

KREUZBUND
im Diözesanverband Berlin e.V.
Aus den Gruppen für die Gruppen

Info



KREUZBUND

39. Ausgabe

September 2003

10. September 2003

Sommerfest Mit Nachbarn



**Die Singelgruppe vor dem
Aus ?**

**Gedanken über das
Ehrenamt**

**Museumsbesuch in
Paris
und St. Petersburg**

**(Virtuell !)
Rezepte zum Nachkochen**

**Haus der Begegnung
-AK-Familie-**

Sommerfestimpressionen

10 Jahre

Nette Gäste, gutes Essen,
tolle Stimmung-
Ein gelungenes Fest!

Wir bedanken uns ganz herzlich bei allen Gratulanten für die Glückwünsche und den Zuspruch, der uns die Kraft und die Ideen gibt, das 20jährige Jubiläum anzusteuern.



Natürlich war die ganze Party nur mit eurer tatkräftigen Unterstützung möglich. So gilt insbesondere unser Dank den Köchinnen und Köchen den Kuchenspezialisten und allen, die ihre Zeit und die Naturalien zur Verfügung gestellt haben um dieses Fest zu ermöglichen.

Euer Redaktionsteam

Ehrenamtliche Arbeit ist wesentlich für den Zusammenhalt in unseren Kreuzbund.

Meine Gedanken zum Ehrenamtlichen Helfer im Kreuzbund und zu den unterschiedlichsten Auffassungen aus meiner Beobachtung.

Das Ehrenamt ein freiwilliges Engagement ist eine Chance für jeden einzelnen sich einzumischen, mitzugestalten.

Freiwilliges Engagement ist nicht nur Hilfe für andere, sondern bedeutet auch persönliche Weiterentwicklung. Sie sind immer zur Stelle, und sie engagieren sich, packen richtig an und bekommen darüber hinaus, ohne sich zu beklagen, kein Geld für ihr Engagement.

Sie haben auch noch Freude an dieser Arbeit, die so genannten Ehrenamtlichen.

Am Ehrenamt misst sich die gesellschaftliche und soziale Einstellung der Verantwortlichen auch in unserem Verein. Sie sind Gradmesser dafür, wie Menschen auf Menschen schauen.

Doch dieses freiwillige Engagement ist in Gefahr. Immer weniger Menschen finden die Zeit, sich für andere einzusetzen. Mitunter werden die uneigennütigen Helferinnen und Helfer der Vereinspolitik geopfert.

Doch zunehmend lauert auch eine andere Gefahr - die der Vereinnahmung. Wenn das Ehrenamt nicht die freiwillige Zugabe engagierter Menschen zu einem ausgewogenen sozialen Miteinander bleibt, sondern durch Instrumentalisierung in Versuchung geführt wird, verliert es seine Intention und wird in Folge uninteressant.

Meine Erfahrung vom Helfen ist zu lernen Verantwortung zu tragen und auch damit sensibel umzugehen damit der Mithelfer auch mit einem guten Gefühl nachhause geht.

Da kann es gewaltige Unterschiede geben die ganz offensichtlich von der Person abhängen. Für mich ist ein Helfer ein Kreuzbundfreund und somit achte ich Ihn und nehme Ihn als Partner an.



Ich weiß um die Gefahren sich in einem Ehrenamt zu verlieren und dabei sich selbst zu vergessen. Meine Beobachtung ist, dass einige ohne Information nur kraft Ihres Ehrenamtes (meinen Sie zumindest) sich in Sachen einmischen in einer Art und Weise die für den Betroffenen abschreckend sind und man sich wie der letzte Idiot vorkommt der sowieso keine Ahnung hat. Diese Ehrenamtlichen, so gut sie es auch meinen mögen, werden die Willigen vergraulen.

Zukunft hat das ehrenamtliche Engagement, im Sinne von es ist eine Ehre sich freiwillig zu engagieren, nur dann, wenn es eine Aufwertung und somit eine stärkere Anerkennung erfährt.

Das Ehrenamt muss bleiben, was es ist, eine Qualität, die den ehrt, der es ausführt.

Im Kreuzbund wird dem Menschen geholfen und nicht wie draußen verheizt. Wer das vergisst soll über sein Ehrenamt ganz gründlich nachdenken, er schadet sich am Ende nur selbst. Etwas Gutes haben auch solche Erlebnisse, ich werde mich ab jetzt ganz dem Besucherdasein bei Kreuzbundveranstaltungen widmen.

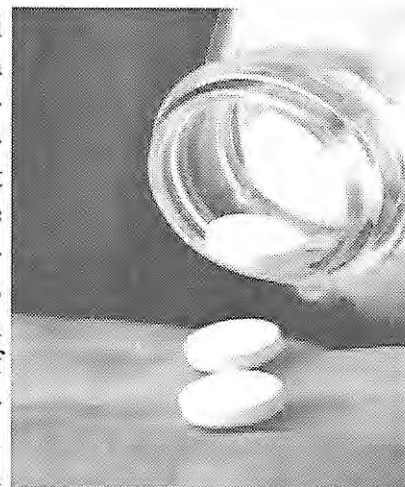
Das ist ein Beitrag von

Rolf

Gruppe Gundelfingerstrasse.

Unsere Spaßgesellschaft und die Drogen.

In den letzten Tagen war wie jedes Jahr, in Kreuzberg der Karneval der Kulturen. Nur einer von vielen Anlässen für die Kids, Drogen in jeder Form zu nehmen. Seit kurzer Zeit ist bekannt, dass das Einstiegsalter auch bei Alkohol schon bei 12 ½ Jahren liegt. Kids kommen angetrunken zur Schule und die so genannte heile Gesellschaft steht dem Treiben machtlos gegenüber. Wie lange noch? Flucht in die Drogen aus Angst vor der Einsamkeit auch im Rudel. Immer angepasst ist die Devise, um jeden Preis. Nicht Nein sagen, nicht Abseits stehen Immer schön mitmachen. Aber leider ist das nicht alles. In Waschküchen, Kellern und anderen dunklen Orten wird der Tod auf Raten in Labors hergestellt. Wenn ich in Kreuzberg über den Mehringplatz gehe; die Bänke links die Trinker, rechts die jungen Dealer. Oft noch Kinder, sie sind noch nicht strafmündig. Was ist nach dem Gesetz ein Menschenleben, oder die Opfer in den Nervenkliniken? Wegwerfprodukte der Computer- und Spielezeit. Keiner redet mehr, Gefühle sind Luxus und den kann sich ein Kind dessen Eltern von Sozialhilfe leben nicht leisten. Sie laufen im Rudel wie junge Wölfe, der Dealer ist der Alpha-Wolf. Teure Kleidung muss sein, woher das Geld kommt fragt keiner. Sind wir schon tot und nur zu faul zum umfallen? Alte und schwache sind out, sie können nichts mehr herstellen. Also sind sie unnötiger Ballast, den man entsorgen muss. Wie sagt Wilhelm Busch. Wehe, wehe wenn ich auf das Ende sehe.



Ich hoffe, dass meine Gedanken im Kreuzbund auf fruchtbaren Boden fallen.

Gruß Michael Mennicken-Holley

Gruppe Briesestrasse.

Das Leben ohne Drogen.

Die Zeit des Umherirren ist vorbei. Das Suchen hat ein Ende. Der Weg den ich gehe ist ein mir bestimmter weg, den noch nie ein Wesen zuvor gegangen ist, da es kein Ziel im Sinne menschlicher Logik gibt. Mehr denn je ist es in der heutigen Zeit wichtig, daß mich Drogen, in welcher Form auch immer, nur in eine Scheinwelt führen. Lasst uns die Dinge so betrachten, wie sie sind. Was ich zu sagen habe, kann nicht allgemeine Gültigkeit haben. Ein Abenteuer, ewig neue Ersterfahrung. Schritt für Schritt lass uns das Terrain abstecken (Clean zu sein) ohne Hast und Eile, ohne Angst vor Enttäuschung. Das zufriedene Ego ist wichtig. Freude und heiteres Gelassensein sollen unsere Begleiter sein. Lasst uns zusammen untersuchen, was der Sinn des Lebens ist! Was ist Zeit und Raum, was ist unser Denken und Fühlen im Trocken- und Cleansein. Wie erleben wir die Beziehung zum Partner. Welchen Stellenwert nimmt Sexualität im Leben ein. Was ist Liebe? Unsere Einstellung



zum Essen und Trinken als Lebensausdruck soll ebenfalls berücksichtigt werden sowie das Wesen des Geldes, wo wir jetzt trocken sind. Was sind Glauben und Selbstverwirklichung und ihr Stellenwert. Wie stehen wir zur Gesundheit und Krankheit . Was ist Gut und Böse, warum ist der Mensch schwach und hat Ängste? Diese Fragen hat sich der Mensch zu allen Zeiten gestellt. Die Welt war vor Jahrtausenden die gleiche, wie sie uns heute erscheint. Ein positives Zweifeln wollen wir bereithalten. Lasst uns kritisch die Wahrheit suchen und erfahren, um in den Kreuzbundgruppen offen für alles Neue zu sein was uns die Zukunft bringt.

Gruß Marko Grieger

Gruppe Alexandrinenstrasse.

Gruppenausflug 2003

Am 22. Juni war es wieder einmal so weit, unser jährlicher Gruppenausflug stand an .

Um 7:30 Uhr trafen wir uns am Zabel Krüger Damm und fuhren mit sechs Pkws mit neunzehn Erwachsenen und drei Kindern Richtung Eberswalde. Dort angekommen begaben wir uns an der Stadtschleuse auf den zum Passagierschiff umgebauten Finowmasskahn "Anneliese", wo wir an diesem Tag die einzigen Fahrgäste waren. Der Kahn wurde zunächst in den Finowkanal flussabwärts geschleust und dann von dem Stossboot "Ihna" welches am Heck mit dem Kahn verbunden ist kanalabwärts zur Ragöser Schleuse geschoben. An der Schleuse wartete bereits der Kaltblüter "Blitz" der nun unseren Kahn an einem 75 Meter langen Tau 2,8 Kilo-



meter vom Treidelpfad aus zog. Danach wurde die Arbeit wieder vom Stossboot übernommen. Unterwegs war Natur pur. Wasservögel im Kanal und Rinder auf den Wiesen konnte man beobachten. An der Stecher Schleuse, kurz vor Niederfinow wendete die "Anneliese" und die Fahrt ging wieder zurück nach Eberswalde. Wir nahmen auf dem Kahn noch einen kleinen Imbiss ein und waren nach ca. 3 ½ Stunden wieder an unserer Abfahrtstelle und hatten dabei alte Schifffahrtstechniken kennen gelernt.

Von hier fuhren wir zum Flugplatz Finow und besuchten dort die Luftfahrtausstellung. Hier sind zum Teil Flugzeuge und einzelne Teile aus dem 2. Weltkrieg die erst in letzter Zeit geborgen wurden zu besichtigen. Der größte Teil der Exponate stammt jedoch von der Sowjetischen Luftwaffe, die den Flugplatz nach dem Kriege übernahm und ihn bis 1993 benutzte. Einige Exponate sind auch noch aus der DDR z.B. ein Passagierflugzeug vom Typ Tupolew 134 der ehemaligen Interflug. Einige Flugzeuge darf man besteigen u.a. auch einen Flugsimulator. In einem Shelter (mit Erdreich und Grasbewuchs getarnte Betonhallen für die Flugzeuge) sind Strahltriebwerke und verschiedene Arten von Flugzeugmotoren sowie Fahrwerke zu sehen



Mehrere Flugzeuge sind auf der Freifläche in Abständen verteilt. Nebenbei sind auch zwei Shelter mit Feuerwehrfahrzeugen und Oldtimern zu sehen. Nach der Besichtigung nahmen wir die Gelegenheit zu einer Kaffeepause oder zum Eisessen an einem Imbißstand wahr. Danach löste sich die Gruppe auf und wir fuhren wieder zurück nach Berlin. Alles in allem ein gelungener Ausflug.

Manfred
Gruppe Am Nordgraben



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 Lieblingst Teddy 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 wie-

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**



Kreuzbund-Mitglied

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

Mein Haus der Begegnung

Mein Haus der Begegnung liegt mitten im Wald und ist von anderen kleinen Häuschen umgeben. Mein Haus der Begegnung steht in Hirschluch. An einem Wochenende vom 20.06-22.06.03 übernachteten dort viele nette Kreuzbund-



familien. Die Bewirtung war absolute Oberklasse und kann sich ganz locker mit Kirchmösser messen, sehr reichhaltig, nahrhaft, sehr viel Auswahl, schmackhaft und es wird immer nachgelegt.

In meinem Haus der Begegnung gehen die Kreuzbundfamilien pfleglich miteinander um, sprechen und spielen zusammen. Anett und Mario vom Arbeitskreis Familie sorgten für die Ideen und die Umsetzung. Es gab viele Angebote, Elterngesprächskreis, Schnitzeljagd, suche den Ameisenlöwen, Bauernkegeln, Bowling eine Nachtwanderung und ein Freizeitangebot für Spiel und Sport.



Der Elterngesprächskreis mit einem harten Thema wurde gut angenommen, auch durch die Trennung von Frauen und Männern. Die Schnitzeljagd ging quer durch einen Wald und brachte uns an eine Düne, wo unsere Kinder dann den versteckten Schatz gefunden haben. Danach ging es auf die Suche nach Löwenameisen. Bedingt durch den Regen der Vortage war es ein sehr schwierig, diese kleinen Dinger in der Düne zu finden. Aber wir haben dann doch noch einen gefunden. Anschließend gab es noch eine Runde Bauernkegeln, das war für alle sehr lustig, besonders aber für die Zuschauer. Danach war Freizeit bis zum Abendessen, die jeder so gestaltet wie er es für richtig hält.

Nach dem Abendessen ging es dann zum Bowling. Jeder war mit vollem Einsatz dabei und wollte den Sieg, aber bei so einem tollen Wochenende und so einer tollen Truppe gibt es



Ameisenlöwe

Die Nachtwanderung fand dann bedingt durch die Müdigkeit nur noch in einem ganz kleinen Kreis statt.

Mehr Bilder gibt es auf den Internetseiten vom Kreuzbund- Berlin

Es grüßt euch

Mario Hoppe

vom Arbeitskreis-Familie

E-Mail: familie@kreuzbund-berlin.de

Liebe Freunde

Am 04.09.2003 sind wir ein Jahr in den Räumen der Christoph-Ruden-Straße als neuen Standort. Ich gestatte mir daher aus meiner Sicht ein kleines Resümee zu ziehen.

Die Aufregung und Euphorie der ersten Tage ist vorbei, längst ist auch in unserer Gruppe der graue Alltag eingeleitet.

Die Gruppe ist schwunghaft angewachsen. Das zeigt, dass Bedarf besteht. Oft haben wir Gäste aus dem Neuköllner Krankenhaus, die sich informieren wollen und noch auf der Suche nach einer passenden Gruppe sind.

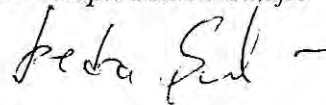
Durch Umzug oder durch Rückfälle haben wir aber auch Gruppenfreunde verloren. Wie ihr seht, funktioniert bei uns die Fluktuation. Leider sind, „Gruppendynamische Prozesse“ an uns nicht vorübergegangen, so dass es zu Missverständnissen gekommen ist. Auch das ist überstanden und zeigt, dass die Gruppe, „Krisenfest“, ist. Ein Kreuzbundmitglied hat sich deshalb aus der Gruppe verabschiedet.

Ich danke ihm für seine geleistete Aufbauarbeit und wünsche für die Zukunft alles Gute. Wir haben jeden Donnerstag eine interessantes Vormeeing mit allen möglichen Themen z.B. die letzte Urlaubsreise, Haustiere, Kulturangebote. Auch Hilfsangebote beim Renovieren oder Fragen bei Behördengängen sind bei uns Thema.

Gruppenaktivitäten dürfen natürlich nicht fehlen. So hat ein Gruppenfreund wieder eine Radtour organisiert, welche sogar gruppenübergreifend (Finchleystraße) stattfand und großen Anklang fand. Am 30.08.2003 freuen wir uns auf unseren Ausflug nach „Fischland Darß“. Und zum Jahresabschluss wird eine Weihnachtsfeier bestimmt auch nicht fehlen. Abschließend ist zu sagen, dass der neue Standort als Kreuzbundgruppe eine Lücke als Hilfe zur Selbsthilfe in der dortigen Wohngegend geschlossen hat. Auch von der dortigen Kirchengemeinde Alt Buckow sind wir sehr herzlich aufgenommen worden.

Petra Sahin

Christoph-Ruden-Straße



Wolfram Hoch

Dienstleistung - Service

Telefon: 030 / 664 26 19

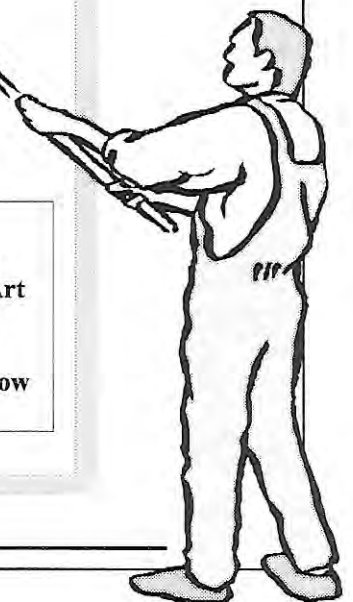
Anzeige

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



Liebe Gruppenfreunde, liebe Weggefährten.

Ich kann nur jedem von euch das Seminar „Leben und Tod“ ans Herz legen. Tut euch selber diesen Gefallen, es hilft euch in der Trauer sehr.

Als ich mich 1999 zu diesem Seminar angemeldet hatte, wollte ich endlich auch mal diese Schublade öffnen und dieses immer totgeschwiegene Thema anpacken. Als dann der Termin im Januar 2000 immer näher rückte wurde meine Mutter sehr krank. Ich besuchte dieses Seminar, obwohl meine Mutter zu diesem Zeitpunkt hätte sterben können. Doch ich dachte mir, nutze dieses Seminar um besser dann mit ihrem Tod umgehen zu können. Bei diesem Seminar durfte ich dann erfahren, dass nicht alles nur schwarz und düster ist. Dort erfuhr ich auch, dass es nach dem Tode das „Ewige Leben“ gibt und das die Toten in einer schönen anderen Welt sorglos leben. Auch ein Film rundete dieses Seminar ab. Das gab mir sehr viel Trost und Kraft in dieser Zeit.

Als ich dann vom Seminar kam und meine anschließenden Urlaubstage nutzte um am Bett meiner Mutter zu sitzen und Abschied zu nehmen, fielen mir so viele Dinge ein, die ich beim Seminar gehört hatte.

Meine Mutter erholte sich. Konnte zwar nicht mehr die Wohnung verlassen und lebte noch bis zum 30. Juli 2003. An diesem Tag nahm der liebe Gott sie in Gnade mit 83 Jahren zu sich. Meine Mutter war zu diesem Zeitpunkt bis auf die Knochen abgemagert und ich habe mich in den 3 ½ Jahren immer so von meiner Mutter verabschiedet, als wenn es das letzte Mal sein würde. Ich bin froh und dankbar, dass ich die lange Zeit hatte, um mich von ihr zu verabschieden. Heute kann ich dank des Seminars ihren Tod annehmen und akzeptieren. Denn was ich dann im Sarg liegen sah, war nur noch die Hülle meiner Mutter. Es war ein grausamer Anblick, doch es macht es mir leichter ihren Tod anzunehmen und zu akzeptieren. Vom Alter mal ganz abgesehen.

Ich muss euch noch von einer sehr schönen Erfahrung berichten. In all dem Traurigen liegt auch was Gutes und ich spüre, dass ich mit Gottes Hilfe getragen werde. Am Tag als meine Mutter im Sterben lag begegnete mir am 29.7. Rosi vom Kreuzbund und einen Tag später eine ALANON. Beide gaben mir die nötige Kraft um diesen schweren Weg zu gehen. Am Tag der Beerdigung schloss sich für immer eine Tür, doch eine neue öffnete sich für mich. Ich traf eine Frau, die mir durch ihre tröstenden Worte sehr geholfen hat und meinte, dass es meiner Mutter in ihrer neuen Welt gut geht und sie nun keine Sorgen mehr hat.

So, meine lieben Freunde. Es ist zwar kein schönes Thema, doch ich denke mal mein aktueller Bericht wird euch zum Nachdenken anregen. Ich hoffe und wünsche es mir für euch sehr.

In Dankbarkeit und in tiefer Trauer

Eure

Bärbel

Otawistr.



„Leben und Tod“ Gustav Klimt



AUTOFIT-Time-Racing

für alle Automarken

Wie schon beim Nachbarschaftsfest im letzten Jahr, beim Zeitfahren auf "MANN & Hummel" LKW, hatten wir auch dieses mal wieder, mit den schnittigen ACE und Liqui-Moly Geländeacern, sehr großen Spaß.

Erstmals halten wir eine Rennstrecke aufgebaut, die bei Jung und Alt für Begeisterung sorgte, was sich an der Racing-Teilnehmerzahl auch verdeutlichte.

Von den 17 teilnehmenden Fahrern haben folgende die ersten Plätze belegt:

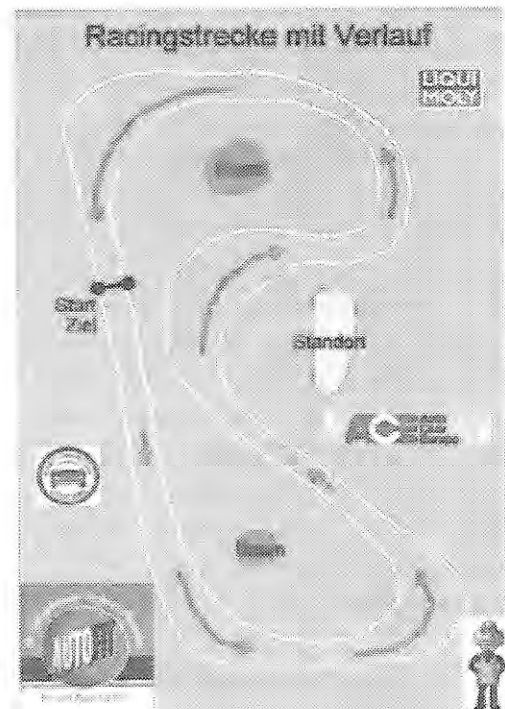
Patrik Hoppe	40 Sekunden
Peter Voss	59 Sekunden
Tanja Zielke	68 Sekunden

Beim Rennen galt es den funkfernbedienten Racer über drei Runden auf der Strecke fahren zu lassen. Die erste Runde wurde zum Einfahren auf die Strecke genutzt, um dann, mit fliegendem Start, in die zwei Wertungsrunden zu fahren.

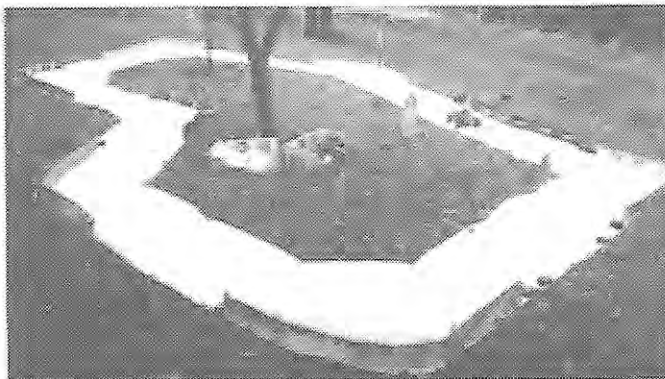
Nach dem Rennen wurden die erfassten Zeiten aller Fahrer ausgewertet und alle Teilnehmer wurden mit Überraschungspreisen für ihre Leistung belohnt.

Wir, die Leute von der AUTOFIT Andreas Grün KG sind uns sicher, dass im nächsten Jahr der Spaß der gleiche, die Teilnehmerzahl jedoch weit höher ausfallen wird.

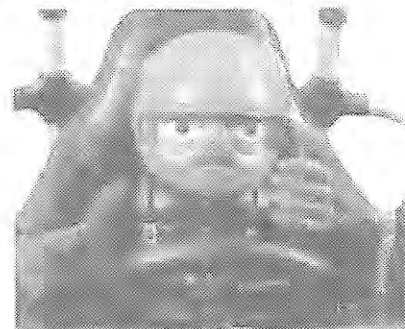
Wir freuen uns schon jetzt auf nächste Rennen!



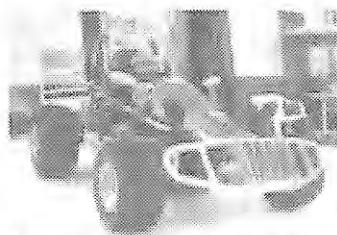
Und jetzt noch ein paar Fotos vom Renntag



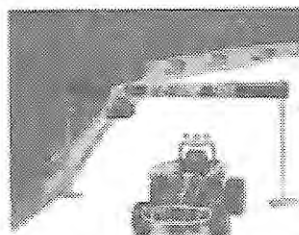
Die Rennstrecke kurz nach dem Aufbau



Der Fahrer ohne Furcht und Tadel



Der ACE / Liqui-Moly Racer



Der Racer auf der Strecke



Peter Voss hochkonzentriert auf Fahrt

www.autofit-gruen.de

Sommerfestimpressionen



Da war zum Schluss kaum etwas übrig!



Wer ist Marcellino???

„Irgendwo hatte ich meine Rede“



„Jetzt isse weg“



Peter Voss bei der „Formel Grün“



Zusammen 50 Jahre Kreuzbund - mindestens!



Autogrammstunde mit Evi

FLEISCHWAREN

Maximilian

Vida Brückner GmbH

BRATWURST · SCHASCHLIK · CURRYWURST · BOCKWURST

Wir Danken für die Unterstützung beim Sommerfest

Abteilung Fußball.

Nun wieder einmal ein paar Zeilen von der Fußball-Abteilung. Ich weiß, es müsste etwas mehr kommen aber leider ist es mit der Fußballabteilung wie in vielen anderen Standorten auch. Alle wollen Erfolgserlebnisse aber wenige wollen dafür etwas tun. So ist es auch mit der Infopost für die Zeitung. Nun zu unseren Erfolgen in diesem Jahr. In der Drogenliga belegten wir in der Meisterschaft von 16 Mannschaften den 4. Platz, im Himmelfahrtsturnier wurden wir Sieger.

Der schöne Pokal ist in der Marthastrasse zu besichtigen. Leider haben wir es nicht geschafft, bei unserer letzten Reise ins Emsland, den Titel wieder nach Berlin zu holen. Wir wurden Zweiter und haben im Finale gegen Düsseldorf 0:1 verloren. Wir werden es aber am 25.10.03 in der Halle in Düsseldorf, wo wir wieder als Gast sind, versuchen.

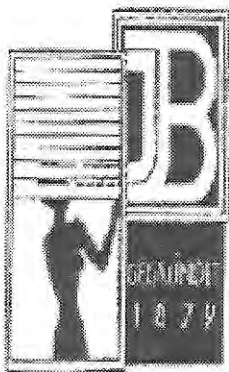
Hiermit möchte ich auch gleich meinen Rücktritt von der Abteilung Fußball bekannt geben. Der neue Ansprechpartner wäre dann Manfred Zimmermann, zu erreichen über die Maulbeerallee. Hiermit wünsche ich dem Manfred und der Kreuzbund-Fußballabteilung viel Glück und Erfolg.

Gruppenfreund G. Weiß



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



Scheckübergabe

An einem Mittwoch Anfang August, haben sich Frau Gansert-Dahms und ihr Kollege Herr Zimmermann von der Barmer Ersatzkasse, zu einem Besuch in unserer Geschäftsstelle angemeldet. Nachdem wir gemeinsam mit dem Geschäftsführenden Vorstand und unserer Geschäftsführerin Margot Ertel im Garten Kaffee getrunken hatten, wurde uns von den beiden Mitarbeitern der BEK ein Scheck in Höhe von 2000,- € überreicht, den wir dankend entgegen nahmen.



Wir tauschten beiderseitig Erfahrungen und Anregungen für eine erfolgreiche Nachsorge in der Suchtkrankenhilfe aus. Uns wurde auch von dieser Seite wieder bestätigt, wie wichtig unsere Selbsthilfegruppen sind.

Heidi Singer

Wie die Schnecke ihr Haus verloren hatte und zurück bekommen hat.

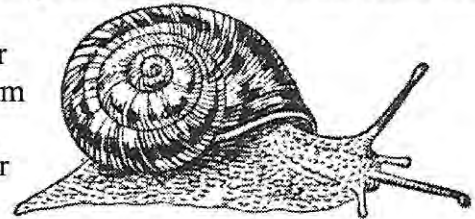
Emil die Schnecke lag wie jeden Morgen rechts am Waldrand. Die Sonne war gerade am Himmel aufgegangen als Emil wach wurde. Er reckte und streckte sich, machte die Augen auf und bekam einen großen Schrecken, wo war sein Haus, es war weg was war geschehen? Er war ohne Haus und die Nachbarn konnten es sehen. Das war sehr peinlich.

Langsam machte er sich auf den Weg und bis zum Mittag war er am Bach angekommen, wo das Gras gut war. Er blieb dort, um nachzudenken, was man nun tun müsste.

Alle Tiere fragen, zur Polizei gehen oder zum Fundbüro? Aber man würde ihn sicher nur auslachen, das Haus weg, zu blöd.

Es wurde Abend und da Emil vom Nachdenken müde war,

ist er eingeschlafen. Als er plötzlich aufwachte, traute er seinen Augen nicht, sein Haus war wieder da, es war nur ein böser Traum. Emil hatte Glück, aber geht es uns Menschen nicht auch oft so. Wir haben auch oft das Gefühl kein Haus zu haben, wo wir geborgen sind und wir fühlen uns wie Treibsand oder wie Blätter im Wind des Lebens. Dann brauchen wir Freunde wie im Kreuzbund oder der liebe Partner, um wieder ein Haus zu haben im Sturm der Zeit und der Gefühle.



Michael Mennicken – Holley
Gruppe Alexandrinenstrasse

Aspekte des Lebens

Gedanken zur Therapie in Bad Dürkheim 1992 und den Abbruch derselben, geschrieben am 27.04.092. Heute am 8.8.2003 als Rückblende.

Heute habe ich mit der Therapeutin gesprochen. Ihr ist nicht klar, was mir für Gedanken durch den Kopf gehen. Ich habe mehr verloren als einen kleinen Hund, er war alles was ich noch hatte.

Wie lange es noch dauert, bis ich den letzten Schritt mache, es ist gut so, die Therapeuten haben ihr Wissen aus Büchern, sie sind noch so jung. Ich muss erst in Berlin gewesen sein, um die Mittel zu bekommen die ich brauche. Für einen Süchtigen nicht schwer. Habe einen Brief von Tante Karin bekommen, sie schreibt mir, dass meine Anja am 29.4.1992 gestorben ist. Jetzt ist sie bei Dieter in einer besseren Welt. Sie kann jetzt spielen – laufen ist glücklich und hat keine Schmerzen mehr. Ich konnte in ihrer letzten Stunde nicht bei ihr sein. Mir wurde das letzte genommen, was ich noch hatte. Alles wegen dieser blöden Therapie, sie hat mir nur Schmerz und Leid gebracht. So ist alles fragwürdig geworden. Ich werde dafür sorgen, dass man mich aus der Klinik wirft. Ich machte damals einen großen Fehler, alles aufs Spiel zu setzen.

Ich brauchte noch sieben Jahre um endlich einzusehen, dass alles falsch war. 1999 fing mein neues, trockenes und cleanes Leben an. Mit Gottes Hilfe. Danke, ich habe euch und meinen lieben Freund

Michael

Alexandrinenstrasse

Lieber Grill in der Marthastr.

Was hast Du uns immer für Freude gemacht! Wir menschlichen Wesen haben uns um Dich geschart, weil Du nur Gutes für uns parat hattest. Leckere Würstchen, Steaks u.a., so wie beim letzten Gartenfest einen super netten Koch. Und heute, am 09.07. stehst Du völlig verkommen in der Ecke! Bei Regen und Sonne rostest Du langsam vor Dich hin. Du wurdest ja noch nicht mal sauber gemacht! Dein schmutziger Rost steht irgendwo an der Wand. Es ist schon traurig. Dabei ist doch jede Gruppe bemüht, ihr Domizil so zu verlassen, wie sie es vorzufinden hofft. Nur, Du gehörst ja nicht einem Einzelnen, sondern uns, dem Kreuzbund. Da wirft man eben altes Eisen weg, kauft neues. Der Kreuzbund hat's ja!!!

Heidi

*aus
der Hauptstr.*



Polterabend

Liebe Freunde

Auf diesem Wege will ich mitteilen, dass mir der Polterabend für Karin und Klaus sehr gut gefallen hat.

Es war für mich eine schöne Erfahrung, einen alkoholfreien Polterabend zu erleben.

Der letzte Polterabend, den ich mitgemacht habe, liegt schon einige Jahre zurück.

Damals waren wir alle, ich eingeschlossen, doch ziemlich angetrunken, so dass wir das Fest eigentlich nicht richtig genießen konnten.

Die Zusammenkunft war doch nur, um gemeinsam Alkohol zu trinken. Der nächste Tag war dann ohne Aspirin gegen die Kopfschmerzen schwer zu ertragen. Der Spruch, „Nie wieder Alkohol“ hielt nicht selten genau eine Woche, da dann bestimmt weder jemand Geburtstag hatte.

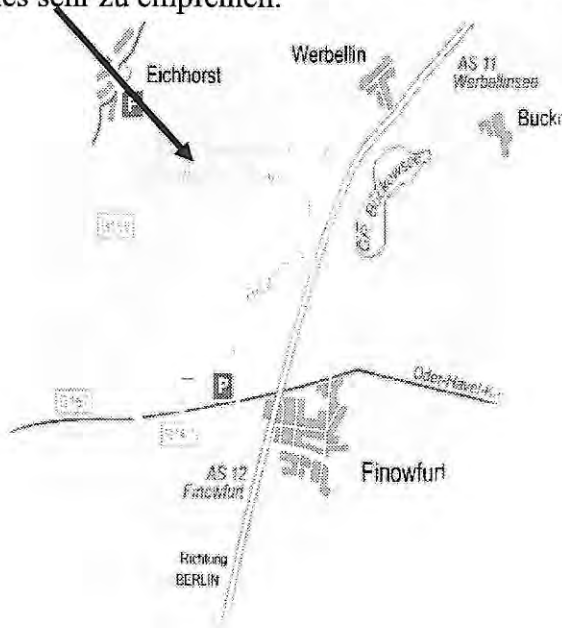
Herzliche Grüße

Petra

Gruppe Christoph-Ruden-Straße

Eine Unvergessliche Gruppenfahrt.

In diesem Jahr ging unsere Gruppenfahrt nach Udersee. Das Naturfreundehaus liegt in Brandenburg. Durch seine günstige Lage können von dort viele Ausflüge unternommen werden. In die Schorfheide, nach Kloster Chorin, zum Schiffshebewerk Finow und in den Eberswalder Zoo. Alles sehr zu empfehlen.



Das Haus ist behindertengerecht eingerichtet, hat zwei Kegelbahnen und eine Sauna. Außerdem hat es noch weitere Sport und Freizeiteinrichtungen.

Es liegt direkt am See, der für Schwimmer und Nichtschwimmer gekennzeichnet ist. Auch für Gruppenfreunde die gerne wandern liegt das Haus ideal.

Was für mich diese Gruppenfahrt unvergesslich macht, war der Spaziergang am Sonntagvormittag. Nach einem reichhaltigen Frühstück wollte ich mit fünf Gruppenfreunden die Umgebung noch ein wenig erkunden. Wir liefen bis zum Kleinen Buckowsee. Da trafen wir einen Bewohner, der sein Haus in der Nähe hatte. Eine Gruppenfreundin fragte ihn, ob man den See umwandern kann, was er bejahte und ihr den Weg erklärte.

Ich fiel aus allen Wolken als sie sagte, jetzt umwandern wir den See. Zuerst wollte ich nicht, aber meine Gruppenfreunde überredeten mich mit zu gehen. Und das war Abenteuer pur! Wie sagt man, „Über Stock und Stein“. Nein es waren Bäume und Morast, manchmal kein Weg, rauf und runter, dicht am Wasser und ohne Geländer. Ich hatte Angst ins Wasser zu fallen. Doch gerade als ich sagen wollte, ich kann nicht mehr, kam es von den Gruppenfreunden freudig, „wir haben es geschafft!“ Wir waren an dem Punkt angekommen, wo wir den Mann getroffen hatten. Auf dem Rückweg ins Naturfreundehaus erklärte ich dann, was mit mir los war. Ich war aber auch stolz auf mich, daß ich meine Angst an diesem Tag besiegt hatte.

Alles in allem, es waren wunderschöne Tage mit den Gruppenfreunden und ich hatte noch etwas Besonderes. Ich hatte drei Tage einen fürchterlichen Muskelkater und vielleicht in Zukunft etwas weniger Angst.



Eva
Gruppe Briesestrasse.

Tel.: 030 / 491 61 37

www.autofit-gruen.de

Andreas Grün macht ihr Auto fit!



Für alle Automarken



Residenzstraße 59, 13409 BERLIN-Reinickendorf

Neuer und erweiterter Service für Sie und Ihr Auto!

Um unseren Kundenwünschen gerechter zu werden, haben wir unser Dienstleistungsspektrum erweitert und möchten Sie nun herzlich einladen, sich mit unserem Service vertraut zu machen!

Wir halten immer was wir versprechen. Ob Inspektion, Wartung oder Service-Check, bei uns sparen Sie Zeit, Geld und Nerven.

Vergleichen Sie einfach. Bei uns bezahlen Sie keinen Imagezuschlag, sondern Meisterleistungen:

- Wir reparieren alle Automarken
- Wir verwenden Original-Ersatzteile
- Wir sind zuverlässig und Preiswert
- Wir sorgen für Ihre Mobilität
- Wir bieten Reparaturkostenfinanzierung

...erleben Sie den Unterschied!



Die Mitarbeiter der AUTOFIT Andreas Grün KG

Reparatur-Ersatzfahrzeug!

Sollte an Ihrem Fahrzeug eine Inspektion, Wartung oder Reparatur nötig sein, können wir Ihnen auf Wunsch und nach Vereinbarung unser Reparatur-Ersatzfahrzeug kosten-günstig zur Verfügung stellen.

Daneben haben Sie auf Wunsch auch die Möglichkeit, sich eines unserer Fahrräder für Ihre Mobilität vor Ort auszusuchen, um Ihre weiteren Wege zu erledigen.

...wir sorgen für Mobilität!



unser Reparatur-Ersatzfahrzeug

Wir bieten Ihnen viele attraktive Angebote

für Ihre mobile Sicherheit!

- AUTOFIT Sicherheits-Check mit Mobilitätsgarantie nur 29,00 €*
- Motorenölwechsel mit Ölfiltererneuerung nur 3,95 €*
- Bremsen- und Bremsflüssigkeitsprüfung nur 5,00 €
- Bremsflüssigkeitswechsel nur 24,00 €*
- Scheibenbremsbelagwechsel nur 19,00 €*
- Auspuffenschalldämpferwechsel nur 3,95 €*

* = zuzüglich Material Angebote gültig bis 29. November 2003

Stichwort Klimaanlage: ...ohne Wartung läuft nichts!

Solange die Klimaanlage funktioniert, läuft alles bestens!

Das denkt der stolze Besitzer, der davon ausgeht, dass diese wartungsfrei ist. Schließlich taucht sie in den Wartungsplänen der Hersteller kaum auf. Ein verhängnisvolles Versäumnis, denn Fahrzeugklimaanlagen können bauartbedingt keine hermetisch geschlossenen Systeme sein. Schleichende Kältemittelverluste in beträchtlicher Höhe sind die Folge.

Um Kältemittelverluste zur Vorbeugung von Folgeschäden zu minimieren, gibt es ein ganz einfaches Mittel: regelmäßige Wartung in einer Klimafachwerkstatt!

Wer sich die Wartung ersparen will, zahlt wenig später drauf. Denn, sinkt der Füllstand des Kältemittels unter ein bestimmtes Level, nimmt die Anlage erheblichen Schaden. Ihr „Herz“, der Kompressor, wird nicht mehr ausreichend geschmiert. Er läuft heiß und geht kaputt. Kostenpunkt für einen neuen: rund 500 Euro und mehr. Im Vergleich dazu sind die Kosten für den jährlich empfohlenen Grund-Check der Klimaanlage minimal!

Sicher fahren – entspannt ankommen! → Klimaanlage-Check ab 29,- €

AUTOFIT-Meisterwerkstatt Andreas Grün KG - die sympathische System-Werkstatt für alle Automarken



Neue Öffnungszeiten

Büro:

Montag bis Freitag: 06:30 bis 19:30 Uhr
Samstag: 07:45 bis 14:15 Uhr

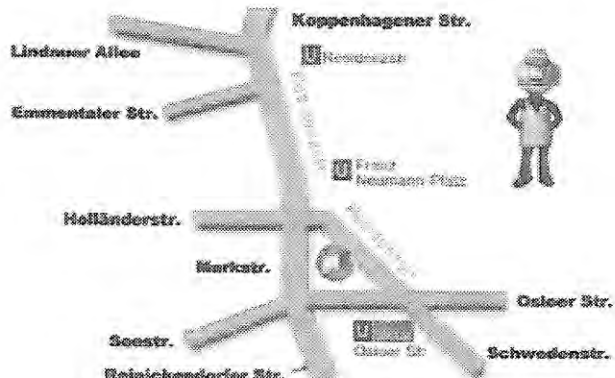
Werkstatt:

Montag bis Freitag: 07:00 bis 19:00 Uhr
Samstag: 09:00 bis 14:00 Uhr

...Immer auf dem laufenden!

Damit Sie immer über unsere neuesten Angebote informiert sind und wichtige Neuigkeiten aus der Autobranche erfahren können, empfehlen wir Ihnen, sich in unserer Newsletterliste einzutragen.

www.autofit-gruen.de



Wir waren mal wieder Alle zusammen

Unsere diesjährige Gruppenfahrt vereinte unsere Gruppe "Hielscher" mit unserer alten Stammgruppe "Finsterwalder". Das machte diese Fahrt zu einem besonderen Erlebnis. Selbst mit neuen Gruppenfreunden, die wir noch nicht kannten, waren wir sofort im Gespräch und mit den "Alten" so vertraut, als ob wir noch nie getrennt gewesen wären. Das machte sich an unserem Tisch auch beim Essen bemerkbar. Beim Lachen



und Kichern schmeckte uns das Essen noch mal so gut, gekleckert durfte auch mal werden. Unser Ziel war diesmal *Allrode* im Harz. In unserem Hotel waren wir wieder gut untergebracht, es gab auch Freizeitmöglichkeiten, wie Schwimmbad, Wellness, Minigolf.



Der Samstag war mit kleiner Harzrundfahrt, Stadtbesichtigung und Besuch beim "Windbeutelkönig" gut vorgeplant. Die Miniwindbeutelportion war so reichhaltig, dass wir uns fragten, wie denn die anderen Portionen sein könnten. Den Belastungstest - wenn man zwei Windbeutel schafft, bekommt man den Dritten gratis - hätte wohl keiner von uns gemacht.



Die Abende verbrachten wir mit einem Spieleabend und einem "lustigen" Abend mit Musik, Liedern, Sketchen und unserem Theaterstück „An allem ist die Katze schuld“.

Es gab viel zu lachen, manchmal auch einige Tränen der Wehmut, da Einige, die auf der letzten gemeinsamen Gruppenreise dabei waren, nicht mehr unter uns weilen. Insgesamt hat sich diese Gruppenfahrt als sehr nachahmenswert herausgestellt.

Unsere "Superorganisatoren" die Familien Fiedler und Woldt sind ja schon am Planen der nächsten Gruppenreise und haben unsere volle Zustimmung und unseren Dank für ihren Einsatz.

Angelika Schmidt
Mitbetroffene

Fotogruppe

Wer will mitmachen?

Aufbau einer Kreuzbundchronik als
Diashow (Computer) usw.

Anfragen an:
Manfred Ott

Tel: 030 36 43 71 32

Unsere Sommerpause
ist vorbei!

Wir Turnen wieder
ab 15.09.2003
in der MarthasträÙe
um 17.00 Uhr



Unsere kleine Gemeinschaft
sucht noch Freunde,
die Lust und Freude beim
Singen haben.

Wir treffen uns jeden
zweiten Mittwoch von
18 bis 20 Uhr zum
gemeinsamen Singen in
der Marthastrasse.

Helmut
Tel.: 433 61 84



zu Verkaufen

MERCEDES-BENZ A 170 CDI Lang Classic

Fahrzeugdaten

Aufbau / Türen LIMOUSINE / 5
Leistung KW / PS 70 / 95
Motorart DIESELMOTOR
Zylinder 4
Erstzulassung 9 / 2002
Laufleistung (KM) 20.000
Schadstoffklassen EU3

Sonderausstattung

- Getriebe: 5-Gang-Halbakomatik
- Klimaanlage
- 1 Satz Winterreifen auf Felge
- Ablagebox unter Beifahrer-/Fahrersitz
- Colorglas
- Fußmatten Teppich
- Gepäckraumabdeckung
- Kindersitzbefestigung ISOFIX
- Lackierung: Atollblau Metallic

Serienausstattung

- Antiblockiersystem (ABS)
- Antischnupfregelung (ASF)
- Elektronisches Stabilitäts-Programm (ESP)
- Brems-Assistent-System (BAS)
- Airbag Fahrer- und Beifahrer
- Sidebag Fahrer- und Beifahrer
- Außenspiegel elektr. verstellb. u. beh.
- Außentemperaturanzeige
- Colorglas
- Drehzahlmesser
- Fensterheber elektrisch vorne

- Heckscheibenw. m. Interv./Komf. Schalt.
- Kopfstützen (5)
- Lenkrad höhenverstellbar
- Nebelscheinwerfer vorn
- Paket: CLASSIC
- Polsterung Stoff
- Rücksitzbank 1/3 zu 2/3 geteilt, umklap.
- Scheibenwaschdüsen beheizt
- Schutzleisten rundum
- Servolenkung mit Sicherheitslenksäule
- Fahrersitz höhen- und neigungsverstellbar

VB 19.500,- €

Ulrich Mauch

Telefon: 030-4316072

Freude und Trauer

Am 13. November 1993 beschlossen Marianne und Rosi ein Kind zu taufen. Dieses Kind bekam den Namen „Gruppe für Alleinstehende“, kurz genannt Single-Gruppe. Bei der Taufe waren 68 Paten und Freunde dabei. Der Grund für dieses Kind war die Erkenntnis, daß wir Alleinstehenden doch noch andere Probleme haben als Freunde mit Familie.

Jahrelang ging alles gut. Wir redeten miteinander, fassten Vertrauen zueinander und sprachen unsere innersten Probleme an, teilten aber auch Freude und Glück miteinander. Es war ein Geben und ein Nehmen von jedem einzelnen in dieser Runde. Wir unternahmen vieles gemeinsam, denn unsere Treffen finden immer am Sonntagvormittag statt. Und damit es nicht zu viel wird, alle zwei Wochen Sonntags. Wir unternahmen Wanderungen, spontane Trips und Wochenendreisen. Es war wunderbar! Es waren Gruppenfreunde dabei, die sich so sympathisch fanden, dass sie beschlossen haben ihren Weg gemeinsam zu gehen. Es war jahrelang ein sehr lebendiger Gesprächskreis und ich glaube, die Freunde die zu uns kamen, haben sich auch wohl gefühlt und das Zusammensein genossen. Aber irgendwie ist jetzt der Wurm drin. In den letzten Jahren gibt es beim Kreuzbund keine Alleinstehenden mehr, die sehr eigene spezifische Sorgen und Probleme haben, die sie mit Gleichgesinnten austauschen möchten. Ich habe in den Mittwochsrunden und auf den Ausschusssitzungen wiederholt auf die Alleinstehenden-Gruppe aufmerksam gemacht und habe die Hauptgruppenverantwortlichen gebeten, in ihren Standorten unsere Zusatzgruppe zu erwähnen, aber es hat sich nichts gerührt oder verändert. Und das macht mich traurig. Dieses Kind mit dem ich gewachsen bin, das mich behütet hat, mir geholfen hat, zu dem Menschen zu werden der ich heute bin, ist zum Sterben verurteilt. Wir sind ein zu kleiner Kreis geworden, der im eigenen Saft schmort. Es gibt anscheinend keine Alleinstehenden Kreuzbundfreunde und Freundinnen mehr die zu uns kommen möchten.

Und damit ist der „Gesprächskreis für Alleinstehende“ zum Tode verurteilt und das nach zehn Jahren. Das tut mir richtig weh! So wie es jetzt aussieht, wird der Gesprächskreis ab dem 1. Januar 2004 nicht mehr bestehen, wenn nicht ein Wunder geschieht. Und deshalb meine große Trauer um ein Kind, das ich so sehr geliebt habe.

Eva – Singlegruppe

Tel.: 251 35 86

KONTAKT
STELLE

für Menschen mit Suchtproblemen

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

Informationen und Hilfe Bei Problemen mit Alkohol, Medikamenten und Tabak

Sprechzeiten

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

**Angebote für Senioren
Selbsthilfegruppen
Frauengruppen
Unterstützung und Hilfe
für entwöhnungswillige Raucher
Freizeitangebote**

- Alkoholfreie Lebensart -



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
(Samstag für private Feiern)**

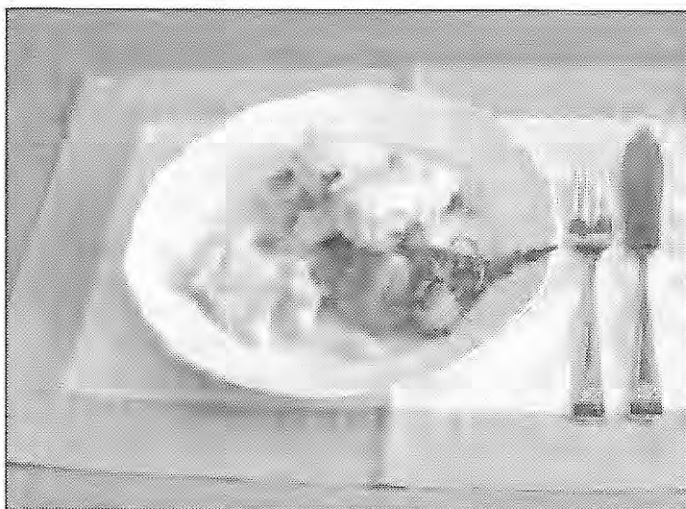
Mo ab 11.30 Uhr

Wegenerstraße 1-2, 10713 Berlin-Wilmerdorf
U-Bahn Fehrbelliner Platz, Bus 101, 104, 115

Seelachsrollen auf Tomaten-Kartoffelbett

Zutaten (4 Portionen):

600 g Seelachsfilet
8 TL Senf
80 g Crème fraîche
600g Kartoffeln (geschält, gekocht)
8 Tomaten
60 g geriebener Käse
Rosenpaprika
Salz
Schnittlauch
Petersilie



Zubereitung:

Verrühren Sie den Senf und 4 TL Crème fraîche mit Rosenpaprika und Salz. Streichen Sie diese Mischung auf die Fischfilets. Bestreuen Sie die Filets dann mit reichlich gehacktem Schnittlauch und rollen Sie sie auf.

Streichen Sie eine feuerfeste Form mit der restlichen Crème fraîche aus. Schneiden Sie die gekochten Kartoffeln und die Tomaten (Stielansatz entfernt) in Scheiben. Schichten Sie beides in die Form.

Legen Sie die Fischröllchen darauf und bestreuen Sie alles mit dem geriebenen Käse.

Garen Sie mit Deckel im vorgeheizten Backofen bei 200°C für ca. 20-25 Min. Bestreuen Sie dann alles mit der gehackten Petersilie und servieren Sie.

Bayrische Creme

Zutaten (6 Portionen):

3 Eigelb,
½ Vanillestange,
250 ml Milch,
125 g Zucker,
8 Blatt weiße Gelantine,
250 ml Sahne,
Kirschen

Zubereitung:

Erhitzen Sie die Milch zusammen mit der Vanillestange. Lassen Sie die Milch kurz aufkochen und nehmen Sie sie dann vom Herd. Lassen Sie die Vanillestange noch 10 Minuten in der Milch ziehen. Rühren Sie das Eigelb mit dem Zucker schaumig. Geben Sie dann die heiße Milch unter Rühren hinzu.

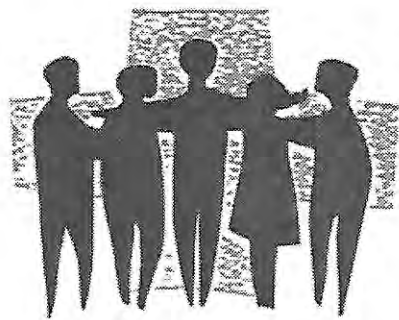
Weichen Sie die Gelantine in kaltem Wasser ein. Setzen Sie den Milchtopf nochmals auf die Kochstelle und schlagen Sie die Milchmischung bei kleiner Hitze mit einem Schneebesen kräftig durch. Entfernen Sie den Topf kurz vor dem Kochen vom Herd, damit die Creme nicht gerinnt. Drücken Sie nun die Gelantine aus und rühren Sie sie in die Milchmischung ein.

Füllen Sie die Creme in ein Spritzsieb und spritzen Sie sie damit in eine Schüssel. Lassen Sie die Creme erkalten und rühren Sie sie dabei von Zeit zu Zeit durch, damit keine Haut entsteht.

Schlagen Sie die Sahne steif und heben Sie sie unter die Creme.

Spülen Sie eine Form mit kaltem Wasser aus und füllen Sie die Creme ein. Lassen Sie alles im Kühlschrank fest werden und stürzen Sie die Creme vor dem Servieren auf einen Teller.

Garnieren Sie mit Kirschen.



KREUZBUND

*Alle 4 Jahre
sind Wahlen.*

*Du aber darfst
heute schon wählen!*

*Mitglied im
KREUZBUND*

Ja





Liebe Internetbegeisterte und Alle die es bestimmt noch werden,

Ein virtueller Besuch in einem Museum kann den realen Besuch natürlich nicht ersetzen. Doch nicht jeder hat die Möglichkeiten den *Louvre* in Paris oder Das *Hermitage Museum* in St. Petersburg zu besuchen.

Aber gerade diese beiden Museen haben eine wirklich grandiose Webseite. Der Aufbau der Seiten ist vorbildlich und so gelangt man schnell in die verschieden virtuellen Ausstellungsräume und kann sich in wirklich sehr guter Qualität die Kunstwerke anschauen.

Eine kleine Warnung vorab: Wenn man sich erst ein mal auf den beiden Webseiten ein wenig umgesehen hat, rinnt einem die Zeit, (auch Kunstbanausen wie mir) buchstäblich durch die Finger.

Beide Museen erlauben, ja bitten sogar, die abgebildeten Kunstwerke, die alle eine sehr hohe Auflösung haben, von der Seite runter zu laden bzw. auf seinem Rechner zu speichern.

Leider steht auf beiden Seiten keine deutsche Menüführung zur Verfügung. Durch die verständliche Aufmachung der Seiten kommt man aber auch mit den letzten Brocken Schulenglisch zurecht.

Viel Spaß

Johannes Redaktionsteam

LOUVRE | [Bibliothèque](#) | [Musées](#) | [Home](#)

History of the Louvre
Virtual Tour

Selected Works
Atlas

Exhibitions
Auditorium
Guided Tours
and Workshops
Education

Latest News
Practical information
Contact us
Publications
and databases

Pages Sites
Downloads
Shop Online

Leonardo di ser Piero da Vinci, known as Leonardo da Vinci
1452-1519
The Mona Lisa (1479 - d. before 1550) also known as La Gioconda
1503-1506
Wood panel
H 0.77 m, W 0.53 m
INV 779

If Vasari is correct, the portrait which Leonardo took to France, that was acquired by François I, was of the Mona Lisa, who in 1495 married Francesco di Bartolomeo di Zanobi del Giocondo. The wife "La Gioconda" would thus derive from this notable Florentine's surname. But in Italian, "gioconda" also means a light-hearted woman. With a lasting effect on Italian art, this portrait stood for an ideal. The smile that gives her life is, however, a feature of many of Leonardo's figures. Several scholars have concluded that the portrait was worked on over a long period, starting around

<http://www.louvre.fr/>

Digital Collection

EDUCATION | COLLECTION HIGHLIGHTS | EXHIBITIONS | HERMITAGE HISTORY | CHILDREN'S EDUCATION | DIGITAL COLLECTION

OPEN & SEARCH

Web site to the Digital Collection, the new virtual gallery. High resolution artwork images from the Saint Hermitage Museum.

TEXT COLOUR AND LAYOUT SEARCHES

HELP: Query By Image (QBI) search technology helps you locate artwork using visual tools.

Find artwork by defining a list of search criteria. Use the palette to select colors. Filter on a category. Use the existing search results by requesting all artwork with a specific visual attribute.

ADVANCED SEARCH

Use the Advanced Search to find artwork by artist, title, or subject. Use various filter options such as style, period, theme, etc. for

BROWSE

	Portraits, Prints and Drawings		Sculpture
	Machinery and Mechanisms		Vases and Amoretti
	Furniture and Interiors		Coinage and Porcelain
	Applied Arts		Jewellery
	Books		Nautical and Topographical
	Costume		Archaeological Artefacts

<http://www.hermitagemuseum.org/>

Arbeitskreis

FAMILIE IM KREUZBUND

1 2,3 der Arbeitskreis- Familie ist dabei
30.08.03 Nachbarschaftsfest in der Marthastraße

07.09.03 ABA-Fest in Don Bosco

14.09.03 Familiensonntag in der Marthastraße

Wir nehmen auch jederzeit Spenden in Form von:

Kuscheltieren, Spielen, Bällen usw.

Bitte in der Marthastrasse abgeben

Bei Rückfragen

Tel/Fax: 030 45084312 o. Handy: 0162 1968542

E-Mail info@photocommaho.de

Mario aus der Schwyzerstraße



KREUZBUND

Frauen

Gesprächskreis

FRAUEN im

Oktober

01.10.03

18.15 Uhr -19.45 Uhr

„Meine Bedürfnisse vor und im
Ruhestand“

November

05.11.03

18.15 Uhr -19.45 Uhr

„Trennung und Begegnung“
wichtige Stationen meines Lebens

Dezember

03.12.03



18.30 Uhr „Weihnachtsschmaus“ im „Weißen Elefanten“
Wegnerstr. 1-2 10713 Berlin

Wir begrüßen die Neuen im KREUZBUND

Margrit Retelsdorf
Oranienburgerstraße

Manfred Zimmermann
Maulbeerallee

Gerhard Weiß
Alexandrinestraße

Gabriele Niederleitner
Cristoph-Ruden-Straße

Eva Krüger *Wrangelstraße*
Doris Klesper *Grunewaldstraße*
Manfred Eifler *Malteserstraße*

Helga Winkelmann
Gundelfingerstraße

Marion Hoffmann
Neue Kantstraße

Christian Weiß
Neue Kantstraße

Rene Meier
Brandenburg

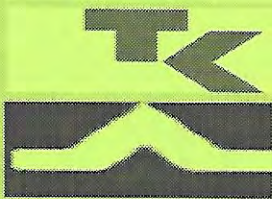
Für die dringend notwendige finanzielle Unterstützung danken wir der

BARMER
Deutschlands größte Krankenkasse

Barmer Ersatzkasse



AOK Berlin



Techniker Krankenkasse Berlin

Landesversicherungsanstalt für
Arbeit Abteilung Reha

Impressum:

KREUZBUND - Info

Aus den Gruppen für die Gruppen

**Redaktionsschluss
für Ausgabe 40
21. 11. 2003**

Redaktionsteam:

Hannelore Lachmann
Manfred Tröndle
Johannes Hoffmann

Kontaktadresse und Redaktionsadresse:

Info - Kasten in der Marthastrasse 10
13156 Berlin - Niederschönhausen
Telefon: 030 - 476 28 28

**E-mail: mannetroendle@t-online.de
JohannesHoffmann@t-online.de
Hannelore.Lachmann@t-online.de**

KREUZBUND im Internet:

www.kreuzbund-berlin.de

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.