Gemeinsam

offen(er)leben

KREUZBUND

Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft für Suchtkranke und Angehörige

Kreuzbund Diözesanverband Essen e.V.

40 Jahre Kreuzbund Diözesanverband Essen

Geduld ist mehr wert als hektische Geschäftigkeit.

Margery Kempe

GEMEINSAM – AUS DEN STADTVERBÄNDEN

GEMEINSAM – AUS DEM VORSTAND

GEMEINSAM – VERSCHIEDENES

Titelseite/Text/Kasten 1

GEMEINSAM ÜBERBLICK
Inhaltsverzeichnis/Impressum 2

GEMEINSAM ÜBERBLICK
EDITORIAL 3
10 Punkte 3

GEMEINSAM IMPULS - Geistlicher Impuls 4

GEMEINSAM FEIERN - 40 Jahre Kreuzbund Diözesanverband Essen
– Grußwort Diözesanvorsitzender 5
– Auszüge aus der Chronik 6
– Grußwort Bischof Dr. Franz-Josef Overbeck 8
– Grußwort Sabine Depew Diözesan-Caritasdirektorin 8

GEMEINSAM AUS DEM VORSTAND
– Delegiertenversammlung 9
– Vorstellung Monika Drabiniok, Beisitzerin Arbeitsbereich 55+ 10
– Projekt: einfach Kreuzbund – Interview 10
– Treffen der Seminarbeauftragten 12
– Kreuzbund – kompakt 12

GEMEINSAM AUS DEN STADTVERBÄNDEN
– Kreuzbund Duisburg und Mülheim in einem Boot 14
– Auf nach Antwerpen in Duisburg 14
– Reibekuchen im Beratungscafe in Duisburg 15
– Suchtvorbeugung im Alter in Mülheim 15
– Gruppen übergreifendes Seminar in Essen 16
– Tagesseminar der Frauen 16

GEMEINSAM EHRUNG
– Hohe Ehrung für Ruth Smiegel 17

GEMEINSAM VERSCHIEDENES
– Vorankündigung Thomas Glup 2019 18
– 55 Plus Termine für 2. Halbjahr 2019 19
– Nachruf Evelin Gollan 19

Rückseite /Text 20

Impressum
Herausgeber: Kreuzbund Diözesanverband Essen e. V.
Niederstr. 12-14 | 45141 Essen
Tel.: 0201 - 32 00 3-45
E-Mail : gemeinsam@kreuzbund-dv-essen.de
Internet: www.kreuzbund-dv-essen.de
Verantwortlich für den Inhalt: Gabriele Kreyenberg
Alle Fotos sind zur Veröffentlichung in der GEMEINSAM freigegeben.
Die Umschlagfotos der GEMEINSAM sind von pixabay.com.

Redaktionsteam:
Artur Fensky
Klaus Heckhoff
Hans-Joachim Hönscher
Gestaltung: Kreyenberg/Oberheuser
Auflage: 1350
Druck:
Druckerei Oberheuser GmbH & Co. KG
Joseph-Lenné-Str. 39a | 45131 Essen

EDITORIAL

Liebe Weggefährten und Weggefährtinnen,
wie schnell doch die Zeit vergeht, gerade wurde das 25-jährige Jubiläum des Kreuzbund Diözesanverbandes Essen gefeiert und nun feiern wir das 40-jährige Jubiläum.
Aus diesem Anlass gibt es vier extra Seiten die sich mit diesem Jubiläum befassen. Ein Dank geht hier an die Caritasstiftung, die diese Ausgabe mit unterstützt. Ich wünsche euch und Ihnen viel Spaß beim Stöbern.
Auch in dieser GEMEINSAM haben wir wieder viele Interessante Berichte über Seminare, Aktivitäten, Termine und die Arbeit des Vorstandes zusammengetragen. An dieser Stelle ein herzliches Dankeschön für alle Bericht-Schreiber und Bericht-Schreiberinnen.
Ohne euch könnte die Zeitung – nicht in diesem Rahmen – existieren.
Nun spanne ich euch aber nicht weiter auf die Folter und lasse euch die GEMEINSAM 1-2019 lesen.

Viel Spaß wünscht Eure Weggefährtin
Gabi Kreyenberg

10 Punkte

Die 10 Punkte habe ich diesmal aus einem Geschenk herausgesucht. Es war eine große Box mit 365 Sprüchen, für jeden Tag einen. Ihr könnt euch denken, dass mir die Auswahl nicht leichtgefallen ist. Ich hoffe, ich habe ein paar Sprüche gefunden, die zum Nachdenken anregen.

Eure Weggefährtin
Gabi Kreyenberg

CARITAS-STIFTUNG im Bistum Essen

Der Kreuzbund bedankt sich bei der Caritasstiftung für das Bistum Essen für die freundliche finanzielle Unterstützung.

Leben soll man leben, aber nicht die ganze Zeit darüber diskutieren.
Isabelle Adjani

Wir feiern 40 Jahre Kreuzbund Diözesanverband Essen

Die Zahl 40 hat in der jüdischen und christlichen Überlieferung eine hohe Symbolkraft.

Sie findet sich immer wieder in den Schriften des Alten (ersten) und Neuen (zweiten) Testamentes in der Bibel.

40 Tage und Nächte dauerte die Sintflut und noch einmal wartete Noah, nachdem die ersten Berge sichtbar wurden,
40 Tage. Erst dann öffnete er das Fenster der Arche, um den Raben zur Erkundung rauszulassen.
40 Jahre wanderte das Volk Israel nach dem Auszug aus Ägypten durch die Wüste.
40 Tage war Mose Gott auf dem Berg Sinai nahe.
40 Tage hatten die Menschen der Stadt Ninive, um Ihre Sünden zu bereuen.
40 Tage ging Jesus in die Wüste, um sich durch Fasten und Gebet auf seine Sendung vorzubereiten.
40 Tage (laut Lukas-Evangelium) lagen zwischen Auferstehung und Himmelfahrt Jesu.

Die Zahl 40 steht für einen Zeitraum, der Wende und Neubeginn ermöglicht.

Dafür steht der Kreuzbund!

In unseren Gruppen werden Menschen begleitet, aus der Abhängigkeit die Wende in die Freiheit aus der Sucht vollziehen zu können. Und es wird Unterstützung angeboten für den Neubeginn eines Lebens in zufriedener Abstinenz.

So wünsche ich anlässlich des 40 jährigen Jubiläums des Kreuzbund Diözesanverbandes Essen, dass auch zukünftig vielen Menschen die Wende aus der Sucht und der Neubeginn eines Lebens in zufriedener Abstinenz durch unsere Gruppen ermöglicht wird und auch Angehörige Unterstützung und Begleitung erfahren mögen.

Herzliche Glück- und Segenswünsche zum 40-jährigen Jubiläum

Euer / Ihr

Ingo Mattauch
(Geistlicher Beirat des Kreuzbund Diözesanverbandes Essen)

Der Sinn des Lebens besteht darin, dass es keinen Sinn hat zu sagen, dass das Leben keinen Sinn hat.

Niels Bohr

Liebe Weggefährtinnen und Weggefährten!

In diesem Jahr feiert der Kreuzbund Diözesanverband Essen e.V. sein 40jähriges Jubiläum. Seit 40 Jahren ist es die Aufgabe unseres Selbsthilfe – und Helferverbandes Menschen mit Suchtproblemen Hilfe und Unterstützung zu geben. Wir feiern nicht nur unseren Verband, sondern vor allem die Menschen, die es möglich machten, dass der Kreuzbund DV Essen vor 40 Jahren gegründet wurde. Dieses Jubiläum ist zunächst einmal ein Gedenktag für alle Frauen und Männer, die sich damals auf den Weg machten, die Kreuzbundgruppen im Bistum Essen zusammenzuführen und dem Verband eine Organisationsstruktur zu geben. Für Uns heute ist es aber auch ein Ehrentag, weil wir das Erreichte unserer Vorgänger*innen übernahmen und deren Arbeit fortsetzen dürfen. Besonders wichtig ist hier die Kommunikation mit unseren Stadtverbänden Bochum, Bottrop, Duisburg, Essen, Gelsenkirchen, Gladbeck, Mülheim a.d.R., Oberhausen und dem Kreisverband Ennepe-Ruhr. In über 90 Gruppen treffen sich Betroffene und Angehörige. Für die meisten von uns ist „die Gruppe“ zu einem festen und unverzichtbaren Bestandteil unseres Lebens geworden. Hier haben wir Hilfe erfahren dürfen und geben diese Hilfe heute an neue Gruppenmitglieder weiter. Ein weitgehend suchtmittelfreies Leben ist keine Selbstverständlichkeit und wird nicht von heute auf morgen erworben.
Wir Weggefährten*innen begleiten uns durch einen großen Teil unseres Lebens. Wir hören einander zu, geben aber keine klugen Ratschläge! Introspektionsfähigkeit und Selbstreflexion sind ein wesentlicher Teil unseres Lebens geworden. Betroffenenkompetenz sowie Fort- und Weiterbildung sind das Fundament und der Erfolg unserer gemeinsamen Arbeit. Der Kreuzbund DV Essen ist ein lebendiger Verband. Das belegen die vielen unterschiedlichen Veranstaltungen in den Stadtverbänden und die große Resonanz bei Veranstaltungen auf Diözesanebene. Unsere Weggefährtinnen und Weggefährten sind zu unserem Glück diskutierfreudige Mitglieder, die Entscheidungen mittragen wollen. Der Diözesanvorstand bemüht sich hier um bestmögliche Kommunikation und Transparenz in die Stadtverbände hinein. Kommunikation und Transparenz darf aber nicht allein auf einer Einbahnstraße unterwegs sein. Unsere Stadtverbandspatenschaften haben sich hier bestens bewährt, dem entgegenzuwirken. Seit Oktober 2018 ist Herr Jürgen Arschinow der neue Ansprechpartner und Diözesanreferent u.a. für Sucht im DiCV. Er nimmt mit beratender Stimme an den Vorstandssitzungen teil. Der fachliche Austausch und die gemeinsame jährliche Sitzung von Kreuzbund DV und Stadtverbänden und den Leitungen der Psychosozialen Beratungs - und Behandlungsstellen der Caritas in den Städten ist einmalig in Deutschland. Der Kreuzbund DV Essen e.V. arbeitet, da wo es uns ehrenamtlich möglich ist, mit dem DiCV Essen e.V. zusammen. Ganz neu ist die Mitarbeit in der Diözesan – Arbeits - Gemeinschaft „Soziale Teilhabe“ des DiCV. Das ist für unseren Verband sehr wichtig: haben wir doch gerade hier im Ruhrgebiet eine besondere soziale Situation zu bewältigen: eine immer noch über dem Bundesdurchschnitt hohe Arbeitslosigkeit, Armut, Wohnungslosigkeit und die daraus resultierende Psychosoziale Verelendung, die häufig auch als Suchterkrankung nur ein Symptom ist. Die Vernetzung auf Landesebene mit den anderen großen Suchtselbsthilfeverbänden über den Fachausschuss Sucht NRW (FAS) ist ein weiterer Schwerpunkt unserer Arbeit. Geschlechtergerechte Frauen – und Männerarbeit, Gesundheitspolitische Themen sowie die Sicherstellung der Finanzierung sind hier die Aufgaben, die der DV Essen für den Kreuzbund in ganz NRW übernimmt. In der Katholischen Landesarbeitsgemeinschaft für Suchtfragen (KLAGS NW) treffen sich die Diözesanreferenten mit den Kreuzbund – Vorsitzenden aus NRW regelmäßig zum fachlichen Austausch. Der Kreuzbund ist ein katholischer Verband. Zu unserem Patronatsfest Johannes der Täufer und unserem 40jährigen Jubiläum hat unser Bischof Dr. Overbeck mit uns die heilige Messe gefeiert. Vielen Dank! Der Kreuzbund ist Fachverband des Deutschen Caritasverbandes. Frau DiCV Direktorin Depew danke ich für die jederzeit unbürokratische und personelle Begleitung unserer ehrenamtlichen Arbeit.

Allen Weggefährtinnen und Weggefährten und allen Freundinnen und Freunden des Kreuzbund DV Essen e.V. wünsche ich Glück und Zufriedenheit!

Michael Hülsen
Diözesanvorsitzender

GEMEINSAM FEIERN

1896 GRÜNDUNG IN AACHEN – Rektor Josef Neumann gründet am 23.2.1896 den Katholischen Verein gegen den Missbrauch „geistiger Getränke“.

1899 Umbenennung des Vereins in KATHOLISCHES KREUZBÜNDNIS.

1926 KREUZBUND - Die Umbenennung des Vereins in Kreuzbund.

1951 Umzug der Bundesgeschäftsstelle nach Hamm, Rietzgartenstr. 1.

1957 ALKOHOLKRANKHEIT - Die Weltgesundheitsorganisation WHO erkennt den Alkoholismus als eine Krankheit an.

1964 Einführung der modernen Gruppenarbeit im Kreuzbund unter Einbeziehung der Partner/innen Alkoholismus wird von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) als Behandlungsbedürftige Krankheit anerkannt.

1960er LOGO
Der Künstler Paul Reding aus Waltrop schafft das Kreuzbund-Logo: die Menschengruppe vor dem Kreuz

KREUZBUND

1992 Umbenennung in SELBSTHILFE- UND HELFERGEMEINSCHAFT

1995 Der Kreuzbund führt erstmalig eine bundesweite Mitgliederbefragung durch: Demnach besuchen neben derzeit 14.500 Kreuzbundmitgliedern weitere 17.000 Menschen wöchentlich 1.400 Kreuzbund-Gruppen.

1996 100 Jahre Kreuzbund – Am Pontifikalamt im Aachener Dom sowie am anschließenden Festakt im Eurogress in Aachen nehmen ca. 1.600 Personen teil.

2006 Der Bundesvorstand beschließt die Einführung einer „geschlechtergerechten“ Sprache für Publikationen des Bundesverbandes. Der Bundesausschuss beschließt in Freckenhorst die Neuordnung der Arbeitsbereiche auf Bundesebene in „Familie als System“, „Altersspezifische Arbeit/ Die jungen Menschen im Kreuzbund (DJMiK)“, „Altersspezifische Arbeit/Ältere Menschen“, „Geschlechterspezifische Arbeit“, „Öffentlichkeitsarbeit“, „Seelsorge“ und „Bildung“. Diese Regelung gilt ab dem Jahr 2007.

2010 Juli Freigabe der A40 für Fußgänger und Radfahrer, der Kreuzbund hat sich einen Tisch gesichert und ist sehr gut vertreten.

2014 Im September findet die Wallfahrt nach Kranenburg statt. Diese hat sich Willi Wietkamp schon lange gewünscht und zu seinem Ausscheiden aus dem Dienst des Kreuzbundes wurde ihm der Wunsch noch erfüllt.

2017 im Januar findet das 25 jährige Dienstjubiläum „von unserer Perle der Geschäftsstelle“ Barbara Kölsch statt. Der Vorstand gratuliert hierzu.

2017 im März verlässt uns unser Kassierer Klaus Kölsch, er geht in den wohlverdienten Ruhestand nach 25 Jahren Kreuzbund Arbeit.

2017 im August müssen wir von unserer langjährigen Begleiterin der Caritas Hildegard Pleuse Abschied nehmen. Auch sie geht in den wohlverdienten Ruhestand.

Grußwort zum 40-jährigen Jubiläum des Kreuzbundes Diözesanverband Essen e.V.

Bischof Dr. Franz-Josef Overbeck

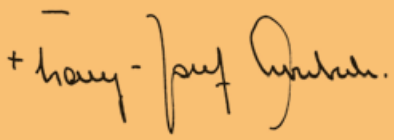
In diesem Jahr 2019 kann der Kreuzbund Diözesanverband Essen e.V. auf sein 40-jähriges Engagement in der Hilfe und Selbsthilfearbeit für Suchtkranke und deren Angehörige zurückblicken. Hilfe geschieht hier oft im Verborgenen, im vertrauten Kreis kleiner Gruppen, weder plakativ noch öffentlichkeitswirksam. Umso wichtiger ist es mir, allen Mitgliedern, den engagierten Helferinnen und Helfern und den in der Vorstandsarbeit Verantwortlichen von Herzen zum 40-jährigen Jubiläum zu gratulieren und meinen Dank für die unverzichtbare Arbeit auszusprechen.

Die Sehnsucht nach einem gelingenden Leben gehört zum Menschsein. Im Kreuzbund fügen sich Selbsthilfe- und Helfergemeinschaften zusammen, die Suchtkranken und ihren Angehörigen in oft schwierigsten Lebenssituationen ein stabiles soziales Auffangnetz bieten. Sie tragen wesentlich dazu bei, die Belastungen einer Suchterkrankung zu ertragen, zu lernen, mit ihren Folgen eigenverantwortlich umzugehen und neue, hoffnungsvolle Lebensperspektiven zu entwickeln und auszuprobieren. Die Mitgliedszahlen des Kreuzbundes Diözesanverband Essen e.V. mit seinen 95 Gruppen und fast 900 Mitgliedern zeigen an, dass das Angebot der Hilfe zur Selbsthilfe die Menschen erreicht und dem Leben dient.

Ich begrüße es sehr, wenn der Kreuzbund in nächster Zeit seine Hilfsangebote weiterentwickelt und dabei auch Anschlüsse an Lebensweisen von Menschen sucht, deren Alltag sich durch die Digitalisierung stark verändert hat. Es ist wichtig, sich neben der Kontaktpflege in den bewährten Kreuzbund-Gruppen auch in den Sozialen Medien zu vernetzen, um dort Menschen zu erreichen, die sonst vielleicht in einer Krisensituation allein blieben. So erschließen sich neue Möglichkeiten, Menschen wirksam helfen zu können.

Dazu und zu allen weiteren Bemühungen in der Arbeit des Kreuzbundes wünsche ich allen Mitwirkenden und Verantwortlichen viel Erfolg, Kraft und Gottes reichen Segen.

Ihr



Sabine Depew, Diözesan-Caritasdierktorin

Mit großer Freude gratuliere ich dem Kreuzbund Diözesanverband Essen zum 40-jährigen Jubiläum!

Die Jahrzehnte seit der Gründung des Diözesanverbandes 1979 sind bestimmt durch stetiges Wachstum und Intensivierung der ehrenamtlichen Arbeit in Kreuzbundgruppen und in Seminaren, aber auch einer zunehmenden Selbstständigkeit des Kreuzbundes in unserem Bistum. Es ist erfreulich zu sehen, wie wichtig der Kreuzbund im Leben vieler Menschen im Bistum geworden ist. Jeder Suchtkranke, dem der Kreuzbund aus der Abhängigkeit hilft, ist jedoch niemals nur ein Fall. Stattdessen sind es immer individuelle Schicksale, Lebensläufe und auch das Wohl ganzer Familien, die in solchen Situationen auf dem Spiel stehen. Der Kreuzbund ist dabei aber stets auch innovativ, sei es bei der Aufnahme neuer Suchtformen und Erkrankungen oder bei dem in diesem Jahr anlaufenden Projekt „einfach Kreuzbund“.

Der enge Kontakt des Fachverbandes zur Caritas ist ein deutlicher Beleg für die sehr gute Zusammenarbeit auf Augenhöhe. Der Kreuzbund ist mit seinen Veranstaltungen und Seminare stets ein geschätzter Gast im Haus der Caritas.

Die Caritas gratuliert und freut sich auf die nächsten Jahrzehnte vorbildlicher Kooperation!

Delegiertenversammlung 16. März 2019

Die alljährliche Delegiertenversammlung in der Wolfsburg in Mülheim ist einer der wichtigsten Termine in der Vorstandsarbeit und für die Mitglieder des Vorstands auch immer mit Aufregung verbunden. Lange vorher starten die Vorbereitungen. Jedes Vorstandsmitglied verfasst einen Tätigkeitsbericht, der in der Versammlung vorgetragen wird. Der Vorstand sitzt auf einem kleinen Podium und blickt in das vollbesetzte Auditorium, die aufkommende Nervosität ist schwierig im Zaum zu halten.

Die Veranstaltung beginnt immer mit einem Wortgottesdienst, Zeit innezuhalten, durchzuatmen, seine Konzentration zu sammeln.

Ingo Mattauch ging eingehend auf die im Christentum wichtige Zahl 40 ein, nicht zuletzt weil 2019 das 40. Jubiläum des Diözesanverband Essen gefeiert wird.

Nach dem Gottesdienst ging es direkt an die Arbeit. Michael Hülsen begrüßte die Teilnehmer und eröffnete die Versammlung. Es folgten die Tätigkeitsberichte aller Vorstandsmitglieder, anschließend wurde der Vorstand entlastet.

Es folgte ein kleiner Festakt zu dem als Ehrengast der Bundesgeschäftsführer Heinz Josef Janssen, erschienen war.

In meiner Jubiläumsrede erwähnte ich die wichtigsten Eckdaten aus der Chronik des DV Essen ein. Am 9. März 1979 fand die Gründung statt, 1989 ernannte Kardinal Hengsbach Willi Wietkamp zum geistlichen Beirat und 1992 wurde das Büro in der Niederstraße etabliert um hier nur drei der wichtigsten Punkte zu nennen. Die vollständige Chronik befindet sich auf unserer Homepage.

Es war mir wichtig herauszustellen, dass es für einen Verband wie unseren bedeutend ist, neue Entwicklungen im Auge zu behalten ohne Altbewährtes leichtfertig über Bord zu werfen.

Heinz Josef Janssen gratulierte zum 40. „Geburtstag“. Er überbrachte die Glückwünsche des Bundesverbandes und setzte in seiner Rede unsere Gründung in den zeitlichen Kontext.

Als wir nach Abschluß der Veranstaltung bei einem Kaffee zusammen saßen, lobte Herr Janssen unsere professionelle Vorstandsarbeit. Dieses Lob aus berufenem Munde hat Michael Hülsen und mich natürlich ganz besonders gefreut.

Anschließend fanden Teilvorstandswahlen statt. Ursula Barnberg wurde für vier weitere Jahre zur Geschäftsführerin gewählt. Und auch ich wurde als 1. stellvertretende Vorstandsvorsitzende wieder gewählt.

Anschließend fand die Wahl der Bundesdelegierten statt. Gegen Ende der Wahlen erklärte sich überraschenderweise Monika Drabiniok bereit, den Bereich Seniorenarbeit 55 + zu übernehmen und wir freuen uns, sie als neues Vorstandsmitglied begrüßen zu können.

So ging dann ein sehr ereignisreicher Tag am Nachmittag zu Ende und ich fuhr ziemlich geschafft aber zufrieden nach Hause. Besonders gefreut habe ich mich, dass ich auch dieses Mal wieder mit Weggefährten ins Gespräch kam. „Du bist aus Katernberg? Da bin ich aufgewachsen.“ „Hast Du einen Moment Zeit? Deinen Arbeitsbereich finde ich total spannend.“

So ist unser Kreuzbund. Wo immer man auf Weggefährten trifft, ergeben sich schöne Begegnungen mit Menschen, die für das Thema Suchtselbsthilfe brennen.

Sabine Thomczyk,
1. Stellv. Vorsitzende

1. Reihe von links: Karin Oerschkes, Gabi Kreyenberg, Sabine Thomczyk, Monika Drabiniok, Ulla Barnberg

2. Reihe von links: Enrico Ludewig, Werner Schehler, Michael Hülsen, Ingo Mattauch

Arbeitsbereich Senioren 55+

Mein Name ist Monika Drabiniok. Ich bin Angehörige, 66 Jahre alt und Rentnerin.

Als ich vor 18 Jahren zum Kreuzbund kam, wollte ich nur, dass mein Mann trocken wurde.

Schnell habe ich aber gemerkt, dass ich auch ganz viel für mich tun kann. Ich fühlte mich willkommen und bekam langsam wieder Selbstachtung, Lebensfreude und Mut.

Die Gruppe Essen-Horst-Eiberg haben mein Mann Franz und ich vor 12 Jahren gegründet und ich war 10 Jahre dort die Gruppenleiterin. Von 2011-2014 war ich Bundesdelegierte für den Kreuzbund Diözesanverband Essen e. V.

Da ich nun, nach dem Tod meines Mannes im September 2017, mein Leben neu ausrichten muss, freue ich mich, dass mich die Delegierten bei der Diözesan-Delegiertenversammlung im März 2019 als neue Beisitzerin gewählt haben. Ich bin gespannt auf meine neue Tätigkeit in der Vorstandsarbeit und der Arbeitsbereich Senioren 55+ ist für mich eine spannende Aufgabe, in die ich mich gerne einbringen werde.

Monika Drabiniok

Einfach Kreuzbund

Mit einem Kick-Off startet der Kreuzbund Diözesanverband Essen e.V. im Juni 2019 das Projekt „einfach Kreuzbund“. Der Projektleiter Werner Schehler wird gemeinsam mit den Arbeitsgruppenmitgliedern, den Referentinnen und Referenten sowie dem Vorstand des Diözesanverbandes den Start von „einfach Kreuzbund“ einläuten. Aus diesem Anlass hat Gabi Kreyenberg mit Werner Schehler über die Inhalte und Ziele des Projektes gesprochen.

Gabi: Werner, Du hast vom DV Vorstand die Aufgabe bekommen, das Projekt „einfach Kreuzbund“ zu leiten. Was ist denn „einfach Kreuzbund“ überhaupt?

Werner: „einfach Kreuzbund“ ist für uns eine großartige Möglichkeit kreativ an der Weiterentwicklung unseres Vereins zu arbeiten. Ich bin sehr stolz und sehr dankbar über das Vertrauen, dass der Vorstand mir entgegenbringt. Alleine die Vorbereitungsarbeiten haben mir schon enorm viel Freude bereitet und ich kann den Start kaum noch abwarten. Wir wissen ja, dass sich die Anforderungen an eine Selbsthilfeorganisation stets verändern.

Humor ist die Fähigkeit im Leben mit Gegenwind zu segeln.
Günther Pfitzmann

Das Konsumverhalten von süchtigen Menschen ändert sich. Es werden Alkohol, Drogen oder Medikamente anders eingesetzt, als es noch vor einigen Jahren der Fall war. Ebenso spielen nicht-stoffgebundene Süchte, wie etwa Spiel- oder Internetsucht eine größere Rolle in der Selbsthilfe. Hinzu kommen aufgrund des Wandels der Technik und der Medien ganz neue Möglichkeiten, unsere Angebote zu gestalten und bekannt zu machen. Im Projekt geht es nun darum herauszufinden, welches Angebot wir haben, wie wir es gestalten, wie wir es kommunizieren und wo es Modernisierungsmöglichkeiten gibt. „einfach Kreuzbund“ ist also ein Projekt, bei dem wir uns selbst hinterfragen und wo nötig Modernisierungskonzepte erstellen.

Würdest Du denn sagen, dass unser Angebot und unsere Kommunikation schlecht sind, weil Du diesen Modernisierungsbedarf siehst?

Auf keinen Fall! Der Kreuzbund hat ein großartiges Angebot und ist als Selbsthilfeorganisation auf Ehrenamtsbasis sehr professionell aufgestellt. Insbesondere unserem Diözesanverband Essen wird immer wieder bescheinigt, wie gut bei uns in den Gruppen, den Stadtverbänden und dem Kreisverband sowie im Vorstand gearbeitet wird. Das Seminarangebot ist vielfältig und auf die Bedarfe der Gruppenmitglieder ausgerichtet. Wir sind meiner Meinung nach wirklich sehr gut organisiert und leisten tolle Arbeit auf allen Ebenen. Damit wir unser Niveau dauerhaft halten können, müssen wir uns jedoch immer wieder neu hinterfragen und den aktuellen Herausforderungen stellen. Ebenso wie wir stets schauen müssen, welche modernen Hilfsmittel, zum Beispiel bei der Digita-

lisierung, wir für unsere Zwecke nutzbar machen können. Darum geht es bei „einfach Kreuzbund“.

Wie wird das Projekt denn jetzt ablaufen?

Ich habe in den letzten Monaten sehr intensiv um Mitarbeit bei unseren Gruppenmitgliedern geworben. Wir haben bisher 14 Personen aus den Gruppen gewinnen können, die in dem Projekt mitmachen möchten. Darüber bin ich wirklich sehr erfreut und werbe weiter dafür, dass sich noch mehr Teilnehmer melden. Außerdem haben wir mit mir zusammen noch vier Personen aus dem Vorstand in den Arbeitsgruppen dabei. Damit sind wir bei 18 Personen. Thematisch wollen wir die vier Schwerpunkte „Gruppen- und Freizeitangebote“, „Seminare und Unterstützung für Engagierte“, „Digitalisierung“ und „Öffentlichkeitsarbeit“ angehen. Für jedes Thema habe ich tolle Referenten aus dem Katholischen Bildungswerk und von der Caritas gewinnen können. Die 18 Arbeitsgruppenmitglieder und die vier Referenten werden in diesem und im nächsten Jahr an jeweils einem Wochenende und an einem Samstag Workshops durchführen. Die Arbeitsergebnisse werden dann in weiteren Gremien, einem sogenannten Steuerkreis und einem Führungskreis besprochen. Entscheidungen werden im Führungskreis getroffen. Dieser setzt sich aus vier Arbeitsgruppenmitgliedern, die nicht im Vorstand sind und vier Vorstandsmitgliedern zusammen. Alle Stimmen haben im Führungskreis gleiches Gewicht. Diese paritätische Besetzung des Entscheidungsgremiums war mir bei der Erstellung der Projektorganisation sehr wichtig, denn die Ergebnisse sollen aus der Basis kommen, für die Basis sein und so muss die Basis auch entsprechende Entscheidungsbefugnis haben.

Das heißt also, dass Gruppenmitglieder nicht nur an der Erstellung von Konzepten mitwirken können, sondern auch am Entscheidungsprozess beteiligt werden.

Ja genau. Grundsätzlich sieht unsere Vereinsstruktur die Entscheidungsprozesse ja anders vor, was auch durchaus sinnvoll ist. Denn die Vorstandsmitglieder sind erstens selbst in Selbsthilfegruppen und wissen daher natürlich auch, worauf es ankommt und zweitens handelt es sich um gewählte Vorstandsmitglieder, die von den Delegierten ein Mandat erhalten haben. Insofern wäre auch eine andere, ich nenne es mal traditionelle Vorgehensweise, denkbar. Bei unserem Projekt war es mir aber wichtig, die Ideenentwicklung und Entscheidungen miteinander zu verknüpfen. Ich verspreche mir dadurch auch eine höhere Motivation von Mitgliedern sich zu beteiligen. Erfreulicherweise unterstützt der Vorstand diese Vorgehensweise, so dass wir hier auf ein konstruktives Miteinander zählen können.

Welche Kosten entstehen durch das Projekt und wie werden sie finanziert?

Wir haben eine detaillierte Kalkulation erstellt, die alle anfallenden Kosten berücksichtigt. Es handelt sich um Kosten für die Referenten, die Tagungshäuser, für Tagungsmaterialien und so weiter. Dazu habe ich noch eine ausführliche Projektbeschreibung erstellt und das Ganze wurde dann mit einem Projektförderantrag bei den Krankenkassen eingereicht. Insgesamt wurde eine Summe über ca. 28.500, - Euro beantragt, die uns auch bewilligt wurde. Der Kreuzbund muss einen Eigenanteil in Höhe von zehn Prozent selbst tragen. Nicht zu vergessen ist dabei, dass der Betrag für eine Projektlaufzeit bis Ende 2020 kalkuliert ist. Für die Förderung durch die Krankenkassen sind wir überhaupt nur in der Lage, ein solches Projekt abzuwickeln. Dafür sind wir sehr dankbar.

Können sich noch weitere Interessenten an dem Projekt beteiligen?

Ja, die vier Arbeitsgruppen sind auf jeweils fünf Personen ausgelegt. Momentan gibt es hier noch freie Plätze. Es wäre schade, wenn wir diese nicht besetzen können. Außerdem werden wir ein Vorschlagswesen erstellen. Dazu werden wir regelmäßig über den Projektfortschritt berichten. Wir wollen, dass jeder die Möglichkeit hat, seine Ideen oder Verbesserungsvorschläge bei der Projektgruppe einzureichen. Wie das genau gehen wird, werden wir in dem ersten Workshop festlegen und dann bekannt geben.

Gabi: Das hört sich alles nach einem sehr interessanten Projekt an und wir dürfen uns schon auf die Ergebnisse freuen. Herzlichen Dank für das Gespräch und viel Erfolg mit „einfach Kreuzbund“!

Werner: Vielen Dank und Euch weiterhin viel Erfolg mit der Gemeinsam.

Wer stark ist,
kann es sich erlauben
leise zu sprechen.
Theodore Roosevelt

Treffen der Seminarbeauftragten

In den Stadtverbänden und im Kreisverband des Kreuzbund Diözesanverband Essen werden unglaublich viele Aktivitäten zur Weiterbildung unserer Gruppenmitglieder betrieben. Dies kam beim Treffen der Seminarbeauftragten am 14. Februar in der Kreuzbundgeschäftsstelle wieder deutlich zum Ausdruck. Das Treffen fand auf Einladung des Seminarbeauftragten des Diözesanvorstandes Werner Schehler statt. Mit 15 Teilnehmern war die Beteiligung außerordentlich gut und die Beiträge der Vertretungen der Stadtverbände beziehungsweise des Kreisverbandes gaben einen weiten Überblick über die Aktivitäten. Sowohl auf Gruppen- als auch auf Stadt- beziehungsweise Kreisverbandsebene werden hochwertige Seminare angeboten, die in der Regel von professionellen Referenten durchgeführt werden. Die Gruppenmitglieder sind an den Seminaren und Freizeitangeboten sehr interessiert. Überlegungen, die Angebote auch über die Stadtgrenzen hinaus zu öffnen, werden unterschiedlich bewertet. Einerseits wird es für die Gruppenarbeit als schwierig angesehen, wenn neue und unbekannte Gruppenmitglieder in gefestigte Seminargemeinschaften hinzukommen. Andererseits kann gerade das Öffnen und damit die Einbeziehung von immer wieder neuen Menschen in die Gemeinschaften die Seminare inhaltlich bereichern und lebendig halten. Beide Ansichten sind sicher richtig, solange die Seminare in den Bereichen weiter angenommen werden und ihren Zweck erfüllen.

Das laufende Seminarangebot des Diözesanverbandes basiert in großen Teilen auf den Themenvorschlägen des Treffens im vergangenen Jahr. Die Auslastung der Seminare 2019 war zum Zeitpunkt des Treffens eher noch gering. Daher wurden die Vertreter der Ortsebenen gebeten nochmals Werbung für die Seminare zu betreiben. Ebenso wies der Seminarbeauftragte auf den Workshop „Tacheles für Toleranz“ hin und warb um Mitwirkung im Projekt: „einfach Kreuzbund“.

Schließlich wurden auch in diesem Jahr wieder Themenwünsche für die DV Seminare 2020 gesammelt. Genannt wurden Themen wie zum Beispiel „Zufriedenheit“ oder „Zufrieden allein mein Leben gestalten“, „Trocken – was nun?“ oder „Resilienz“. Wie immer wird der Seminarbeauftragte gemeinsam mit den potentiellen Referenten versuchen, die Themenwünsche bestmöglich beim Aufstellen des Programms 2020 umzusetzen.

Werner Schehler

Wer bitte ist Paul Reding?

Jedes Jahr bietet der Kreuzbund Diözesanverband Essen e. V. seinen Mitgliedern und Interessierten die Möglichkeit, an einem kostenfreien Info-Vormittag den Kreuzbund näher kennenzulernen. An einem Samstag im Februar 2019 haben sich mehr als zwanzig Weggefährtinnen und Weggefährten zu „Kreuzbund - kompakt“ im Fortbildungszentrum der Caritas in Essen eingefunden.

„Kreuzbund – kompakt“ stellt in kurzer und übersichtlicher Form die Ziele, Arbeitsweisen und Organisation der Verbandsarbeit dar. Es informiert über alles Wichtige im Kreuzbund und soll dazu dienen, das Zugehörigkeitsgefühl zu festigen. Im Verlauf des Vormittags erfahren die Teilnehmerinnen und Teilnehmer viel Interessantes, Erstaunliches und Wissenswertes über den Kreuzbund. Neues und Altes, das aber vielleicht schon wieder in Vergessenheit geraten ist. Eine – durch die Zeit vorgegebene - kurze Reise vom Beginn unseres Kreuzbundes bis hin zu den aktuellen Grundlagen, Veränderungen und Anforderungen an einen Sucht-Selbsthilfeverband. In mehr als 120 Jahren kommt da schon so manches zusammen!

Mir, als Multiplikatorin für den Arbeitsbereich „Kreuzbund – kompakt“ macht es immer wieder viel Spaß und Freude, diese Vormittage zu gestalten. Unseren Mitgliedern den Kreuzbund, die Basis seiner Gruppenarbeit, verbandliche Strukturen, seine Besonderheiten und seine Möglichkeiten näher zu bringen. Besonders gerne beantworte ich die Fragen der Teilnehmenden. Ist das Nachfragen doch ein deutlicher Hinweis für das Interesse an unserem Kreuzbund. Frei nach dem Motto: „Was Du schon immer mal wissen wolltest, aber Dich vielleicht nie zu fragen getraut hast“ werden alle Fragen, soweit mir dies möglich ist, beantwortet.

So ist durch angeregten Austausch und durch die unterschiedliche Zusammensetzung der Teilnehmerinnen und Teilnehmer jeder Info-Vormittag immer anders, auch wenn das inhaltliche Konzept natürlich gleich bleibt. Für mich stehen bei der Kreuzbund-Arbeit der Kontakt und das Miteinander im Vordergrund. Davon lebt unser Kreuzbund und das hält ihn lebendig. Von daher lade ich schon heute zum nächsten Info-Vormittag ein, der im Februar 2020 stattfindet.

Und zum Schluss noch die Auflösung zur Überschrift: Paul Reding ist ein Künstler aus Waltrop, der das Logo des Kreuzbundes, die „Menschengruppe vor dem Kreuz“ in den 1960 Jahren geschaffen hat. Das Logo wie auch die Wortmarke KREUZBUND sind patentrechtlich geschützt.

Barbara Kölsch

Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft für Suchtkranke und Angehörige

KREUZBUND

Der KREUZBUND

K ommunikativ
R ichtig gut
E inmalig
U nentbehrlich
Z ielorientiert
B unt
U nschlagbar
N ah dran am Menschen
D irekt vor Ort

Wer feinfühlig ist, wird das Wunderbare im Alltag erkennen.

Oskar Kokoschka

Kreuzbund Duisburg und Mülheim in einem Boot!

Die Idee kam vom Kreuzbund Mülheim: Lasst uns gemeinsam beim Drachenbootrennen auf der Ruhr mitmachen! Mit Begeisterung stimmten die Duisburger Weggefährten zu und motivierten noch einige Freunde zur Teilnahme. Veranstalter war die DJK Wasserwacht Mülheim.

Nach mehreren Trainingsstunden mit viel Muskelkater wurde es am 1.September Ernst. Das Boot rettete sich über drei Zwischenläufe ins B-Finale und gab auch dort alles!

Fazit: Wir waren zwar nicht die besten, hatten aber viel Spaß! Wie heißt es bei Olympia: Dabeisein ist alles!

Margret Podolski

Auf nach Antwerpen!

50 Mitglieder und Freunde des Kreuzbundes Duisburg starteten am 8.September morgens um 7.00 Uhr (!) zu einer Stadtbesichtigung nach Antwerpen. Alle Teilnehmer waren pünktlich und trotz der frühen Stunde gut gelaunt. Nach ca. 2 Stunden Fahrt wurden wir von 3 Reiseführern empfangen und in 3 Gruppen aufgeteilt: die flotten, die normalen und die fußlahmem Geher. Selbstverständlich begegnete man sich an der einen oder anderen Sehenswürdigkeit, von denen es reichlich gab: am 500 m langen Tunnel unter der Schelde, der Liebfrauenkathedrale, am Marktplatz oder anderen historischen Gebäuden.

Nach 2 Stunden geführter Stadtbesichtigung blieb allen noch genügend Zeit zum Mittagessen und weiterer Erkundung der Stadt auf eigene Faust. Auch zur Abfahrt waren alle pünktlich zur Stelle und man war sich einig: Es war ein anstrengender aber toller Tag!

Margret Podolski

Ausflug nach Antwerpen der Gruppen DU

Die Stille ernährt,
der Lärm verbraucht.
Reinhold Schneide

Reibekuchen im Beratungscafé

Seit einem Jahr gibt es das Beratungscafé auf dem Ingenhammshof in Duisburg-Meiderich, in dem freitags, samstags und sonntags von 14 bis 18 Uhr jeder Besucher willkommen ist, um bei Kaffee und Kuchen Erfahrungen auszutauschen oder einfach nur zu klönen. Wenn das kein Grund zum Feiern ist!

Am 19.Januar 2019 gab es aus diesem Anlass Reibekuchen mit Schwarzbrot, Apfelmus und Rübenkraut, und viele Kreuzbundmitglieder und Freunde warteten geduldig auf ihre Portion, denn der Andrang war riesig. Der Reibekuchenbäcker und seine fleißigen Helfer kamen mächtig ins Schwitzen, um alle hungrigen Mäuler zu stopfen.

Am Ende des Nachmittags gingen aber alle satt und zufrieden nach Hause.

Margret Podolski

Suchtvorbeugung im Alter

Die Arbeitsgemeinschaft 60plus des SPD Unterbezirks Mülheim an der Ruhr hatte am 09.01.2019 zu einer Informationsveranstaltung zum Thema „Suchtvorbeugung im Alter“ mit dem Arbeitskreis Sucht im Alter eingeladen. Nach der Begrüßung durch den Vorsitzenden Ulrich Schallwig haben Norbert Kathagen von der ginko Stiftung für Prävention NRW, Claudia Peiter vom Gesundheitsamt und Bernd Pörtener vom Kreuzbund eine Präsentation zum Thema vorgestellt.

Sucht kennt keine Altersgrenzen. Auch im höheren und hohen Alter sind Menschen nicht vor Missbrauch und Abhängigkeit von Alkohol, Medikamenten und Tabak gefeit. Bei dem Vortrag ging es hauptsächlich um Prävention, also den Umgang mit Alkohol oder auch Einsatz von Medikamenten. Wie gehe ich verantwortlich damit um. Wie erkenne ich eine Gefährdung oder bereits bestehende Abhängigkeit. Ein Ausstieg lohnt sich immer, egal in welchem Alter. Es geht dann auch um gewonnene Lebensqualität.

Es gab viele Fragen und anregende Diskussionen auch im Anschluss an den Vortrag.

Klaus Heckhoff

Gute Gedanken sind das Friedenslicht der Welt.
Maria-Theresia Radloff

Gruppen übergreifendes Seminar

Die Gruppe Essen Horst-Eiberg und drei Mitglieder der Gruppe Essen-Mitte 1, fuhren vom 03.05. bis 05.05.2019 zur Wasserburg Rindern. Die Idee, ein gemeinsames Seminar zu veranstalten, entstand bei einem Ausflug von 55 Plus und wurde nun in die Tat umgesetzt. Am Freitag haben wir uns früh getroffen, um die Umgebung und die Stadt Kleve zu erkunden. Danach die Zimmer beziehen und das wunderschöne Haus besichtigen. Alle Teilnehmer, auch wenn man noch nicht alle kannte, hatten sofort die gleiche Wellenlänge, wie im Kreuzbund üblich. Nach dem Abendessen konnten wir dann mit einer Kennenlernrunde mit dem Seminar beginnen. Das Thema war „Nur sprechenden Menschen kann geholfen werden". Samstag hatten wir einen arbeitsreichen Tag. Wir belohnten uns am Abend mit einem Abstecher zu einer Eisdiele. Am Sonntag dann der übliche Ausklang und die Verabschiedung. Alle waren mit dem Wochenende sehr zufrieden und wir verabredeten uns schon für das nächste Jahr. Unser herzlicher Dank geht an Anne Felten und Monika Drabiniok, für die Planung und an unsere Referentin Marlene Derendorf, für die kompetente Durchführung des Seminars. Dank auch an das Seminarhaus Wasserburg Rindern für die gute Unterbringung und Verpflegung.

Euer Weggefährte

Hans-Joachim Hönscher

Die Teilnehmer/innen und die Referentin Marlene Derendorf (oben links)

Tagesseminar für Frauen mit Karin Oerschkes

Unser Thema am 4.Mai 2019 war "Resilienz" oder "Wo finde ich Zufriedenheit, wenn nicht in mir selbst".

Unter der wie immer gelungenen Leitung von Karin setzten wir uns mit einer ganzen Reihe von Fragen rund um dieses Thema auseinander.
Schnell entstand ein offener und äußerst interessanter Austausch. Wir teilten unsere Erfahrungen, unsere Schwierigkeiten und Ideen für Lösungen miteinander.
Es gab neue Gedanken und Anregungen für jede von uns. Wir fühlten uns wohl miteinander und haben auch herrlich gelacht.
Es war ein schöner und reicher Tag.

Antje Gäbel

Hohe Ehrung für Frau Ruth Smiegel, der Vorsitzenden des Kreuzbundes-Stadtverband Oberhausen durch die Verleihung der Ehrennadel der Stadt Oberhausen

Montag, der 17.12.2018 – 14 Uhr, war für unsere Vorsitzende Ruth Smiegel sicher ein Tag, den sie so schnell nicht vergessen wird. Aus den Händen von Oberbürgermeister Daniel Schranz erhielt sie die Ehrennadel der Stadt Oberhausen als Anerkennung für ihr jahrelanges ehrenamtliches Engagement in der Selbsthilfearbeit.

Seit 18 Jahren ist sie Mitglied im Kreuzbund. Ihre Arbeit im Vorstand des Stadtverbandes Oberhausen übt sie seit 16 Jahren aus und ist seit 10 Jahren Vorsitzende im Stadtverband. Im Herbst 2018 wurde sie erneut für weitere 4 Jahre zur Vorsitzenden des Stadtverbandes Oberhausen gewählt.

In der Begründung, die in einer Feierstunde „mit großem Bahnhof“ im Rathaus vorgetragen wurde, heißt es u. a. „Sie sieht sich als „Weggefährtin“ und begleitet Familienangehörige über die Gruppensitzungen hinaus, insbesondere auch in Grenzsituationen wie bei einem nahenden Tod. In diesen Fällen besucht sie betroffene Familien zu Hause. Mit ihrer einfühlsamen und mitfühlenden Art versucht sie Trost zu spenden.

In der Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft für Suchtkranke und Angehörige des Kreuzbundes in Oberhausen, koordiniert sie als Vorsitzende des Stadtverbandes Oberhausen die Zusammenarbeit aller Gruppen. Ihr unermüdlicher Einsatz Menschen zu helfen, ein zufriedenes, abstinentes Leben zu führen, zeichnet sie besonders aus. Durch ihre stets freundliche, einfühlsame, ehrliche und offene Art im Umgang mit Menschen hat sie dem Kreuzbund Oberhausen auch in der Öffentlichkeit zu einem sehr guten Ansehen verholfen.

“Sichtlich bewegt nahm Ruth Smiegel die Ehrung entgegen. Wie sie betonte, „stellvertretend für alle

Daniel Schranz, Oberbürgermeister der Stadt Oberhausen mit Ruth Smiegel

Gruppenleiterinnen und Gruppenleiter in unseren Kreuzbundgruppen“.

Der gesamte Stadtverband Oberhausen freut sich von ganzem Herzen mit unserer Vorsitzenden Ruth Smiegel über diese Auszeichnung. Ebenso freuen wir uns darüber, auch in den nächsten 4 Jahren gemeinsam mit unserer Vorsitzenden im Kreuzbund gute Arbeit zu leisten.

Es macht Mut und erfreut das Herz, dass das Ehrenamt auch von Menschen außerhalb der Selbsthilfe als wichtig angesehen und geschätzt wird.

Lothar Dieckmann

Nur wer sich ändert bleibt sich treu.

Wolf Biermann

Sondervorstellung von Thomas Glup für den Kreuzbund

Wer ihn noch nicht kennt, hat wirklich etwas verpasst. Thomas Glup, der bekannte Schauspieler, Entertainer, Moderator und Autor versteht es, die Menschen mit seinem Humor zu begeistern. Dabei zielt er mit seinem feinen Humor nie unter die Gürtellinie, sondern immer genau auf die Lachmuskeln seines Publikums.
Das wissen unsere Weggefährtinnen und Weggefährten, die schon mehrfach die Freude hatten, Thomas Glup zu erleben, nur zu gut. Die Veranstaltungen von ihm sind immer ein Magnet und sehr schnell ausgebucht! Wir freuen uns daher, dass es auch in diesem Jahr wieder eine exklusive Sonderveranstaltung für den Kreuzbund geben wird. Geplant ist eine Matinee im Essener Rathaustheater im Herbst bzw. Spätherbst 2019. Bis zur Drucklegung dieser Ausgabe von GEMEINSAM war leider ein genauer Termin noch nicht bekannt, da die Spielpläne von Thomas Glup und des Theaters aufeinander abgestimmt werden müssen.
Sobald wir einen Termin vereinbart haben, werden wir mit einer separaten Werbung über unseren Mailverteiler alle Gruppen unseres Kreuzbund Diözesanverbandes informieren. Welches Stück uns präsentiert wird, stand bei Redaktionsschluss noch nicht fest. Aber, wie sagte mir ein Weggefährte einmal: „Was dieser Mann auf der Bühne macht, ist einfach nur spitze: egal, was er spielt.“ Freuen wir uns, dass es auch in diesem Jahr wieder „Vorhang auf“ für Thomas Glup heißen wird und sind gespannt, was er uns dieses Jahr anbieten wird.

Weitere Informationen in der Geschäftsstelle bei Barbara Kölsch, Telefon: 0201 – 32 00-345 oder unter info@kreuzbund-dv-essen.de

Barbara Kölsch

Vielleicht will,
was ich nicht ändern kann,
mich ändern.
Kyrilla Spiecker

Der Gesprächs- und Aktivkreis 55 Plus informiert:
Die nächsten Aktivitäten von Juli bis Dezember 2019

Sonntag 14.07.2019	***Dormagen/Zons***
Sonntag 18.08.2019	***Krefelder Zoo***
Sonntag 29.09.2019	***Ratinger Bauernmarkt***
Samstag 19.10.2019	***Venlo Stadtbummel***
Sonntag 17.11.2019	***Classic Remise Düsseldorf***
Sonntag 15.12.2019	***Cranger Weihnachtszauber***

Treffen ist immer am Hauptbahnhof Essen, 10.00 Uhr (am 19.10. treffen wir uns um 9.30 Uhr), in der Nähe vom Informationsstand.
Die Fahrten und Termine sind nicht verbindlich. Bitte auf die monatlichen Infoschreiben achten. Es können geringe Fahrtkosten entstehen.
Jeden 2. und 4. Donnerstag treffen wir uns im Haus der Begegnung, 1. Weberstraße 28, 45141 Essen von 17.00 bis 19.00 Uhr zum gemütlichen Plausch bei Kaffee und Gebäck.
Weitere Informationen bei Hans-Joachim Hönscher, Tel.: 0201/583730, E-Mail: hhoenscher@arcor.de
Euer Weggefährte Hans-Joachim

Kleine Rast in Essen-Kettwig

NACHRUF

Die Weggefährtinnen und Weggefährten des Kreuzbund Stadtverband Gelsenkirchen trauern um

Evelin Gollan

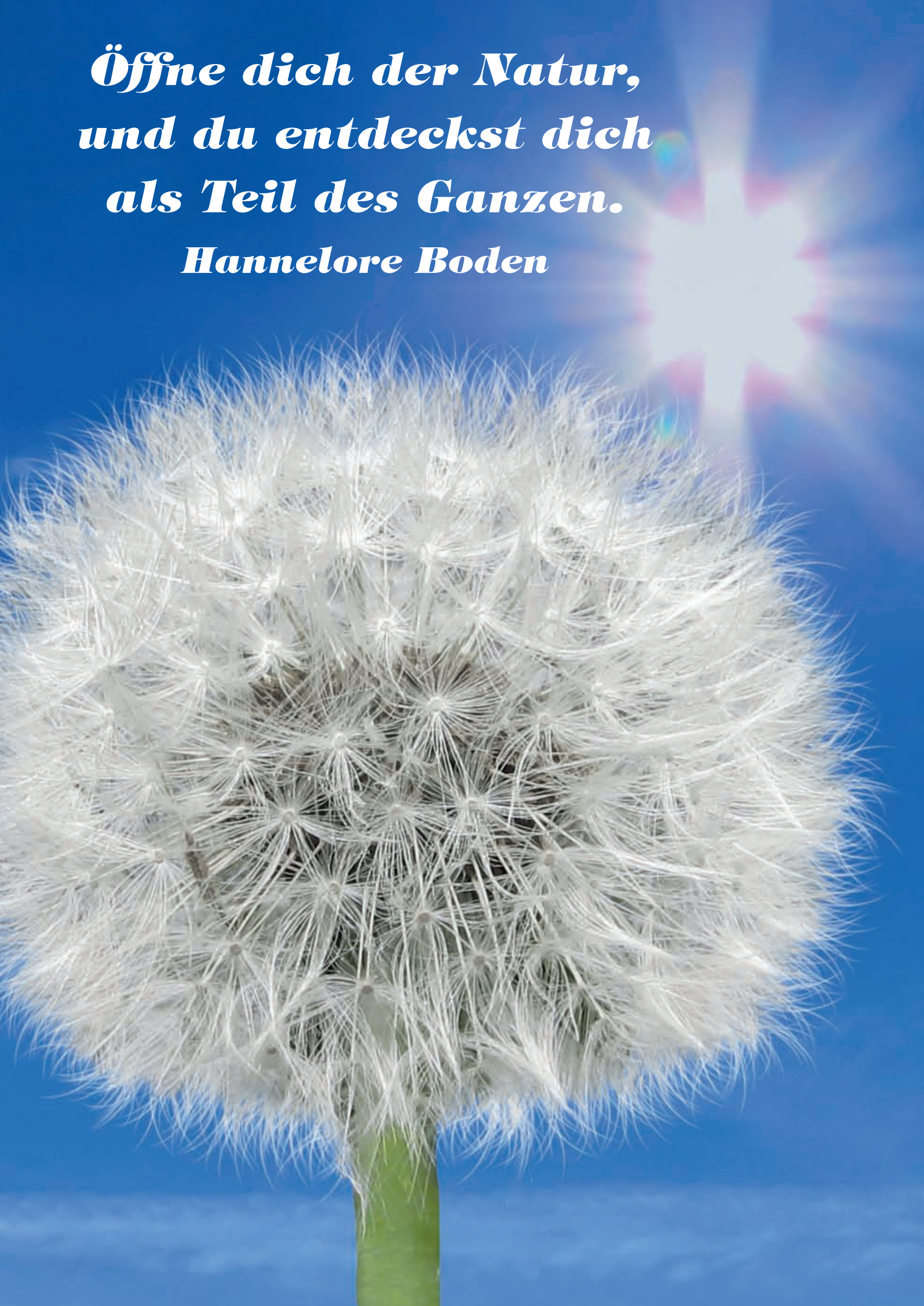
***20.05.1950 † 20.02.2019**

die nach schwerer Krankheit viel zu früh von uns gegangen ist.

Wir kannten Evelin als lebensfrohe und optimistische Weggefährtin, die uns im Kreuzbund 20 Jahre lang begleitete. Im Jahre 2003 trat sie dem Vorstand des Kreuzbund Stadtverband Gelsenkirchen bei. Sie gestaltete und organisierte aktiv Veranstaltungen, war Delegierte des Diözesanverbandes und unterstützte wo immer sie konnte als treue Seele der Gemeinschaft ihre Weggefährtinnen und Weggefährten. Wir danken ihr für ihre großen Verdienste und trauern mit ihren Angehörigen. Wir werden ihr ein ehrendes Andenken bewahren.

Der Vorstand des
Kreuzbund Stadtverband Gelsenkirchen

Freundschaft ist eine Seele in zwei Körpern.
Aristoteles


Öffne dich der Natur,
und du entdeckst dich
als Teil des Ganzen.
Hannelore Boden