

KREUZBUND
im Diözesanverband Berlin e.V.

Aus den Gruppen für die Gruppen

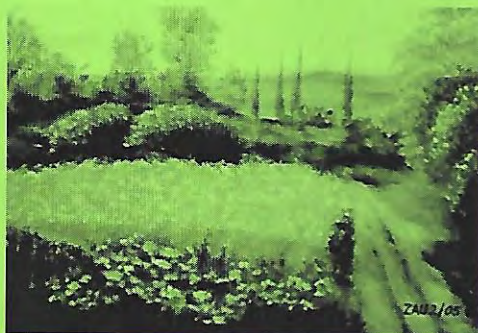
Info



49. Ausgabe

15. März 2006

Auf in den (Kreuzbund) Frühling



Das etwas andere Seminar - Ein Bericht

Die Montagsmaler

Bewerber für den Vorstand stellen sich vor

Rezepte - Lachs als Auflauf

..... und vieles mehr





Liebe Leserinnen und Leser,

beim Zusammenstellen der aktuellen Ausgabe (49) stellten wir fest, dass uns ein Jubiläum ins Haus steht.

Die 50. Ausgabe wollen wir natürlich mit Euch gemeinsam feiern. Nähere Einzelheiten und der genaue Termin werden rechtzeitig in den Gruppenkästen verteilt sein.

Bis dahin viel Spaß beim lesen.

Einen sonnigen Frühling und ein schönes Osterfest

wünscht euch Euer
Redaktionsteam



Achtung - Himmelfahrt !!
Die Himmelfahrtsveranstaltung kann leider nicht mehr im
Don Bosco-Heim stattfinden.
Nähere Informationen erfolgen über die Gruppenkästen

25 Jahre Kreuzbundgruppe Briesestraße

01.10.1980 bis 01.10.2005

Ein Jahr der Planung und Vorbereitung, sowie viele rauchende Köpfe, gingen der Feier voraus. Es gab Treffen und rege Diskussionen, in die sich auch Kreuzbundfreunde des Regionalverbandes Südost einbrachten.

Da wir unsere 25 Jahrfeier unter einem Motto stattfinden lassen wollten, wählten wir den „Pinselheinrich“ Zille. So entstanden unsere Dekoration und die Idee zu einem Berliner Buffet. Als Sahnehäubchen, spielte für uns ein Leierkastenmann auf, der übrigens auch trockener Alkoholiker ist.

Doch vor der großen Feierei, fand in der Kirche ein feierlicher Gottesdienst statt, der vom Gemeindepfarrer Motter und unserem Kreuzbundpfarrer Dimter gemeinsam gestaltet wurde. Nach dem Gottesdienst ging es in den großen Gemeindesaal, wo schon viele fleißige „Helferlein“ für ein reichhaltig gedecktes Kuchenbuffet und Kaffee/Tee auf den Tischen gesorgt hatten.

Nach den allgemeinen Begrüßungen und Umarmungen, hatte jeder ein Plätzchen gefunden und die offiziellen Reden begannen. Es wurden uns viele Glückwünsche ausgesprochen und auch Geschenke überreicht, für die wir uns hiermit herzlich bedanken wollen.

Besondere Freude machte uns unser Regionalvorstand, der vollzählig anwesend war, auch aus Spandau kamen Freunde und sogar aus Frankfurt am Main machte man sich auf die Strümpfe, um an unserer Feier teilzunehmen und auch zu helfen.

Der einzige Wehmutstropfen an diesem Tag war der Kreuzbundvorstand, der trotz Einladung im „März 05“, vollständig mit Abwesenheit glänzte.

So eine Feier hat natürlich auch immer etwas besinnliches, darum gedachten wir auch unseres verstorbenen Kreuzbundfreundes Christian Räthel, einer der Mitbegründer der Briesestraße und Initiator der freundschaftlichen Umarmung in unseren Reihen.

Auch unser Gruppenfreund Arno; wird immer einen Platz in unserer Mitte behalten, denn so manche schöne Feier und Lieder haben wir ihm zu verdanken. Einiges davon brachte uns der Kreuzbund-Chor zum Besten.

Die musikalische Untermalung verdanken wir dem Sohn eines Gruppenmitglieds (danke Timo), auch der Auftritt einer Tanzgruppe ging auf das Konto einer Gruppenfreundin. Diese wurde von ihrer Tochter angeführt, und bereitete uns, auch wegen der tanzenden Kinder, besonderes Vergnügen. Noch zu erwähnen ist, dass Andrea sich jederzeit mit ihrer Familie im Kreuzbund einbringt (danke Andrea und Michael).

Ein herzliches Dankeschön auch an alle Freunde, die zu so einem tollen Fest beigetragen haben, ob mit Rat oder Tat, beides werden wir euch nicht vergessen.

Das soll aber keine Drohung sein, wir hoffen nur, Ihr sagt allen:

„Mensch, wat war det fürn scheenet Fest, (schnief).“

Heidi, Monika und Eva

Liebe Leserinnen und Leser,
dieser Artikel sollte bereits in der vorherigen Ausgabe erscheinen.
Wir bitten die Gruppe Briesestraße vielmals um Entschuldigung.

Das Redaktionsteam

Die Montagsmaler, eigentlich müsste es heißen Montagsmalerinnen, treffen sich in den Wintermonaten von November bis Februar und malen Bilder, die den Betrachter 12 Monate im Jahr, 7 Tage in der Woche erfreuen.

Die sieben Frauen treffen sich seit 5 Jahren, um mit Pastellkreide vorwiegend Landschaftsgemälde auf die Leinwand zu bringen.

Was als Freizeitbeschäftigung anfang, entwickelte sich in den Jahren zu unbedingt sehenswerter Kunst. So ist es nicht verwunderlich, dass die Gemälde der Öffentlichkeit zugänglich gemacht wurden. Nach verschiedenen Ausstellungen, unter anderem in der Kontaktstelle Wilmersdorf, wo auch die Gemälde selber entstehen, sind die Kunstwerke der Montagsmalerinnen im „Tannenhof“ in der Berliner Straße zu bewundern.

Die Ausstellung läuft noch bis Ende März. Ein Besuch sollte in eurem Kalender auf jeden Fall vorgemerkt werden.

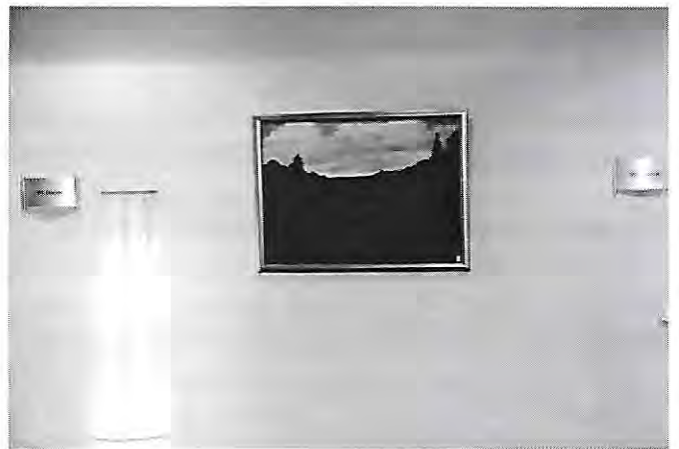
Zum Schluss sei noch gesagt:

„Kunst muss nicht zwingend brotlos sein“

Die ausgestellten Gemälde können selbstverständlich käuflich erworben werden.

Johannes

Redaktionsteam

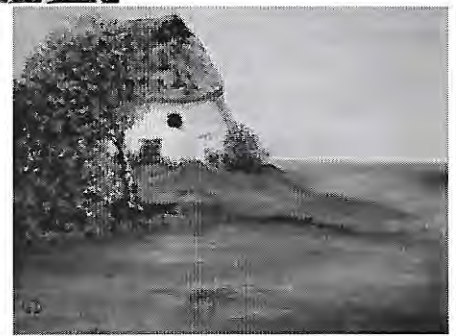
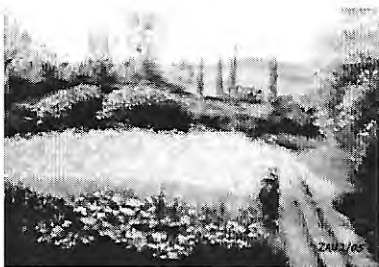


Tannenhof Berlin - Brandenburg e.V.

Tagesklinik

Berliner Str. 45a, 10713 Berlin

Fon (0 30) 8 63 91 90 - 0, Fax - 33



Das etwas andere Seminar oder meine erste (Seminar) Begegnung mit Leben und Tod

(27.01.2006 bis 29.01.2006 Kirchmöser)

Bei der Anmeldung für das Seminar Leben und Tod, hatte ich keine Vorstellung darüber, was ich von diesem Seminar erwarten sollte. Mein eigener Umgang mit dem Verlust von mir nahe stehenden Personen besteht wohl darin, den Verlust zu verdrängen und das ist auf die Dauer keine Lösung.

Nach dem Abendessen am Freitag fand das Plenum mit einer Einführung zum Thema statt, bei dem auch die Gruppen für das Seminar eingeteilt wurden. Bei der Vorstellung und bei der Einführung zum Thema, habe ich festgestellt, dass die Weggefährten; die das Seminar nicht zum ersten Mal besuchten wesentlich offener und mit weniger Scheu mit dem Thema umgehen konnten.

In der Kleingruppe war ich sehr überrascht, wie schnell sich eine Vertrauensbasis unter den Gruppenmitgliedern aufgebaut hat und wir offen über die verschiedenen Themen reden konnten. Ich fand es auch beeindruckend, wie einführend und sensibel auf die persönlichen Erlebnisse eingegangen wurde und ich musste feststellen, wie eingeschränkt meine Sichtweise ist und dass es viele Möglichkeiten gibt, mit Verlusten umzugehen.

Am Sonnabendnachmittag haben wir einen Videofilm zu dem Thema gesehen und danach darüber gesprochen. Die im Film behandelten Themen waren sehr interessant und bewegend und die danach folgende Diskussion hat mir gezeigt, dass es auch sehr aufbauend sein kann, wenn man sich mit dem Thema Leben und Tod befasst, aber es muss in der richtigen Umgebung und vor allem mit einfühlsamen und kompetenten Leuten geschehen.



Beim am Abend abgehaltenen Requiem mit Klaus Dimter, habe ich festgestellt, dass ich mir ein Wochenende in Kirchmöser ohne Gottesdienst nur schwer vorstellen könnte, ich bin wirklich kein Kirchengänger, aber bei unseren Seminaren (besonders bei diesem) vermittelt mir der Gottesdienst immer ein Gefühl der Geborgenheit und Nähe mit den Weggefährten.

Es war ein sehr schönes, aber auch sehr anstrengendes Wochenende, was vom Wetter begünstigt war (kalt aber schön, ich habe zum ersten mal den See zugefroren gesehen). Die Betreuung und das Essen waren wieder einmal sehr gut und ich bin mir sicher, dass dies nicht mein letztes Seminar Leben und Tod war. Ich werde auch die angebotene Nachbesprechung in der MarthasträÙe wahrnehmen.

Ich möchte mich bei allen Organisatoren aber besonders bei den Gruppenleitern für dieses Seminar bedanken.

Wolfgang
Bayernallee



Eveline Scholz**Kandidatur für den Stellvertretenden Vorsitzenden**

Ich wurde am 05.05.1955 in Berlin geboren. Ich bin Mitglied in der katholischen Kirche.

Ich bin Mutter einer 24jährigen Tochter und seit 1999 verwitwet.

Meinen Alkoholentzug machte ich im Oktober 1992 und besuchte seit dieser Zeit die Kreuzbundesgruppe in der Weißenburgerstr. in Spandau. Seit der Gruppenteilung im

Januar 1994 gehöre ich dem Standort Kladower Damm an.

Im Oktober 1993 trat ich dem Verband als Mitglied bei.

In der Gruppe wurde ich zur Kleingruppenverantwortlichen gewählt. 1999 übernahm ich die Hauptgruppenverantwortlichkeit und war dadurch Mitglied im Arbeitskreis der Spandauer Gruppen und bin 2002 zur Regionalsprecherin gewählt worden.

Seit Januar 2004 bin ich Regionalvorsitzende des Regionalverbands Spandau.

Burkhard Töwe**Kandidatur für einen Beisitzer**

Ich wurde am 31. Oktober 1958 geboren. Seit 1990 bin ich verheiratet. Im September 1995 machte ich einen Alkoholentzug im Jüdischen Krankenhaus und fand von dort aus den Weg in die Kreuzbundesgruppe Alt-Reinickendorf. Im Oktober 1996 baute ich einen Rückfall und entgiftete im Mariendorfer Krankenhaus. Ich besuchte dann bis heute weiter die Gruppe Alt-Reinickendorf, in der ich Stellvertretender. Hauptgruppenverantwortlicher bin. Ich bin bei der Firma Osram beschäftigt und wurde dort 2001 als Suchtgefährdetenhelfer Ausgebildet. Im Arbeitskreis Sucht der Firma arbeite ich auch weiter aktiv mit.

Seit Juni 2002 bin ich Mitglied im Kreuzbund. Seit Januar 2005 gehöre ich der Arbeitsgemeinschaft Berliner Abstinenzverbände (ABA) als Vertreter des Kreuzbundes an. In der Alkoholfreien Geselligkeit übernahm ich die Verantwortung seit 2005

Klaus Krüger**Kandidatur als Beisitzer**

Ich wurde am 10. November 1963 in Berlin geboren. Ich bin Mitglied in der evangelischen Kirche. Seit 1991 bin ich mit Marion verheiratet, Laura, unsere gemeinsame Tochter ist mittlerweile zehn Jahre alt. 1998 kapitulierte ich vor dem Alkohol und mit Hilfe meiner Frau fand ich den Weg ins Jüdische Krankenhaus, um dort eine klinische Entgiftung zu machen. Nach neun Tagen Behandlung wurde ich entlassen und besuchte ab diesem Zeitpunkt die Kreuzbundgruppen Romanshorner Weg und Alt-Reinickendorf. 1999 entschloss ich mich, Mitglied im Kreuzbund zu werden.

Zeitlich begründet und schweren Herzens verließ ich nach mehreren Jahren die Gruppe Alt-Reinickendorf und konzentrierte mich nun auf den Standort Romanshorner Weg, später Marthastr./Abendgruppe. Hier wurde ich bald Kleingruppensprecher und übernahm später auch das Amt des Hauptgruppenverantwortlichen. Um mich in Zukunft der Tätigkeit als Beisitzer voll widmen zu können, habe ich diese Verantwortung vor kurzem abgegeben, verbunden damit die Gruppe gewechselt.

Ich besuche nun die Gruppe Marthastr./ Nachmittagsgruppe wo ich freundschaftlich aufgenommen wurde und mich überaus wohl fühle. Ich bin Angehöriger des Arbeitskreises Klinik und habe den Kreuzbund über einen langen Zeitraum in der Karl-Bonhoeffer-Nervenklinik vorgestellt.

KONTAKT STELLE

für Menschen mit Suchtproblemen

Sigmaringer Str.28
10713 Berlin-
Wilmersdorf
Tel: 86 40 93 07

**Informationen und Hilfe bei Problemen
mit Alkohol, Medikamenten und Tabak
Sprechzeiten**

Di. 16-18 Uhr - Fr. 9-11 Uhr

Gruppenangebote

Raucherentwöhnung
Seniorengesprächskreis
Selbsthilfe (AA, Val, EA,
Al Anon, Overeaters u.a.)
Malen mit Pastell
Frauen, Biographiearbeit
Positive Lebensgestaltung

www.kontaktstelle-wilmersdorf.de

- Alkoholfreie Lebensart -

**CAFÉ
RESTAURANT
WEISSER ELEFANT**

Moderne mediterrane Küche
täglich wechselnder Business-Lunch
Eis - Kuchen - Milchshakes
Abendkarte - alkoholfreie Cocktails
Brunch So 10 bis 15 Uhr
Catering
Mo bis So 9 bis 18 Uhr
Besondere Öffnungszeiten an den
Feiertagen
Nichtraucherbereich
Separate Räume bis 25 Personen
Behindertengerecht

Wegenerstraße 1-2, 10713 Berlin-Wilmersdorf
U-Bahn Fehrbelliner Platz, Bus 101, 104, 115
Tel: 86 40 93 06
mail@weisser-elefant.de

www.weisser-elefant.de

Am 09. Dezember 2005 haben wir in der Dorfkirche Lübars vom meinem geliebten Bernd Abschied genommen.

Bernd ist am 29. November 2005 nach langer, schwerer Krankheit ganz friedlich in unserem Haus eingeschlafen. Ich bin froh, dass ich ihm seinen Wunsch erfüllen konnte, bis zu seinem Tod in seinem häuslichen Umfeld leben zu können. Für mich war diese Zeit sehr schwer, ihn jeden Tag leiden zu sehen, aber auch schön, Bernd immer an meiner Seite zu haben und in seine dankbaren Augen blicken zu dürfen.

Ich hatte große Angst vor dem Tod, da ich nicht wusste, wie er sich zeigen würde. Meine Angst konnte mir genommen werden. Ich bin dankbar, dass ich Bernd bis zu seinem letzten Atemzug begleiten durfte und ich auch nach seinem Tod Zeit hatte, mich von ihm zu verabschieden. Dank allen Freunden, die uns in den letzten Tagen und Nächten des nahenden Todes nicht allein gelassen haben!

Ich war überwältigt von der trauernden Menschenmenge, die sich schon vor der Kirche eingefunden hatte, um von Bernd Abschied zu nehmen, als ich mit meinem Vater und meinen Brüdern mit Familien dort eintraf. Mein erster Gedanke war: das schaffst du nie. Ich habe es geschafft dank all' eurer lieben Worte, eurer Umarmungen, eures Händedrucks. Es hat so gut getan, so viele Freunde um sich zu wissen. Auch hat es mir gezeigt, wie beliebt Bernd bei euch allen war.

Schön, dass es Bernd gab. In meinem Herzen wird er ewig weiterleben.

Eure Brigitte

Freundschaft – Hilfsbereitschaft

Mein Mann Günter ging am 30.12.2005 zum Ausschmücken in die Kirchengemeinde St. Martin. Unsere Freude auf Silvester war groß. Aber das wars auch schon.

Als er zu unserem Auto, das im Parkhaus stand, ging, rutschte er aus und zog sich einen Oberarmbruch zu. Er kam mit der Feuerwehr ins Krankenhaus. Ja- was machen?

Das Auto stand im Parkhaus und ich fahre seit 25 Jahren nicht mehr. Die Frage, wie kommt das Auto nach Hause?

Also ging ich zum wunderschön ausgeschmückten Saal in St. Martin. Ich wollte eigentlich nur Bescheid sagen, dass Günter nicht mehr zurück kommt. Eine Welle der Hilfsbereitschaft schlug mir entgegen, wie ich sie vorher noch nie erlebt habe.

Heinz Krause fuhr mich in das Krankenhaus, Siegfried Wenzek und Burkhard Töwe fuhren unser Auto nach Hause, auch Peter Rohde bot seine Hilfe an. Also alle unterbrachen ihre Kreativität für Silvester, um uns zu helfen.

Auch Gruppenfreunde von uns, Andreas und Ute Hauffe sowie Daniela Jansen möchte ich nicht vergessen, zu erwähnen.

Euch allen ein recht herzliches Dankeschön für eure Hilfsbereitschaft und Freundschaft.

Günter und Ingrid

Gruppe MarthasträÙe/Abendgruppe

Vor 3 Jahren, zum September 2002, wurde im Süden Berlins in Buckow (gehört zu Neukölln) von 7 Gruppenfreunden und meiner Person ein neuer Standort für den Kreuzbund ins Leben gerufen. Die wöchentlichen Treffen fanden für den Zeitraum von 2 Jahren in den Räumen der Christoph-Ruden-Str. statt.

Ab September 2004 erhielten wir aus organisatorischen Gründen neue Räume zu unserer Nutzung im Haus Köln am Buckower Damm.

Unsere Gruppe läuft bisher ganz ausgezeichnet im Sinne des KB und ist inzwischen angewachsen auf zwei Kleingruppen (zus. 20 Weggefährten).

Unser „Gründerstamm“ hat seine Wurzeln in dem Standort Finchleystraße/Lichtenrade.

Im Frühling wurde eine schöne Idee geboren und am Donnerstag, den 15. Dez. 2005 in die Tat umgesetzt: Die Gruppen Buckower Damm und Finchleystraße fanden sich in unseren Räumen zu einer gemeinsamen Weihnachtsfeier zusammen. So waren ca. 40 Weggefährten einschl. Angehöriger unter einem Dach bei guter gelöster Stimmung.

Es war ein herzliches Wiedersehen und wir erlebten zusammen ein paar harmonische Stunden, die – so mein ganz persönlicher Eindruck – wohl allen Teilnehmern viel Spaß und Freude bereitet haben.

All dies war wieder nur möglich, weil Viele aus unserem Kreis tatkräftig und mit viel Liebe einfach angepackt haben. An dieser Stelle nochmals ein herzliches Dankeschön allen fleißigen Helfern, denn Nichts ist selbstverständlich.

Ich jedenfalls war zum wiederholten Male sehr stolz und froh, ein Teil unserer KB-Familie sein zu dürfen.

Erwartungsfroh blicke ich auf das Neue Jahr 2006 und bin gespannt, was wir demnächst so alles „trocken auf die Beine stellen“ werden.

Im Namen der gesamten Gruppe wünsche ich allen Weggefährten eine zufriedene abstinente Zeit und weiterhin alles Liebe für die Gruppenarbeit.

Es grüßt ganz herzlich

Achim Restel

Gruppenverantwortlicher
Buckower Damm



Baden und Entspannen wie die alten Ägypter. Erholen Sie sich vom Alltag und besuchen die Sauna am See.

Hier bieten wir Ihnen die Entspannung, die Sie sich verdient haben. Unser Angebot reicht über eine Trockensauna, zwei finnische Saunen, ein russisch-römisches Dampfbad, ein Außenbecken, Hallenschwimmbad, Hot-Whirlpool sowie verschiedene Ruheräume.

Darüber hinaus finden Sie bei uns Solarien, einen Fitnessraum und für Ihr leibliches Wohl sorgt sich unser Service-Team aus der Sauna-Bar und unserem Restaurant.

Kosmetik und Massageterminen können Sie ebenfalls bei uns vereinbaren.

Preise

| | |
|--|------------|
| Tageskarte | 16,00 Euro |
| Mi. + Sa. Vormittag | 11,00 Euro |
| <small>(von 10:00 Uhr bis 14:00 Uhr)</small> | |
| Paare | 28,00 Euro |
| Kinder bis 14 Jahre | 10,00 Euro |
| <small>(Zutritt ab 4 Jahre)</small> | |

Öffnungszeiten

| | |
|----------------|-----------------------------|
| Mo. Damentag | von 13:00 Uhr bis 22:30 Uhr |
| Di., Do. + Fr. | von 13:00 Uhr bis 22:30 Uhr |
| Mi. | von 10:00 Uhr bis 22:30 Uhr |
| Sa. | von 10:00 Uhr bis 22:30 Uhr |
| So. + Feiert. | von 11:30 Uhr bis 21:00 Uhr |

SAUNA AM SEE
Finsterwalder Straße 64
13435 Berlin
Tel.: 030 / 4021002
Fax.: 030 / 4035057
www.sauna-am-see.com





Hallo liebe Weggefährte,

26.01.2006

Ich möchte mich und die alkoholfreie Geselligkeit noch einmal vorstellen.

Seit Don –Bosco 2005 bin ich der Beauftragte der Alkoholfreien Geselligkeit. Die nächsten Feste die dann folgten, wie das Sommerfest, Dampferfahrt, Weihnachtsmarktfahrt und Silvester sind uns wohl gut gelungen.

Leider wünsche ich mir ein paar Leute mehr zur Planung. Gott sei Dank brauche ich mir um Helfer zum Auf- und Abbau usw. keine Gedanken machen, sie waren tatkräftig da. An dieser Stelle nochmals danke denn ohne Eure Hilfe wären unsere Aktivitäten nicht denkbar. Also, wer noch Lust hat bei der Planung der Aktivitäten mitzumachen meldet euch.

Als erstes starten wir den Tanz in den Mai am 30.04. im Hermann Ehlas Haus in Wittenau.

Dann käme Familienfreizeit wo wir aber noch keinen entsprechenden Ort gefunden haben.

Unser Sommerfest findet wieder in der Marthastr. statt. Wo sich wieder die Regionalverbände präsentieren.

In Deutschland findet in dieses Jahr die Fußball WM statt. Wir haben uns überlegt die Spiele in der Marthastr. an einer Leinwand zu übertragen, bei Grillwurst und kalte Getränke etc.

Am 17.06. Startet wieder von der Antidrogenliga das Drachenbootrennen, wo wir dran Teilnehmen möchten. Also ob Alt oder Jung egal Frau oder Mann kurz gesagt wer Lust hat mit zu machen meldet Euch.

Dampferfahrt am 19.08 diesmal durch die Innenstadt Berlins, mit der Reederei Winkler.

Weihnachtsmarktfahrt am 9.12. nach Goslar.

Zum Schluss zum Jahreswechsel unsere Silvesterfeier.

Gruß Burkhard

Achtung - Himmelfahrt !!
Die Himmelfahrtsveranstaltung kann leider nicht mehr im
Don Bosco-Heim stattfinden.
Nähere Informationen erfolgen über die Gruppenkästen.



*Es war einmal so vor 10 Jahren,
da meinten Alfred, Heino, Klaus und Karin,
wir ändern von nun an unser Leben,
der Alkohol wird aufgegeben.*

*Die Therapie ist jetzt vorbei,
doch wie geht es weiter ohne Sauferei?
Das war die Frage, für die Vier,
so standen sie montags bei uns in der Tür.*

*Alfred wird auch der Tetzlaff genannt,
warum, das haben wir ganz schnell erkannt.
Immer offen, ehrlich und direkt,
wer ihn kennt, wird nicht verschreckt.*



*Unser Heino tat sich wirklich schwer,
war das Ganze doch eine Wiederkehr.
Denn wie es im Leben nun mal so geht,
hat er dieses alles schon mal erlebt.*



*Klaus, Hans Dampf in allen Gassen,
kann bis heute seine Ideen und Spenden nicht lassen.
Doch wenn wir unseren Klaus nicht hätten,
gäb 's manches Mal weder Kekse noch Servietten.*



*Kein Fest geht ohne Karin von statten,
denn ihre Hände brauchen immer etwas zum Cutten.
Ob Gruppe, Theater oder Reisen,
sie hat stets super Ideen vorzuweisen.*

*Wir wünschen uns, ihr bleibt so trocken,
offen, ehrlich und unerschrocken!
Seid recht vergnügt und froh dabei,
denn irgendwann ist alles vorbei.*



Frauenseminar „Diplomatische Kommunikation“

Am 14.01.2006 trafen sich 19 Frauen sowie die Dozentin Andrea Röstel, zum ersten Tagesseminar für Frauen. Ich freute mich ganz besonders, da ich Andrea Röstel bereits auf dem Frauenseminar in Kirschmöser im vergangenen Jahr kennen gelernt hatte.

Pünktlich um 10 Uhr ging es los. Nach einer kurzen Vorstellungsrunde stiegen wir in die Thematik ein.

Jede Frau bekam ein Kärtchen, um dort ihre ganz persönlichen Gedanken zum Thema „diplomatische Kommunikation“ zu vermerken. Ganz viele unterschiedliche Gedanken und auch Fragen kamen zum Vorschein. Sehr feinfühlig wurde auf jede einzelne Aussage, die auf den einzelnen Kärtchen standen, eingegangen.

Nun wurde der Vorschlag gemacht, mit einer Problematik ganz intensiv zu arbeiten.

Mit Hilfe durch Kennzeichnung der Kärtchen entschieden wir uns für eine von vielen Problematiken.

Uns wurden Wege und Möglichkeiten gezeigt, wie jede einzelne Frau ihre *diplomatische Kommunikation* finden kann. Auch ein Rollenspiel zeigte sehr genau, worauf zu achten ist.

Es stellte sich auch heraus, dass es sehr wichtig ist ein Selbstwertgefühl zu haben. Denn nur wenn ich mich selber achte, kann ich meine eigenen Belange, Wünsche und Forderungen diplomatisch vermitteln.

Das Tagesseminar hat mir sehr, sehr gut gefallen. Ich möchte mich auf diesem Wege auch bei Carola Horn bedanken, die die Idee für dieses Seminar hatte.

Leider verging dieser Tag viel zu schnell und ich bin schon ganz gespannt auf das Frauenseminar im Oktober 2006.

Evi Scholz

Kladower Damm

Frauengesprächskreis

**Frauen
Im
Kreuzbund**

Jeden 1. Mittwoch in der Marthastraße

18.¹⁵ - 18.³⁰ Uhr

Vorgruppe

18.³⁰ - 20.⁰⁰ Uhr

Gesprächskreis

05.04.2006 "Nur des lieben Friedens willen"

03.05.2006 "Was will ICH?"

07.06.2006 "Wie setze ich meine Bedürfnisse um?"

Die Kreuzbund-Gruppe-Teichstraße trauert um ihren Gruppensprecher. Am zweiten Weihnachtstag 2005 verstarb nach einer Operation unser langjähriger Gruppenfreund *Folkmar Bresilge* im Alter von 50 Jahren. Vor sieben Jahren stieß Folkmar nach einer Therapie zu unserer Gruppe, damals noch „Am Nordgraben“. In den letzten vier Jahren war er unser Gruppensprecher und trat am 1.1.2004 in den Kreuzbund als Mitglied ein.



**Für die Gruppe ist Folkmars Tod ein großer Verlust.
Wir alle vermissen ihn sehr und werden stets in Gedanken bei ihm sein.**

Für die Mitglieder der Gruppe Teichstraße

Manfred

Grün



AUTOFIT Andreas Grün

Kraftfahrzeugmeisterbetrieb e.K.
in BERLIN-Reinickendorf

- Mitglied der Kraftfahrzeuginnung Berlin
- Partnerwerkstatt des ACE Auto Club Europa
- Prüfstützpunkt der TÜV Rheinland Group
- Gutmann Messtechnik für KFZ - Systeme
- Eberspächer-Servicepartner für Standheizungen
- Clim - Parts Klima-Service-Center
- ATE Bremsen-Service-Center
- First Select EU – Neuwagenverkauf
- SC/CC-Bank Reparatur- und Autofinanzierung
- AVIS – Reparaturersatzwagenservice

Die Autowerkstatt AUTOFIT Andreas Grün

Unsere Autowerkstatt präsentiert sich bereits seit Anfang 2005 in einem neuen, modernen Erscheinungsbild, in Silber und Rot. Aber wir haben uns nicht einfach nur neu in Schale geworfen. Zusammen mit dem AUTOFIT-System haben wir zusätzlich eine Reihe anderer Dinge verbessert, um in Zukunft noch besser und professioneller für Sie und Ihr Fahrzeug da zu sein. So verfügen wir über modernste Fahrzeugdiagnosesysteme und haben ständigen Zugriff auf aktuelle technische Informationen. Dadurch sind Sie auch mit Ihrem neuen Fahrzeug – egal welchen Fabrikats – bestens bei uns aufgehoben.

Sie erhalten bei uns, nach Durchführung einer Jahresinspektion, die bewährte AUTOFIT Mobilitätsgarantie, die Sie im Falle eines Falles europaweit für 12 Monate schützt. Fahrzeuge mit herstellereitiger Wartungsintervallverlängerung erhalten gar 24 Monate mobilen Schutz.

Das neue TEMOT First Select System eröffnet uns den ständigen Zugriff auf eine Vielzahl von neuen EU-Fahrzeugen verschiedenster Hersteller zu ausgesprochen günstigen Preisen.

Neben den verschiedenen Möglichkeiten der Fahrzeugfinanzierung bieten wir Ihnen auch eine Reparaturkostenfinanzierung zu vergleichsweise günstigen Konditionen, so dass Sie Ihre Finanzen immer im Griff behalten und Ihr Fahrzeug dennoch optimal und betriebssicher läuft. Jederzeit. Selbstverständlich lässt sich auch die Nachrüstung von z.B. einer Standheizung oder einer Klimaanlage auf diesem Wege günstig gestalten.

Bei allen Neuerungen: Eines hat sich nicht geändert: Zusammen mit meinen Mitarbeitern bin ich immer persönlich und mit Engagement für Sie und Ihr Auto da.

Mein Team und ich freuen uns auf Ihren Besuch.

Andreas Grün

Öffnungszeiten

Mo.-Fr. 06:30 bis 19:30 Uhr
Sa. 07:30 bis 14:00 Uhr



„Besuchen Sie uns und profitieren Sie von unserer Erfahrung, unserem Service, der Qualität, und den günstigen Preisen.“

Unser Service für Ihre Sicherheit

AUTOFIT
Andreas Grün
Residenzstraße 38
13409 Berlin

Tel: 030 / 491 61 35
www.aufit-gruen.de

Musst du eigentlich immer noch? (in die Gruppe gehen ?)

Diese Frage stellte mir eine langjährige Arbeitskollegin und Freundin, die mich schon aus meiner „nassen Zeit“ kennt. Bei einem geselligen Abend sagte sie: „Ich dachte, nach so langer Zeit könntest du wieder mal ein Bier trinken....!!“

Diese zwei Beispiele zeigen mir sehr deutlich auf, dass Außenstehende einfach nicht (oder nur selten) in der Lage sein können zu verstehen, was für mich als trockener Alkoholiker die Selbsthilfegruppe bedeutet.

Ich möchte an dieser Stelle einen alten Weggefährten zitieren, der gesagt hat:

„Wenn es mir gut geht, freue ich mich auf die Gruppe,
geht es mir schlecht, ist Gruppe für mich Pflicht“

Nach über 15 Jahren regelmäßigen Gruppenbesuch stelle ich fest: kein bisschen „gruppenmüde“ – ich freue mich (fast) jeden Donnerstag auf die Gruppe – ich muss nicht, im Gegenteil, ich tue das, weil ich will und weil ich die Gruppe brauche.

Wozu brauche ich meine Gruppe?

Damit es mir möglich ist, mit gleich Betroffenen regelmäßig mich daran zu erinnern, dass ich suchtkrank bin, aber gleichzeitig Wege aufzuzeigen, dass eine zufriedene Abstinenz erreicht werden kann.

Das Wichtigste für mich in diesem Zusammenhang ist: dem „Schreckgespenst namens Rückfall“ mit Hilfe von Freunden/Weggefährten vorzubeugen.

Den Rückfall sollten wir immer wieder einmal thematisieren.

Eine sehr gute Hilfestellung ist der – allen Gruppen vor einiger Zeit ausgehändigte – Leitfaden zur Rückfallproblematik. Dieser wurde – wie bekannt – in Zusammenarbeit der „Freundeskreise“ und des Kreuzbundes in mehreren Seminaren erarbeitet.

Hieraus haben wir in der Gruppe nur eine Kernaussage zum Rückfall zur Diskussion gestellt, Ergebnis war ein klasse Gruppengespräch, zur Nachahmung sehr zu empfehlen.

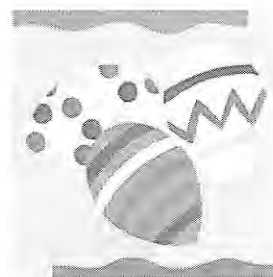
Denn: Merke

Im Geheimen blüht das „Anti-Rückfall-Gen, das so genannte Gruppenphänomen.

Es grüßt alle herzlich mit den besten Wünschen für 2006

Achim Restel

Buckower Damm



Liebe Leserinnen und Leser,

es ist nicht zu übersehen, in Deutschland findet in diesem Jahr die Fußballweltmeisterschaft statt. Nicht nur alle Zeitungen sind von Berichten und Spekulationen über das „Ereignis des Jahres“ voll gestopft, auch im Internet findet man sich kaum in dem Dschungel von WM 2006-Webseiten zurecht.

Wir haben eine Seite für euch ausgesucht, die uns am übersichtlichsten erschien und alle wichtigen Informationen, wie Spielpläne, Hintergrundinformationen, etc. beinhaltet.

wm2006.deutschland.de





Die Bundesregierung

Deutsch | English | Français | Español | Português | العربية | 日本語

Kontakt | Sitemap | Suchbegriff

- Gastgeber Deutschland
- WM-Aktuell
- Mitspielen
- Zu Gast bei Freunden
- Service



WM Countdown

042 03:16:57

TAGE STD. MIN. SEK.

WIRTSCHAFTSDEUTSCHLAND

981x612



Fußballbegeistert und weltoffen – Deutschland freut sich auf die Fußball-Weltmeisterschaft 2006

Bundeskanzlerin Angela Merkel: Fans aus aller Welt erwartet ein Turnier mit tollen Spielen und einem begeisterten Gastgeber.

GEWINNSPIEL



Herzlich Willkommen bei unserem WM-Quiz!

Sind Sie schon fit für die Weltmeisterschaft 2006? Dann testen Sie Ihr Wissen in unserem WM-Quiz.

STÄDTE UND STADIEN



WIRTSCHAFTSDEUTSCHLAND



„Football Globe Germany“ in Mailand

03.03.2006 - 26.03.2006

Nach Tokio und Paris kommt der internationale Botschafter der WM nach Italien.

EINWURF



Golz fragt ... Christoph Metzelder

Der bekannte Sport-Journalist Wolfgang Golz fragt an dieser Stelle regelmäßig prominente Fußballspieler, Trainer, Fans und Experten nach ihren Erwartungen an die WM 2006 in Deutschland.

Diesmal spricht er mit Nationalspieler Christoph Metzelder über die Stärken der deutschen Mannschaft, Verletzungsrisiken und das Glück, danach wieder Fußball zu spielen.

**Einladung zum diesjährigen Drachenbootrennen
des Anti Drogen Verein
um den Wanderpokal „Elephanten-Cup 2006“**



Wer macht mit?



Am Wochenende des 17./18. Juni 2006 findet auf der alten Regattastrecke am Wassersportheim in Berlin-Gatow das Drachenbootrennen statt.

Wir, die Alkoholfreie Geselligkeit, möchten allen Kreuzbündlern, ein weiteres Highlight bieten.

Für alle Interessierten besteht die Möglichkeit am Sonnabend, den 17.06. in der Zeit von 11:00 bis 17:00 Uhr zu trainieren.
Am Sonntag, den 18.06. werden ab 10:00 bis 17:00 Uhr die Rennen mit anschließender Siegerehrung durchgeführt.
Als Bootsbesatzung werden 18 Personen im Alter ab 10 Jahren als Paddler/in benötigt, sowie ein Trommler/in für den Rudertakt.
Es finden 3 Rennläufe (2 Boote gegeneinander) über je 250 Meter statt.
Wir hoffen, daß auch viele, viele Zuschauer kommen um das Team anzufeuern.

Eure Anmeldungen bitte bis zum 03.Mai 2006 über den Kasten Alkoholfreie Geselligkeit zurück.

Euer Burkhard Töwe

Eure Evi Scholz

Lachs-Auflauf mit Blattspinat

Zutaten für 4 Personen:

750 g-1 kg Kartoffeln
 1 mittelgroße Zwiebel
 500 g frischer oder 300 g TK-Blattspinat
 Salz, weißer Pfeffer, 30 g Butter/Margarine
 2 EL (30 g) Mehl, 100 g Schlagsahne
 2 TL Gemüsebrühe (Instant)
 evtl. 5 EL Apfelsaft, etwas Zucker
 500 g Lachsfilet (ohne Haut)
 2 EL Zitronensaft, Fett für die Form



Zubereitung:

Kartoffeln waschen und ca. 20 Minuten kochen. Abschrecken, schälen und in Scheiben schneiden. Zwiebel schälen, fein würfeln. Spinat verlesen, waschen und in kochendem Salzwasser kurz blanchieren. Abtropfen lassen (TK-Spinat auftauen). Würzen.
 Fett erhitzen. Zwiebel darin andünsten. Mit Mehl bestäuben, anschwitzen. Mit 350 ml Wasser unter Rühren ablöschen. Sahne und Brühe einrühren. Evtl. Apfelsaft zufügen. Kurz köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.
 Lachs waschen, abtupfen. In Stücke schneiden. Mit Zitrone beträufeln und würzen. Mit Kartoffeln und Spinat in eine gefettete Auflaufform schichten. Soße darübergießen. Im heißen Backofen (E-Herd: 200 °C / Umluft: 175 °C / Gas: Stufe 3) 25-30 Minuten backen.

Quelle: <http://www.kochen-und-geniessen.de/>

Schoko-Mokkacreme mit Kirschen

Zutaten für 4 Personen:

1 Päckchen Puddingpulver
 "Schoko-Geschmack" (zum Kochen; für 1/2 l Milch)
 4 EL Zucker, 1/2 l Milch
 2 EL lösliches Kaffeepulver
 1 Glas (370 ml) Kirschen, 100 g Schlagsahne
 evtl. 8 Waffelröllchen und Schokoladenspäne
 oder -raspel zum Verzieren



Zubereitung:

1. Puddingpulver, Zucker und 6 EL Milch glatt rühren. Übrige Milch und Kaffeepulver aufkochen. Das Puddingpulver einrühren, aufkochen und unter Rühren ca. 1 Minute köcheln. Auskühlen lassen.
2. Kirschen abtropfen lassen (Saft anderweitig verwenden). Sahne steif schlagen und etwa die Hälfte unter den Pudding ziehen.
3. Kirschen in vier Dessertschalen verteilen. Mokkacreme darüber geben. Übrige Sahne als Kleckse darauf verteilen. Mit Waffelröllchen und Schokoladenspänen verzieren.

Quelle: http://www.kochen-und-geniessen.de

***21 Cent pro Tag**

**kostet die Mitgliedschaft im
KREUZBUND**



***(der Preis einer Zigarette)**

Seite 1 von 1

KREUZBUND Diözesanverband Berlin e.V.

Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft für Suchtkranke und Angehörige



KREUZBUND

Fachverband im Caritasverband

KREUZBUND

Diözesanverband Berlin e.V.

Aufnahmeantrag

Hiermit beantrage ich die Mitgliedschaft im KREUZBUND Diözesanverband Berlin e.V.

Die Satzung habe ich gelesen, ich bejahe die darin festgelegten Aufgaben und Ziele.

Meine Adresse (in Druckschrift)

Name: _____

_____ (Unterschrift)

Vorname: _____

Straße: _____

Berlin, den _____

Ort: _____

Geburstag: _____

Gruppe: _____

Telefon: _____

E-Mail: _____

Beginn der Mitgliedschaft: _____

_____ (Unterschrift Hauptgruppenverantwortlicher)

Wir begrüßen die Neuen im KREUZBUND

Lucia Keler
Barbara Hummel
Gruppe Schwyzerstraße

Mathias-Ekkard Fischer
Gruppe Wrangelstraße

Eckhard Krüger
Gruppe Brandenburg

Helga Karaus
Gruppe Hefnersteig

Andreas Fischbach
Gruppe Feldstraße

Nana Dudella
Gruppe Dänenstraße

Holger Hollstein
Gruppe Holzmannstraße

Reinhard Hohrmann
Helmut Schalkau
Gruppe Herthastraße

Dirk Matzke
Gruppe Berliner Straße

Maria Wasserkampf
Gruppe Kladower Damm

Sabine Sauer
Gruppe Maulbeerallee

Christine Tetzlaff
Sieglinde Heyne
Uwe Baumann
Gruppe Weißenburger Straße

Rainer Weseloh
Gerd Saberau
Gruppe Feldstraße

Edward Ciecior
Marthastraße/Abendgruppe

Florian Metze
Uwe Tobolski
Gruppe Rubensstraße

Klaus-Dieter Grzyb
Gruppe Hefnersteig

Hans-Joachim Richter
Gruppe Oberfeldstraße

Für die dringend notwendige finanzielle Unterstützung danken wir der



AOK Berlin

Impressum:
KREUZBUND - Info
Aus den Gruppen für die
Gruppen

Redaktionsschluss
für Ausgabe 50

31.05.2006

Redaktionsteam:
Hannelore Lachmann Claudia Götze
Manfred Tröndle Wolfgang Kirk
Johannes Hoffmann

Kontaktadresse und Redaktionsadresse:
Info - Kasten in der Marthastraße 10
13156 Berlin - Niederschönhausen
Tel: 030 - 476 28 28 oder 030-30 82 36 63

Fax: 030-30 82 36 62 (Johannes)

E-Mail: neu@kreuzbund-berlin-info.de

KREUZBUND im Internet:
www.kreuzbund-berlin.de



Textbeiträge und Fotos können auch per PC-Disk oder CD-Rom in gängigen Formaten eingereicht werden.

Unverlangt eingesandte Manuskripte können zurückgeschickt werden, wenn Rückporto beiliegt. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht in jedem Fall die Meinung der Redaktion wieder. Abdruck frei bei vollständiger Quellenangabe. Belegexemplare erbeten an die Redaktionsanschrift. Wir behalten uns vor, Artikel aus redaktionellen Gründen zu kürzen. Dem Redaktionsteam überlassene Fotos können aus technischen Gründen nicht mehr zurückgefordert werden.