



Kreuzbund

im Diözesanverband Berlin e.V.

Info

Aus den Gruppen für die Gruppen

6. Gesamtausgabe

Juni 1995

2,00 DM



Die "Neuen" im Redaktionsteam:



Heidi Betroffene und Mitbetroffene
Gruppe: Kladower Damm
Hobby: Igel sammeln (Werner darf sich auch nicht rasieren)
seit 1982 im Kreuzbund
Bild täuscht, ist erst 54 Jahre



Uschi Angehörige
Gruppe: Techowpromenade
Hobby: Lesen (schau mir in die Augen, Kleines), schreiben, Probleme lösen von Anderen.
seit 1988 im Kreuzbund
noch keine 48 Jahre



sucht für das Projekt "100 Jahre Kreuzbund"

Alles was mit dem Kreuzbund in Verbindung steht.

Z.B. - Super 8 Filme - Bilder - Dokumente - Zeitzeugen - Video-Filme.

Wir sind der Meinung, - 100 Jahre - sollten würdig mit Kreuzbundfreunde gefeiert werden.

Also, wenn Ihr jemanden wißt, der Jemanden kennt, der das Eine oder Andere hat, Benachrichtigung in den *INFO*-Kasten.

Großen Anklang fand, am Himmelfahrtstag, die Wühlkiste des Redaktionsteams, in der Nostalgiebilder von Kreuzbundaktivitäten gegen eine Spende mitgenommen werden konnten.

Spendenerlös DM 115,73 wurde noch am selben Tag dem Förderverein überreicht.

Leider hat in der 5.Info der Druckfehlerteufel zugeschlagen. Auf Seite 4 - Artikel von Karin . Haben wir geschrieben: Es ist nicht einfacher geworden aber sehr viel leichter.

Richtig ist: Es ist nicht einfacher geworden aber sehr viel reicher

Gedanken von Christian



In meiner Gruppe plätschert es so vor sich hin.

Keine heißen Themen. Scheinbar keine Höhepunkte, wo ich sagen kann, heute hat mir die Gruppe viel gegeben.

- Die üblichen Wochenberichte, die kleinen Ärgernisse, die kleinen Freuden.
- Ich suche die Schuld bei mir. Mache ich was falsch, bin ich müde geworden.
- Das bringt mir doch alles nichts.

Wenn kein Schlüssel da ist, stehen sie alle vor der Tür, bis ich die Schlüssel hole.

- Wenn ich nicht, dann.....
- Wenn ich nicht, dann.....

Und das treibe ich nun schon viele Jahre.

Ich habe viele kommen und gehen sehen.

Mit und ohne Rückfall, mit und ohne Ausrede.

Bei manchen tat es mir weh, bei manchen war es mir gleichgültig.

Sie sind mir aus den Augen und aus dem Sinn.

Aber ich bin jeden Donnerstag da.

Ich fahre jeden Donnerstag 115 Km weit aus Fürstenberg in meine Gruppe und oft auch gleich wieder zurück.

Ich bin gruppeneuil, ich habe meine Sucht verlagert von der Pule zur Gruppe. - So wäre es, wenn ich einigen klugen Leuten - oder auch Neidern - Glauben schenken würde.

Ich bin mir treu geblieben. So regelmäßig wie ich gesoffen habe, (so regelmäßig, wie ich als Mitbetroffener gelitten habe) - so regelmäßig gehe ich in meine Gruppe.

Und mit mir sind Kurt, Liesel, Rosie, Hans, Richard, Joachim, Barbara, Regina, Günter, Marianne, Gerhard, Jürgen, Erika und die vielen anderen.

Mit der gleichen Regelmäßigkeit, mit dem gleichen Willen ihr Leben wieder in Ordnung zu bringen.

- Und dann fällt mir ein, bei der Weihnachtsfeier haben alle mitgemacht, haben alle geholfen.
- Und dann fällt mir ein, beim letzten Mal hat sich jemand anders um den Schlüssel gekümmert.
- Und dann fällt mir ein, letztens sagte jemand aus der Gruppe, du verabschiedest dich, als sei es für eine lange Zeit - und ich sagte, eine Woche kann sehr lang sein.

Wenn ich zu einem Wochenendseminar bin - jene Bonbons in meinem trockenen Leben, dann merke ich, daß etwas mit mir passiert ist, daß ich weitergekommen bin mit mir.

Im Alltag meines Gruppenlebens merke ich vor lauter kleinen Schritten keinen Fortschritt.

Und dann treffe ich jemand, der ohne Gruppe nicht mehr trinkt - und ich weiß nichts mit ihm zu sprechen. Er ist immer noch mit dem Wegstellen der Flasche beschäftigt.

- Und dann ist die Freundin, der Freund in der Gruppe, die jede Veränderung an mir wahrnehmen und sie mir mitteilen.

Jeder begrüßt jeden, jeder verabschiedet sich von jedem, oft mit großer Herzlichkeit.

Da wird ein liebes oder warnendes Wort zum Abschied ins Ohr geflüstert.

Wieviel Zuneigung und Sorge um den anderen steckt in solchen Gesten.

- Am letzten Donnerstag kam ein Gruppenfreund grün und blau geschlagen nach einem Rückfall in die Gruppe.

Es war wie selbstverständlich, daß er zu uns kam. Schrecken - ja, aber der Rest verlief wie immer - und es fiel mir auf, daß die Mitbetroffene besonders liebevoll begrüßt wurde.

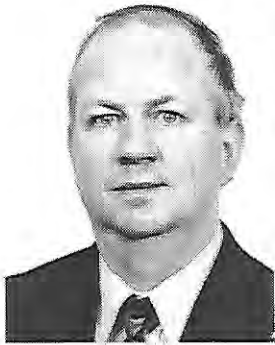
Dann erfuhr ich, daß der Betroffene aus Scham nicht kommen wollte und die rechten Worte einer Gruppenfreundin ihm die Scham genommen haben.

Spätestens da wußte ich, daß ich in der richtigen Gruppe bin.

Ich werde nicht mehr unwirsch, wenn alle vor der Tür stehen und warten bis ich den Schlüssel hole.

Ich bin auch nur ein einziges Glas entfernt.

Mein Weg zum Kreuzbund



Ich Gunder H.; 46 Jahre alt, seit 23 Jahren verheiratet, 2 Kinder (19 u. 16 Jahre).
Seit 9.2.1994 trocken.

Mit dem Alkohol kam ich bereits in frühester Jugend in Berührung. Mein Vater trank häufig, die Ehe und das Familienleben war zerrüttet, meine Eltern ließen sich scheiden.

Ich wuchs bei meiner Mutter und ihren neuen Lebenspartner auf. Mein Stiefvater erzog mich mit viel Liebe aber auch mit aller Härte.

Zunächst trank ich mal gelegentlich mit den Kumpels, zum Teil aus Renommiergier und Geltungsbedürfnis. Später wurde die Regel daraus am Wochenende "ein Faß aufzumachen", daß ging über Jahre so.

Mit 18 Jahren kam ich zur Armee. Während dieser Zeit verstärkte sich der Drang nach Alkohol, Nach der Armeezeit ging ich zur damaligen Volkspolizei, auch da spielte Alkohol eine nicht unwesentliche Rolle. Es machte mir nichts aus, die Lei-

stungen stimmten, und ich fühlte mich stark allen Dingen des Lebens zu begegnen.

In meiner Position bei der Polizei, erlebte ich häufig Stresssituationen, deren erfolgreiche Bewältigung ich ungenügend in der Lage war.

Jetzt trank ich immer häufiger um die angestauten Probleme und Sorgen zu verdrängen. Die ersten Hinweise der Kollegen auf die Fahne am Morgen ignorierte ich. Die besorgten Hinweise meiner Ehefrau, mal einen Arzt aufzusuchen schlug ich aus. Zu meinen körperlichen Beschwerden kam dann noch Abgeschlagenheit, Lustlosigkeit und später noch Angstgefühle dazu.

Die Ehe kühlte sich ab, daß Familienleben litt, meine Aufgaben als Familienoberhaupt nahm ich kaum noch wahr. Meine größte Sorge war immer genügend Vorrat an Bier und Schnaps zu haben, den ich dann auch versteckte.

Nach der Wende wurde meine Frau arbeitslos, neue Probleme taten sich auf. Mein Trinkverhalten wurde aggressiver, ich änderte es von Zeit zu Zeit, aber nicht mein Trinken. Meine Frau bat und bettelte mich förmlich, zum Arzt zu gehen. Sie warf mir an den Kopf, Alkoholiker zu sein. Die Kinder wandten sich von mir ab, gingen mir aus den Weg. Ich wurde gereizter und aggressiver.

Die Ehe stand vor der Zerreißprobe.

Der 8.2.94, ich hatte wiederum die halbe Nacht getrunken. Am Morgen dann zum Dienst, zum Frühstück eine Flasche Bier. Im Dienst mußte ich einen Termin wahrnehmen. Da ich zu feige war, zum Vorgesetzten zu gehen und zu erklären das ich nicht konnte, setzte ich mich in ein Dienstfahrzeug und fuhr los.

Irgendjemand hatte etwas mitbekommen, unterwegs Stop durch die eigenen Kollegen der Polizei, Alkoholkontrolle - Vernehmungsprotokolle - Anklage wegen Trunkenheit im Straßenverkehr - Gerichtsverhandlung - Geldstrafe - Führerscheinentzug - Nervenzusammenbruch.

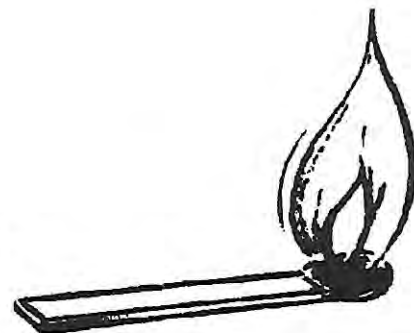
Das war das Ende.

War es wirklich das Ende? Irgendetwas machte ganz leise klick in mir. Ich sprach mit der Ärztin meiner Dienststelle, ganz vorsichtig und verzweifelt: "Bitte helfen Sie mir, ich glaube, ich habe Probleme mit dem Alkohol, ich komme alleine nicht mehr davon los." Jetzt war es raus. Ich erlebte furchtbares Schamgefühl, kam mir wie der dreckigste verkommenste Mensch vor, ich war Alkoholiker geworden. Verzweiflung und Hoffnungslosigkeit machten sich breit. Die Hilfe kam, aber ganz anders als ich sie mir vorgestellt hatte. Sie kam konkret, freundlich, sachlich, aber auch bestimmend, und ich wollte es auch so. Neue Hoffnung glimmte auf, aber auch neue Zweifel. Ob das alles helfen soll? Es folgten eine Entgiftung, eine stationäre Therapie (1/4 Jahr). Ganz langsam, bei der systematischen Aufarbeitung meiner Vergangenheit, wurde mir klar, daß ich wirklich an einer Krankheit litt. Die Erlebnisse und Schicksale der Mitglieder meiner Therapiegruppe untermauerten dies. Ich faßte allmählich neuen Mut und Kraft. Ich wollte dieser Krankheit den Kampf ansagen, mit ihr leben und doch als Sieger hervorgehen. Jetzt wurde mir klar, in welchem Teufelskreis ich mich befand. Im Juni 94 kam ich aus der Therapie, jetzt war die Frage - wie weiter? Im Sozialhaus in Frankfurt/O erfuhr ich von der Selbsthilfegruppe im Kreuzbund. Noch im Juni ging ich sofort zu meinen ersten Gruppenabend im Kreuzbund. Ich wurde sehr freundlich aufgenommen. Heute gehört die regelmäßige Teilnahme an den Gruppenabenden zum festen Bestandteil meines Lebensalltag. Ich finde es gut so, hier kann ich mit Fragen und Problemen kommen, kann mich mit allen über die verschiedensten Probleme austauschen. Die Kreuzbundgruppe ist für mich zu einer zweiten Heimstätte geworden, wo ich Zuflucht und auch Geborgenheit finde und auch selbst etwas dazu beitragen kann, um mit dieser Krankheit zu leben. Ganz toll finde ich, daß meine Frau mit in die Gruppe kommt. Mußte und muß sie doch meine Krankheit mitertragen.

Insgesamt muß ich sagen, ich habe mich richtig entschieden in eine Gruppe des Kreuzbundes zu gehen. Ich fühle mich wohl und blicke mit Zuversicht in die Zukunft, ohne über den Wolken zu schweben, dafür aber auf realem Boden zu stehen.

Das Pro und Kontra

für eine Mitgliedschaft im Kreuzbund!



Gibt es überhaupt ein "Pro" für die Mitgliedschaft im Kreuzbund? Ich gebe zu bedenken, daß alle Vorteile, die mir der Kreuzbund bietet, nicht an eine Mitgliedschaft gebunden sind. Man kann alle Seminare besuchen, für das selbe Entgelt wie die Mitglieder. In der Gruppe bin ich vollintegriertes Gruppenmitglied. Ich muß nicht die monatliche Mitgliedsgebühr bezahlen und brauche nicht einmal an den lästigen Mitgliederversammlungen teilnehmen. Immer die lästigen Gespräche über Geldmangel, den der Vorstand beklagt. Dann müssen sie eben mehr die Werbetrommel schlagen, müssen eben mehr Sponsoren finden. Was geht es mich an, Hauptsache ist doch, daß ich meine Gruppe habe, die mir hilft, trocken zu bleiben. Ich kann sogar Erfahrungen und Informationen in den Seminaren sammeln, habe schöne Angebote zu feiern. Für wenig Geld kann ich mir eine wunderbare Sylvesterparty, einen Tanz in den Mai leisten. Mitglied werde ich nicht, da kommen ja vielleicht Pflichten auf mich zu und die möchte ich nicht haben.

So oder ähnlich werden viele Freunde denken, die regelmäßig den Kreuzbund aufsuchen.

Viele Freunde vergessen aber, damit sie die Gruppen aufsuchen können, müssen viele Verwaltungsakte erledigt sein. Räume müssen angemietet werden, Seminarorte müssen ausfindig gemacht werden und die Miete dafür muß auch bezahlt werden. Jeder kann sich denken, daß 50,00 DM in der heutigen Zeit nicht ausreichend sind, um 2 Übernachtungen, Vollpension und Tagesmieten für die Seminarräume zu bezahlen. Auch gibt es Seminare, die nicht durch Gruppenmitglieder geleitet werden, sondern hauptberufliche Psychologen oder Pädagogen. Auch diese fordern zu Recht ihr Honorar. Die Miete für das Kontaktcenter, das Gehalt für unsere Sekretärin, all das muß ja bezahlt werden. Es ist schade, daß z.B. durch den Eintritt zur Sylvesterfeier, obwohl er auf 25,-DM erhöht wurde, nicht einmal alle Unkosten gedeckt werden konnten. Ähnlich wird es beim Tanz in den Mai sein.

Wenn nun alle Freunde, die den Kreuzbund aufsuchen, meinen, sie werden nicht Mitglied, könnte der Kreuzbund nicht mehr existieren. Wenn nun viele Freunde meinen, sie mögen keine Vereinsmeierei, so müssen sie ja nicht mitwirken. Aber die 10,-DM Mitgliedsgebühr im Monat könnte dem Kreuzbund weiterhelfen, ihm die Angst nehmen, daß irgendwelche Subventionen gestrichen werden und dadurch das Angebot an Seminaren usw. gekürzt oder gar gestrichen werden muß. Wenn wir mal ehrlich sind, in unserer Saufzeit waren 10,-DM am Tag doch überhaupt kein Thema für uns, jetzt aber überlegt man, ob 10,-DM im Monat für eine zufriedene Trockenheit, die dadurch mit gewährleistet werden kann, zuviel ist und man sie deshalb lieber einspart.

Mit diesem Artikel möchte ich nun erreichen, daß eine Diskussion, ein Denkprozeß über das Pro und Kontra einer Mitgliedschaft im Kreuzbund angefacht wird und hoffe, in der nächsten Kreuzbund-Info viele Meinungen zu diesem Thema lesen zu können.

Uschi Meuser
Techowpromenade

Damen Boutique Marion

Sonderwünsche werden gern erfüllt
Größen bis 52

Adamstraße 14
13595 Berlin (Spandau)
Tel:030-361 79 00 (Fax)



Warum ich noch im Kreuzbund bin!

Oft werde ich gefragt: Warum bist du noch im Kreuzbund, du hast keine Alkoholprobleme, keinen Partner der trinkt, keinen Partner der getrunken hat.

Bei Seminaren, die ich gerne besuche, stelle ich mich als ehemalige Mitbetroffene vor.

Ja, nun besuche ich die Gruppen seit 1982, seit 1986 bin ich Mitglied im Kreuzbund. Am Anfang kam mein Mann mit. Ach, war ich froh, daß er einige Zeit nicht mehr trank. Doch dann ging es wieder awärts mit ihm. Die Gruppe versuchte ihn aufzufangen.

Nach einigen Jahren habe ich die Scheidung eingereicht. Meine Gruppe hat mich mächtig bearbeitet und unterstützt. Der Umzug in eine neue Wohnung habe ich mit der Hilfe der Gruppe gut überstanden.

Freundschaft ist für mich sehr wichtig. Im Kreuzbund habe ich sehr viele Freunde gefunden. Das Dutzen und die Umarmungen mußte ich erst lernen. Heute lasse ich mich gerne drücken.

Ich bin froh, daß es den Kreuzbund gibt. Durch meine Mitarbeit und den Mitgliedsbeitrag bleibe ich dem Kreuzbund mmer verbunden.

Rosi

Vom Umgang unter Weggefährten

Wie gehen wir eigentlich mit uns um?

Sagen wir nicht immer, daß für uns die Achtung vor dem anderen unser großes Bestreben ist?

manchmal kommen mir da so meine Zweifel.

Zwei Ereignisse haben mich bewogen, ein paar Zeilen zu schreiben.

Vor einigen Wochen trat der Tod in meine Gruppe.

Ein langjähriger Weggefährte ist verstorben. Alle waren wir betroffen. Wir gedachten seiner, unsere Gedanken gingen in die Vergangenheit. Wir erinnerten uns mancher seiner Worte und uns umspannte das Gefühl der Zusammengehörigkeit. Wir bemühten uns Wärme und das "Wir" seiner Witwe zu geben.

- Das ist Kreuzbund -

Beim letzten Diözesanseminar war auch eine Weggefährtin voller Trauer. Sie sprach davon, daß sie sich immer bemüht habe, beim Verteilen der Seminarplätze jedem gerecht zu werden, was nicht immer leicht sei. Und was hat sie zu hören bekommen?

sie räume Einigen Vorteile ein.

Vielleicht würden einige Pralinen sie erfreuen?

oder noch massiver: "wenn ich nicht den Platz bekomme, dann rede ich mit xy und dann wirst Du schon sehen. usw.

Es hat mich betroffen gemacht und war mir richtig zuwider. Die Traurigkeit in ihrer Stimme höre ich jetzt noch.

Ist das Kreuzbund?

Im alltäglichen Leben sind wir vielen unangenehmen Dingen ausgesetzt. Es wird uns manches sehr schwer gemacht und manchmal sind auch Intrigen im Spiel.

Aber im Keuzbund? Im Kreise der Weggefährten auch? Wie war das mit der Achtung?

Gerhard Wulff
KB Finchleyst.

15 Jahre mit Weggefährten Berlin. - Wie ich lernte, den Kreuzbund zu lieben -

Oktober 1980. "Fahren Sie mal nach Berlin. Ein paar Leute, die früher mal ganz schön viel getrunken haben, brauchen einen Fachmann für die Arbeit in Gruppen. Sie schaffen das schon... und viel Glück!"

So von einer Bekannten vorbereitet, kam ich in Berlin an. Erkennungszeichen "Gelber Weggefährte" hatte man mir am Telefon gesagt, es klang irgendwie komisch.

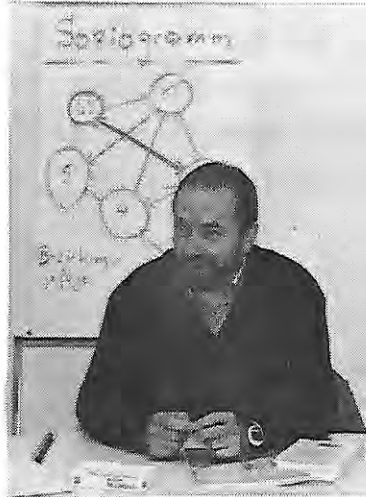
Was sind das wohl für "Schlappschwänze", die noch nicht einmal das kleine Quantum Willen haben, endlich mit dem Trinken aufzuhören. Ich war unsicher, aber auch gespannt; ich war ängstlich, aber auch neugierig.

In meinem Heimatort hatte ich mich natürlich auch heimlich informiert. "Es gäbe wohl Gruppen, die sich heimlich treffen und den ganzen Abend Saft oder Kaffee trinken", hatte man mir gesagt. "Und Kreuzbund klingt irgendwie altmodisch und katholisch".

Mein erstes Wochenende war ein Fiasko. Ich traf auf eine Gruppe "militanter Nichttrinker", die mich erschreckten mit ihren Forderungen und beleidigten mit ihrer Offenheit, die mich analysierten und auseinander nahmen, mich aber nicht wieder zusammen setzten. Ich kam mir vor, wie bei einer babylonischen Sprachverwirrung, wir verstanden einander nicht, ich war ein Analphabet in Sachen Kreuzbund.

Die mehrmaligen Telefonate mit meiner Familie drehten sich nur um die Möglichkeiten, heimlich die Finckensteinallee zu verlassen ohne Gesichtsverlust.

Am Sonntag wurde in der Nachbetrachtung des Wochenendes deutlich, daß wir uns alle in vielen



Dingen gründlich mißverstanden haben und ich faßte den Mut einen zweiten Versuch, ich kam wieder und wieder und wieder....

Mittlerweile sind 15 Jahre vergangen. Willenlose, dem Alkohol verfallene Typen hatte ich erwartet und wirkliche Menschen in einer wirklichen Welt habe ich gefunden. Menschen, die offen waren in ihrem Glauben das Richtige zu tun. Menschen die ihre Aufgaben in verantwortlicher Liebe wahrgenommen haben. Menschen, die in der Hoffnung mutig waren, gerade auch in scheinbar ausweglosen Situationen. Diese "Kreuzbundtugenden" haben mich geprägt, sie beeinflussen mein privates

und berufliches Leben.

In vielen spannenden Arbeitseinheiten und Gesprächen habe ich gelernt, daß wir unser Leben nicht nach einer Sammlung zusammengestellter Rezepte ausrichten können, sondern, daß es bestimmte Grundhaltungen gibt, die unser Leben beeinflussen.

Die Weggefährtinnen und Weggefährten im Kreuzbund, die ich kennenlernen durfte, zeichnen sich dadurch aus, daß sie zu sich selbst und zu anderen gefunden haben, daß heißt, daß sie Eigenständigkeit und Beisammensein entwickelt haben.

Sie leben - ich möchte es theologisch sagen - den Lastenausgleich Christi, das bedeutet, daß der Leistungsstärkere sich aufgerufen fühlt, den Leistungsschwächeren zu helfen.

Und darum liebe ich den Kreuzbund.

Berlin, den 28. April 1995

Dr. Fritz Krüger

Überwindung der Schwellenangst (Wie zwei Alkoholiker zum Kreuzbund kamen)

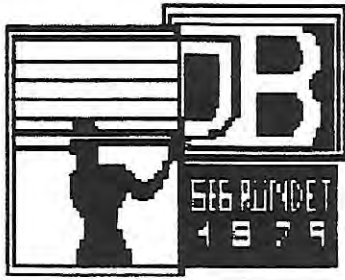
Wir sind zwei "trockene" Alkoholiker, die sich während des Therapieaufenthaltes im Krankenhaus Spandau, Abteilung für Alkohol Kranke (ehemals NKS), zum Besuch einer Außengruppe überwunden haben.

Als wir das erste Mal zur Weißenburger Straße fuhren, hatten wir ein hohles Gefühl im Magen. Wir geben ehrlich zu, daß wir echt Schiss hatten. Zu unserer Überraschung hat man uns sehr herzlich empfangen und aufgenommen. Wir kommen uns jetzt vor wie in einer großen Familie. Da wir beide das Gefühl haben, daß es zu unserer Trockenheit viel beiträgt, beschlossen wir, Lothar und Jürgen, doch regelmäßig Gruppen zu besuchen. Darum besuchen wir Freitags auch die Freunde in der Maulbeerallee, mit denen wir die selben guten Erfahrungen gemacht haben, denn wir merken selbst, wie wichtig der Kontakt zu Gleichbetroffenen ist und sein kann.

Wir wünschen unseren Freunden und uns alles Gute und ein Leben ohne Alkohol.

Jürgen

Lothar



Berliner Jalousie-Fabrik J. BOCKSTALER Gmbh & Co.

Dieter Seiler

Pücklerstr. 24 10997 Berlin- Kreuzberg

Tel: 030-612 40 11

Fax: 030- 618 80 50



FACHBETRIEB

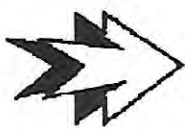
Rolladen-
und Jalousiebauer-
Handwerk



FLIESEN
ende

Jürgen Schuck
Fliesenlegermeister
immer vorn

Wattstraße 10-13
13355 Berlin
Tel: 030-463 40 65
Fax: 030-463 40 66



Ausstellung im 3. OG.

Öffnungszeiten:
Montag - Freitag 8 - 17 Uhr
Samstag 9 - 13 Uhr

U-Bahn
Vollstraße

Brunnenstraße

AEG Siemens
Nixdorf

Vollstraße

3. OG



Fahrstuhl

Bernauer Straße

Wattstraße 10

Die Deligiertenversammlung

Vom 28. bis 30. April fand in Untermarchtal die Deligiertenversammlung statt. Um daran teilnehmen zu können, mußten wir, 7 Deligierte, uns 8 Stunden unser Hinterteil im ICE platt sitzen. Nach der Zimmerverteilung und dem Abendbrot, machten wir dann das Dorf noch etwas unsicher. Um 21 Uhr dann Schluß. Wir fielen geschafft ins Bett. Am Samstag nach dem Frühstück um 9 Uhr ging es dann zur Sache. Der neue Bundesvorstand mußte von den 23 DV und 146 Deligierten gewählt werden. Zuvor kamen die Geschäftsberichte und der Kassenbericht, in dem festgestellt wurde, daß wir das erste mal schwarze Zahlen schreiben. Jetzt wurde erwähnt, daß es sich hier um eine geschlossene Sitzung handelt. Nach einigen Auseinandersetzungen dann die Mittagspause. Hier stellte sich dann heraus, daß die Lautsprecheranlage im ganzen Hause eingeschaltet war.

Ha, ha. von wegen geschlossene, interne Sitzung.

Nach der Mittagspause, sie war 1 1/2 Stunden, ging es dann kräftig weiter. Den Bericht über die Arbeit in den neuen Bundesländern sollte auf Sonntag nach der Wahl verschoben werden. Aber auf Druck der Deligierten wurde es jetzt vorgetragen. Dabei kam heraus, daß nur 3 Diözesen sich mit dieser Arbeit befassen. Und zwar Berlin, Regensburg und Würzburg. Ulrich Mauch, in Vertretung von Christian Räthel, sprach über die Freude und Ängste bei dieser Arbeit. Er machte auch darauf aufmerksam, daß noch große Probleme und noch größere Anforderungen auf uns zukommen würden. Es gibt zur Zeit 19 Standorte in den neuen Bundesländern.

Davon werden von der DV Berlin 11 betreut. Nachdem die Vorbereitung zu den Bundesvorstandswahlen noch abgewickelt waren, war dann Samstag Schluß. Wir sind wieder um ca. 21 Uhr ins Bett gefallen. Am Sonntag gingen dann die Wahlgänge los. Dabei kam heraus, daß der geistliche Beistand für den Bundesvorstand gewechselt hat. Heinrich Rothaus der von 1979-92 dem KB Vorstand, scheidet durch einen Rückfall aus. Dafür übernimmt Pater Bernhard Weber dieses Amt. Er ist seit 30 Jahren Pater und lebt seit 10 Jahren abstinente.

Davon werden von der DV Berlin 11 betreut.

Nachdem die Vorbereitung zu den Bundesvorstandswahlen noch abgewickelt waren, war dann Samstag Schluß. Wir sind wieder um ca. 21 Uhr ins Bett gefallen.

Am Sonntag gingen dann die Wahlgänge los. Dabei kam heraus, daß der geistliche Beistand für den Bundesvorstand gewechselt hat. Heinrich Rothaus der von 1979-92 dem KB Vorstand, scheidet durch einen Rückfall aus. Dafür übernimmt Pater Bernhard Weber dieses Amt. Er ist seit 30 Jahren Pater und lebt seit 10 Jahren abstinente.

Nun zur Wahl:

Als 1. Bundesvorsitzender wurde der einzige Kandidat mit 120 Stimmen gewählt. Josef Heyck ist der alte und neue Vorsitzende.

Der erste Beisitzer ist Dieter Cruysen mit 122 Stimmen.

Bei der Wahl der 5 Beisitzer kamen wir alle ins Grübeln. Anstelle von 5 Kandidaten waren nur 4 angegeben. Also mußte sich noch einer von uns zur Verfügung stellen.

Nun die Beisitzer:

Rolf Arnold mit 122 Stimmen

Johann Bischof mit 126 Stimmen

Detlef Fuisting mit 119 Stimmen

Barbara Münch mit 139 Stimmen als Frauenbeauftragte

Wilfried Künnecke mit 113 Stimmen als Einspringer

Die Finanzkommission setzt sich jetzt wie folgt zusammen:

Reinhold Langner mit 119 Stimmen

Wilhelm Felthaus mit 117 Stimmen aus Berlin

Benno Theisling mit 88 Stimmen

Zum Schluß wurden die Deligierten für den Bundesausschuß gewählt. Hier haben es Heinz Krause und Ulrich Dobrinz aus Berlin geschafft.

Mit den besten Wünschen für die Heimfahrt wurden wir dann entlassen. Das hieß für uns wieder 8 Stunden Bahnfahrt. Ich habe nicht gewußt, daß sonst so gelassen scheinende Leute so nervös werden können, wenn ein Zug 4 Minuten Verspätung hat. Hoffentlich klappt der Anschluß - wenn der Zug nun 2 Minuten früher fährt, wie kommen wir dann von Ulm nach Berlin? Im nachhinein kann ich sagen, es war für mich, dem Frischling, ein anstrengendes wenn auch schönes Wochenende.



Der "SINN statt SUCHT" Tag

Der Aufruf am 6.5.95 einen Tag mit dem Thema "Sinn statt Sucht" zu veranstalten, wurde von den Abstinenzverbänden mit Freude aufgenommen. Diese Veranstaltung wurde von der Kath. und Ev. Kirche ins Leben gerufen. Endlich könnten sich die Verbände mal wieder der Öffentlichkeit vorstellen. So waren wir dann am 6.5.95 am Winterfeld-Platz.

Es waren vertreten:

Die Almedro, das Blaue Kreuz, die Caritas aus Berlin, die Caritas Brandenburg, der Kreuzbund und der Freundeskreis aus Erfurt.

Mit großer Erwartung gingen wir diesen Tag an. Aber leider, leider. Der Zuspruch war sehr gering. Zum Ökumenischen Gottesdienst kamen gerade leider ca. 70 bis 80 Personen. Im Anschluß des Gottesdienstes sprach Pater Vincenz einleitende Worte. Danach nahm die Vorsitzende des Kirchenrates das Wort. Sie erklärte noch einmal, daß durch den Genuß von Alkohol mehr Gewalt in den Familien, auf der Straße und im allgemeinen Zusammenleben hervorgerufen wird. Sie hob die Arbeit der Selbsthilfe-Gruppen hervor. Leider hörten diese Rede nur ca. 30 Personen.

Etwas lobendes muß aber noch erwähnt werden. Der Sender 88,8 machte vom Platz eine Live-Sendung von 2 Stunden. Diese Sendung war sehr objektiv.

Ich war leider sehr enttäuscht über den Beistand der Kreuzbundfreunde. Wenn nicht vom "Religiösen Wochenende" 9 Freunde gekommen wären, hätte ich mit 5 Freunden allein an dieser Veranstaltung teilgenommen. Erst wollen wir mehr in die Öffentlichkeit treten, ist es dann aber soweit, kneifen wir.

Schade, schade, schade...

Herbert
Redaktionsteam

Letzte Meldung !

Beim Steine-Raten am Himmelsfahrtstag gab es folgendes Ergebnis:

Es befanden sich **463 Steine** im Glas.

Abgegebene Stimmzettel: 348, so daß aufgerundet DM 350,00 zur Ausspielung kamen.

50% wurden als Preise ausgeschüttet:

- | | |
|--|-----------------|
| 1. Platz: Manfred Windsheimer, Gruppe Briesestraße, (getippt 458 Steine) | = DM 87,50=25 % |
| 2. Platz: Dieter Neumann, AK Familie, (getippt 457 Steine) | =DM 52,50=15 % |
| 3. Platz: Uwe Tornow, Gruppe Brandenburg, (getippt 471 Steine) | =DM 35,00=10 % |

Der Förderverein erhielt die anderen 50% der Spielsumme =DM 175,00

Am meisten geschätzt hatte sich Manfred Rehm, Gruppe Otawistraße, mit 12.500 Steinen. Er kann sich - sozusagen als "Trostpreis" - im Begegnungszentrum das Glas mit den Steinen abholen.

Allen Helfern, Mitspielern und "Rate-Füchsen" sage ich auf diesem Wege noch einmal

HERZLICHEN DANK

Eure Verena

Aktionstag am 13.5.95 Alkohol und Gewalt

Zur Pressekonferenz am 3. Mai 1995 in den Räumen des Guttemplerhauses bleibt nur ein Satz zu sagen.

Viele Absichtserklärungen der Medien zur Teilnahme dieser Konferenz, fast genauso viele Entschuldigungen wegen der Nichtteilnahme. Desinteresse öffentlich zur Schau gestellt von der Vertreterin eines Berliner Radiosenders.

Fazit: Das Thema Alkohol ist nach wie vor wenig medienwirksam, weil kaum spektakulär oder sensationsbeladen.

Es bleibt nur zu hoffen, daß die Vorarbeiten der beteiligten Verbände zur regen Teilnahme ihrer Mitglieder an dieser Veranstaltung führen. Doch da ist mir aufgrund des bisher gezeigten Engagement wenig bange.

Dirk Greif
AK-Öffentlichkeitsarbeit

Am Sonnabend den 13.5.1995 startete pünktlich um 9 Uhr der Bundesweite Aktionstag der Guttempler der unter dem Motto lief:

ALKOHOL und GEWALT -sie besiegen -bringt Frieden-



Die Veranstaltung, die unter dem Fernsehturm am Alexander Platz statt fand, war zwar verregnet, aber das hielt viele Verbände und Selbsthilfeorganisationen nicht ab, ihre Stände, die vom Technischen Hilfswerk Berlin und Brandenburg freundlicherweise aufgebaut wurden, zu besetzen. Das IA Fernsehen lieferte unentgeltlich den Strom.

Den einzelnen Verbänden wurde die Möglichkeit geboten, sich über die Lautsprecheranlage vorzustellen. Obwohl es regnerisch und recht kühl war, wurde versucht das Programm durchzuführen. Das Polizeiorchester Berlin trug zur Unterhaltung bei, ein Chor trug einige Lieder vor, die Jugendgruppe tanzte und noch viele andere Aktivitäten fanden statt. An den Ständen lag viel Informationsmaterial aus. Auch gelbe Button mit dem Slogan des Aktionstages waren an

jedem Stand zu haben, fast alle gaben dafür eine kleine Spende die dem "WEIßEN RING" zugute kommen sollte. Die Spenden wurden in einer gläsernen Pyramide zusammen getan.

Aber was mir als Kreuzbündler auffiel, es sind fast immer die selben Freunde, die Freizeit opfern um, unseren Diözesanverband zu vertreten.

Ein Appell an alle Freunde macht doch auch mal mit!

Da der Regen gegen Mittag stärker wurde, endete die Veranstaltung um ca. 13:30 Uhr. Da waren wir aber zitternd auf dem Weg nach Hause.

Heidi und Werner

Das Wandern ist des Müller's Lust...

Vor gut 2 1/2 Jahren haben wir in unserer Gruppe überlegt, ob wir nicht über die wöchentlichen Gruppenabende, die jährliche Weihnachtsfeier und evtl. Gruppenreisen noch andere gemeinsame Aktivitäten unternehmen könnten. Bei dieser Diskussion sind wir auf Wandern am Sonntagvormittag gekommen. Haben auch gleich eine Verabredung getroffen und es kamen auch einige Gruppenfreunde, zum Teil mit Kind, Buggy und Hund. Nach dem ersten 2-stündigen gemeinsamen Wandern, haben wir uns vorgenommen, dies an jedem 1. Sonntag im Monat zu wiederholen. Bis auf einige Ausnahmen, ganz schlechtes Wetter oder zu heißes Wetter, haben wir dies auch bis heute beibehalten. Zwischenzeitlich war unsere Wandergruppe auch bis auf 3 Personen zusammengeschrumpft, inzwischen haben wir wieder zugelegt und waren beim letzten Wandern immerhin 11 Wandersleute.

Im Zusammenhang mit der Aktion "Kreuzbund 2000" wollen sich ja die verschiedenen Bezirke zusammenschließen, um wieder mehr Nähe zu erreichen. Wir im Norden sind z.Z. 16 Gruppen und hatten als erste gemeinsame Unternehmung ende September vorigen Jahres auch einen Wandertag auf Anregung von Helmut aus der Räuschstr. veranstaltet. Zu diesem Tag kamen immerhin 22 Personen, was ich trotzdem noch etwas mager fand, aber man tröstete mich, besonders von Spandauer Gruppen, daß es für den Anfang doch schon recht gut wäre und sich bestimmt bessern würde. Ja, und nun hatten wir am 2. April dieses Jahres den nächsten Wandertag festgesetzt und am Treffpunkt waren sage und schreibe acht Leute, wovon wir vom Wilhelmsruher Damm allein 6 Personen beigesteuert haben und die beiden Anderen kamen von zwei verschiedenen Standorten. Sicher, das Wetter sah früh nicht so besonders aus, aber es regnete kaum noch oder nur leicht, den Regenschirm hatten wir mitgenommen, aber nicht gebraucht, denn das Wetter wurde immer besser, die Sonne kam hervor und bei unserem 2-stündigem Marsch durch den Tegeler Forst wurde uns richtig warm. Anschließend haben wir noch sehr gut gegessen und haben diesen Sonntag genossen.

Ursula
Wilhelmsruher Damm

Kreuzbundgruppe Wilhelmsruher Damm - St. Martin.



Interesse gezeigt. Wir wollten uns den Fragen stellen, es kam zu keinem Gespräch, dafür konnten wir uns über den Besuch früherer Gruppenfreunde erfreuen, die aus anderen Gruppen zu uns kamen und zum Teil aus dieser Gruppe hervorgingen, so wurde es noch ein Tag der Begegnung.

Paul Kuch
Wilhelmsruher Damm

GEDANKEN ZUM FRAUENSEMINAR IN BIRKENWERDER

ES WAREN MAL 22 WEIBERLEIN
DIE GINGEN IN DIE GESCHICHTE REIN
EIN JEDER IN SEINE EIGENE GANZ FÜR SICH
MACHTEN SIE MIT IHREN GEDANKEN REINEN TISCH
EIN HARTES STÜCK ARBEIT DAS KÖNNT IHR GLAUBEN
SEINEN GEFÜHLEN FREIEN LAUF ZU ERLAUBEN
ES TAT WEH UND ES TAT GUT
ES KOSTET SIE AUCH VIEL MUT
SICH FALLENLASSEN, LOSLASSEN, HINZUSEHEN
GANZ PLÖTZLICH IN DIE TIEFE GEHN
WER BIN ICH, WAS WILL ICH, WO KOMM ICH HER
DIESE FRAGEN - UND NOCH MEHR
SIE HABEN GEWEINT UND VIEL GELACHT
ES HAT ABER AUCH VIEL SPAß GEMACHT
DER SPAß IST NICHT ZU KURZ GEKOMMEN
9 KUGELN EIS WURDEN GENOMMEN
UND MUßTE AUCH NOCH SEIN
NIEMAND WAR HIER JE ALLEIN

ICH MÖCHTE MICH HIER MAL BEDANKEN
KONNTE FÜR MICH VIEL KRÄFTE TANKEN
EIN HERZLICHER DANK GILT UNSER RUTH
MIR TAT SIE GANZ BESONDERS GUT

UNTERM STRICH:
ES WAR EIN SCHÖNES SEMINAR
NUN TSCHÜSS BIS ZUM NÄCHSTEN JAHR !

GITTA
HOLZMANNSTRAßE

GISELA HOCH
Dienstleistungs-Service

Telefon: 030-664 26 19



Glas- und
Gebäudereinigung
nach Hausfrauen Art

Straße 574, Nr.8
12355 Berlin-Rudow

Wir reinigen Teppiche, Ihre Polster. Putzen Fenster mit und ohne Rahmen, nehmen Gardinen ab, waschen sie und machen sie wieder an. Außerdem reinigen wir Markiesen und imprägnieren sie auch. Wir erledigen auch Bauschluß- und Büroreinigung.

ALL-Bezirklich

Krügerschulung in Biesdorf vom 28.-30. April 1995

Dieses Wochenend-Seminar mitzumachen, hatte ich mir schon einige Zeit fest eingeplant. Um es gleich zum Anfang klar zustellen: ich habe den Entschluß, die "Gruppendynamischen Prozesse" zu besuchen nicht bereut, - ganz im Gegenteil.

Trotz einiger inzwischen gesammelter Erfahrungen wußte ich nicht so genau, was mich erwarten würde.

Hier nun ein kleiner Umriss aus meiner Sicht:

Der Referent, Dr. Fritz Krüger, erläuterte uns 24 Teilnehmern im Plenum, daß dieser "2 Block" (von insgesamt 4), unter dem Aspekt "Ich und die Gruppe" zu sehen sei. Im Anschluß hob er nachdrücklich drei Kernaussagen hervor.

1. Ich glaube an das Gute im Menschen.
2. Ich glaube an die Einmaligkeit der Menschen.
3. Ich glaube an die Selbstbestimmung der Menschen.

Das jedem Betroffenen oder Angehörigen sicher bekannte oder zumindest vorstellbare Aufgabenfeld eines Gruppenverantwortlichen wurde an Hand von 12 Beispielen umrissen. Darüber wurde in Kleingruppen diskutiert und anschließend im Plenum besprochen. Ziemliche Einigkeit herrschte darüber: Es könnte nicht die Aufgabe eines Gruppenverantwortlichen sein, eine Kontrolle der Qualität der Gruppenarbeit vorzunehmen.

Für mich sehr interessant, war vor allem ein Rollenspiel, in 3 Kleingruppen an Hand eines "Falles".

"A" - langjährig trocken - durchlebt einen Rückfall; sein Arbeitgeber hat längere Zeit seinen (erneuten) Alkoholkonsum/Mißbrauch stillschweigend geduldet, nunmehr wurde "A" das Arbeitsverhältnis gekündigt. "A", der sich wegen seinen Rückfall schämt, verbietet seiner Frau die angestammte KB-Gruppe zu besuchen. Außerdem schickt "A" seine Frau zum Sozialamt; der zuständige Sachbearbeiter erklärt ihr, daß es aufgrund von Sperrmaßnahmen keine Geldleistungen für den "Rückfälligen" gibt.

Gruppe I spielte den Arbeitgeber
Gruppe II spielte den Sachbearbeiter
Gruppe III spielte die Ehefrau

Toll, was bei den Gesprächen dazu bei allen herauskam!

Unter "Gruppendynamik" ist in erster Linie Veränderung zu verstehen.

So bringt z.B. jedes neue Gruppenmitglied eine wesentliche Änderung mit sich.

Positives Gruppenverhalten sollte stets von Aufgeschlossenheit, Toleranz, Akzeptanz, Dialog (Rückmeldungen) sowie aktiven Zuhören geprägt sein.

Während diesem Wochenende konnte ich neue Erkenntnisse festhalten, andere wiederum vertiefen. Es hat sich wieder einmal für mich gelohnt. Bekannte Gesichter habe ich wiedersehen können und einige KB-Weggefährte neu kennengelernt.

Achim
Finchleystraße



2. Familientreffen des Kreuzbundes

Am 2. April trafen wir uns mit anderen Familien vom Kreuzbund zum zweiten Mal. Für mich bedeutet das wieder Spaß und Unterhaltung. Ich erinnerte mich auch gleich an das erste Treffen. Damals bin ich eher mit Skepsis und der Meinung: Was soll ich da, ich kenne ja keinen? hingegangen. Aber im Ange-



sicht des Spaßes, den ich hatte, verschwand diese bald. Diesmal stellte ich mir die Frage, ob auch neue Gesichter dazu kämen. Auch ob das Wetter so schön bleibe, wie es gerade war. Nach Kaffee und Kuchen spielte jeder, was er wollte. Im Keller waren Soccertische und Spielzeug, während draußen ein Baum mit Apfel aufgebaut wurde, von dem die Äpfel abgeworfen werden mußten. Wir trafen uns nach einer Stunde wieder im Haus und machten einen Kreis, um uns vorstellen zu können. Dann beschlossen wir wieder nach draußen zu gehen, um dort zu spielen. Mit viel Gelächter jagten wir Kinder und etwas ältere die Erwachsenen bei Hase und Jäger. Dann bildeten wir zwei Riegen und machten Wettläufe

mit verschiedenen Übungen, z.B. auf einem Bein hüpfen. Irgendwann ging es drinnen weiter, wo Bleistifte, die an einer Schnur am Rücken befestigt worden waren, in eine Flasche gebracht werden mußten. Ohne Arme mühten sich andere, aber auch ich ab. Leider gehen diese Nachmittage zu schnell vorbei und meine Familie und ich mußten nach Hause. Aber ich freue mich auf das nächste Mal, wo ich garantiert wieder dabei sein werde.

Sylvana Hoch
17 Jahre



Einladung zur Familienbegegnung

"Schau Dich um, und fange zu leben an"

Der AK-Familie im Kreuzbund lädt ein zu einer Familienbegegnung am Sonntag den 18.06.1995 im Missionsheim in der Finckensteinallee, Berlin- Lichterfelde in der Zeit von 9:00 Uhr bis 17:00 Uhr.

Kostenbeitrag: DM 15,- je Erwachsener; (Mittagessen, Getränke, Räume etc.) zu zahlen bei der Anmeldung.

Für Informationen steht Euch Klaus Noack unter Tel.: 365 29 86 zur Verfügung.

Kreuzbund verbindet Wanderung an den Adonishängen von Lebus an der Oder



Spontan entschlossen wir, die Kreuzbundgruppe Frankfurt/O. uns zu einer Fahrt mit anschließender Wanderung an den pontischen Hängen entlang der Oder. Gelbblühende Adoniströschen - eine alljährliche Frühjahrsattraktion in der Region - waren der Grund.

Am 9.4.95, eigentlich noch etwas zu früh, denn die volle Blütenpracht war wegen der anhaltenden Kälte noch nicht entfaltet, war es dann soweit.

Zu diesem Ausflug, das war doch klar, luden wir natürlich unsere treuen Gruppenfreunde vom Senftenberger Ring ein.

Wir trafen uns im Zentrum von Frankfurt/O und fuhren mit unseren PKW's in die 8 Km entfernte Hügellandschaft. Rauer Wind und spärlich blühende Adoniströschen empfingen uns. Manchmal kam die Sonne ein ganz kleinwenig hervor. Von den ca. 40

meter höher gelegenen Hängen hatten wir alle einen herrlichen Ausblick:

- nach Frankfurt/Oder im Süden
- über die Oder nach Polen im Osten
- nach Reitwein im Norden
- und nach Seelow/Müncheberg im Westen.

Anschauungstafeln und durch uns vorbereitete kleine Lektüre für jeden Kreuzbundwanderer, brachten uns Flora und Fauna etwas näher.

Ein kleines vorbereitetes Picknick im Freien bildeten den Abschluß des 1. Teiles unserer Wanderung, denn heißer Kaffee aus der Thermoskanne und selbstgebackener Kuchen waren vorbereitet und kamen bei den

durchgefrorenen und ausgelassenen "Wanderern" gut an.

Es ging dann weiter zur Priesterschluht, ein ebenso unberührtes Fleckchen Natur.

Ein schmaler Wanderweg, umgeben von Hängen und natürlich eine kleine Blü-

tenpracht von Adoniströschen und Schlüsselblumen.

In einer Gaststätte von Lebus saßen wir dann alle noch einmal zu einem Plauderstündchen bei Eis und Kaffee beisammen, ehe es gegen

18:00 Uhr dann alle wieder in die Heimat trieb.

Dieser von uns nach langer Zeit organisierte Wandertag brachte uns alle wieder etwas näher. Keiner ist allein und die Vorbereitung kostete uns minimalen Aufwand. Am positiven Gelingen waren letztlich alle beteiligt.

Um unsere Zusammengehörigkeit zu festigen, sicherten wir Fankfurter unseren Berliner zu, bei der Wanderung in Blankensee am 7.5.95 dabei zu sein.

Da dieser Bericht durch mich erst am 15.5.95 voll zu Ende gebracht wurde, kann ich sagen, auch dieser gemeinsame Ausflug war ein gelungener Erfolg.



Wir machen weiter so, das ist doch Ehrensache, denn

Kreuzbund verbindet!

Im Namen aller Frankfurter

Eure Marlis
-Mitbetroffene-



Dies und Das Termine und Neues

**Dampferfahrt am 15.7.1995
ab Treptow um 18.00 Uhr**

**Die ABA lädt ein zum
Sommerfest 1995
am 17.9.1995 im
Don-Bosco-Heim ein.
Beginn: 10.00 Uhr**

Wegen Hobby Aufgabe!

**3 Cameras:
1 Olympus-Pen F
1 Zeis-Icon Matic
1 Ricoh TSL 401
1 Filmcamera Pentaka 8B**

**Der Arbeitskreis "Alkoholfreie Geselligkeit"
sucht!**

1 Farbfernseher m.FB

**div.Zubehör
Preis VB**

Wird abgeholt!

von Werner Tel:345 45 25

Zu verschenken!

**1 Schrankwand mit Kl.-Schrank
und passender Schreibtisch dazu
in Kirschbaum poliert.**

**Seit 24.04.1995 hat
die Berliner Straße ein Kind!**

Fragen ? Arndt Tel.:426 74 72

**Die Gruppe:
Zabel-Krüger-Damm 115
13469 Berlin-Lübars
Hauptgruppenverantwortlicher:
Bernd Bleschke
Tel.: 402 55 97
Die Gruppe ist Montags
von 18.45-21.30 Uhr**

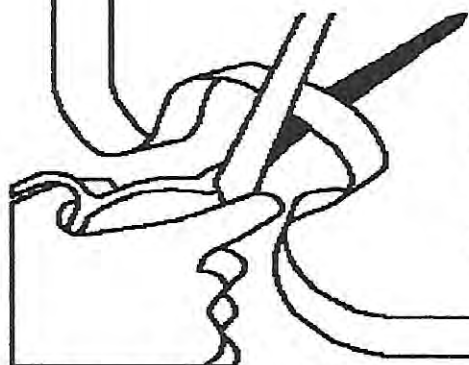
Zu verschenken!

**Hi-Fi Anlage von RFT SI 3000
best. aus : Verstärker - Tuner -
2 Boxen - Plattenspieler**

Neugierig? Arndt fragen Tel.: 426 74 72

Suche, Hilfe!

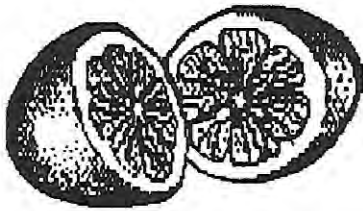
**Das Redaktionsteam benötigt für die Info div. Büromaterialien. U.a. Marker,
Klarsichthüllen, Hefter Din A4, Farbbänder für Nec- Pinwriter CP7. u.v.m.**



**Eure Spenden könnt Ihr in den
Redaktionskasten oder bei einem
der Redaktionsmitglieder abgeben.
Wir möchten nicht das die Zeitung teurer werden muß.**

Danke im voraus! Das Info-Team

DIESE SEITE STEHT JEDEM GRUPPENMITGLIED FÜR PRIVATE ANZEIGEN FREI



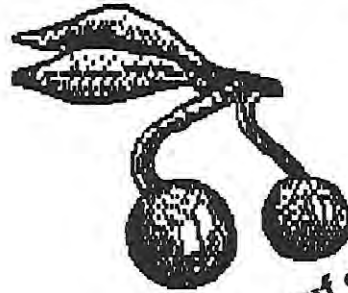
"Erfrischend und gesund"

4 Rezepte für die heiße Jahreszeit ausgesucht von Heidi

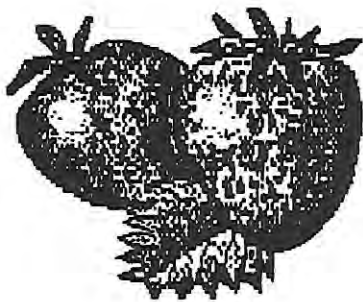
Hawaii-Kaffee Frost

2 Tassen starker kalter Kaffee, 1 Tasse kalten Ananassaft, 1/2 l weiches Vanilleeis.

Alle Zutaten schlagen oder mixen. Wenn sie schaumig sind, in 4 hohe Gläser füllen.



Na dann, auf einen warmen Sommer!



Eis-Gewürzkaffee

Eine Stunde vorher zubereiten! Ein elegantes, nicht sehr süßes Getränk, geeignet für Vormittagsveranstaltungen.

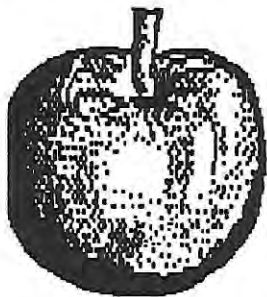
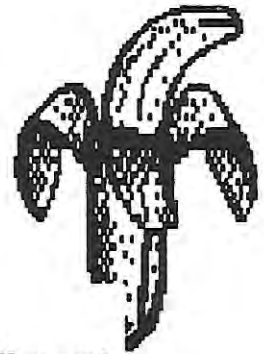
2 Stangen Zimt, zerbrochen, 6 Nelken, 6 Pimentbeeren, 3 Tassen heißer, doppelt starker Kaffee, Eiswürfel, Zucker nach Geschmack, Rahm.

Die Gewürze in ein Säckchen binden und dieses in den heißen Kaffee geben, etwa 1 Stunde stehen lassen. Das Säckchen herausnehmen, den Kaffee über das Eis in 4 hohe Gläser gießen und Rahm und Zucker dazugeben.

Apfel-Buttermilch

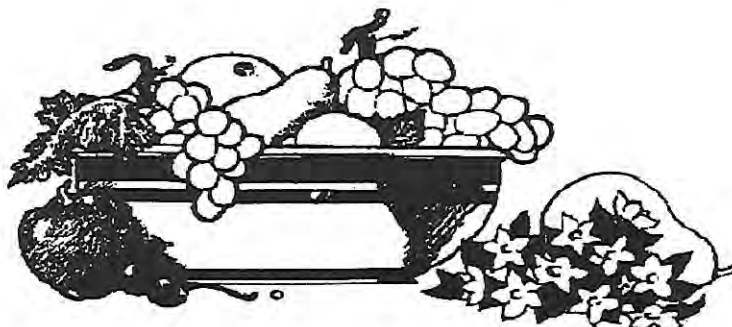
4 Tassen kalte Buttermilch, 2 Tassen kaltes Apfelmus, 1 El. Zitronensaft, Zucker nach Geschmack (ca. 4 TL), gemahlener Zimt.

Buttermilch, Apfelmus und Zitronensaft vermischen, Zucker dazugeben. In Bechern servieren, mit Zimt bestreuen.
Für ca. 6 Personen.



Erdbeerbowle

2 gehäufte Teller voll frischer Erdbeeren (Walderdbeeren), 4-5 Fl. Apfelsaft, 1 Fl. roter Johannisbeersaft, der Saft von 3-4 Zitronen, Zucker nach Geschmack. Man bestreut die Erdbeeren mit Zucker und schwenkt sie noch ein paarmal, damit sich der Zucker sich mit den Erdbeeren verbindet. Dann läßt man die eingezuckerten Früchte fest zugedeckt 2-3 Stunden stehen und setzt 2-4 Flaschen Selters hinzu.



Gorgasring
Lutz Wellniak

Am Mühlenberg
Margarete Raue - Günter Engemann
Wolfgang Ehre - Horst Schafflik

Dresdner Straße
Hannelore Schneider - Annemarie Weiß
Gerhard Weiß - Hartmut Hagnie

Senftenberger Ring
Jan-Claus Müller
Christian Pawlitzek

Weißburger Straße
Karin Koch

Berliner Straße
Christa Pflugradt
Peter Georg Haßemer
Hannelore Greiner

Malteser Straße
Egon Schürmann
Werner Krüger

Romanshorer Weg
Hans-Helmut Schlüter



Otawistraße
Matthias Zeidler

Gallwitzallee
Rainer Woska

Techowpromenade
Rolf Lambertz

Wilhelmsruher Damm
Peter Pappert

Grüntaler Straße
Manfred Boczek

Nahariyastraße
Marlies Kachel
Silvia Smukowski
Bernd Smukowski

Fennstraße
Jürgen Schwarz

Frankfurt/Oder
Carola Klupsch
Lothar Grunow

Inhaltsverzeichnis

Editorial.....	2
Gedanken v. Christian.....	3
Mein Weg zum Kreuzbund.....	4
Das Pro u. Kontra.....	5
Warum ich noch im Kreuzbund bin.....	6
Vom Umgang mit Weggefährten.....	6
15 Jahre mit Weggefährten.....	7
Überwindung der Schwellenangst.....	7
Deligiertenversammlung.....	9
Der "Sinn statt Sucht" Tag.....	10
Alkohol und Gewalt.....	11
Der Wilhelmsruher Damm.....	12
Gedanken von Gitta.....	13
"Krügerschulung" in Biesdorf.....	14
2. Familientreffen.....	15
Kreuzbund verbindet.....	16
Dies und Das u. v. m.....	17
Rezepte.....	18
Die "Neuen" unter uns.....	19
Inhaltsverzeichnis u. Impressum.....	20



Impressum:

Kreuzbund-Info
Aus den Gruppen für die Gruppen

Redaktionsteam:

Hannelore Lachmann - Uschi Meuser
Heidi Singer - Werner Singer
Herbert Albrecht - Peter Voss
Photos: Peter Voss und aus den
Gruppen

**Kontaktadresse: Info-Kasten in der Rosa-Luxemburg-Straße 19
10178 Berlin - Mitte**

Für Blitzideen:

Werner Singer Fax: 030-345 45 25 Uschi Meuser Fax: 030-41162 81

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.

Auflage: 1000 Stück

Preis dieser Ausgabe: 2,00 DM

Kreuzbund-Info 6/Juni 1995



Diese Ausgabe wurde bei der Firma:

Xprint kopiert.

Reprographie im Wedding GmbH - Gesellschaft für reprographische
Dienstleistungen, Handel und Beteiligungen

Triftstraße 45

13353 Berlin

Tel: 453 30 24

Fax: 453 76 26