Diözesanvorstand:

- Diözesanvorsitzender/e Stellvertreter/in
 Geschäftsführer/in Beisitzer/in
 Vertreter/in für Geschlechtergerechte Arbeit

sonstige Ämter:

- Bundesdelegierter/e

(bitte entsprechend ankreuzen, Mehrfachbewerbungen sind möglich)

Kurze persönliche Vorstellung mit Foto:

(z.B. Alter, Familienstand, Kinder, Beruf, Hobbys, Zugehörigkeit zum Kreuzbund Zielvorstellung zur Vorstandsarbeit, angestrebte Mitarbeit in Ausschüssen, etc.) - Es kann auch Rückseite beschriftet werden.

(Unterschrift)

Anlagen:

Name:
Vorname:
PLZ/Wohnort:
Straße:
Telefon:
E-Mail:
Kreuzbundgruppe:
(Absenderangabe bitte ausfüllen)

Kreuzbund
Diözesanverband Mainz e.V.
Pfarrer Wolfgang Thrin
Nussallee 2

64625 Bensheim

Datum:

Wahlvorschlag durch Dritte

für die Wahlen im Kreuzbund Diözesanverband Mainz am 09. April 2011

Aufgrund der Wahlausschreibung vom 30. Oktober 2010 schlage ich unter Berücksichtigung der Vorschlags-/ Bewerbungsfrist unten näher bezeichneten/e Weggefährten/in für die Wahlen im Kreuzbund Diözesanverband Mainz am 09. April 2011 für das von mir angekreuzte Amt / die von mir angekreuzten Ämter vor:

Name, Vorname:

Telefonnummer:

Kreuzbundgruppe:

Ämter: im Diözesanvorstand:
 Diözesanvorsitzender/e Stellvertreter/in
 Geschäftsführer/in Beisitzer/in
 Vertreter/in für Geschlechtergerechte Arbeit

Sonstige Ämter:

Bundesdelegierter/e

(bitte entsprechend ankreuzen, Mehrfachnennungen sind möglich)

Ich habe den/die von mir Vorgeschlagenen/e über diesen Wahlvorschlag informiert und gebeten, den Vordruck "Wahlbewerbung / Einverständniserklärung" für die Wahlen im Kreuzbund Diözesanverband Mainz auszufüllen und fristgerecht bis zum 05. Februar 2011 (Datum des Poststempels) an die o. g. Adresse zu übersenden.

(Unterschrift)

Gruppenleitertagung "Mitgliedschaft im Kreuzbund- Ideen, Planung, Vorhaben"

Bürstadt

Am Samstag, dem 29. Okt. 2010, fand in Bürstadt unsere diesjährige Tagung für Gruppenleiter/innen, Stellvertreter/innen und Interessierte statt.



Rund 60 Teilnehmer reisten bei herrlichem Herbstwetter und wunderschönem Sonnenschein aus dem gesamten Bistum an. Einige hatten sich schon längere Zeit nicht mehr gesehen. So fand eine ausgesprochen herzliche Begrüßung untereinander statt und man hatte sich gleich viel zu erzählen. Dies gelang umso besser, da bereits zum Empfang eine Tasse Kaffee auf die Teilnehmer/innen wartete.

Die Veranstaltung nahm ihren traditionellen Verlauf. Nach Begrüßung durch den Vorsitzenden stimmte uns Pfarrer Thrin mit einem geistlichen Impuls auf die Tagung ein. Danach berichteten der Geschäftsführer und der Vorsitzende aus ihren Arbeitsbereichen.

Geschäftsführer Herbert Rogge wies auf einige Unterlagen für die Gruppen hin, die auf Tischen zur Mitnahme bereit lagen. Dies waren: Entworfene Merkblätter für die Beantragung von Gruppen- und Fördermittel getrennt nach Hessen und Rheinland-Pfalz, Wahlausschreibungsunterlagen, Kreuzbund Taschenkalender für 2011 (zum Preis von 1 Euro pro Kalender) und Umschläge für alle Gruppen mit Kreuzbund Lesezeichen für Kreuz-

bund Mitglieder.

Es folgten weitere Ausführungen zu den Themen:

Basiswissen im Kreuzbund

Er berichtete, dass eine von Wolfgang Weber und ihm geplante Falkenhofschulung zum Thema Basiswissen leider mangels Teilnehmer ausfallen musste. Wolfgang Weber hob in einem kurzen Statement die Wichtigkeit der Vermittlung des Basiswissens hervor. Dieses sei die Grundlage aller Arbeit im Kreuzbund. Es richtet sich an alle Verbandsmitglieder. Insbesondere an die Funktionsträger, die die Ziele, Aufgaben und Arbeitsweisen des Verbandes den Gruppenmitgliedern und der Öffentlichkeit darstellen sollten. Es geht hierbei um einen einheitlichen und zeitgemäßen Wissensstand der Mitglieder im Kreuzbund, das Sprechen einer möglichst gemeinsamen "Sprache" und die Vermittlung von Wissen und Informationen rund um den Suchtselbsthilfeverband.

Man plane eine Wochenendveranstaltung zum Thema "Basiswissen, Verwaltung und Finanzierung, Vereinsrecht" für den 29.-20. März 2011. Um eine gewisse Planungssicherheit zu erhalten, wurden die Anwesenden gefragt, ob Interesse an einer solchen Veranstaltung bestehe. Erfreulicherweise meldeten sich für diese Schulung so viele Interessierte, dass in die Detailplanung eingestiegen werden kann.

Gruppen- Kassenprüfung 2010

Nach der Bitte im letzten Jahr uns von solchen Kassenprüfungen eine

Kopie zu senden, haben das auch 31 Gruppen also ca. 50 % gemacht. Danke dafür. Vielleicht ist die Quote im nächsten Jahr noch höher, denn das Ganze ist nicht sehr aufwendig und dient der eigenen Sicherheit.

Bausteine

Außer Bingen und Mannheim liegen keine Nachfragen zu Bausteinen vor, wengleich es eine günstige Form der Mittelbeschaffung für die Gruppen darstellt.

Mitgliederbeiträge

Die Rechnungen und Mitgliederlisten für das 2. Halbjahr werden im November verschickt. Bitte Rechnung kontrollieren und Änderungen innerhalb von 8 Tagen zurückmelden

Sterbefälle sind sofort an den DV zu melden

Gruppenförderungen

Die Auszahlungen der Gruppenzuschüsse wird Ende des Jahres erfolgen, wenn alle Fördermittel eingegangen sind.

Neues aus den Gruppen:

Als neue Gruppen begrüßen wir Dieburg 5 mit der GL Brigitte Laurentius und Reinheim 2 mit Karin Wink als neue GL Herzlichen Glückwunsch! Neue Gruppenleitung Lindenfels 2. Wolfgang Riebel für Toni Schattentfroh.

Bingen 5: Hartmut Zielke für Karl-Heinz Walldorf.

Wir wünschen den neuen GL viel Erfolg und bedanken uns bei den zurückgetretenen GL für Ihre langjährige, erfolgreiche Tätigkeit.

Er erinnerte an die Brebbia Freizeit 2011 und den Spiele-Nachmittag in Groß-Gerau mit Preisskat.



Kreuzbund Stiftung im Bistum Mainz

Als Kuratoriumsvorsitzender der Kreuzbund Stiftung im Bistum Mainz gab Herbert Rogge bekannt, dass die Stiftungsfeier (Fest der Zustifter) nach reiflicher Überlegung auf den 21. September 2011 terminiert wurde. Bis dahin könne noch weiter gespendet werden. Die Unterstützung von neuen Gruppen und die Bezuschussung der Kongressteilnehmer am Bundeskongress aus Mitteln der Stiftung sind bereits durchgeführt. Die Kriterien für 2011 werden wir anlässlich der Eröffnungsveranstaltung des Kreuzbund Diözesanverbandes Mainz e.V. bekannt geben

Öffentlichkeitsarbeit

Hartmut Zielke wurde Gelegenheit gegeben, das enttäuschende Ergebnis seiner Gruppenumfrage zur Öffentlichkeitsarbeit vorzustellen. Er stellte die Frage, ob Öffentlichkeitsarbeit in den Gruppen überhaupt (k)ein Thema sei. Er hob die Wichtigkeit dieses Arbeitsbereiches hervor, denn nach wie vor sei der Kreuzbund in weiten Teilen der Bevölkerung unbekannt.

Alle Interessierten hätten die Möglichkeit im Rahmen eines Work-shops zum Thema Öffentlichkeitsarbeit am letzten Januarwochenende 2011 im Erbacher Hof in Mainz teilzunehmen. Die Einladung geht an die Gruppenleiter. Schließlich stellte der die DHS Aktionswoche 2011 "Alkohol? Weniger ist besser!" als hervorragende Plattform für öffentlich wirksame Veranstaltungen vor und bat darum, dass sich die Gruppen mit Aktionen daran beteiligen.



Die Aktivitäten der Gruppen sollten auch an ihn gemeldet werden.

Danach kam Gastreferent Franz Drabiniok vom Kreuzbund Diözesanverband Essen, Mitglied der vom Bundesverband eingesetzten Kommission zur "Mitgliedschaft im Kreuzbund", mit seinem Vortrag zum Tagungsthema an die Reihe. Er stellte unter anderem das Modell der Kommission vor, das bei der nächsten Bundesdelegiertenversammlung zur Abstimmung gelangt.

Hier die Eckpunkte im Einzelnen:

- Einführung einer grundsätzlichen Mitgliedschaft und Beitragspflicht für alle Gruppenteilnehmer/innen
- "Kennenlernphase" von max. 12 Monaten
- Übergangsphase für langjährige

Gruppenteilnehmer/innen bis zum 31.12.2012

- Sozialverträgliche Beitragsgestaltung und Möglichkeit der Beitragsbefreiung
- Verzicht auf Partner- bzw. Familienbeitrag
- Mittelfristig Senkung des Beitrags für alle, abhängig von der tatsächlichen Mitgliederzahl
- Mittelfristig Erhöhung der Rückerstattungspauschale an die Diözesanverbände von 10 auf 15 %

Es folgte eine lebhaft und kontrovers geführte Diskussion der Teilnehmer, die auch nach der Mittagspause fortgesetzt wurde.

Zur Mittagszeit wurden wir wieder köstlich vom Team des Gemeindezentrums St. Michael Bürstadt bekocht.



Im weiteren Verlauf stellte der Vorsitzende in Auszügen die geplante Satzungsänderung vor. Hierbei ging es insbesondere um die zukünftige Zusammensetzung des Vorstandes (Aufstockung des geschäftsführenden Vorstandes, Reduzierung der Beisitzer). Auch hierüber wurde kontrovers diskutiert.

Schließlich endete eine sehr intensiv geführte Veranstaltung, mit kontroversen Diskussionen, die eindrucksvoll vermittelte, dass der Kreuzbund Diözesanverband Mainz e.V. ein lebendiger und am aktuellen Geschehen im Kreuzbund interessierter Verband ist.

Text und Bilder: Hartmut Zielke

Senioren - Seminar Ockenheim

Die am Wochenende 10.-11.Juli 2010 im Kloster Jakobsberg stattgefundene Zusammenkunft von einigen wenigen Optimisten, die um den Wert und die Notwendigkeit der Seniorenarbeit wissen, sind begleitet worden von unserem geistlichen Beirat im Kreuzbund-Diözesanverband Mainz Pfarrer Wolfgang Thrin und dem ehemaligen Beirat Pfarrer Lothar Landvogt, der der uns an einem Abend besucht hat. Auch das zuständige Vorstandsmitglied für die Seniorenarbeit Lothar Clade war anwesend.



Maria und Peter Josef Bibo, die Seniorenbeauftragten des Diözesanverbandes Limburg, mit denen der Diözesanverband Mainz seit zehn Jahren die Seniorenarbeit in beiden Diözesen betreibt und die den kulturellen Teil in der gemeinsamen Arbeit bestreiten, waren mit einigen Weggefährten und viel Engagement auch da.

Frau Ulrike Kühn von der Beratungsstelle Dieburg sowie Herr Werner Spamer, ehemaliger Mitarbeiter in der Beratungsstelle Darmstadt, übernahmen den therapeutischen Teil des Seminars. Beide haben uns von Anfang an in der Seniorenarbeit mit viel Freude und Wissen begleitet.

Es ist schwer, dieses Wochenende in Worte zu fassen: Einmal der Abschied von Waltraud und Karl Hohnhäuser als Verantwortliche, ebenso Herr Werner Spamer, der seine Mitarbeit mit diesem Wochenende beendete. Nachfolger werden immer noch dringend gesucht.

Denn die Vielfalt der Themen, die in diesem Lebensabschnitt zu bewältigen sind. Die besondere Atmosphäre des Jakobsbergs ist geradezu Maßarbeit für diesen Kreis Menschen. Der gesamte Verlauf dieser Tage ist mit sehr viel Herzblut geführt worden in der Hoffnung, der gelegte Samen in den letzten zehn Jahren sollte doch in neuen Händen mit eigenen Ideen aufgehen und weitergeführt werden.

Dies wünschen sich von Herzen
Waltraud und Karl Hohnhäuser

Gedanken beim Abschied von Josef Bibo

1. Seniorenarbeit - schwere Sache? die sind doch zahm - dass ich nicht lache, da reichen ja paar lust'ge Posse - so denkt gar mancher Zeitgenosse.
2. Nicht Werbung machen bräuchten wir da sorgt doch die Natur dafür - es mangelt hierbei nicht auf Erden, weil Menschen immer älter werden.
3. Gewissermaßen ist das richtig, in Hände spucken scheint nicht wichtig, es tut dich niemand rau anrempeln, doch Ärmel hoch musst du oft krepeln.
4. Das haben Karl und ich erfahren bei unserm Tun seit fast zehn Jahren bei Mainz und Limburg heißt's genau Seniorenarbeit im D. V.

5. Mainz müht sich Therapie zu bringen mit Seminar und solchen Dingen - von Limburg wir die gesellige Art auch Klinikbesuche und die Bus-Olpe-Fahrt.

6. Charterboot-Tour auf dem sonigen Rhein am Grab von St. Hildegard, da kehrten wir ein bei Zeitung in Mainz war ganz große Sach' wie beim Rundgang im alten Kloster Eberbach.

7. Wiesbaden, Spielbank, auch das mit dabei Stadtbähnchen-Rundfahrt - und viel Allerlei - am Schluss dann in der Gartenkolonie schmeckte der Kaffee so trefflich wie nie.

8. Viel Kuren bei Krankheit kann Wiesbaden geben lässt denken an unser eigen krank Leben. Dass Gesundheit auch bleibt, wir weiter sie spürten die Seminare uns zum Jakobsberg und zum Falkenhof führten.

9. Von Herrn Spamer, Frau Kühn dort sicher geleitet und schön von Pfarrer Landvogt immer begleitet waren diese unsere genannten -- gemeinsamen Sachen Seniorenarbeit - und nicht nur ein Machen.

10. Den Karl und mich hat das zusammengeführt wir haben die gleiche Chemie stets gespürt und was immer ganz stark hat gewogen Waltraud und Maria haben mit da gezogen.

11. In Hamm hat man das auch so gesehen hieß uns sogar - auf die Bühne mitgehen: in Speyer in großer Fragerunde - und in unserer Presse - kam davon die Kunde.

12. Im Weggefährten: Beispielhaft! bei denen dort wird was geschafft. Das alles lässt uns dankbar sein - lädt aber auch zum Denken ein.

13. Denn vieles Lob verstellt den Weg
aus Sucht führt nur ein schmaler Steg,
den gehen, macht auch den Senior lahm
wenn spät er suchend zu uns kam .

14. Dies anzusehen - auch uns macht müd',
du denkst wie's heißt in einem Liede:
was hast du oft erreicht schon bei harter Arbeit - kargem Lohn.

15. So ist auch Karl nun müd',
er trat zurück ins zweite Glied - mit Landvogt - Spamer in dem Bunde,
bei mir auch selbst kommt bald die Stunde.

16. Wir brauchen "Neue" - um neu zu fassen,
denn mit der Sucht lässt sich nicht spaßen.
Trotzdem, wer in die Fänge gerät
kann sich befreien - auch wenn es spät.

17. In Nord, Ost, Süd und West wir standen
schon überall in deutschen Landen - um Kraft zu tanken - neu zu wagen - bei Multiplikatoren-Tagen.

18. Doch nun am End' woll' wir uns freuen
deswegen keine Mühe scheuen
um Vorbild weiter doch zu geben
mit dem eigenen, zufriedenen, dem trockenen Leben.

19. Wir können überzeugend sprechen:
es lohnt sich - auch bei allen Schwächen.
Vielleicht ist uns - durch dieses schon für uns're Arbeit - doch ein Lohn.

**Ältere Menschen sind wie Museen:
Nicht auf die Fassade kommt es an,
sondern auf die Schätze im Innern.**

Jeanne Moreau

DJMiK-Hessen Klettertag Rüsselsheim

In diesem speziellen Training sollte für junge Mitglieder von Selbsthilfegruppen der Gruppenzusammenhalt gestärkt, der Teamgeist, die Teamfähigkeit sowie Vertrauen und Sozialkompetenz untereinander verstärkt werden.

Nach dem Motto "Jeder kann, keiner muss" wurde die Veranstaltung am 03. Oktober 2010 im Klettergarten Rüsselsheim durchgeführt. Insgesamt nahmen 19 Personen teil.

du kannst jedes Hindernis überwinden!"

"Es hat mich körperlich sehr gefordert, ich glaube, ich werde es öfter machen!"

"Es ist mal etwas ganz anderes und man wird offensichtlich in vieler Hinsicht wirklich gefordert." (Beobachter)

"Ein sehr gelungener und schöner Tag mit perfektem Wetter!"

"Gemeinsam hoch hinaus!"

"Ein toller Tag mit Freunden, an dem man seine körperlichen Grenzen austesten konnte!"

„Ein schöner Tag, aber auch anstrengend, mit einem gemütlichen Ausklang."



Die anschließenden Übungen im Klettergarten vermittelten eindrucksvoll, den Wert von Teamarbeit, Kommunikation und gegenseitiger Hilfe. Mit Hilfe der Anderen konnte so mancher sein mulmiges Gefühl abstellen. Natürlich waren wir bei allen Übungen bestens gesichert.



Hier einige Kommentare der Teilnehmer von 10 bis ...Jahre:

"Vertrau Dir und Deinem Körper und



Es war nicht nur wegen des Wetters ein toller Tag, der manchen zu neuen Erkenntnissen und Einsichten verhalf.

Wir bedanken uns für die Unterstützung der Volksbank Groß-Gerau und natürlich der AOK Hessen, die auch in diesem Jahr das Projekt "Integration junger Menschen in die Suchtselbsthilfe" fördert.

Klaus- Peter Sawinski (DJMiK)

DJMiK + Caritas Stadteifest "40 Jahre Dicker Busch"

Rüsselsheim

Ein "tolles" Gefühl: Auf unserer letzten Einkaufstour direkt am Morgen vor dem Stadteifest "40 Jahre Dicker Busch" in Rüsselsheim gerieten wir in einen Regenguss, bei dem wir fast überzeugt waren, dass das Stadteifest "40 Jahre Dicker Busch" im wahrsten Sinne des Wortes "den Bach runter geht". Sicht: maximal 5 Meter!



Glücklicherweise kam es doch anders. Die DJMiK-Gruppe in Groß-Gerau hatte mit der Caritas-Beratungsstelle in Rüsselsheim, Frau Knobloch, einen Stand und wollte leckere, alkoholfreie Cocktails mit entsprechender Verzierung anbieten. Um 14:00 Uhr war der Stand aufgebaut und unsere Vorarbeiten erledigt. Der Festplatz um das Einkaufszentrum füllte sich und die Aktionsstände mit "Druck-Werkstatt", Ballon-Stand und vielem Anderen fanden großes Interesse.

12

Auf dem Festplatz ging es den ganzen Nachmittag und Abend rund! Unser Stand war ständig umlagert, hauptsächlich von Kindern, die offensichtlich die bunt verzierten und mit Zuckerrand versehenen Cocktails mit bunten Schirmchen, Wedeln und Früchten versehenen besonders lecker fanden. Auch die Kreuzbund-Ballone mit Helium gefüllt fanden reißenden Absatz: Schon nach 2 Stunden war unser Ballongas alle. Der Caritas ging es nicht anders. Offensichtlich konnten die Kinder auch die Eltern überzeugen, dass die Cocktails gut waren. So ergaben sich dann auch später noch Gespräche, bei denen wir vor allem über den Kreuzbund aufklären konnten. Der neue Landrat des Kreises Thomas Will und die ehemalige Landtagsab-

geordnete und jetzige Stadtverordnetenvorsteherin von Rüsselsheim fanden sich zusammen mit Herrn Karl Mayer, Leiter der Beratungsstelle Rüsselsheim, ebenfalls an unserem Stand ein und ließen sich die Cocktails schmecken. Die Qualität gefiel offensichtlich, wenn auch der Zeitdruck keinen Raum ließ, die Getränke in Ruhe zu genießen. Nach Beginn der Rockmusik (ca. 18:00 Uhr) erlahmte das Interesse doch deutlich und wir packten unsere Überreste ein (viel war es übrigens nicht!!).

Eine große Zahl von Kindern konnten wir jedoch überzeugen, dass Getränke auch ohne Alkohol eine tolle Sache sind und trotzdem hervorragend schmecken.

Klaus-Peter Sawinski
DJMiK-Groß-Gerau
info@djmik-hessen.de

Delegierte für den neuen Fachbeirat der Hessischen Landesstelle für Sucht- fragen (HLS)

Die Landeskonferenz Suchtselbsthilfe innerhalb der Hessischen Landesstelle für Suchtfragen (HLS) wählte bei seiner Sitzung am 26.06.2010 einstimmig **Christine Müller** (Raunheim) vom Kreuzbund Diözesanverband Mainz e.V. als Delegierte für den neu gegründeten Fachbeirat der Hessischen Landesstelle.



Christine Müller engagiert sich schon seit 23 Jahren in der Suchtselbsthilfe des Kreuzbundes. Seit 1997 leitet sie eine Kreuzbund Selbsthilfegruppe in Raunheim. Insgesamt neun Jahre gehörte sie dem Kreuzbund Diözesanverband Mainz e.V. an, davon sechs Jahre als stellvertretende Vorsitzende. Während ihrer Vorstandstätigkeit begleitete sie auch das Amt der Frauenbeauftragten. Sie ist ausgewiesene Fachfrau auf dem Gebiet der Medikamentenabhängigkeit und arbeitete an einem vom Bundesgesundheitsministerium durchgeführten Projekt zur Erstellung eines Leitfadens für Ärzte mit. Ihre eigenen Erfahrungen im Bereich der Medikamentenabhängigkeit waren ihr hierbei sehr hilfreich. Zuletzt nahm sie am bundesweiten Projekt "SOG-Selbsthilfe optimieren durch Gesundheitsvorsorge" teil. Der Landeskonferenz Suchtselbsthilfe Hessen der HLS gehört sie seit der Gründung im Spätjahr 2004 an.

Wir wünschen ihr für das neue Aufgabengebiet alles Gute.

Autor: Hartmut Zielke

Stellenanzeige:

**Suche dringend
Gleichgesinnte,
die gerne Schreiben
und Organisieren
sowie für Neuerungen
offen sind.**

**Eigeninitiative und
Kreativität
ausdrücklich
erwünscht.**

Hartmut Zielke
Kreuzbund
Diözesanverband
Mainz e.V.

**Ausschuss
Öffentlichkeitsarbeit**

Tel. 06743 6455
Fac 06743 932042
e-mail:
info@kreuzbund-dv-mainz.de

Frauentagesseminar Bensheim

Am 18.09.2010 fand das diesjährige Frauentagesseminar in der Fachklinik Schloss Falkenhof in Bensheim statt.

Das Thema "Mich kränkt kein Mensch mehr"-Ohrfeigen für die Seele, wie gehe ich damit um? - inspirierte immerhin 37 Frauen zum Kommen, so dass das normalerweise mit 30 Plätzen bereits ausgebuchte



Seminar durch eine 3. Referentin erweitert wurde.

Dafür bedanken wir uns besonders bei den Organisatoren, die dies ermöglicht hatten.

Nach der Begrüßung durch unsere Frauenbeauftragte Margit Köttig ging's gleich zur Sache!

Zum Anwärmen, vor allem auch für die zahlreichen neuen Teilnehmerinnen, gab es wie immer ein Kennenlern- und Lockerungsspiel. Die Referentinnen verpassten uns einen Aufkleber auf den Rücken mit einer Tierbezeichnung. Durch anschließendes Abfragen mussten wir herausfinden, welches Tier wir darstellten. Das sorgte für ein lautes Palaver begleitet von viel Gelächter und herumirrendem Chaos. Sodann mussten wir unseren weiblichen oder männlichen Partner finden, um uns gegenseitig zu interviewen. Im Anschluss daran erfolgte dann die gegenseitige Vorstellung der Partner in der gemeinsamen Runde. Es ist immer eine interessante Erfahrung zu

hören, wie man von einem andern Menschen präsentiert wird.

Die Referentin Frau Monika Horneff führte uns dann mit einem Impulsreferat in das Thema ein. Jeder Mensch hat sein eigenes Kränkungs-thema. Wie beschreiben wir eine Kränkung, was ist überhaupt eine Kränkung und warum lösen Kränkungen negative Gefühle aus. Kränkungen treffen uns ja meist wie ein Blitz aus heiterem Himmel und sind besonders verletzend, wenn ein

wunder Punkt aus der eigenen Vergangenheit getroffen wird.

Die Bearbeitung des Themas wurde von den drei Referentinnen auf verschiedene Weise angegangen. Wir bildeten drei Kleingruppen und wechselten dann im Laufe des Tages von Referentin zu Referentin.

So konnten wir bei einer meditativen Reise durch den Körper feststellen, welcher Körperteil bei einer Kränkung am stärksten betroffen war und was dies uns aussagte.

Eine andere Reise führte uns durch das vergangene Leben und zeigte uns, was wir bisher schon alles gelernt und gemeistert hatten und wie viel positive Energie doch in jeder von uns vorhanden ist.

Die dritte Möglichkeit war die körperliche Darstellung von Gefühlen. Wie stehe ich da, wenn ich mich gekränkt und verletzt fühle und

wie anders stehe ich da, wenn ich stolz und zufrieden auf meine Leistung bin.

All diese Übungen gaben viele Impulse zum Nachdenken und natürlich zum regen Gesprächsaustausch über Kränkungen und wie man damit fertig wurde.

Diese teils doch sehr schwierigen Aufgaben lassen sich natürlich nur mit stärkenden Pausen bewältigen.

Ein herzhafter kalter Imbiss ersetzte den obligatorischen Eintopf des Falkenhofs, da unsere große Teilnehmerzahl die Kapazitäten der Küche überschritt. Die leise Enttäuschung darüber war aber schnell überwunden, zumal die angebotenen Leckereien bestens ankamen.

Auch dieses Seminar wird wieder für die Teilnehmerinnen noch eine anhaltende Wirkung zeigen. Es wurde gezeigt, was Kränkungen für eine destruktive Wirkung haben, die man nicht unterschätzen sollte. Aber wir erfuhren auch, dass es vielfältige Möglichkeiten gibt, Kränkungen zu verarbeiten und wie man sich davor schützen kann.

Wir bedanken uns bei den Referentinnen Frau Monika Horneff, Frau Beate Schepper und Frau Danuta Glenc für die überaus gute Begleitung bei einem wichtigen Thema und freuen uns darauf, auch im nächsten Jahr wieder teilnehmen zu können.

Ein großer Dank auch an unsere Frauenbeauftragten vom DV- Mainz, Maria Klün und Margit Köttig, die sich so sehr für das Gelingen der Veranstaltung eingesetzt haben.



Silvia Altmannsberger, Offenbach 9
-Regionale Frauenbeauftragte-
Fotos: Margit Köttig

Männerseminar 2010 Ockenheim

Am Wochenende 8.-12.09.2010 trafen sich 38 Weggefährten zum Männerseminar des Kreuzbund Diözesanverbandes Mainz e.V. in der Bildungsstätte des Kloster Jakobsberg in Ockenheim.

Nach der morgendlichen, gemeinsamen Besinnung und Einstimmung auf den Tag starteten wir wie gewohnt mit der Vertiefung des Themas in drei Kleingruppen.

Ich war sehr beeindruckt von der Offenheit und Intensität, mit der das Thema, unter der professionellen

spannend und brachte für uns alle wertvolle Erkenntnisse. Nachdem wir im Abschlussplenum das Thema für das nächste Jahr ausgewählt hatten, "Umgang mit Konflikten" und mir beim gemeinsamen Singen unseres Abschiedsliedes wieder etwas wehmütig wurde, war klar, dass ich nächstes



Die alljährlich im September stattfindende Weiterbildung für Männer ist schon zur Tradition geworden. Das Thema "Sucht und Beziehung" versprach spannend zu werden. Als langjähriger Teilnehmer war ich mir sicher, auch dieses Mal für mich etwas mit nach Hause nehmen zu können. Angekommen gleich großes Hallo mit Begrüßung. Nach der Zimmerbelegung nutzten wir die Zeit bis zur Einführung ins Thema für den obligatorischen Spaziergang zum Friedenskreuz. Der tolle Blick von dort ins Rheintal ist jedes Mal aufs Neue überwältigend.

Moderation von Herrn Wenz, in unserer Gruppe bearbeitet wurde. Lebensabschnitte und Schicksale, die mich teilweise sehr berührten und betroffen machten. Als es dann Zeit war für ein kurzes Plenum vor dem Abendessen waren wir alle froh und geschafft.

Wir verabschiedeten Herrn Wenz und dankten ihm mit großem Applaus für sein langjähriges Engagement als hauptverantwortlicher, leitender Referent des Männerseminars.

Jahr wieder dabei sein möchte. Die Abende, zur freien Verfügung, boten ausreichend Gelegenheit zum Reden, Spa-zierengehen, Skat spielen oder auch zum Erholen. Natürlich durfte auch ein Besuch der Eisdielen in Gau-Algesheim und/oder des Weinfestes im nahegelegenen Bingen nicht fehlen.

Atmosphärisches:
Die Tage vergingen wie im Flug. Zum komplexen Thema "Beziehung" bekamen wir neben wertvollem Erfahrungsaustausch auch neue

Zur Einstimmung auf das Wochenende trafen wir uns im Plenum. Unser Moderatoren-Team Thomas Wenz, Heinz Vallböhmer und Günter Kirchner war wieder gut auf das Wochenende mit uns vorbereitet. Herr Kirchner führte mit der Vorstellung der vier möglichen Grundeinstellungen aus der Transaktionsanalyse in das Thema ein:

- Ich bin OK. - Du bist OK.
- Ich bin OK. - Du bist nicht OK.
- Ich bin nicht OK. - Du bist OK.
- Ich bin nicht OK. - Du bist nicht OK.

Anschließend nahm er uns auf eine meditative Zeitreise mit, wir sollten uns dabei an Beziehungen aus unserem Leben erinnern.

Der Gottesdienst, den wir nach dem Abendessen mit Pfarrer Thrin feiern durften, bildete einen schönen Abschluss des offiziellen Teils am Freitag.



nars. Herr Wenz wird aus Gründen, die er uns erklärte, nicht mehr fürs Seminar zur Verfügung stehen. Männerseminar und Thomas Wenz waren für mich immer eine erfolgreiche Symbiose. Obgleich auch jede Veränderung eine neue Chance bedeutet, ich werde ihn vermissen. Am Sonntagvormittag bekamen wir noch Gelegenheit Kommunikationsmuster näher kennen zu lernen. Unsere individuelle Selbsteinschätzung und Zuordnung zu den einzelnen Mustern war noch mal richtig

Denkanstöße. Wir waren eine tolle Gemeinschaft, hatten wieder viel Spaß miteinander. Ein schönes Ambiente die Bildungsstätte Kloster Jakobsberg mit ihrer schönen Umgebung. Auch für unser leibliches Wohl war sehr gut gesorgt. Unseren Organisatoren, dem Therapeuten-Team und allen, die mit zum Gelingen beigetragen haben, ein herzliches Dankeschön.

Rudi Stadler
KB Gruppe Groß-Gerau 1

Kreuzbündler unter Denkmalschutz Bingen/Rhein

Zum zweiten Mal rief der Kreuzbund Stadtverband Bingen zu seiner Wanderung über die Rheinhöhen auf und 39 Teilnehmer folgten seinem Ruf. Besonders erfreulich ist zu erwähnen, dass auch Mitglieder der DjMiK (=Die jungen Menschen im Kreuzbund)- Gruppe aus Mannheim angereist waren. Es wächst halt zusammen, was zusammen gehört!

der Sesselbahn hinauf zum Tierpark am Jagdschloss. Es folgte eine beschauliche Wanderung über die Rheinhöhen in Richtung Niederwald-Denkmal. Unterwegs wurden viele Gespräche geführt und neue Kontakte geknüpft. An besonders markanten Punkten wurde die herrliche Aussicht genossen und auch ein Picknick im Wald durfte nicht fehlen. Viele konnten der Versuchung nicht

mal runter nach Rüdesheim, wo an diesem Wochenende ein Weinfest stattfand.

Nachdem wir auch dieses "Hindernis" ohne größere Anstrengungen gemeistert hatten, ging es schließlich mit der Personenfähre zurück zu unserem Ausgangspunkt nach Bingen.



Bei freundlichem Wetter erlebten die Teilnehmer zuerst eine Fahrt mit der touristischen "Bingelbahn". Auf der 50minütigen Fahrt wurden viele Sehenswürdigkeiten der Stadt Bingen gezeigt und sogar manch Einheimischer erfuhr historische Einzelheiten, die ihm bisher unbekannt waren.

Dann begann unsere Wanderung mit einer Schiffstour nach Assmannshausen, von dort ging es dann mit

widerstehen und tasteten sich durch die völlig dunkle "Zauberhöhle". Ob sich ihre Wünsche erfüllt haben, war bei Redaktionsschluss noch nicht bekannt.

Eine weitere interessante Begegnung war unser Zusammentreffen mit einem Falkner der Adlerwarte Rüdesheim, der einen Habicht mit sich führte. Gerne war der Falkner bereit, unsere vielen Fragen zu beantworten. Schließlich erreichten wir das denkmalgeschützte Ziel unserer Wanderung, das Niederwald-Denkmal. Der Wettergott bescherte uns eine herrliche Aussicht, sodass alle Fotofreunde voll auf ihre Kosten kamen. Nach einigem Aufenthalt, der vielschichtig genutzt wurde (ich habe mir beispielsweise zwei Stücke Kuchen und eine Tasse Kaffee genehmigt), ging es mit der Kabinenbahn vom Niederwald-Denk-

Viele ließen es sich nicht nehmen, im Eissalon direkt am Rhein diesen wunderschönen Tag ausklingen zu lassen.

Es war eine rundum gelungene Veranstaltung. Selbst der Wettergott war auf unserer Seite und wartete mit dem Regen bis zum Abschluss unserer Wanderung.

Der Kreuzbund Stadtverband Bingen bedankt sich ganz herzlich bei den vielen Weggefährten für ihre Teilnahme. Besonders für die Herzlichkeit untereinander, die überall zu spüren war.

Bericht, Bilder, Initiator:
Hans-Günter (Sam) Koch

Busausflug nach Köln Bingen/ Rhein

Annähernd 50 Weggefährtinnen und Weggefährten und einige Gäste nahmen am diesjährigen Busausflug teil, der bei hochsommerlichen Temperaturen (bis 35 Grad) stattfand. Die Reise führte uns am Sonntag (11. 07. 2010) von Bingen nach Köln. Nach einer Zwischenrast am Laacher See- Parkplatz mit dem traditionellen Binger Frühstück mit den drei "W" - Weck, Worscht und Wasser kamen wir gegen 11.00 Uhr in Köln an.

An Bord hatten wir mit Hans Gasper (Kreuzbund Heppenheim) einen in Köln geborenen und aufgewachsenen Weggefährten, der uns vor unserer Ankunft einiges Wissenswerte über seinen Geburtsort berichtete.



16 In Köln war zunächst der Besuch des Schokoladenmuseums vorgesehen. Einige, denen das Museum bekannt war, stiegen bereits vorher am Kölner Hauptbahnhof aus und machten sich auf den Weg zu den Sehenswürdigkeiten der Kölner Altstadt.

Ein Großteil der Mitreisenden wurde vom bestens gelaunten Busfahrer unmittelbar vor dem Schokoladenmuseum abgesetzt. Für sie begann anschließend eine Zeitreise durch die 3000-jährige Kulturgeschichte der Schokolade. Man erfuhr einiges über Anbau und Ernte von Rohkakao. Der Rundweg durch das Museum führte vorbei an mit Sichtfenstern ausgestatteten Maschinen, die einen Einblick in die einzelnen Arbeitsschritte der Schokoladenherstellung erlaubten.

Am Schokoladenbrunnen, dem Wahrzeichen des Museums konnte jeder Gast eine Probe der flüssigen Köstlichkeit zu sich nehmen. In einer Ebene des Museums drehte sich alles um kultige Produkte der Schokoladenindustrie. Hier konnte man auch sich spielerisch und interaktiv betätigen. Natürlich durften auch Einblicke in alte Kolonialwarenläden und fantasievolle Warenautomaten nicht fehlen.

In einer anderen Ebene waren wertvolle Porzellan- und Silberservices ausgestellt, die den Reichtum der Schokoladengenießler im 18. Jahrhundert darstellten.

Zum Abschluss des Rundgangs konnte man in einem Einkaufsladen noch einmal die fertigen Produkte anschauen und käuflich erwerben. Hier ein eindrucksvoller Film über das Museum. Trotz zum Teil erheblicher Hitze in den Räumen des Museums konnte man einen guten Einblick in die Geschichte und die Herstellung der Schokolade gewinnen.

Nach dem Besuch des Museums machte man sich gemeinsam zu Fuß auf den Weg in Richtung Altstadt. Mit einer Zwischenrast in einem Eissalon auf dem Heumarkt ging die Sightseeing- Tour durch Köln weiter.

Für alle stand natürlich der Kölner Dom als erste Anlaufadresse fest. Hier fand man bei fast tropischen Witterungsverhältnissen auch ein wenig Abkühlung. Der Nachmittag stand danach zur freien Verfügung und man steuerte die unterschiedlichsten Ziele an. Gegen 16.00 Uhr ging es mit dem Bus zurück in Richtung Heimat. In St. Goar- Biebrnheim nahmen wir gemeinsam ein Abendessen ein. Gegen 20.30 Uhr endete schließlich in Bingen- Büdesheim ein wunderschöner erlebnisreicher Ausflugstag.

An dieser Stelle ein herzliches Dankeschön an Helga und Wolfgang Weber, die diesen Ausflug ausgezeichnet organisiert haben.

Autor:
Hartmut Zielke
Bild:
Jürgen Böhmer

Grillfest Bingen/Rhein

Der Wettergott scheint ein Kreuzbündler zu sein (beitragsfrei). Anders ist es kaum zu erklären, dass nach den regnerischen, frühen Vormittagsstunden das Wetter sich pünktlich von seiner angenehmen Seite zeigte. Derart beflügelt trafen sich viele Mitglieder und Gäste des Kreuzbund-Stadtverbandes Bingen an der Grillhütte zu Münster-Sarmsheim. Besonders erfreulich war die rege Teilnahme der Infogruppen-Teilnehmer sowie der jungen Suchtkranken (DjMiK).

Nach der schwungvollen Begrüßung durch die stellvertretende Vorsitzende, Barbara Koch, traten dann unsere beiden Grillmeister (Friedhelm Kiehl und Hartmut Ehrlich) in Aktion. Einige Teilnehmer/innen hatten es sich nicht nehmen lassen, delikate Salate sowie herzhaften Kuchen zu spenden. Hierfür sei Allen vielmals gedankt!



Die Steaks zergingen auf der Zunge und auch die Bratwürste fanden einen reißenden Absatz (Wolfgang Weber, der aus terminlichen Gründen nicht teilnehmen konnte, hatte bei der Wahl des Metzgers ein sehr glückliches Händchen).

Derart gestärkt ging es dann zum gemütlichen Teil über. Neue Kontakte wurden geknüpft, gemeinsame Interessen besprochen oder aber die Teilnehmer nutzten die Zeit zu einem kleinen Verdauungsspaziergang (man musste schließlich Platz schaffen für den anstehenden Kuchen). Dem wurde dann auch ausgiebig zugesprochen, sodass am Ende ein einziges, kleines Stück übrig blieb.

Rundum versorgt, vom Wetter verwöhnt, was will man mehr! Nach und nach traten dann die Teilnehmer/innen ihren Heimweg an mit dem Gefühl, einen schönen Tag im Kreise der Kreuzbund-Familie

erlebt zu haben.

Es hat sich wieder einmal gezeigt, dass solch eine Veranstaltung sehr viel zum zum besseren Kennenlernen und Verständnis beitragen kann. Nochmals vielen, vielen Dank an Alle (vor und hinter den Kulissen), die zu diesem wunderschönen Tag beigetragen haben.

Übrigens, gegen Abend fing es wieder an, ausgiebig zu regnen. Danke also auch an den Wettergott.

Autor: Sam Koch
Bilder: Hartmut Zielke

Für Single und die sich alleine fühlen" **Dieburg**

Am 19.06.2010 fand im Haus der Caritas in Dieburg erstmalig eine Veranstaltung unter dem Motto "Für Single und die, die sich alleine fühlen statt". Es nahmen 13(!) Personen teil, mehr als erwartet.

Pünktlich um 10:00Uhr startete die Veranstaltung mit einem Kennenlernfrühstück.



Während des Frühstücks wurden schon sehr viele angeregte Gespräche geführt und auch viel gelacht. Später nach dem Frühstück bat Rosi Patzer die Teilnehmer in den Nebenraum, der ebenfalls liebevoll hergerichtet war, zu einem Stuhlkreis. Hier wurden die lebhaften Gespräche nach der obligatorischen Vorstellungsrunde fortgesetzt. Als wesentliches Ergebnis wurde der Wunsch nach einem unverbindlichen Netzwerk geäußert, in dem sich jeweils nach Interessenlage Einzelne zu gemeinsamen Tun zusammenfinden. Ebenfalls bestand Interesse daran, dieses Treffen zu wiederholen. Als erster Termin wurde hierfür der 14. August von Lothar Clade

vorgeschlagen, der zu einem Grillnachmittag im Forsthaus und einem anschließenden Theaterbesuch eingeladen hat. Beides wurde mit Begeisterung angenommen.

Nach dem Ende des Stuhlkreises wurde noch zu einer Kaffee- und Kuchenrunde eingeladen. Mit dem gemeinsamen Aufräumen und Spülen wurde die Veranstaltung gegen 15:00 beendet. Ein nächstes Treffen im Haus der Caritas wird voraussichtlich im Oktober dieses Jahres stattfinden.

Das Bild zeigt die Organisatoren der Veranstaltung von links: Rosi Patzer, Jürgen Böhmer, Silvia Altmannberger und Lothar Clade

Bericht: Jürgen Böhmer

Gruppenausflug Passau **Gruppe Gernsheim**

Vom 03. - 06.06.10 unternahm die Kreuzbundgruppe Gernsheim ihren Gruppenausflug ins hochwassergebeutelte Passau.

Wir hatten in einem Vorort ein wunderschönes Ferienhaus gemietet.

Bei Wanderungen, einer Stadtbesichtigung, einer Schifffahrt und Ausflügen ins benachbarte Österreich verlebten wir vier wunderschöne Tag.

Sigrid Conradi



Kreuzbund Jubiläum **Rüsselsheim**

KREUZBUND Vier Jahrzehnte Hilfe gegen Abhängigkeit

Den Kreuzbund Rüsselsheim gibt es seit 40 Jahren. Eigentlich kein Grund für eine große Feier, doch die Gründer Waltraud und Karl Hohnhäuser erinnern an die Anfänge. Die Selbsthilfegruppe gegen Alkoholismus gibt es immer noch in festen Gruppen, die Teilnehmerzahlen haben allerdings nachgelassen.

"Freiheit beginnt dort, wo die Sucht endet", ist der Kreuzbund-Wahl-spruch. Karl Hohnhäuser weiß, wovon er spricht. Nach einer Langzeitbehandlung 1965 hatte er zusammen mit anderen Mitstreitern den Kreuzbund in Rüsselsheim aufgebaut. "Ich bin ein trockener Alkoholiker", sagt er freimütig. Seine Frau Waltraud arbeitete damals als Krankenschwester im Rüsselsheimer Krankenhaus und hatte dort eine Beratungsgruppe organisiert.

Der Stadtverband Rüsselsheim besteht derzeit aus drei festen Gruppen und einer Infogruppe. Die Gruppen werden von Karl Hohnhäuser, Ullrich Löschner, Angelika Klein, Hermann Bürgermeister, Horst Kampf und Georg Psurek geleitet. In den Gruppen werden rund 60 Personen betreut. Die Infogruppe mit etwa 25 Personen leitet Hermann Bürgermeister, die Treffen finden in der Caritas-Beratungsstelle in der Virchowstraße um 18.30 Uhr statt. Die Gruppentreffen werden im katholischen Gemeindezentrum St. Christopherus, Platanenstraße, Ecke Waldweg jeden Dienstag um 19.30 Uhr angeboten.

Die Gruppen sind schon seit Jahren zusammen. "Das Gespräch in der Gruppe ist sehr wichtig", erklärt Hohnhäuser. Für neue Mitglieder oder Interessenten gibt es Informationen, welche Möglichkeiten es gibt, von dieser Krankheit loszukommen. Die Leute kämen einerseits vor einer möglichen Behandlung, aber auch nachher.

Eine wichtige Voraussetzung für die Gespräche in der Gruppe sei die absolute Verschwiegenheit. "Aus der Gruppe dringt nichts nach draußen", verspricht Hohnhäuser. Aus diesem Grund könne er auch keine weiteren Einzelheiten erzählen. Bei der Beratung in der Geschäftsstelle, bei ihm (Telefon 0 61 42 / 3 18 25) oder der Vorsitzenden Angelika Klein

(Telefon 01 76 / 28 24 33 07) werde auch über Behandlungsmöglichkeiten informiert. In den Gruppen selbst stehe dann der Erfahrungsaustausch im Vordergrund. In den Erfahrungsberichten werde geschildert, wie ein Leben ohne Alkohol möglich sei, sagt Hohnhäuser. Dabei müsse auf fröhliche Feste nicht verzichtet werden. Viele Jahre lang gab es ein gutbesuchtes Herbstfest. Das Fest wurde allerdings eingestellt, da es keine Helfer mehr für die Organisation gab. Hohnhäuser selbst wird heute 77 Jahre, seine Frau Waltraud ist 75 Jahre alt. "Kreuzbund bedeutet für mich nicht nur, abstinente zu leben und ein Mitglied zu sein, sondern Kreuzbund muss auch gelebt werden", macht er deutlich. Für sein langjähriges Engagement wurden er und seine Frau vor zwei Jahren zu Ehrenmitgliedern ernannt. Hohnhäuser dankt den verschiedenen Therapeuten, den Weggefährten und der Stadt Rüsselsheim für die Unterstützung.



18 Besonders der St. Christopherus-Gemeinde und dem damaligen Pfarrer Anton Kalteyer, der "immer die Hand über uns gehalten hat".

Aus Main-Spitze Rüsselsheim -

"Die menschliche Gesellschaft gleicht einem Gewölbe, das zusammenstürzen müsste, wenn sich nicht die einzelnen Steine gegenseitig stützen würden."

Lucius Annaeus Seneca
röm. Philosoph u. Dichter

Vogesenfreizeit 2010 Sewen/ Frankreich 26.06.-03.07.2010

Viel zu früh brachen wir auf (es trieb uns wohl die Sehnsucht!?) - aber die zwei Stunden, die wir - trotz Fleischwurst-Pause - zu früh in Sewen waren, verbrachten wir in angenehmer Gesellschaft von Lisbeth, Karola, viel Eis und Kaffee.

In diesem Jahr kam leider wieder nur eine Wanderwoche zustande, die aber den Teilnehmern viel Freude bereitet hat. Nicht zuletzt deshalb, weil - im Gegensatz zum vorigen Jahr - es so gut wie keinen Regen gab. Nass waren wir aber trotzdem - der Schweiß lief in Strömen. Das hielt uns aber nicht davon ab, jeden Tag etwas zu unternehmen - jeden Tag haben wir unser "Ränzlein geschnürt":



Sonntags machten wir die schöne Tour über Etang du petit Haut - Cascades - Etang du Roseaux - Refuge de la Grande Goutte (lange Schlafpause). Bei der Rückfahrt über den Ballon wollte der Bus einfach nicht auf dem direkten Weg nach Boedelen, sondern stand auf einmal vor dem Hotel Sommet - wo es so gute Tarte Myrtille gibt! Abends ließen wir uns nach Sams Anweisungen entspannen - wunderbar!

Am Montag wollten wir zum Neuweiher, gaben aber nach zweimaligem Falschabbiegen auf und trennten uns. Einige stiegen zum Lac

d'Alfeld ab; aber ein paar Unentwegte hatten Sehnsucht nach dem Bus (der ja in Ermensbach stand) und ließen sich davon ziehen, den weiten, aber wunderschönen Weg über Isenbach und Gresson anzu-gehen. Den unfreiwilligen "Ab-kürzern" wurde dadurch der Fuß-weg nach Boedelen erspart, da sie vom Bus am "Nackten Alfred" abgeholt werden konnten.

Der dritte Tag wurde von einem Teil der Gruppe zur Erholung benötigt und so stürzte sich eine relativ kleine Gruppe in den Heidelbeerhang und erreichte zur gleichen Zeit wie die nachkommenden Busfahrer die Mittagspausen-Wiese am Ballon d'Alsace. Nach einer Runde an den beiden Jungfrauen - Maria und Jeanne d'Arc - vorbei, ging es (na?) - klar: zum obligatorischen Heidelbeer-Kuchen!

Tannenbüsche verbrannt), hatten wir das schönste Wetter. Da es wieder so heiß war, stiegen nur vier Leuchten einen spektakulären Weg zum Hexenauge hoch. Gott sei Dank fanden wir einen angenehmeren Abstieg.



Donnerstags machten wir uns noch mal zum Neuweiher auf - erreichten ihn diesmal auf Anhieb und verbrachten dort 2 Schlafstunden und 1 Kuchenstunde! Nicht genug der Pausen- in Ermensbach wurde wieder eingekehrt! Ganz toll war der bunte Abend - von Sam organisiert - der uns alle mit vielen Sketchen zum Vortragen und Lachen brachte.

Als Abschluss fuhren wir am Freitag mit dem Bus zum "Fliegenden Mann"="Demineurs mort pour la France". Von dort erreichten wir nach steilem Abstieg und ge-mächlichem Aufstieg zum "Col du Stalon" die Hütte mit Brunnen oberhalb von St. Maurice s/ Moselle. Nach einem Stündchen Pause wählten wir für den Rückweg den etwas längeren, dafür aber nicht so steilen Aufstieg über die "Refuge de la Grande Goutte". Trotz des für den Abend geplanten Besuchs der Käserei konnten wir den Bus nur mit dem Umweg über die Hotelterrasse mit(s. o.) finden. Rosemarie und Rene Brendelen leisteten uns dann abends in der Ferme Langenfeld bei Munster-Coiffe, Tourte Maison, Glace u. v. a. m. Gesellschaft. In Anbetracht dessen, dass wir keine geistliche Unterstützung hatten, versuchten wir mit kurzen morgendlichen Meditationen "Die Schöpfung mit allen Sinnen zu erfahren". Jeder unserer Sinne wurde in Bezug zu

einer Regenbogenfarbe gesetzt und das Regenbogenlied ging manchem auch tagsüber nicht aus dem Kopf.

Zur Erinnerung hatte Ursula farbige Wollfäden und Kärtchen vorbereitet. Rolf gab uns immer noch ein kurzes Gebet mit auf den Weg. Auch alle anderen trugen zum Gelingen der Woche bei: Ilse als Kuchenbäckerin und Zielscheibe von Sams Witzen. Karin und Rosi zur Unterstützung von Silvias Kochkünsten. (Rosi brachte auch als stimmungsgewaltige Juchzerin unser aller Freude zum Ausdruck). Ferdinand hat seine erste Kaffee-koch-Prüfung erfolgreich abgeschlossen - weiter so! Heinz war nicht nur unser hervorragender Busfahrer, sondern begleitete auch immer unseren "Baguettebesorger" - Rudi, der auch als Wogenglätter bekannt ist. Uli war bei allen Transport- und Umbauarbeiten zur Stelle. Und der gesamte Tross reihte sich morgens und abends in die "Spülrunde" ein. Ich danke allen und bin froh, dass ich wieder dabei gewesen bin! Im nächsten Jahr ist die Vogesenfahrt für die Zeit vom 02.-09.07.2011 geplant.

Ursula Heidenreich-Heuser
Stadtverband Offenbach

Mit Volldampf durch den Pfälzer Wald Viernheim

Diesmal hat sich die KB-Gruppe, Viernheim 2, etwas Originelles einfallen lassen.

Dazu gab es auch einen Grund. Unser Gruppensprecher Egon Schillinger feierte einen ganz besonderen Geburtstag. Da Egon eine spezielle Beziehung zur Eisenbahn von Märklin bis hin zum echten Eisenbahnfahren hatte, reifte die Idee, unter der Organi-sation von Anita und Günter, eine Fahrt mit einer Dampf-eisenbahn durchzuführen.

Zur Erhöhung der Spannung ging durch die Überreichung einer kleinen Spielzeuglokomotive ein Rätsel voraus. Natürlich hat Egon gleich erraten, wohin die Reise geht.

Am. 23. Mai, an Christi Himmelfahrt, trafen wir uns an der Caritas Suchtberatung, wo auch unsere regelmäßigen Gruppenabende stattfinden.

Schnell waren Fahrgemeinschaften gebildet. Mit dem Auto ging's nach

Neustadt an der Weinstraße, wo am Bahnhof die Einfahrt der Museumslok mit Volldampf und Rauchschwaden gebührend bestaunt wurde.

Trotz des etwas trüben und kühlen Wetters war der Bahnsteig am Kuckucksbähnel von wartenden Menschen übertoll, so konnten wir nur in einem der neueren Waggons Platz finden.

Nach einem kurzen Abschnitt auf dem Gleis der Bundesbahn bog die Dampflok auf die Museumsstrecke ins Elmsteiner Tal ab. Der Weg führte an kleinen Bahnhöfen vorbei, durch eine idyllische Landschaft, mit entsprechenden Steigungen und schmalen Tälern, zur Endstation in Elmstein. Die Haltepunkte werden oft auch als Ausgangspunkt für Wanderungen in den Pfälzer Wald genutzt. Bekannt ist der Drei-Burgen-Rundweg von Erfenstein aus.

Um die Eindrücke der Eisenbahnfahrt möglichst lange genießen zu kön-



nen, hatte sich die Gruppe für die Fahrt bis zur Endstation entschlossen. Es war kalt und regnete, so waren wir froh, schnell in das dortige Cafe " Zum Kuckucksstübchen" zu kommen, wo bereits für den Mittagstisch reserviert war.

Anschließend, ausgestattet mit Regenschirm und Steppjacken wanderten wir in das nahe gelegene Waldarbeitermuseum.

Die Geschichte der Forstkultur, die Gewinnung von Samen und die Waldarbeit, einst und jetzt, wurde hier gut dargestellt und durch ein informatives Video näher erläutert. Nach diesem Ausflug in die Forstgeschichte ging es zurück zum Kaffee trinken und Eis essen an der Bahnstation, wo dann am späten Nachmittag fröhlich und in guter Stimmung " mit Volldampf" die Heimreise angetreten wurde.

Herzlichen Dank an die Gruppe, besonders an Anita und Günter Kirchner, für die Organisation dieses schönen Gemeinschaftserlebnisses.

Euer Egon Schillinger

"Für Singles und die, die sich angesprochen fühlen"

Dieburg

Am 23.10.2010 fand in Dieburg das 2. Treffen für Singles im Kreuzbund statt. In den Räumen der Caritas wurden wir, wie auch schon beim ersten Mal, von Rosi Patzer aus Dieburg und von Lothar Clade aus Führt im Odenwald begrüßt. Die diesmal etwas kleinere Runde entwickelte bereits beim liebevoll hergerichteten Frühstückstisch ein enormes Gesprächspotential. Der geistliche Beirat des DV- Mainz, Pfarrer Wolfgang Thrin, nahm als Moderator an der Veranstaltung teil. Im Rahmen einer geführten Meditation gab er uns geistliche Impulse unter dem Motto "Der Strom fließt weiter". Die dabei gestellten Fragen regten zum Nachdenken über unser bisheriges Leben und unsere Erfahrungen an.



Beim anschließenden Erfahrungsaustausch wurde die Runde immer lockerer und aufgeschlossener. Die gemeinsamen Erlebnisse aus der Suchtkarriere bis hin zum Ausstieg und Neubeginn schufen eine gute Basis. Wir waren uns alle einig, wie dankbar wir für unser neues abstinentes Leben sind und welchen Stellenwert solche Treffen mit Gleichgesinnten haben.

Da das Vergnügen auch nicht zu kurz kommen sollte, wurde über einen gemeinsamen Besuch des Weihnachtsmarkts in Dreieichenhain gesprochen. Der Termin wird noch bekanntgeben.

Ohne die anderen Termine einiger Beteiligten wären wir sicher noch länger bei Kaffee und Kuchen sitzen geblieben. Aber man soll es ja bekanntlich nicht übertreiben!!!

Nach herzlicher Verabschiedung hieß es allgemein "Wir kommen wieder" Ein großes Dankeschön geht an die

Initiatoren Rosi und Lothar für die Einladung und die prima Bewirtung und an Pfarrer Thrin für die "geistige Speise". Ebenso an alle Teilnehmer für Ihre Offenheit und Bereitschaft sich auf etwas Neues einzulassen. Ich freue mich jedenfalls auf das nächste Treffen.

Silvia Altmannsberger
Offenbach 9

Bild: Rosi Patzer

Forsthauswochenende Raunheim

Am Freitag, den 8. Oktober 2010, machte sich die Heimatgruppe Raunheim auf den Weg in das Forsthaus des Schloss Falkenhofs in der Nähe von Ober-Schönmattewag. Bis zum Sonntag wollten sich die Teilnehmer mit dem spannenden Thema "Generationenunterschiede und -konflikte in der Suchtselbsthilfe" auseinandersetzen.

Am Freitagabend kam die Gruppe am Forsthaus an, bezog ihre Zimmer und traf sich zu einem ersten Beisammensein beim Abendessen. Schnell wurde klar, dass jeder Teilnehmer die Selbstversorgung ernst nahm und so für einen reichhaltigen kulinarischen Genuss sorgte.

Am Abend kam es zu einem ersten Austausch und einen gemütlichen

Ausklang. Am Samstag hat der Tag mit einem gemeinsamen Frühstück und anschließender Meditation begonnen.

Das Flair des mitten im Wald gelegenen Forsthauses verstärkte den entspannenden Charakter und so ging man ausgeruht daran, sich mit dem Thema zu beschäftigen.

Die Teilnehmer brachten ihre mitgebrachten Fälle ein und so wurde die Zeit intensiv genutzt, um die entstandenen Konflikte und möglichen Lösungswege zu besprechen, die im Umgang mit den Generationen entstanden sind.

Zusätzlich gab es eine Theorievermittlung, die deutlich machte, dass die Entwicklung der Persönlichkeit und des Charakters eines Menschen nicht nur im Einklang und Harmonie mit anderen verlaufen sollte, um die Möglichkeit zu haben, eigene Wege in seinem Leben gehen zu können.

Der rege Austausch bis zum Abend wurde von einem Waldspaziergang in das nahe gelegene Raubach unterbrochen. Am Sonntag war es kaum zu glauben, dass das Ende des Seminars im Forsthaus schon nahte.

Ralph Eisele
Caritasverband Frankfurt e.V.

Bild:
Christine Müller



Aktionswoche "Alkohol? Weniger ist besser"



Mit der neu gestalteten Internetpräsenz www.aktionswoche-alkohol.de geht die Aktionswoche "Alkohol? Weniger ist besser!" an den Start. Das Angebot an Hintergrundmaterial ist wesentlich erweitert worden: Es gibt mehr Informationen, mehr Lesestoff, mehr Themen. Der Veranstaltungskalender fasst künftig alle Veranstaltungen benutzerfreundlich zusammen.

Die Aktionswoche 2011 greift auch bewährte Elemente aus den vergangenen Aktionswochen auf und entwickelt diese weiter. Unter "Materialien" finden Sie aufgelistet, was für eine erfolgreiche Veranstaltung nützlich und nötig ist, Tipps und Hinweise für Planung, Durchführung und gute Kommunikation mit der Lokalpresse finden Sie unter "Öffentlichkeitsarbeit". Auch anmelden können Sie sich wie immer - indem Sie auf "Anmelden" klicken!

Die Botschaft der Aktionswoche 2011 soll viele Menschen erreichen, auf öffentlichen Plätzen, in Betrieben und Verwaltungen, in Arztpraxen und Apotheken, in Kirchengemeinden, in Vereinen und auch dort, wo Alkohol getrunken wird: in Gaststätten. Je konzentrierter sich die Aktionswoche 2011 mit vielen und ähnlichen Veranstaltungen zeigt, umso stärker und damit erfolgreicher wird sie als großes Ganzes wahrgenommen.

Ich rufe alle Selbsthilfegruppen des Kreuzbund auf:

Sucht Euch Kooperationspartner und beteiligt Euch an der Aktionswoche 2011. Es ist eine Superchance, den Kreuzbund einer breiten Öffentlichkeit vorzustellen.

Damit wir einen Überblick über die Veranstaltungen im Bereich des Kreuzbund Diözesanverbandes Mainz e.V, erhalten, meldet bitte zusätzlich Eure Aktionen auch an Hartmut Zielke (info@kreuzbund-dv-mainz.de)

Hartmut Zielke, Öffentlichkeitsarbeit (info@kreuzbund-hessen.de).

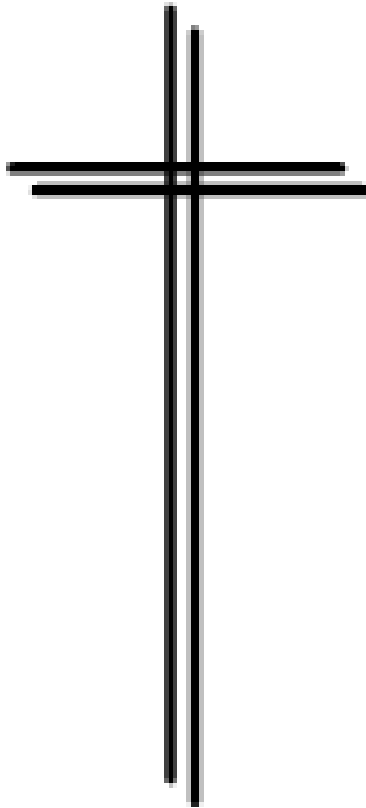


TERMINE 2011

09. Jan.	Vorstandssitzung	Bensheim
22. Jan.	Eröffnungsveranstaltung	Mainz
29.-30. Jan.	Workshop Öffentlichkeitsarbeit	Mainz
11.-13. Febr.	SHA Staffel 6 Block 5 (Qualifizierte Weiterbildung)	Heppenheim
15. Febr.	Vorstandssitzung	Mainz
19. Febr.	Falkenhofschulung 1	Bensheim
04.-06. März.	Frauenseminar	Ockenheim
17. März	Bowling mit Patienten der Klinik Falkenhof	Bensheim
26.-27. März	Helferschulung	Heppenheim
30. März	Vorstandssitzung/Haushalt	Bensheim
09. April	Delegiertenversammlung mit Wahlen	Mainz
14. April	Konstituierende Vorstandssitzung	Mainz
06.-08. Mai	Besinnungswochenende des Vorstandes	Mainz
27.-29. Mai	SHA Staffel 6 Block 5 (Qualifizierte Weiterbildung)	Heppenheim
28. Mai	Frauentag Buga	Koblenz
20. Juni	Vorstandssitzung	Bensheim
23. Juni	Bowling mit Patienten der Klinik Falkenhof	Bensheim
02.-09. Juli	Vogesen- Freizeit	Sewen/Frankreich
07.-13. Aug.	Brebbia- Freizeit	Brebbia/Italien
12.-14. Aug.	SHA Staffel 7 Block 1 (Qualifizierte Weiterbildung)	Heppenheim
16. Aug.	Vorstandssitzung	Mainz
27. Aug.	Falkenhofschulung 2 „Stressbewältigung“	Bensheim
09.-11. Sept.	Männerseminar	Ockenheim
15. Sept.	Bowling mit Patienten der Klinik Falkenhof	Bensheim
16.-18. Sept.	DJMiK- Wochenendseminar	Wiesbaden- Naurod
21. Sept.	Stiftungsfest	Mainz
24. Sept.	Frauentagesseminar	Bensheim
01. Okt.	Kegelturnier „DJMiK“	Bensheim
05. Okt.	Vorstandssitzung	Bensheim
29. Okt.	Gruppenleitertagung	Bürstadt
03. Nov.	Falkenhofschulung 3 - "DJMiK"	Bensheim
18.-20. Nov.	SHA Staffel 7 Block 2 (Qualifizierte Weiterbildung)	Heppenheim
24. Nov.	Vorstandssitzung	Mainz
26. Nov.	Spiele-Nachmittag	Groß-Gerau
02. Dez.	Vorstandssitzung mit Jahresabschluss 2011	
08. Dez.	Bowling mit Patienten der Klinik Falkenhof	Bensheim

22

Raum für Notizen:



**Gedanken - Augenblicke,
sie werden uns immer an Euch erin-
nern,
uns glücklich
und auch traurig machen.
Euch aber nie vergessen lassen.**

**Achim Niebiossa
*04.11.1955 † 16.09.2010
(Gruppe Darmstadt-Eberstadt)**

**Horst Schwinn
*30.12.1946 † 22.09.2010
(Gruppe Erbach)**

**Gertrude Beck
*29.10.37 † 22.09.2010
(Gruppe Lampertheim 1)**

**Der Mensch,
den wir lieben,
ist nicht mehr da,
wo er war,
aber überall,
wo wir seiner gedenken.**

*Keiner wird gefragt,
wann es ihm recht ist Abschied zu nehmen
von Menschen, Gewohnheiten, sich selbst.*

*Irgendwann plötzlich heißt es damit umgehen,
ihn aushalten, annehmen,
diesen Abschied, diesen Schmerz des Sterbens,
dieses Zusammenbrechen,
um neu aufzubrechen.*

*Eines Menschen Heimat
ist auf keiner Landkarte zu sehen,
nur in den Herzen der Menschen,
die ihn lieben.*



24

Das
Jahr 2010
Geht nun zu
Ende. Zeit zurückzublicken.
Das Jahr war ausgefüllt mit guten und
weniger guten Ereignissen,
sowohl im privaten Leben als auch
im Kreuzbund. Ein Jahr voller
Aktivitäten. Nun aber ist es
Zeit ein paar Tage Gemütlichkeit
mit viel Zeit zum Ausruhen und Genießen,
zum Kräftesammeln für ein neues Jahr
zu verbringen. Ein
Jahr ohne Seelenschmerzen und
ohne Kopfweh, ein Jahr ohne Sorgen,
mit so viel Erfolg, wie Ihr braucht,
um zufrieden zu sein, und nur so viel
Stress, wie Ihr verträgt, um gesund zu bleiben,
mit so wenig Ärger wie möglich und
so viel Freude wie nötig, um 365 Tage lang rundum
glücklich zu sein. Ich wünsche Euch ein frohes Weihnachts-
fest und ein gutes neues Jahr! Diesen Weihnachtsbaum der guten
Wünsche - überreiche ich Euch mit vielen herzlichen Grüßen!
Euer
Gerhard
Iser
(Vorsitzender)