

# KREUZBUND

im Diözesanverband Berlin e.V.

Aus den Gruppen für die Gruppen

# Info



KREUZBUND

33. Ausgabe

März 2002

13. III. 2002



## FROHE



## OSTERN



## Alle Jahre wieder

Der Arbeitskreis Öffentlichkeitsarbeit hatte geladen, und 32 Kreuzbundfreunde sind unserem Ruf gefolgt.

Eine Gruppe von KB-Mitgliedern, die sich zur Podiumsdiskussion trafen, um Kritik und Lob über die bisher geleisteten Arbeit abzugeben bzw. Verbesserungen für die vor uns liegenden Aktivitäten zu erarbeiten.

Gestartet wurde jedoch mit einem kleinen, feinen Büfett. Den Köchen und Köchinnen an dieser Stelle noch einmal ein herzliches Dankeschön. Gut genährt aber nicht zu vollgestopft um kreativ zu arbeiten, ging es dann in die Diskussionsrunde. Einer der Schwerpunktthemen des Abends beinhaltete die Präsentation des Kreuz-



bundes in der Öffentlichkeit. Sinn der Veranstaltung war es Gedanken und Erfahrungen über den Arbeitskreis hinaus auszutauschen, um alte, bewährte Pfade zu begradigen und nach neuen zu suchen. Bedingt durch die Vielzahl der Wortmeldungen und der angesetzten Zeit von 1 ½ Stunden endete der Abend natürlich wie so häufig mit viel Unausgesprochenem. Der Weg war an diesem Abend das Ziel, welches durch die rege Beteiligung der Anwesenden erreicht wurde und die Notwendigkeit dieser jährlich stattfindenden Veranstaltung bestätigte.



## Liebe Weggefährtinnen und Weggefährten!

Ostern ist mehr als ein Frühlingsfest. Doch ist nicht schon der beginnende Frühling Grund zu feiern? Sobald die Tage länger werden, beginnen wir das Licht und die Wärme zu genießen. Ein Blick in die Natur zeigt uns in dieser Jahreszeit ganz besonders die Kraft des Lebens. Im Wunder des Osterfestes aber erkennen

wir, wie jeder von uns an diesem Leben teilhaben darf. Die Christen feiern Jesus als den, der alles Leid, alle Schuld, alles Versagen, ja sogar den Tod der Menschen trägt, durchleidet und in der Liebe Gottes besiegt. Er lässt uns aber nicht nur wie ein siegreicher Sportler als Fans an diesem Sieg teilhaben. Er schenkt uns Anteil an seinem neuen Leben.

Auf diesem Bild aus einer alten Familienbibel sehen wir Jesus bei seinen Freunden, die sich mit ihm freuen, dass der Tod in Liebe besiegt ist. Was heißt das aber: "in Liebe besiegen"?



Nun, zunächst einmal weicht Liebe nicht aus. Sie verdrängt das Bedrohliche nicht, sondern stellt sich ihm und trägt es mit. So tröstet Jesus die Menschen nicht über ihren Zustand hinweg, sondern stellt sich selbst dem Schicksal der Menschen. Sie zeigt einen Weg auf und geht ihn mit. Liebe gibt aber auch Freiheit. So beseitigt Jesus

nicht das Dunkel im Leben der Menschen und stellt uns vor vollendete Tatsachen. Er gibt uns die Chance, uns selbst für ihn und seine Art der Liebe zu entscheiden, um so an der Auferstehung teilzuhaben.

Ich wünsche uns etwas von diesem Segen des Osterfestes. Lasst uns dankbar dafür sein, dass auch wir in unserer Kreuzbundgemeinschaft das neue Leben in Liebe und Freiheit erfahren dürfen! Dies wünsche ich euch zum Osterfest,

Euer geistlicher Beirat  
Klaus Dimter

**Kandidatur für:** *Vorsitzender*

Name: Wenzek  
 Vorname: Siegfried  
 Geb.: 19.10.1949

Betroffen/Angehörig: Betroffen  
 Trocken seit: 30.10.1984

Mitglied im  
 Kreuzbund seit: 01.01.1986

Standort: Senftenberger Ring

evtl. jetzige Funktion: Vorsitzender

**Kandidatur für:** *Stellv. Vorsitzender*

Name: Bleschke  
 Vorname: Bernd  
 Geb.: 13.05.1945

Betroffen/Angehörige: Betroffen  
 Trocken seit: 1989

Mitglied im  
 Kreuzbund seit: 1992  
 Standort: Zabel-Krüger-Damm  
 evtl. jetzige Funktion: stellv. Vorsitzender  
 (Seminarwesen)

**Kandidatur für:** *Geschäftsführer*

Name: Ertel  
 Vorname: Margit  
 Geb.: 04.009.1944

Betroffen/Angehörig: Angehörig  
 Trocken seit: 01.10.1999

Mitglied im  
 Kreuzbund seit: 01.10.1999

Standort: Zabel-Krüger-Damm  
 evtl. jetzige Funktion:



Kandidatur für:**Beisitzer**

Name: Singer  
 Vorname: Heidi  
 Geb.: 21.10.1940

Betroffen/Angehörig: Betroffen  
 Trocken seit: Jan. 1981

Mitglied im  
 Kreuzbund seit: 01 Sept. 1983  
 Standort: Kladower Damm  
 evtl. jetzige Funktion: Beisitzer  
 (Öffentlichkeits-  
 arbeit)

Kandidatur für:**Stellv. Vorsitzende**

Name: Schütz  
 Vorname: Renate  
 Geb.: 14.12.1941

Betroffen/Angehörige: Betroffen  
 Trocken seit: 1991  
 Mitglied im  
 Kreuzbund seit: 1992  
 Standort: Frankfurt (Oder)

evtl. jetzige Funktion: Stellv. Vorsitzende  
 (Frauen, Senioren,  
 Alleinstehend)

Kandidatur für:**Beisitzer**

Name: Noack  
 Vorname: Klaus  
 Geb.: 25.12.1951

Betroffen/Angehörig: Betroffen  
 Trocken seit: 13.01.1989  
 Mitglied im  
 Kreuzbund seit: 01.09.1989

Standort: Kladower Damm

evtl. jetzige Funktion: Beisitzer  
 (Klinikarbeit)



Kandidatur für:**Beisitzer**

Name: Brüning  
 Vorname: Peter  
 Geb.: 12.12.1954

Betroffen/Angehörig: Betroffen  
 Trocken seit: 10.10.1990

Mitglied im  
 Kreuzbund seit: 01.08.1991  
 Standort: Rubensstr.  
 evtl. jetzige Funktion: Beisitzer  
 (alkoholfreie  
 Geselligkeit)

Kandidatur für:**Beisitzer**

Name: Greif  
 Vorname: Dirk  
 Geb.: 08.07.1949

Betroffen/Angehörige: Betroffen  
 Trocken seit: Juni 1989

Mitglied im  
 Kreuzbund seit: 01 September 1990

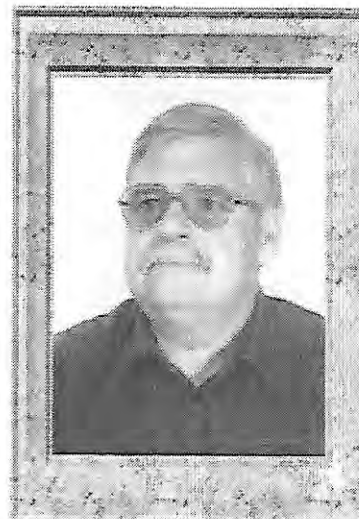
Standort: Wichernstr.  
 evtl. jetzige Funktion: Beisitzer  
 (Fortbildung)

Kandidatur für:

**Leißner**  
 Paul-Michael  
 10.05.1955

Betroffen/Angehörig: Betroffen  
 Trocken seit: 21.05.1993  
 Mitglied im  
 Kreuzbund seit: 01.06.1994

Standort: Marchlewskistr.  
 evtl. jetzige Funktion: Hauptgruppen-  
 verantwortlicher



## Ressortdarstellung



Das Vorstandsressort Öffentlichkeitsarbeit hat ein sehr umfangreiches Aufgabengebiet. Öffentlichkeitsarbeit beginnt im Verband mit unseren Kreuzbundgruppen für Betroffene und Mitbetroffene. Das bedeutet aber auch Zusammenarbeit mit den anderen Ressorts innerhalb des Vorstandes. Dazu gehören Klinik, Bistumsarbeit; alkoholfreie Geselligkeit; Seminare und Frauen, Familie, Jugend und Senioren. Darüber hinaus erstreckt sich die Aufgabe auch auf die Motivierung der Gruppenbesucher zur verstärkten Mitarbeit auf allen Ebenen unseres Verbandes. Öffentlichkeitsarbeit

nach außen: - Kontakte zum Caritasverband, zu den Krankenkassen, Senatsverwaltungen, - Rentenversicherungsträgern, zu den Vertretungen in den bezirklichen Arbeitskreisen - Sucht; Präsenz auf Gesundheitstagen, Bezirksfesten, Weihnachtsmärkten; - Zusammenarbeit mit den anderen Selbsthilfverbänden und der ABA; -Gespräche mit Arbeitgebern führen (Alkohol am Arbeitsplatz) - Vertretung und Teilnahme an bundesweiten Veranstaltungen (Suchtwoche) - Zusammenarbeit mit dem Förderverein -Herausgabe der INFO-Zeitung im Diözesanverband - Kontaktaufnahme zur Presse (Petrusblatt), Wochenzeitungen der Bezirke - Plakatausstellung in den Rathäusern -Darstellung des KREUZBUNDES im Internet



Alleine können diese vielen Bereiche nicht bearbeitet werden, es geschieht überwiegend in enger Zusammenarbeit mit den unterschiedlichen Arbeitsgruppen innerhalb des Arbeitskreises Öffentlichkeitsarbeit.

Gez.: Heidi Singer



## Silvester 2001/2002



Es ist geschafft! Wir haben den Jahreswechsel mit Erfolg hinter uns gebracht.

Es hat uns vom Team alkoholfreie Geselligkeit viel Spaß gemacht und deshalb wollen wir uns auf diesem Wege bei denen, die da waren, recht herzlich bedanken. Die Vorbereitungen für diese Feier, die Planung und die Ausführung hat viel Arbeit, aber auch viel Freude gemacht. Nach vielen Treffen, bei denen die Gestaltung des Büffets und unsere

Showeinlage besprochen wurde, stand das Jahresende vor

der Tür. Ab dem 27.12.01 ging es

los mit dem Einkaufen und den Vorbereitungen für das Büffet. Am 29.- wurde mit dem Braten begonnen und am 31.12.01 stand um 15.30 Uhr das vollendete Werk im Foyer und der Abend konnte kommen. Das Resultat konnten alle sehen, bzw. seht ihr es auf dem Bild in dieser Zeitung. Eine tolle Aussage vieler Freunde war: „Das ist das schönste Büffet, was wir je auf einer Silvesterfeier gesehen haben.“ Mit dem wie immer sehr gut geschmückten Saal, war das der richtige Rahmen für unsere Feier. Als Musik hatten wir in diesem Jahr mal wieder einen Discjockey.



Er traf fast immer den richtigen Ton, sodass die Tanzfläche stets gut besucht war. Für jeden war etwas dabei und wer nicht getanzt hat, war selber schuld. Dank der Gruppe Zabel-Krüger-Damm, dem Hotel Rheinsberg und dem Erlös der Weihnachtsmarktfahrt konnte eine Tombola durchgeführt werden. Den größten Preis gewann der kleinste Besucher. (s. Bild) Die Pfannkuchen verteilten gegen 23:30 Uhr die gebeutelten KB-Knechte.

Als besonderen Bonbon hatten wir uns eine Playback-Show einfallen lassen. Heino, Wolfgang Petry, die Hermes-House Band und

der Anton aus Tirol unterhielten die Gäste und wurden durch reichlichen Beifall dafür belohnt. Ich weiß nicht, ob ihr euch vorstellen könnt, wie wir uns fühlten. Früher konnten die meisten von uns nur lustig sein, wenn genug Alkohol im Blut war und plötzlich wollten wir eine Show, nüchtern hinlegen. Plötzlich beim Umziehen war uns allen schlecht. Klaus war der erste, der raus musste, denn er war unser „Raudie“ und baute die Stühle auf. Da die Tanzfläche sehr voll war, spendete er einiges an Unruhe. Mathias hat es mit seiner Ansage geschafft, auch dem letzten Tänzer klar zu machen, das jetzt eine Show kommt. Dann ging es los!





Wir mussten raus. Renate, Silvia, Jürgen und ich haben das Feld erobert und auf den Stühlen Platz genommen. Als besonderer Stargast wurde Heino angesagt. Ich denke, einige haben bis zum Ende nicht gewusst, das Carola hinter der Maskerade steckte. Als sie mit ihrer Gitarre den Saal betrat, nicht still stehen konnte vor Aufregung und wir merkten, dass der Saal tobte, war unsere Aufregung weg. Wir hatten das Gefühl, jetzt kann nichts mehr schief laufen. Der Beifall am Ende zeigte uns, dass es euch gefallen hat und dafür können wir nicht genug danken.

Wie heißt es so schön: "Beifall ist der Lohn des Künstlers".



Ich habe bis zum heutigen Tage von vielen Freunden gehört, dass es ihre schönste Silvesterfeier war. Ich denke, das war nicht nur gesagt, sondern auch so gemeint. Negative Äußerungen habe ich noch keine vernommen. Gibt es bessere Streicheleinheiten für die Helferinnen und Helfer? Ich glaube nicht! Wir hoffen, dass alle, die mit uns gefeiert haben, es weitersagen, wie es ihnen gefallen hat. Das ist dann die beste Werbung, die wir bekommen können.

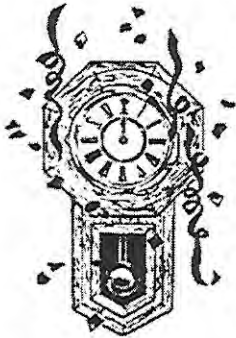
Wir vom „KB - Promotionteam“ freuen uns darauf, euch auf unserem Frühlingsball begrüßen zu dürfen und wünschen allen ein gesundes Jahr 2002.

Peter Brüning



Hallo liebe Freunde im Jahre 2002

Wer bei der Silvesterparty 2001-2002 nicht dabei war „hat selber Schuld!“



Es empfing uns am kalten Silvesterabend ein warmer und vor allen Dingen ein sehr schöner, liebevoll geschmückter Saal. Die Stimmung war im Vorfeld allgemein gut, man konnte nur hoffen, dass diese sich noch steigern würde.

Peter Brüning begrüßte uns alle wie jedes Jahr und wünschte uns viel Spaß und ein paar schöne Stunden. Und es wurden sehr schöne Stunden.

Für mich und andere war es seit 1999 wieder eine wundervolle Silvesterparty. Die Musik brachte noch die bessere Stimmung. Es wurde mitgesungen, mitgeklatscht und vor allen Dingen viel getanzt. Das Buffet war wieder in eigener Regie hergestellt, sah nicht nur sehr gut aus, es schmeckte auch so.

**Bravo!**

Zu den Künstlern, **Karaoke Sängern**, möchte ich sagen:

**Hut ab!**

Ihr wart wunderbar und habt die Party auf den Höhepunkt gebracht. Ich weiß von was ich rede, wenn ich hier schreibe. Es gehört eine Menge Mut dazu, viel proben und zum Schluss bleibt immer noch das Lampenfieber. Da hilft nur Augen zu und durch. Ich glaube, dass ihr dafür ein ganz dickes Lob verdient habt.

**Bravo!**

Zum Schluss nochmals ein großes Dankeschön an alle freiwilligen Helfer, die zum Gelingen der Silvesterparty des **KREUZBUNDES** beigetragen haben.

**Gruppe Romanshorner Weg**

**Ingrid Wolff**

**P.S. Eine Frage noch:**

Seit ihr noch steigerungsfähig

**Seit ihr noch steigerungsfähig??**

**Seit ihr noch steigerungsfähig??**

**Seit ihr noch steigerungsfähig??**

## Wolfram Hoch

Dienstleistung - Service

**Telefon: 030 / 664 26 19**

Anzeig

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

All - Bezirklich

Glas - und  
Gebäudereinigung  
nach Hausfrauen  
Art

Straße 574, Nr. 8  
12355 Berlin-Rudow



**„NEUE“... sind sie uns willkommen ???**

Anfang Februar diesen Jahres, kam ich wie immer Mittwochs zur Marthastr. Vor mir lief eine Frau, die dann am Eingang unserer Geschäftsstelle stehen blieb. Das Schild las und zögerlich das Haus betrat.

**Ich dachte mir: „Sie ist bestimmt zum erstenmal hier“.**



Als ich dann das Haus betrat, habe ich sie nicht mehr gesehen. Ich begrüßte, wie immer Frau Götze und betrat unseren Begegnungsraum. Dort sah ich dann die Frau alleine stehen. Keiner der Anwesenden hatte sie zur Kenntnis genommen, noch hatte man ihr einen Platz angeboten. Ich wurde mächtig sauer darüber. Gehen wir jetzt so mit „NEUEN“ um. Ich musste da an mich denken, wäre man so mit mir umgegangen, ich würde mich nie mehr dort blicken lassen. Es kann doch nicht sein, dass „NEUE“ nicht mehr wahrgenommen werden. Sind wir denn alle nur noch mit uns selbst so beschäftigt, dass wir die „NEUEN“ nicht mehr sehen wollen ?!!!!

Ich ging auf die Frau zu, begrüßte sie und fragte, ob ich helfen könnte. Sie wusste nicht ob sie sich einfach dazu setzen durfte. Schließlich wollte sie niemanden stören. Ich bot ihr ein Gespräch mit mir an, und wir setzten uns an einen leeren Tisch.

Evi - Gruppe Kladower Damm

**WIR GRATULIEREN**

**Edith Schulze**  
**Helmut Schulze**  
Königsstraße

**Roswitha Kunkel**  
**Lothar Kunkel**  
o. Gruppe

**Werner Przyklenk**  
o. Gruppe



**Kurt Rösel**  
Wrangelstr.  
01. 04.

**Gerhard Mechow**  
Berliner Str.  
01. 04.

**Thomas Petschler**  
Am Mühlenberg  
01. 04.

**Jörg Bohm**  
Dredner Str.  
01. 06.



Liebe Freunde!

Ich habe euch "angedroht", in loser Folge Artikel zum Thema "Spenden macht Spaß" beizutragen. Hier ist der nächste.

### *Spenden macht Spaß*

Liebe Weggefährten, lasst uns heute einmal ein heißes Eisen angehen. Wir sind dem Leben zugewandt und klammern oft den Gedanken an unsere Sterblichkeit aus. Der Tod jedoch gehört zum Leben.

Da ist ein Gruppenfreund gestorben. Jahrelang sind wir gemeinsam in die Gruppe gegangen. Haben uns auch mal privat ausgetauscht. Für die vor uns liegende Rentnerzeit Pläne gemacht. Und dann ist plötzlich Schluss. "Und da kommt doch der Bruder, der sich nie gekümmert hat und will die Vase haben". So schallt es in der nächsten Gruppenrunde. "Die Vase", ein von uns allen bewundertes gutes Stück. Wem hätte unser Freund wohl die Vase vermacht, hätte er vorher dran gedacht? Ihm war sie viel wert. Vorher dran denken! Wir sind nicht eben eine jugendliche Vereinigung. In jedem Bestatterladen gibt's gratis Broschüren. Wie macht man ein Testament? Wie ein Vermächtnis? Was ist das? Ist es denn nicht gerade für Alkoholiker mit ihren Lebenserfahrungen verlockend, etwas für die Zeit danach zu dirigieren? Derjenige, der "sein Haus bestellt" denkt nicht nur ans Sterben. Sondern auch daran, was er im Leben erreicht hat.

Er sichert lediglich, dass das, was zu seinem Leben gehört, bleibt. Dass geschieht, was er will. Mal ist's eine Vase. Mal Geld. Mal Aktien. Eine Wohnung. Banken in aller Welt haben einen "Bodensatz" von Einlagen bis zum jüngsten Tag. Weil niemand eine Vollmacht hat. Und niemand weiß, wem es gehört. Leute, ich war vom Fach. So ist's wirklich. Ich weiß auch, dass Kreuzbündler-Geld da sanft ruht. Niemand, den meine Sätze nicht nachdenklich machen, möge sich bedrängt fühlen. Dem einen oder anderen könnte es aber Genugtuung bereiten, real nachzudenken wie's nach dem Tode weitergeht. Vielleicht will jemand außer der Verwandtschaft jemandem etwas zukommen lassen. Was der Staat für solche, die kein Testament machen, als Reglement vorhält, muss 08/15 sein. Will jemand treuen Freunden oder irgendeiner sozialen Einrichtung was zukommen lassen? "Treue Freunde". Wäre nicht der Kreuzbund auch einer? Sein Förderverein steht bereit. Auch ihm könnt Ihr per Vermächtnis was vermachen. Wie? Ruft mich einfach an.

Förder-Klaus  
886 76 425

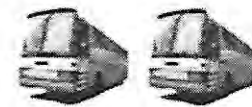
So, liebe Freunde! Das war's. Bitte für die nächste Ausgabe. "Spenden macht Spaß" soll mit einer Schilderung meiner Geburtstagsfeier in der Martstrasse weitergehen.

Also danke. Und tschüß

**Vereinsfahrten \* Kinderfahrten \* Klassenfahrten \* Ausflugsfahrten**



**BÖTTCHER**  
Reisen



Alle Busse: Kaffeeküche /  
WC & Klimaanlage

**Firma Böttcher**  
Fasanenweg 7  
15806 Mellensee  
Telefon: 03377 / 303258  
Fax: 03377 / 303259  
Telefon  
Berlin: 030/797 84 607

<http://www.reisebusboerse.de>



## Klinikarbeit

Ich stelle in zwei Berliner Krankenhäusern auf der Entgiftungsstation den Kreuzbund vor. Heute ist Dienstag, es ist mein Vorstellungstag. Ich treffe mich mit meinem Gruppenfreund 1/2 Stunde vorher in der Cafeteria des Krankenhauses. Wir sprechen ab, wer beginnt, wie lange wir reden. Wir reden dann noch von uns, wie es in der Entgiftungsphase war. Auf dem Weg zur Station macht sich wieder dieses nicht beschreibbare Gefühl in mir breit. Jede Vorstellung ist für mich wie das erste Mal. Ich gehe in meine Anfangszeit zurück, als ich zum Kreuzbund kam. Wie ich mich fühlte, nur ein paar Tage ohne Alkohol und wie ich aufgenommen wurde. Wir stellen die Stühle zum Kreis und dann kommen schon die ersten Patienten. Einige forschen Schrittes, andere zögernd oder schlurfendes Laufen. Der Raum füllt sich, die Stühle reichen nicht aus. Die Patienten bringen sich dann ihre Stühle mit. Ich sehe einige bekannte Gesichter, klarer Fall, Alkohol ist eine Rückfallkrankheit. Ich weiß es aus Erfahrung. Am Anfang der Vorstellung herrscht noch vollkommenes Desinteresse. Wenn ich aber von mir selbst spreche, sehe ich schon, wie sich manche Patienten auf ihren Stühlen bewegen und sich anders hinsetzen. Der Bann ist gebrochen. Immer wieder spreche ich davon, wie ich mich beim ersten Mal in einer Gruppe fühlte. Es kommen auch Fragen verschiedener Art, die wir so ausreichend wie möglich beantworten. Die Stunde ist vorbei, die Vorstellung ist vorbei. Ich sehe in die Gesichter und sehe in einigen so etwas wie Nachdenklichkeit. Und dann weiß ich, ich habe etwas erreicht.

Viele sehe ich nicht wieder. Aber ich habe es auch schon erlebt, dass in der Marthastr. jemand zu mir sagte, er hat mich bei der Vorstellung kennen gelernt. Und seitdem ist „er oder sie“ beim Kreuzbund. Und dann ist mir plötzlich klar: Dieses in mir jemanden in der Klinik erreicht zu haben, ist gut. Und darum geht es. Wir stellen in 13 Kliniken in Berlin vor.- Wir brauchen Kreuzbundfreunde die bereit sind, über sich zu reden und wie der Kreuzbund ihnen geholfen hat, trocken zu bleiben. Wir laden Interessierte zu unseren nächsten Kliniksonntag am 7. April in die Marthastr. ein. Es wäre auch gut, wenn Mitbetroffene ( Angehörige) sich für Klinikarbeit interessieren würden. Es ist so wichtig, den Betroffenen in den Kliniken zu zeigen, dass nicht jede Ehe durch Alkoholmissbrauch in die Brüche geht (oder Partnerschaft). Dass es gut ist, wenn der Mitbetroffene auch eine Gruppe besucht. Vielleicht gibt es interessierte Gruppenfreunde oder Gruppenfreundinnen. Ich würde mich freuen, sie an einem der nächsten Kliniksonntage in der Marthastr. zu sehen. Vielleicht möchtet ihr auch dieses tolle Gefühl in euch spüren, wenn nach der Vorstellung im Krankenhaus jemand den Weg in eure Gruppe findet und sagt „die Vorstellung von dir hat mich zum Nachdenken gebracht und jetzt bin ich hier“

Es grüßt Euch herzlich Eva aus der Briesestr.



## Mein 3ter Geburtstag

### 1. Geburtstag 05.01.1939

Am 05.01.1939 erblickte ich das Licht der Welt in Berlin, also eine waschechte Berlinerin. Trotz „Kriegszeit“ hatte ich eine schöne Kindheit. Wir zogen ins Grüne. Eigentlich habe ich nichts entbehrt als Einzelkind.

### 2. Geburtstag 16.02.1989 + 05.01.1989

Ich hatte kapituliert ! Es war mir klar geworden, dass es mit meiner „Sauferei“ nicht mehr so weiter gehen kann. Meine 2 Töchter und mein Arbeitgeber konnten mir nicht mehr beistehen.

Die Auflage war: **Tun Sie etwas für sich !!**

Also gesagt, getan: Am 16.02.1989 hatte ich eine Einweisung ins Jüdische Krankenhaus zur Physio-Somatischen Behandlung und dann noch 6 Wochen.

Ausgerechnet „ICH“ eine Alkoholikerin !!!!

Na, die 6 Wochen vergingen auch. Seitdem besuche ich regelmäßig die Gruppe. Dank der Gruppenarbeit bin ich immer noch „Trocken“ ohne Rückfall.

### 3. Geburtstag 20.05.2001 + 05.01.2001

Die Jahre vergingen, z.Z. 13 Jahre. Manchmal habe ich die „Saufzeit“ fast vergessen. Aber denkste, diese Sauferei hat mir einen „Denkzettel“ verpasst. Im Jahre 1996 stellten die Ärzte fest, ich habe Leberzirrhose und Hepatitis C. Von der Zeit an ging es abwärts mit meiner Gesundheit. Krankenhaus rein, Krankenhaus raus !

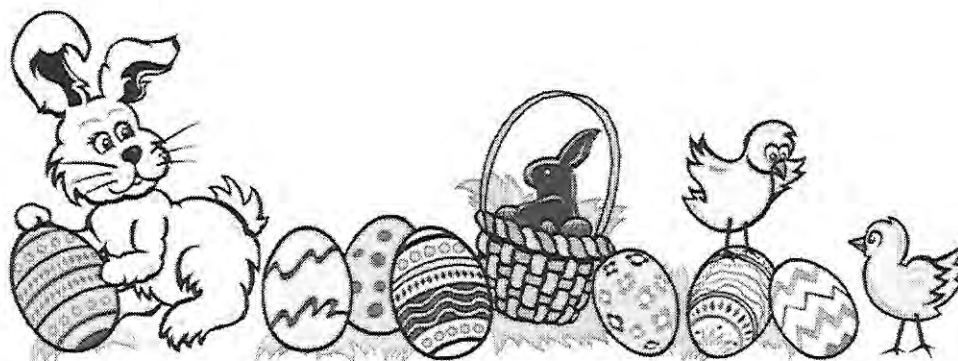
Meine Leber hat einfach gestreikt, die hat nicht mehr gearbeitet. Nach Empfehlung der Ärzte, habe ich mich zu einer Lebertransplantation entschieden. Entweder Leben oder Tot! Der Herrgott im Himmel wird mir schon beistehen.

Am 20.05.2001 war es dann soweit. Ganz überraschend schnell ! Ich habe die OP einigermaßen gut überstanden bis auf ein paar „Kleinigkeiten“. Zur Zeit bin ich wieder ganz schön fit. Ich besuche weiterhin jede Woche meine Gruppe.

Es hat sich gelohnt!

Die Moral von den 3 Geburtstagen: „Was aus der Trinkerei mal werden kann !“

Februar 2002, Dagmar, Maulbeerallee



## Vom Alkohol in die Krankheit

Am 14. August 1995 lief mein Tankwagen über und einen „Neuen“ wollte ich nicht mehr beginnen. Ich konnte die vielen Unannehmlichkeiten nicht weiter mitmachen, wie Beschaffung, - Übelkeit - Erbrechen und vieles mehr ! Ich ging zur Drogenberatungsstelle und wollte sofort einen Platz in einem Entgiftungskrankenhaus haben. Aber nein, erst wurde ich einmal abgewiesen, weitere Quälerei und Übelkeit. „Besuchen Sie erst einmal einige Tage unsere Gruppe“ - nach Möglichkeit ohne Alkohol. Wie sollte ich dies überhaupt durchhalten ? Ich ging auch zu den Gesprächen (morgens um 9.00 Uhr). Nach drei schweren Tagen bekam ich einen Platz im Königin-Elisabeth-Krankenhaus. Auf den Weg dorthin brauchte ich noch einen Jägermeister und ein Bier, dann ging ich auf dem direkten Weg ins Krankenhaus. Als ich dort auftauchte, muss ich sehr übel ausgesehen haben, denn man steckte mich sofort ins Bett und übernahm meine Anmeldung selbst. Von nun an begannen meine schlimmsten Tage meines Lebens (Schwitzen - Übelkeit - Erbrechen - Halluzinationen). Normalerweise ist es mit dem Entzug ja in drei Tagen abgetan, aber bei mir natürlich nicht. Nach dieser Zeit schwor ich mir, nie wieder Alkohol -nie wieder Saufen.

Mein neues Leben. Nach dieser üblen Zeit fing ich aktiv mit der Veränderung meines Lebens an. Als erstes brauchte ich eine neue Bleibe (trockenes Umfeld). Für diese Suche hatte ich nur 14 Tage Zeit. **Ich bekam in der Wohngemeinschaft des A K B (Anonyme- Alkohol- Krankenhilfe Berlin)** einen Platz. Dort hielt ich es 1 Jahr aus und suchte mir dann über das Sozialamt eine eigene Wohnung. Es war eine Einraumwohnung mit Küche - Dusche und Toilette im Ostteil Berlins. Zuerst fühlte ich mich dort sehr wohl, auch ohne Gruppe. Ich hatte auch Telefon aber keiner rief an. Warum ? Niemand kannte meine Nummer und ich hatte keine Freunde, trotz 1 Jahr AKB. Außerdem blieb ich ja immer zu Hause. Über Weihnachten und Silvester war ich mir darüber klar, dass ich nur in einer Gruppe glücklich werden konnte. Im neuen Jahr machte ich mich auf die Suche nach einer Gruppe. Ich musste aus meinem Schneckenhaus unter Menschen. Ich fand eine Kreuzbundgruppe in meiner Nähe, die mir zusagte und nach 5 Jahren bin ich immer noch dort. Nachdem ich mich eingelebt hatte fing ich so langsam kleinere Wehwehchen an. Mein Magen fing an zu spinnen sowie mein Rückrat und vieles andere mehr. Ich wurde bald auf 15 verschiedene Krankheiten behandelt. Jede Woche

besuchte ich mindestens vier Ärzte, das Wartezimmer wurde mein Wohnzimmer. Nach einem 3/4 Jahr Kreuzbund stellte ich an meinem Hals zwei Knoten fest, ich machte mir erst keine Gedanken bis diese Dinger immer größer wurden. Da erst sagte ich meinem Hausarzt bescheid und der schickte mich zum Röntgen. Von nun an wurde es ärztlich noch interessanter, denn es kamen neue hinzu. Es stellte sich heraus, dass ich Lymphknoten Krebs hatte. Es folgte eine Operation und man entnahm mir sämtliche Lymphknoten an der rechten Halsseite. Leider teilte man mir mit, dass man den Primärtumor noch nicht gefunden hatte. Ich wurde 11/2 Jahr bestrahlt. Von nun an ging es mir wesentlich besser. Ich hatte während der Bestrahlung 40 kg abgenommen - von ca. 105 kg auf 65 kg. Aber jetzt nahm ich wieder zu. In den nächsten vier Jahren nahm ich wieder 40 kg zu. Fast auf den Tag genau nach 4 Jahren tauchte erneut ein Tumor im Hals auf. Leider kann er nicht operiert werden -kann nicht bestrahlt werden, sondern nun wird „Chemo“ eingesetzt, beim Onkologen. Schon nach der ersten Sitzung konnte ich nicht mehr normal essen, nur noch Suppe - Astronautennahrung. Aber auch dies hilft nicht viel, ich habe auch jetzt wieder fast 40 kg abgenommen (von 100 kg). Jetzt bekomme ich noch Zusatznahrung über Nacht. Vier Sitzungen habe ich schon hinter mir, aber ein Ende ist noch nicht abzusehen. Einen Vorteil hat die Ernährung für mich doch noch, denn ich kann endlich für einen Urlaub sparen, denn ich möchte doch einmal in meinem Leben mit einem Flugzeug unterwegs sein. Vielleicht kann ich mir auch noch einen Computer anschaffen oder bekomme einen günstigen. Ich hoffe, dass nun bald meine Zeit der Krankheiten überwunden ist und ich wieder ein normales Leben führen kann. Meine Gruppe unterstützt mich mit allen nur möglichen Mitteln. Danke liebe Gruppenfreunde, Danke.

Helmut  
Vormittagsgruppe

**PS. Ist Krankheit der Lohn der Abstinenz?**

**Andreas Grün** macht ihr Auto fit!



# Ostern bei AUTOFIT

Umfangreiches PKW Zehn-Punkte-Programm zum  
Osterfest 2002 inklusive



Ölfilter und



Shell Motorenöl

[www.autofit-gruen.de](http://www.autofit-gruen.de)

1. **Motorenölwechsel mit Ölfiltererneuerung**  
inklusive Shell Super Semi-Synthetic Engine Oil 10W-40
2. **Bremsentest** auf dem Rollenprüfstand
3. **Bremsflüssigkeitstest** (Siedepunkt)
4. **Scheibenbremsen** (Sichtprüfung)
5. **Stoßdämpferprüfung** (M-Tronic SDT-2000/U Stoßdämpferprüfer)
6. **Reifen-Sichtprüfung** auf Verschleiß und Beschädigung
7. **Luftdruckprüfung** aller Reifen
8. **Sichtprüfung** der Auspuffanlage auf Beschädigung
9. **Kontrolle** der Beleuchtungs- und Warneinrichtung
10. **Prüfung** der Starterbatterie und der Lichtmaschine

Gesamtpreis nur **Euro**

**29.90**

Dieses Angebot gilt bis einschließlich 30.04.2002



Mawia  
by WAECO



**Betr.: Aktuelle Informationen über den Kreuzbund Berlin  
Info-Zeitung 32. Ausgabe vom 05.12.2001**

Der Vorschlag, alle „Neuigkeiten“ des Kreuzbund Diözesanverband Berlin e.V. im Internet auf der Homepage des Kreuzbund Berlin zu veröffentlichen, findet aus mehreren Gründen nicht meine Zustimmung.

1. Es ist nicht effektiver, einfacher und billiger, denn wir können nicht davon ausgehen, dass an jedem Standort ein PC-Besitzer mit Internetzugang ist. Dies ist schon daran erkennbar, dass bei den Kontaktadressen im Internet die wenigsten Standorte mit einer eigenen e-mail Adresse vertreten sind.
2. Zum anderen werden die Kosten für die Kopien, die in den Kästen verteilt werden, auf die Weggefährten abgewälzt, die die Ausdrücke vornehmen, ganz zu schweigen von den Kosten für den Internetzugang.
3. Es müsste auch ein weiterer „Posten“ in den Gruppen geschaffen werden, der für das Abrufen der Infos aus dem Internet verantwortlich wäre.
4. Der zwischenmenschliche Kontakt, der für uns Weggefährten so wichtig ist, würde auch auf der Strecke bleiben – wer würde dann noch in die Marthastrasse kommen, um die Post abzuholen? Wo treffe ich dann die Menschen mit denen ich mich sonst mittwochs so angeregt über die Gruppen Grenzen hinweg unterhalten habe?
5. Die Seiten des Kreuzbundes im Internet sind aber auch in erster Linie für Personen gedacht, die sich über den Kreuzbund seine Ziele und Grundsätze informieren wollen und nicht unbedingt um interne Informationen auszutauschen. Oder wollen wir geschützte Seiten mit Zugriffscode einrichten? Wer soll diese betreuen und wer soll die Kosten dafür aufbringen?
6. Last but not least macht mich der Satz sehr nachdenklich (ärgerlich, wütend), dass der größte Teil der Informationen ungelesen in den Müll wandert.  
Sind die Informationen so unwichtig?  
Ist das Interesse an der Kreuzbundarbeit in den Standorten so gering?  
Werden die Informationen nicht in den Gruppen weitergegeben oder werden sie gar „vorsortiert“ und somit den Gruppenmitgliedern vorenthalten?  
Oder sollten auch aus dem Internet nur die „interessanten“ Infos abgerufen werden? Wer trifft die Auswahl?

Klaus – Alkoholiker und KB-Mitglied



## Gedanken zum Frauen Seminar in Maria Frieden.

Kurzfristig entschied ich mich – die Dackel Erika – zum Seminar für Frauen zu gehen. Ich weiß selber nicht warum, denn dicke Schwierigkeiten hatte ich im Moment nicht. Oder doch?

Es gibt ja keine Zufälle für mich. Also fuhr ich Freitag Nachmittag hin und dachte, es werden alles Mädels da sein, die ich nicht kenne. Aber denkste! Mehrheitlich traf ich erfahrene Weggefährtinnen, die mir bekannt waren. So hatte ich als erstes Ilona im Arm. Gefährtin seit 18 Jahren und aus unzähligen früheren Seminaren mir so vertraut. Fröhlich ging ich zum Abendessen. Aber, oh Schreck! Ruth Stockhammer, unsere Referentin, war das letzte Mal bei uns? Sie freute sich sehr mich zu sehen und wir erinnerten uns sofort an unsere erste Begegnung.

Birkenwerder vor ca. 10 Jahren!

Neues Haus, neue Referentin. Und ich, die verwöhnte, verhätschelte Erika durch unsere uns jahrelang begleitende Ghislaine Rolinck-De Boodt – kam natürlich mit der Neuen nicht zu recht. Wir gerieten aneinander, ich sperrte mich und das Seminar lief eigentlich ohne mich ab. Ich vergaß sie und ihren Namen danach.

3 Jahre später saß ich wieder beim Abendessen – Seminar für Alleinstehende – und wer saß mir gegenüber ----. Ihr könnt es Euch denken. Meine Referentin Stockhammer. Inzwischen beide etwas reifer geworden versöhnten wir uns, erzählten uns unsere Ängste voreinander und verstanden uns plötzlich. Es war damals ihr erstes Kreuzbund Seminar für Frauen und dann gegen diese Vorgängerin anzutreten! Sie denkt heute noch daran, wie schwer das war.

Ich, nunmehr besuche auch das letzte Seminar der Ruth.

Es gibt keine Zufälle für mich.

Wer wird ihre Nachfolgerin und wie viel Chancen werden ihr die Kreuzbund Frauen geben bzw. lassen? Wir sind kritisch und wollen nur das Beste.

Und das bekommen wir auch.

Kreuzbundfrauen sind tolle Frauen. Wir prägen auch unsere Referenten. Das habe ich oft gehört von diesen.

Was hat die Ruth Stockhammer für die Frauen in 10 Jahren getan? Sie leitete auch andere Seminare. Wer je mit dabei war, kann heute mein Bedauern um ihr Ausscheiden verstehen.

Obwohl ich ein alter Haase bin, Habe ich immer wieder bei Seminaren diese Schwellenangst am Freitag, bis ich die ersten Freundinnen im Arm halte. So auch diesmal. Schade, dass die vielen Weggefährtinnen, die mit Problemen belastet sind, den Mut zu einem Frauenseminar zu gehen nicht finden.

Was für ein Wochenende wieder einmal. Ruth hat 24 Frauen zusammengehalten, jede hat sich aussorgen können.

Diese unendlichen Schwingungen, die ausgingen von ihr, auf uns übergingen, und uns zu ganz sanften, unsere Situation begreifenden Mädchen machten, uns Schwestern sein ließen und nicht Konkurrentinnen. Wir begriffen, wie wertvoll wir sind, wenn wir in uns hineingehen, bei Musik unsere Stimmungen und Sehnsüchte erfahren, uns gegenseitig anfassen können ohne Ängste. Das sind Erfahrungen, die uns stärken für das Leben und wir haben dann Kraft auch anderen davon zu geben.

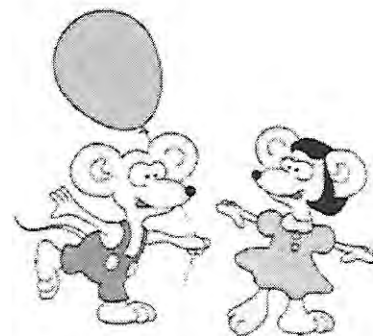
Ich jedenfalls danke meinem Kreuzbund, den Referenten und allen, die da mithelfen, dass uns das ermöglicht wird, trotz schmaler Kassen.

Sie sind für mich unbezahlbar. Die kleinen Sorgenpüppchen, die uns Ruth zum Abschied auf die Stühle legte, sind für mich etwas ganz Besonderes.

Wir umarmten uns am Sonntag Mittag und waren glücklich.

Also Mädels auf, auf bis zum nächsten Mal.

Eure Erika  
Gruppe Holzmannstr.



## Frauenseminar 2002 im Haus „Maria Frieden“

### *Eine Erfahrung, die ich nicht missen möchte.*

Ich hatte das Glück, an o. genanntem Seminar teilnehmen zu dürfen, obwohl ich nicht zum Kreuzbund gehöre. Mein Name ist Regine Marte, Alkoholikerin, mit einer langen qualvollen Suchtzeit. Danach war ich viele Jahre dem „blauen Kreuz“ verbunden mit Einzel- u. Gruppenarbeit. Seit ca. 3 Jahren bin ich bei „Schwindelfrei“ in einer Gruppe tätig. Es war mein erstes Seminar in dieser Form.

- Für mich waren es Tage mit vielen neuen, aber auch wieder in Vergessenheit geratenen Impulsen u. Gedankenanstößen.
- Es war die Besinnung auf mich selbst und das Wahrnehmen der eigenen Kräfte
- Und die Erinnerung u. Gewissheit, meiner Intuition oder meiner inneren Stimme vertrauen zu können!

Es ging ja in diesen Tagen um Selbstbewusstheit, Selbstbewusstsein u. Mut, auch um die Erkenntnis u. Akzeptanz, dass die eigene Wahrnehmung richtig ist. Dadurch werden Veränderungen möglich. Zu verdanken war es Ruth, dieser wunderbaren einfühlsamen u. sehr erfahrenen Fachfrau. -Sie ließ in der Gruppe Gefühle wie Vertrauen, Geborgenheit, Gemeinsamkeit u. harmonisches Miteinander entstehen. Sie führte die Teilnehmerinnen mit sehr viel Gespür für die gerade entstehende Situation durch die Thematik der Tage. Ich war sehr beeindruckt und bin es noch.

Die Arbeit in der Großgruppe - es waren 24 Frauen - die Gespräche in der Kleingruppe - 4 Frauen - und einige Einzelarbeiten in der Großgruppe waren sehr offen u. teilweise sehr anrührend.

Ruth konfrontierte uns mit einem sehr schönen, nachdenklich machenden Märchen aus dem Buch „Die Wolfsfrau“, in dem es um die innere Stimme geht.

Sie machte mit uns Meditationsübungen aus dem Chi Gong über Werden, Erblühen und Vergehen in der Natur und somit auch in unserem Leben.

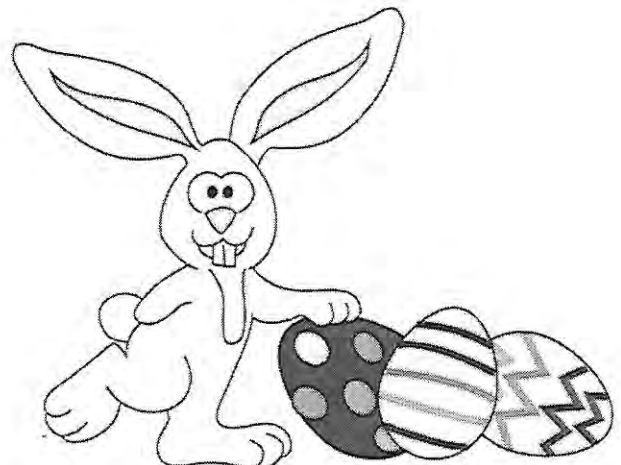
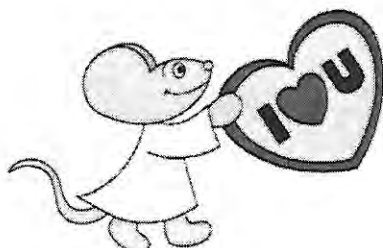
Und sie ließ uns Musik erleben, die von den Elementen Wasser, Erde, Feuer und Luft getragen waren. Sie bat uns, zu erspüren, in welchem Element sich jeder von uns momentan am wohlsten fühlt.

Ein besonderes Erlebnis zum Abschluss war der Gottesdienst in der kleinen intimen Kapelle, den Klaus D. hielt. - Auch er berührte unser Wochenendthema.

Der äußere Rahmen, ein schönes gepflegtes Haus, mit hellen, freundlichen Seminar-Räumen und gemütlichen Einzelzimmern trug zum Wohlbefinden bei. - Die Küche sorgte liebevoll für unser leibliches Wohl. Rundherum ein gelungenes Wochenende für Körper, Geist und Seele. Obwohl mir nur wenige Frauen bekannt waren, fühlte ich mich sofort bei und mit den anderen Teilnehmerinnen.

Ruth Stockhammer verabschiedete sich in diesem Frauenseminar. - Sie will nur noch in Ihrer Praxis in München arbeiten. Das löste verständlicherweise Trauer und Bedauern bei den Teilnehmerinnen aus.

Regine Marte



Limburg, den 4.1.02

Lieber Herr Singer!  
Liebe Kreuzbündler!

Für das wunderschöne Paket mit Briefmarken, das zum Jahresanfang hier ankam, unsern herzlichsten Dank Ihre Anteilnahme am Schicksal der Armen ist bewunderungswert. Der gütige Vater im Himmel wird es Ihnen vergelten. Sind wir doch im Grunde eine große Familie vor Ihm; deshalb lasst uns auch im gemeinsamen Gebet für- und miteinander das neue Jahr beginnen. Stellen wir uns bewusst unter den Schutz Seiner hl. Mutter. Als Mutter wird sie bestimmt für ihre Kinder sorgen. Sie hilft bestimmt. - Mit reichlich guten Wünschen und Grüßen Ihre Palloottinerinnen.

Es sind noch Plätze frei!

Kanalfahrt am 29. Juni von 10.00-13.00 Uhr  
Kosten pro Person 15,- €  
Es kommen KB-Weggefährten aus Rheine und Dortmund nach Berlin.

Bitte bei Frau Götze in der KREUZBUND-Geschäftsstelle melden.

Ende des Jahres 2001, sind zwei wertvolle Teammitglieder des AK-Familie ausgeschieden: **Gabriela und Werner Balzer.**

Wir möchten uns auf diesem Weg für ihr Mitwirken und ihre guten Ideen rechtherzlich bedanken.

Wir suchen motivierte und einfallsreiche Mitstreiter. Es wäre schön, wenn ihr Kinder im Grundschulpflichtigenalter oder jünger habt. Dieses ist aber kein muss, auch eine Großmutter oder Großvater ist uns immer herzlich willkommen.

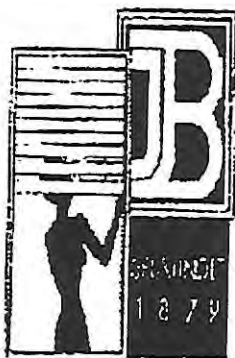
Wenn ihr euch angesprochen fühlt meldet euch bitte bei

Andreas Grieger Telefon 34 70 73 45  
0174 95 91 883  
oder bei Frau Götze in der Marthastr.  
476 28 28

Der Arbeitskreis Familie  
Andreas Grieger

### Anzeige

## KREUZBUND - Mitglied



**BERLINER JALOUSIE-FABRIK**

J. Bockstaller GmbH  
& Co.

Dieter Seiler

Pücklerstraße 24  
10997 Berlin-Kreuzberg

Telefon: 030-61 79 76-0  
Telefax: 030-61 79 76-29



## Ausstellung bei der BARMER ERSATZKASSE



Vom 7. bis 31. Januar des Jahres bekamen wir die Gelegenheit unsere Plakatausstellung im Eingangsbereich des Service-Centers der BEK in der Axel Springerstrasse zu zeigen.

Ich hatte Mitte des vergangenen Jahres 5 verschiedene Krankenkassen angeschrieben und wollte Interesse für unsere Ausstellung wecken. Ich glaubte schon kaum daran, das sich noch jemand melden würde und war recht enttäuscht, das wir keine Chance bekommen sollten. Doch dann kam etwas ins Rollen, ich bekam einen Anruf von der Sozialarbeiterin der BEK. Es gab ein längeres Gespräch und meine Gesprächspartnerin versprach mir ihre Geschäftsleitung für uns, den

Kreuzbund mit der Suchtausstellung zu begeistern. Es kam sehr viel Engagement auf uns zu.

Wir sprachen vor einem größeren Kreis von Führungskräften über unseren Verband, unsere Arbeit in der Selbsthilfe und über unsere eigene Betroffenheit. Es folgten interessierte Gespräche, man hatte eine Menge Fragen an uns, die wir gerne beantworteten. Wir bekamen einen Termin zum Jahresbeginn für die Ausstellung.

Am Eröffnungstag lernten wir den neuen Geschäftsführer, der zum Jahreswechsel die Geschäftsstelle übernommen hatte, kennen. Bei einem Kaffee oder Getränken nach Wunsch machten wir einander bekannt und sprachen über uns. Wir trafen auf einen Menschen, der sehr offen für unsere Arbeit in der Selbsthilfe war, und signalisierte uns, das wir gemeinsam mit seinem Team etwas auf den Weg bringen würden.

Die BEK wird uns auch bei Projekten finanziell unterstützen, und hat dieses auch schon getan.

Wieder zur Ausstellung zurück, nun standen wir in „erster Reihe“, jeder musste an uns vorbei- aber nur wenige blieben stehen oder suchten das Gespräch mit uns.

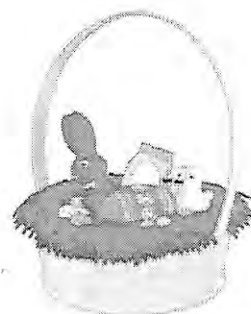
Aber so ist das nun einmal mit dem Thema Sucht, die Hemmschwelle ist nach wie vor zu groß.

Ich denke es ist wichtig, nach wie vor das Thema Sucht öffentlich zu zeigen, wir müssen uns nicht verstecken.



Mein Dank gilt allen, die mir und Jürgen Seeliger wieder geholfen haben.

Heidi Singer  
Ressort für Öffentlichkeitsarbeit





# Keramikbärchen

## Die kreative Bastelstube

### **Die Welt der Keramik**

Wenn Sie sich daran erinnern, mit welcher Begeisterung Sie als Kind zum ersten Mal etwas aus Ton erschufen, dann wissen Sie, warum so viele Menschen aller Altersstufen diese freudebereitende Tätigkeit wiederaufnehmen. Die Grundlagen der Keramik gehen zum Beginn der Menschheit zurück und sind so elementar wie Feuer und Erde. In einer sich stets ändernden und schnelllebigen Welt liegt darin ein Stück Geborgenheit. Wir stellen Ihnen mit weit über 500 Keramikfiguren ein umfangreiches Warenangebot vor, das es Ihnen leicht macht, die Freude an Ihrer eigenen Kreativität zu genießen. Wir bieten Ihnen professionelle Unterstützung zur Gestaltung Ihrer ausgesuchten Figuren.

### **Die Welt der Teddy's**

Können Sie sich auch noch an Ihren Lieblingstедdy erinnern? Wäre es nicht schön, diesen wieder Ihr Eigenen nennen zu können? Und dann auch noch von eigener Hand gefertigt? Wir bieten Ihnen die Möglichkeit sich Ihren eigenen Teddy zu kreieren und anzufertigen, natürlich wieder mit unserer professionellen Unterstützung.

### **Die Welt der Porzellanpuppen**

Ein Stück Traum, ein Stück Fantasie. Wollten Sie nicht schon immer mal eine dieser teuren Porzellanpuppen in Ihrer Vitrine haben und sich an ihrem Anblick erfreuen? Selbermachen ist unsere Devise. Nicht nur, dass es dadurch für Sie wesentlich günstiger ist, während aus den Einzelteilen sich eine wunderschöne Porzellanpuppe bildet, wächst Ihnen das gute Stück mehr und mehr ans Herz und wenn Ihre selbstgefertigte Puppe dann in Ihrer Vitrine steht; werden Sie sich an ihrem Anblick mindestens drei mal mehr erfreuen. Also nicht lange warten, kommen Sie vorbei oder rufen uns an. Auch hier werden Sie bei der Gestaltung und Anfertigung wieder professionell von uns unterstützt.

**Sämtliches Zubehör, wie Pinsel, Farben und Lacke bekommen Sie natürlich auch bei uns.**

Wir haben in unserem Warensortiment auch Töpferbedarf (Ton und Zubehör.)

Und wenn Sie nicht wissen, wo Sie Ihre selbstgefertigten Töpferwaren brennen sollen, kommen Sie zu uns, **wir brennen Ton und Porzellan bis zu 1300°C.**

**!!! Wir richten auch Kindergeburtstage aus !!!**

Termine und Preise für unsere Keramik-, Teddy- und Porzellanpuppenkurse erfragen Sie bitte unter der unten angegebenen Telefonnummer.

**Wir sind zu erreichen unter:**

**Keramikbärchen**

**Die kreative Bastelstube**

**Bahnhofstr. 51**

**12305 Berlin-Lichtenrade**

**Tel.: 030-76 40 56 91**

**Fax: 030-76 40 56 93**

**E-mail: [kontakt@keramikbaerchen.de](mailto:kontakt@keramikbaerchen.de)**



**Kreuzbund-Mitglied**

**Internet: <http://www.keramikbaerchen.de>  
(mit Online-Shop)**

**Der Buch-Tip****Die Quelle des Verderbens**

Meine Freundin Moni, nicht Betroffene, kam ganz aufgeregt zu mir, mit einem Buch in der Hand. Das musst du lesen, es ist einfach unglaublich, was hier geschrieben steht. Ich kann es kaum glauben noch verstehen, dass ein Mensch so etwas ertragen kann. Natürlich wurde ich sofort sehr neugierig und begann mit dem Lesen.

Klar die Geschichte eines Alkoholikers, wie wir sie alle kennen. Auch ich wurde beim lesen dieses Buches stark durch meine Gefühle beeinflusst. Es war ein Auf und Ab, ein Hoch und Tief. Auch Tränen flossen, sodass ich nicht mehr weiter lesen konnte. Es ist für mich aber wieder gut gewesen, mich damit auseinanderzusetzen. Ich hoffe, dass ich euer Interesse geweckt habe, dieses Buch zu lesen. Vielleicht schreibt ihr dann auch darüber??

Eine kleine Inhaltsangabe: In seiner Jugend begann Hans-Joachim Nebel regelmäßig Alkohol zu trinken, um seine Ängste zu verbergen. Alkohol wurde sein Lebenselixier. Freunde trennten sich von ihm, nur die Flasche blieb sein bester Freund. 1995 stellte er sich selbst der JVA Tegel nach einem nicht befolgten Strafantritt.

Titel: „Die Quelle des Verderbens“  
 Autor: Hans-Joachim Nebel  
 Preis: Euro 11,71  
 ISBN: 3831109664

Evi- Kladower Damm



**CAFÉ  
 RESTAURANT  
 WEISSER ELEFANT**

Wegenerstraße 1-2  
 10713 Berlin-Wilmersdorf  
 Tel: 864 09 306

Moderne Küche - täglich wechselnder  
 Business-Lunch  
 Eis - Kuchen - Milchshakes  
 Abendkarte - Cocktails  
 Brunch So 10 bis 15 Uhr

**Terrasse**  
**Nichtraucherbereich**  
**Separate Räume bis 30 Personen**

**Behindertengerecht**

Di bis So 9 bis 23 Uhr  
 Mo ab 11.30 Uhr

**\*Alkoholfreie Lebensart\***

**Senioren-Programm  
 im Cafe'-Restaurant  
 WEISSER ELEFANT**

Sa. 2. März 14-17 Uhr:  
**monatlicher TANZTEE, mit Jörg Schlatterer**

Eintrittspreise pro Veranstaltung: 3 €,  
 Seniorengedeck: 3 €  
 (1 Tasse Kaffee + 1 Stück Kuchen)

**Seniorenangebote  
 in der Kontaktstelle**

**OFFENER GESPRÄCHSKREIS**  
 ab Di. 22. Jan. 10-12 Uhr  
**NATÜRLICHES SEHTRAINING**  
 ab Mi. 6. März 11-13 Uhr

**Kontakt u. Infos: Herr Werner Leise**  
**Wegenerstr. 1-2, 10713 Berlin,**  
**U-Bahn: Fehrbelliner Platz,**  
**Te.: 030-86 40 93 07**

**Hallo, liebe Kreuzbündler,**

wieder einmal wollen wir uns bei euch in's Gedächtnis bringen und unsere Bastel-Termine für das Halbjahr 2002 bekannt geben. Wir treffen uns jeweils in der Marthastraße in der Zeit von 15.00 bis 18.00 Uhr und zwar am:

26.01.2002    09.02.2002    23.02.2002    09.03.2002    23.03.2002    06.04.2002    04.05.2002  
18.05.2002    01.06.2002    15.06.2002    29.06.2002

und weiter geht es dann **nach der Sommerpause wieder ab 21.09.2002.**

Vielleicht ist diesmal etwas für- euch dabei, das eure Lust auf Kreativität weckt. Neu bei uns ist, dass wir einige Workshops anbieten, in denen ihr Techniken lernen könnt, die schwerer aussehen als sie tatsächlich sind. Schüttelt euren Winterschlaf ab und rafft euch einfach mal auf!

- ab 26.01. beginnen wir mit einem **Bild in Patchwork-Technik** (keine Näharbeiten und somit auch für Männer geeignet)
- ab 23.02. stellen wir Oster-Dekorationen her:
  - einen **Osterkranz oder Ostereier in Patchwork-Technik**,
  - ein **Osternest aus Tonkarton oder Moosgummi**,
- ab 06.04. basteln wir für den bevorstehenden Frühling
- **Fensterdekorationen aus Tonkarton**
  - einen **Tür- oder Fensterkranz aus Tonkarton**
  - eine **Windmühle (Window-Colour-Technik)** für Balkon, Terrasse oder Garten
- ca. ab 01.06. ist ein **Teddy Workshop** geplant ....

.... und dann geht es erst einmal in die Sommerpause.

Habt ihr Lust auf's Basteln bekommen, dann meldet euch entweder bei Angela (Tel.-Nr. 404 41 21) oder Monika (Tel.-Nr. 03379/3100300) für einen oder mehrere Workshops an. Um die Workshops besser planen zu können, ist eine **Anmeldung dringend erforderlich**. Je nach Fortschritt können sich die o. a. Termine verschieben. Bei Anmeldung erhaltet ihr Informationen über die mitzubringenden Materialien und Zubehör. Außer den von euch besorgten Materialien entstehen keine weiteren Kosten.

Na dann, frisch an's Werk!

Eure Angela



### Aufstellung der alkoholhaltigen Backwaren von der Fa. Coppentrath & Wiese

#### **Auslese:**

- Art. Nr. 05    Feine Conditor-Auswahl  
(nur das Schwarzwälder Kirsch-Stück)  
Art. Nr. 06    Sweet Dreams  
(nur das Eierlikör- und das Schokoladen-Törtchen)

#### **Festtagstorten:**

- Art. Nr. 10 Schwarzwälder Kirsch-Festtagstorte  
Art. Nr. 40 Schokoladen-Sahne-Festtagstorte

#### **Feinste Sahne:**

- Art. Nr. 13 Orange-Schoko-Torte  
Art. Nr. 44 Mozart-Torte

#### **Meistertorten:**

- Art. Nr. 63 Eierlikör-Meistertorte

#### **Sahnerollen:**

- Art. Nr. 29 Schwarzwälder Kirsch-Rolle

#### **Sahne-Schnitten:**

- Art. Nr. 123 Eierlikör Sahne-Schnitte

#### **Diät-Produkte:**

- Art. Nr. 173 Diät Schwarzwälder Kirsch-Rolle  
Art. Nr. 177 Diät Schwarzwälder Kirsch-Torte 17 cm

folgende Produkte enthalten alkoholhaltige Aromen:  
Art. Nr. 112 Feinste Kuppeltorte Heidelbeer-Joghurt  
Darüber hinaus enthalten folgende Produkte Rum-Aroma (alkoholfrei):

- Art. Nr. 40    Ält-Böhmischer Apfel-Kuchen  
Art. Nr. 15    Apfel-Torte  
Art. Nr. 17    Apfel-Torte mit Streuseln  
Art. Nr. 12    Nuss-Sahne-Festtagstorte  
Art. Nr. 111    Feinste Kuppeltorte Cappuccino--Sahne  
Art. Nr. 113    Feinste Kuppeltorte Schokoladen--Sahne  
Art. Nr. 121    Cappuccino-Sahne-Schnitte

Stand: 02. Oktober 2001



## Gerichte aus Brot



### Westfälischer Semmelkloß

Zutaten: 500 g Backpflaumen, 110 g Zucker, 500 g eingeweichte Brötchen, 50 g Fett, zwei Eier, 50 g Semmelbrösel, eine Prise Salz, 1/2 Teelöffel gemahlener Zimt, etwas abgeriebene Zitronenschale, ein Liter Wasser. Die Pflaumen in Wasser einweichen. Dann entkernen. In ihrem Weichwasser werden sie dann mit 60 Gramm Zucker zum Kochen gebracht. Die eingeweichten Brötchen ausdrücken. Das Fett in eine Pfanne geben und bei kleiner Flamme die ausgedrückten Brötchen in dem Fett zu einem Brei zerrühren. Den abgekühlten Teig vermischt man mit den Eiern, 50 Gramm Zucker, Salz, Gewürzen und den geriebenen Semmeln und formt daraus einen großen Kloß, der außen noch einmal mit einem Rest Semmelbröseln bestreut wird. Der Kloß wird in einen passenden Kochtopf gelegt und mit den inzwischen halbweich gekochten Backpflaumen und deren Brühe übergossen. Kloß und Pflaumen müssen zusammen langsam etwa ein eine halbe Stunden kochen. Nach Bedarf noch etwas kochendes Wasser zugeben.

Brotpuffer Zutaten: 300 g Grau- oder Weißbrot, 60 g Haferflocken, 60 g Mehl, 1/2l Wasser, eine Prise Salz, etwas Fett zum Ausbacken. Das Brot wird zerkleinert und über Nacht in dem Wasser eingeweicht. Am nächsten Tag wird das Brot mit einer Gabel zerdrückt und Haferflocken, Mehl und Salz eingerührt. Aus dem entstandenen Teig werden Puffer gebacken, die man mit Zucker bestreuen kann. Dazu Kompott, Fruchttunke oder Gemüse servieren.

### Brotkuchen



Zutaten: 375 g trockenes Vollkornbrot, 375 g Mehl, ein Ei, 1/2 l entrahmte Frischmilch, 60 g Margarine, 200 g Zucker, ein Esslöffel abgeriebene Zitronenschale (oder Zitronenaroma), ein Päckchen Vanillezucker, ein Teelöffel Lebkuchengewürz, ein Päckchen Backpulver, ein Esslöffel Kakao.

In einem großen Topf die Margarine schaumig rühren und nach und nach das Ei, Zucker und Gewürze zufügen. Das trockene Vollkornbrot wird durch den Fleischwolf gedreht, Nun gibt man das Brot immer abwechselnd mit der Milch dazu bis alles vermengt ist. Das mit dem Backpulver und dem Kakao gemischte und gesiebte Mehl wird zum Schluss untergerührt. Wichtig ist, dass der Teig sehr trocken ist. In eine Kastenform füllen und 50 bis 60 Minuten bei etwa 25 Grad backen lassen.



# Wir begrüßen die Neuen im KREUZBUND

Jörg Bohmert  
Marchlewskistr.

Hans Jaeckel  
Vormittagsgruppe  
Marthastr.

Ronald Günther  
Wichernstr.

Thomas Leist  
Otawistr.

Wolfgang Andresen  
Zabel-Krüger-Damm

Reinhold Herke  
Oldenburger Str.

Detlef Behrendt  
Feldstr.

Karin Kliem  
Bernd Hinze  
Fennstr.

Brigitte Vogel  
Berliner Str.

Manuela Krackau  
Albrecht Westermann  
Holzmannstr.

Rainer Dötsch  
Johann-Georg-Str.

Anna Lusikov  
Weydinger Str.

Karin Marowski  
Malteser Str.

<b>Impressum:</b> <b>KREUZBUND - Info</b> Aus den Gruppen für die Gruppen	<b>Redaktionsschluss für Ausgabe 34</b> <b>22. 05. 2002</b>	<b>Redaktionsteam:</b> Hannelore Lachmann Jörg Schild Johannes Hoffmann Peter Voss
<b>Kontaktadresse und Redaktionsadresse:</b> Info - Kasten in der Marthastraße 10 13156 Berlin - Niederschönhausen Telefon: 030 - 476 28 28	<b>Fax: Jörg Schild</b> <b>030 - 362 84 660</b>	
<b>KREUZBUND im Internet:</b> <a href="http://www.kreuzbund-berlin.de">www.kreuzbund-berlin.de</a>	<b>E-mail: <a href="mailto:Hannelore.Lachmann@t-online.de">Hannelore.Lachmann@t-online.de</a></b> <b><a href="mailto:JohannesHoffmann@t-online.de">JohannesHoffmann@t-online.de</a></b>	

Textbeiträge und Fotos können auch per PC-Disk oder CD-Rom in jedem Format 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.