

APROPOS



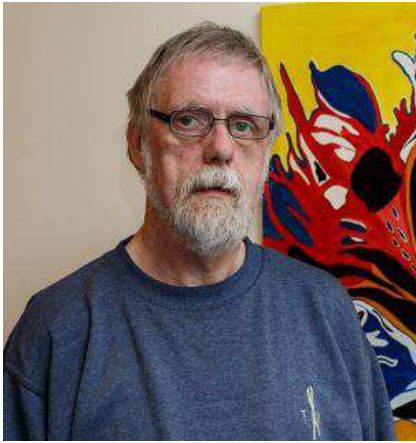
Blaues Kreuz
Suchtkrankenhilfe

Selbsthilfegruppen Solingen

Vereinsheft Nr.: 19
Juli - September 2014

4. Bogenschieß - Turnier: 2. Platz - Team BK Solingen





Dem Alltag entfliehen...

Je älter ein Mensch wird, desto routinierter aber auch eingefahrener verläuft normalerweise sein Leben. Der Wecker Klingelt jeden Morgen um die gleiche Zeit, der komplette Tagesablauf wird mit einer gewissen Routine erledigt und auch die Abende verlaufen oft immer wieder nach dem gleichen Muster.

Jedes Jahr warten wir auf die Zeit unseres Urlaubs und nehmen uns vor zu entspannen, andere Dinge tun, wozu wir sonst nicht kommen. Kurz gesagt wir wollen für einige Wochen im Jahr dem Alltag entfliehen. Dafür wird von jedem persönlich individuell viel eingesetzt. Es wird geplant, wieder verworfen und nach neuen Möglichkeiten gesucht, um das Ziel für die schönsten Wochen im Jahr zu erreichen.

Auch in der Suchtkrankenhilfe ist es wichtig einmal „dem Alltag“ zu entfliehen, aus dem Trott der Gruppenstunden rauszukommen. Das kann, neben dem jährlichen Urlaub, auch eine sinnvolle Freizeitgestaltung sein. Dies bieten wir in unserem Verein immer wieder an, weil wir meinen, dass diese zusätzlichen Angebote, wie Wandern, Bogenschießen, Kanufahrten ... eine gute Ergänzung für unsere Arbeit ist. Hier hat jeder die Möglichkeit sich frei zu entfalten.

In dieser Ausgabe kann jeder über unsere einzelnen Projekte nachlesen und feststellen, dass es nicht nur ein entfliehen aus dem Alltag ist, sondern es werden auch neue Kontakte zu anderen Organisationen, wie zum Beispiel zur Stadtmission Solingen geknüpft und somit auch neue Freunde für unsere Arbeit gewonnen.

Ich wünsche uns, dass wir unsere vielfältigen Angebote dazu nutzen um nicht nur zu entfliehen, sondern dadurch auch neue Kontakte zu unserem Mitmenschen finden.

Willi Klapper

Treffen der Selbsthilfegruppen

Kontakt: ☎: 0212/2307575



Montags:

Gruppenabend ab 19:30 Uhr für Suchtkranke und deren Angehörige in den Räumen der Stadtmission, Brühlerstr. 60
Erstkontakt/Einzelgespräch ab 19:00 Uhr.
Gruppenleitung: *Willi Klapper*



Dienstags:

Gruppenabend ab 19:30 Uhr, nur für Suchtkranke in den Räumen der Freien ev. Gemeinde, Ostr. 32 (Nähe Clemens - Galerien)
Erstkontakt/Einzelgespräch ab 19:00 Uhr
Gruppenleitung: *Frank Benscheid*



Mittwochs:

Gruppenabend ab 19:00 Uhr, nur für Frauen in den Räumen der Caritas Solingen (Cafe- Treff) Goerdelerstr. 74 (nähe Clemens – Galerien)
Erstkontakt/Einzelgespräch ab 18:45 Uhr.
Gruppenleitung: *Monika Sersch*



Donnerstags:

Gruppenabend ab 19:30 Uhr für Suchtkranke und deren Angehörige in den Räumen der Stadtmission, Brühlerstr. 60
Erstkontakt/Einzelgespräch ab 19:00 Uhr.
Gruppenleitung: *Willi Klapper*



Freitags:

Gruppenabend ab 19:30 Uhr für Suchtkranke und deren Angehörige in den Räumen der InterJu, Nippesstr. 2 (gegenüber Solingen Hbf.)
Erstkontakt/Einzelgespräch ab 19:00 Uhr.
Gruppenleitung: *Dirk Seiffert*

Alle in diesem Heft angebotenen Unternehmungen werden auf den Gruppenabenden näher besprochen, weitere Infos bei der Gruppenleitung.



Blau Kreuz Rheinland Mit Pfeil und Bogen unterwegs

Das Bogenschießen ist ein Schießsport mit Pfeil und Bogen. Seit vielen Jahren in der Blau Kreuz Fachklinik „Curt von Knobelsdorff“ in Radevormwald eingesetzt, hat diese Sportart auch Zuspruch in einigen Gruppen und Vereinen des Blauen Kreuz gefunden. Das Traditionelle Bogenschießen mit Bögen, an denen keinerlei technisches Zubehör angebracht ist, hat im Landesverband Rheinland, an Beliebtheit gewonnen. Nach Absprachen mit den Vorständen vom Landesverband und dem Ortsverein Solingen wurde die Aktion ins Leben gerufen und nun zieht diese Sportart weitere Wellen in den anderen Gruppen des Landesverbandes. Höhepunkt ist immer wieder das jährliche stattfindende Turnier in Radevormwald. Die Klinik wurde zum Namensgeber des Turniers auserkoren. So traten wir am 1. Mai 2014 zum

4. Bogenschieß-Turnier, mit Verleihung des Wanderpokals „Curt von Knobelsdorff“

Zum Kräftermessen waren 6 Gruppen mit insgesamt ca. 70 Teilnehmern aus dem Ländle zum großen Finale angetreten. Bei richtigem Sportwetter (das tolle Wetter war nicht angesagt), sonnig mit leichter Bewölkung und angenehmen Temperaturen, ging es schnell zur Sache. Als erstes wurden wir mit dem gut ausgeklügelten und organisierten Turnierablauf vertraut gemacht. Wie es bei Turnieren üblich ist, gab es für alle ein „Einschießen“. Dann wurde es ernst !



Wir schießen auf die hinterste Scheibe ▲

Leider mussten nach der Vorrunde die Ersten Bogenschützen Federn lassen. Über die Zwischenrunde, wo auch hier wieder einige ausschieden, kam das mit Spannung erwartete Finale. Hier wurde dann mit fünf Kämpfern pro Gruppe der Endstand ermittelt.

Endergebniss:

1. Begegnungsgruppe Radevormwald
2. Ortsverein Solingen
3. Mitarbeiter der Fachklinik Radevormwald
4. Patienten der Fachklinik Radevormwald
5. Begegnungsgruppe Kierspe
6. Begegnungsgruppe Neuss

Wir von Solingen sind besonders stolz darauf, dass wir die Dominanz der Radevormwalder in der langjährigen Bestenliste brechen konnten. Mit dieser Platzierung, hatten wir nach dem



letztjährigen Abschneiden, überhaupt nicht gerechnet. Umso schöner war die Freude über diesen Erfolg. Bei allem sportlichen Tun gilt ein großes Lob an die Gruppe aus Radevormwald, die uns an diesem Tag neben dem schönen Wetter, vorsorglich gepflegt haben. Wieder ging ein schöner Tag mit gemeinsamem Erleben im Blauen Kreuz zu Ende. Vom Erstplatzierten bis zum Sechstplatzierten sahen wir nur in erfreute Gesichter. Bei diesem Turnier und vorher beim Training auf heimatlicher Trainingsbahn, haben wir Solinger wieder die Erfahrung gemacht, dass das Blaue Kreuz mehr ist, als nur Gruppenbesuch ohne diese zu schmälern. Wir glauben, dass wir durch diese Arbeit einen guten Zugang zur jüngeren Generation gefunden haben. Welcher noch weiter Ausbaufähig ist und gleichzeitig eine Ergänzung zu unserer bestehenden Selbsthilfearbeit ist. Neben dem sportlichen Bogenschießen wird im meditativen und therapeutischen Bogenschießen der Bogen als Mittel zur Persönlichkeitsent-

wicklung genutzt. Und da sehe ich ein Stück moderne Blau-Kreuzarbeit.

Willi Klapper



Wir glauben, dass wir durch diese Arbeit einen guten Zugang zur jüngeren

Generation gefunden haben. Welcher noch weiter Ausbaufähig ist und gleichzeitig eine Ergänzung zu unserer bestehenden Selbsthilfearbeit ist. Neben dem sportlichen Bogenschießen wird im meditativen und therapeutischen Bogenschießen der Bogen als Mittel zur Persönlichkeitsentwicklung genutzt. Und da sehe ich ein Stück moderne Blau-Kreuzarbeit.



Team Solingen

Am Pfingstmontag: 9. Juni 2014 war Wandertag im Holzerbach - und Ittertal

Pfingstmontag – Wandertag hat Tradition. Das fanden auch 45 Wanderer aus den Blaukreuz- Grp. und der Stadtmission, die sich bei hochsommerlichen



Temperaturen zum ersten Mal - jetzt am Naturfreundehaus (NFH) im Holzerbachtal zusammen fanden. Schon am frühen Morgen, während der Andacht durch Hansgeorg Panczel zeigte die Säule des Thermometer 26° im Schatten an. Wir wanderten in zwei Gruppen dennoch gut gelaunt los und genossen die Wanderstrecken von 3,5 km und 7 km, da diese fast ganz in den kühlen Bach-



tälern des Holzer- und Itterbach lagen und viel Schatten spendeten. Nach dem beide Gruppen von ihren Touren wieder am NFH angekommen waren, standen kühle Erfrischungsgetränke bereit und die Umgebung um das NFH herum spendete durch hohe Bäume und Buschwerk viel Schatten. Rustikale Holzhütten mit Tischen und Bänken wurden sofort besetzt und es entstand direkt eine urgemütliche Atmosphäre in einer (fast) mediterranen Landschaft. Schon glühte die Grillkohle und Würstchen, Koteletts und vegetarische Köstlichkeiten lagen auf dem Grillrost. Das Grill-Team war an dem Tag nicht beneiden und die Jungs waren im Nu durchgeschwitzt (Danke noch einmal an Euch) Passend

zum Grillgut kamen hervorragende Salate, die von einigen Teilnehmern gespon-

sert wurden – die Salate waren alle Spitze ! Danke auch dafür ! Der Wandertag ging allmählich in einen Wellness-Tag in dieser „grünen Oase“ über und alle fühlten sich hier an diesen Ort sehr wohl und ergab viel Zeit zum Gesprächsaustausch untereinander. Sogar vom Vorstand des BK - Landesverband Rhld. waren Freunde dabei, die mal nicht übers Blaue Kreuz und



Termine debattierten. Zur besten Kaffeezeit zeigte die Küche des NFH, wie man mit Waffeln, heißen Kirschen und Sahne den Leuten beikommt, das war Spitze. So klang der Wellness – Wandertag am späten Nachmittag aus. Es hat uns allen hier gut gefallen, da kommen wir nächstes Jahr gerne ins Holzerbachtal zurück.

Familientag im Industriemuseum

Am 1. Juni 2014 fand der diesjährige Familientag für Behinderte und Nicht-behinderte mittlerweile schon zum dritten Mal im Industriemuseum, Gesenkschmiede Hendrichs und auf dem Gelände an der Merscheiderstrasse (früher Vogelsang), statt.

Wie die Jahre zuvor, war unser Verein wieder mit von der Partie. Wir präsentierten uns mit dem bewährten Info - Point – Stand, an dem sich interessierte Besucher fachlich und kompetent beraten lassen konnten. Auf dem Außengelände stand unser Getränkestand, in dem wir alkoholfreie Erdbeer-, After-Eight- und Kinderbowle anboten. Die Mitglieder der Frauengruppe hatten den Getränkestand „fest im Griff“ und eine Menge Spaß beim Verkauf.

Der Wettergott hatte es gut an diesem Tag mit uns gemeint. Somit war ein reges Treiben beim Familientag und um unseren Stand herum und entsprechend guter Umsatz.

Alle packten bis zum Schluss der Veranstaltung mit an und so war Ruckzuck alles eingepackt und wieder im Auto verstaut.

Müde, aber zufrieden endete der Familientag, mit dem Bewusstsein, dass wir eine große Familie sind, die sich unterstützt und gegenseitig hilft und viel viel Spaß zusammen hat.

GB



Info – Stand in der Ohligser Fußgängerzone

Am 17. Mai 2014 „blockierte“ unser Info – Stand mitten in der Fußgängerzone das samstägliche Einkaufstreiben im Stadtteil Ohligs – exakt zur besten Verkehrszeit. Und tatsächlich hielten einige Passanten für einen Moment inne und es ergaben sich Kontaktgespräche, meist von ratlosen und hilfesuchenden Co-Abhängigen betroffener Partner.

Ergreifend waren die Gespräche am Stand mit und von resignierten Müttern, deren Kinder in die Computer- und Spielsucht verfallen sind und nicht mehr ansprechbar in ihrer Parallelwelt „leben“, verschanzt im Jugendzimmer hinterm Bildschirm und nur noch den Joystick fest im Griff. Auch der beständige und hohe Alkoholkonsum unter den Jugendlichen – auf der Ohligser Einkaufsmeile gekauft und lautstark in den Seitengassen getrunken, wurde uns sozusagen als „Beschwerde“ von Anwohnern übergeben mit der Aufforderung dagegen etwas zu tun !

UD





Darwin: Einkaufsstrasse

Wildnis ohne Grenzen: einsame Wüsten, lausche Wasserfälle und Flussläufe in denen Krokodile unterwegs waren.....

Australien: Northern Territory

So erlebten wir unsere diesjährige Australientour.

Nach mehrmonatiger Vorbereitung machten wir uns Ende Mai auf den langen Weg um den roten Kontinent zu erreichen. Nach sehr langem Flug kamen wir in Darwin N.T. an. Von dort starteten wir unsere 15 tägige Rundreise. Wobei Darwin die ersten drei Tage unser Standort war. Für die erste Woche hatten wir im Vorfeld einen Mietwagen gebucht, der in dieser Zeit unser ständiger Begleiter war, um sich im tropischen Teil (33-37 Grad) fortbewegen zu können.

Sehr interessant waren die verschiedenen National Parks die wir besuchten. So führte uns die erste Tour zum Litchfield Nationalpark ca. 130 km südlich von Darwin. Landschaftlich ist dieser National Park geprägt durch seine Wasserfälle. Der bekannteste Wasserfall ist der Florence Falls. Am Fuße jedes Wasserfalls konnte unter Aufsicht eines Rangers gebadet werden. Weiter war die Landschaft von Termitenhügeln geprägt. Diese waren teilweise bis zu 5 m. hoch. Aber auch durch die Waldlandschaften, die durch die verschiedenen Arten von Eukalyptusbäumen durchwachsen waren, konnte man in diesen Nationalpark genießen. Krokodile waren hier aber seltenheit, was sich im nächsten N. P. aber änderte. Angesagt ist der Kakadu Natural-Park. Wohl der



Florence Falls

bekannteste auf dem australischen Kontinent, 260 km östlich von Darwin. In diesem N.P. machten wir jeweils Station in den kleinen Städtchen Katherine und Jabiru. Von dort starteten wir unsere nächsten Touren und die Warnschilder: „Danger Crocodiles“, sagten uns, wir sind im Land der Krokodile. So machten wir eine Fluss - Safari, wo wir diese Flutgiganten beobachten konnten. Weiter führte es uns durch malerische Schluchten, die wir mit dem Boot bewältig-

ten. Zu Fuß ging es durch heißen Quellen oder wir kletterten auf Felsformationen. Dabei trafen wir auch auf die Felsmalereien von den Aborigines.



Nitmiluk- Schlucht

Zurück in Darwin setzten wir uns im Flieger und es ging weiter nach Alice Springs. Dort begann der zweite Teil unserer Reise.

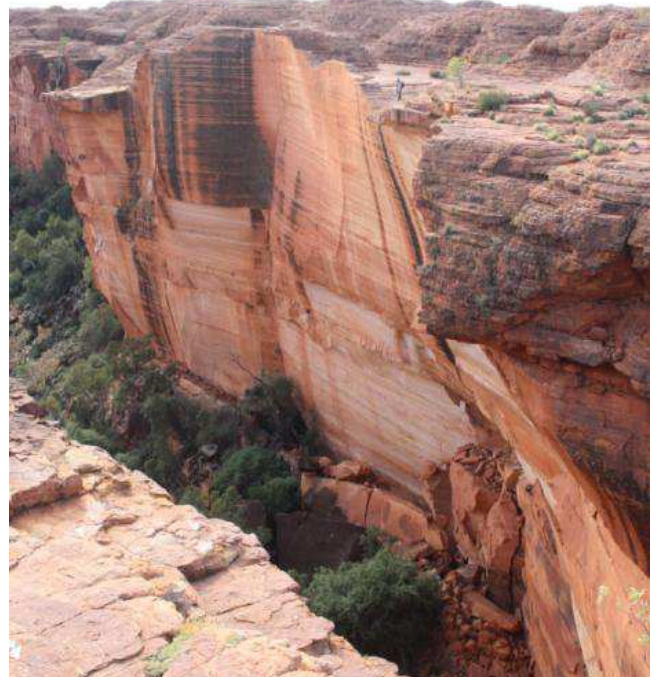


Ayers Rock

1800 km mit dem Wohnmobil unterwegs

Wir befinden uns im Red Centre, auf dem Weg nach Ayers Rock, auch Uluru genannt. Nach rund Sechsstündiger Fahrt hatten wir unser Ziel erreicht und konnten in der Abenddämmerung die Farbenspiele der Sonne am Berg genießen. Eine kleine Wanderung am Berg - einen Tag später, gehörte auch zum Programm. Für die Ananga – Aborigines hat dieser Berg eine große spirituelle Bedeutung und ein wichtiger Zeuge ihrer Schöpfungsgeschichte. Weiter ging es zu den verschiedenen Gebirgszügen in der Umgebung. Wo wir von einer Schlucht zur anderen kamen. Jede Ecke hatte seine eigene Wirkung auf uns und wir konnten die Vielartigkeit genießen. Ganz besonders bleibt uns die Vierstündige Tour über den Gebirgskamm des Kings Canyon in Erinnerung, sowie das „wilde“ campen in der freien Natur, wo wir vom Heulen der Dingos begleitet wurden. Wir hoffen, dass wir einen kleinen Eindruck vom Outback geben konnten und euch ein Stück mit auf die Reise nehmen konnten.

Vor uns liegt der Stuart Highway, eine der wichtigsten Fernstrassen in Australien.



Kings Canyon

Brigitte&Willi Klapper

- Suchtkrankenhilfe - Aufbruch zu einem neuen Leben

Es ist Samstagmorgen, 8:30 Uhr. Einige Mitarbeiter bereiten das gemeinsame Frühstück und den Raum für das *Tagesseminar* am 26. April 2014, vor. Nicht nur die Blaukreuz Gruppen aus Solingen, sondern auch aus dem Umland sind dabei. Das Tagesseminar leitete Andrea Schmidt, BKD - Bildungsreferentin mit dem Thema: „*Suchtkrankenhilfe – Aufbruch zu einem neuen Leben*“. Nach dem Frühstück hörten wir zum Einstieg die biblische Geschichte von Jona, der auf einem Schiff genau die Gegenrichtung einschlug, als der besondere Auftrag kam. Er befand sich schließlich in einer Ausweg-losen Situation, in der er sich selber hineinmanövriert hatte. Diese Episode aus dem Alten Testament begleitete uns Stück für Stück in ihrem Referat. Hier eine Abschrift des Referates:

1. ***Es gibt Zeiten, da weiß ich, ich sollte aufbrechen, aber ich möchte nicht.*** „*Ich weiß nicht ob es besser wird, wenn es anders wird. Aber es muss anders werden, wenn es besser werden soll.*“ (Georg Christoph Lichtenberg). *Wie gehe ich mit der Angst um, die mich lähmt.*
2. ***ich entscheide mich, loszugehen. – Nehme ich den richtigen Weg?*** *Der leichte, bequemere Weg muss nicht der richtige sein. Flucht ist keine Lösung. Halte dir dein Ziel vor Augen!*
3. ***Manche Wege führen in eine Sackgasse.*** *Ich brauche die richtige Vorbereitung. Was ist der Kern meines Problems? Ich nehme mich selber mit! Wo brauche ich im Vorfeld Hilfe, mich besser verstehen? Wie oft bin ich schon da gelandet, wo ich nicht hinwollte! Woran liegt das?*
4. ***Die Sackgasse entpuppt sich als Chance in meinem Leben.*** *Die Sackgasse ist nicht das Ende. Sie kann sich als Chance zum Neuanfang entpuppen. Ich kann erneut in eine andere Richtung aufbrechen. In der Sackgasse kann ich Gott finden.*
5. ***Ich breche erneut auf und habe nun das richtige Ziel vor Augen.*** *Nimm dein Ziel im Visier und gehe los. Überlege dir vorher den Weg. Nimm vertrauensvolle Menschen mit. Kalkuliere das Risiko. Vertraue auf Gott.*

Auf meinen Notizblock ist zu lesen: „Aufbruch kann Änderung bedeuten. – Änderung, wenn nicht jetzt, wann dann? – Es muss anders werden, weil es nicht mehr anders geht! – Natürlich können wir auch uns umdrehen, und in eine andere Richtung gehen und nehmen den bequemeren Weg. – Warum geht es nicht anders? – Manchmal muss ich mir sagen: „Es muss gehen, wenn...“ – Wenn wir einen anderen Weg gehen, dann nehmen wir uns selber mit. – Manchmal versuche ich mir meinen Weg schön zu reden. – Nimm dir einen mit, und lass ihn noch mal drüber sehen. Was wir im Auge haben, das prägt uns.“

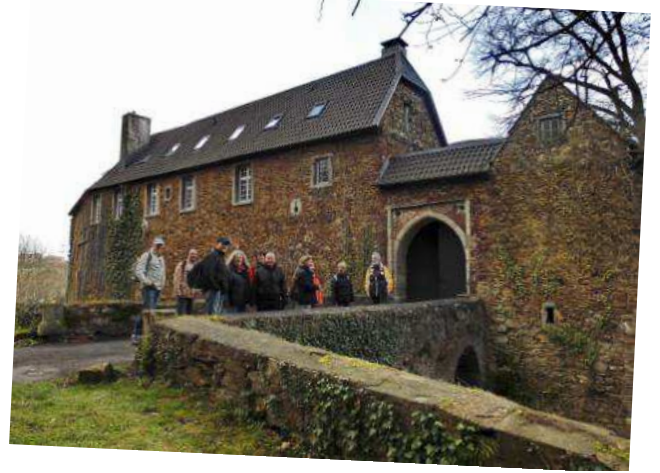
Viel Input, was vertieft werden will...! Mit persönlichen Fragen, wie z. B. „Bist du schon mal in die falsche Richtung gelaufen? Wenn ja warum und wohin?“ beschäftigt man sich selbst, später in der Kleingruppe. Jeder mit seinem Leben. Ich habe in der Kleingruppe vom persönlichem erzählt, was bei mir im Alleinsein mit den Fragen hoch kam.

Auch jetzt, beim Niederschreiben, wirken die Anstöße aus dem Referat erneut nach. Gerne habe ich diesen Tag miterlebt. Hätte dies auch allen unseren Montags-Freitags-Gruppenbesuchern gegönnt...

Bernd Klapper

Auf dem Leichlinger Ufersteig.....

Am 23. März 2014 startete die erste größere Wanderung bei leicht bewölkten aber trockenen Wetter in den Frühling des Jahres und der Leichlinger Ufersteig mit knapp 14 Km, kam da genau richtig. Vom Bahnhof in Leichlingen erreichten wir schnell das „Haus Vorst“, eine Höhenburg aus dem 13. Jhd. Die



Burg ist heute noch bewohnt und wir durften den Innenhof der Höhenburg am frühen Morgen

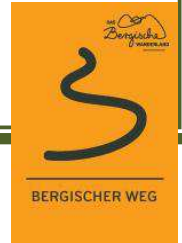
inspizieren, das war schon recht eindrucksvoll. Anschließend ging es erst einmal abwärts zur Wupper und ab da machte der Ufersteig seinen Namen aller Ehre und es ging stetig auf und ab, immer oberhalb der Wupper stromaufwärts bis der Weg in das Murbachtal abzweigt und über der bekannten Wietscher Mühle zur Diepentalsperre führt. Die Talsperre, ein beliebter Ausflugsort gleicht heute eher einem Weiher, da kaum noch Wasser vorhanden weil die Dammkrone mar-



ode ist. Traurig liegen nun die Boote auf Halde, wo früher die Ausflügler um die Wette gerudert und Tretboot gefahren sind. Nach der Mittagsrast zog der Wanderweg uns ins gegenüber liegende Weltersbachtal und wir folgten nun dem Bach immer abwärts nach Leichlingen zurück, wo die Wandertour im Kaffee Clärchen seinen schönen Abschluss fand. UD



Bericht vom Wandertag am 29. Mai 2014 des Blauen Kreuz Landesverband Rheinland



Endlich war es so weit. Am Christi Himmelfahrtstag startete unsere erste Etappe des „Bergischen Weg“ (Originalstrecke von Essen nach Velbert). Drei verschieden lange Strecken wurden angeboten, so dass sich jeder Wanderer aussuchen konnte, wo er wie lange mitlaufen wollte.

Ich hatte mich erst einmal für die 5 km Strecke entschieden um zu sehen, was ich meinen Kniegelenken zumuten konnte.

Um 8.30 Uhr war Treffen am Solinger Hbf. in Ohligs, wo wir mit neun Leuten aus unserem BK-Ortsverein nach Düsseldorf-Hbf. fahren wollten. Am Bahnhof fingen Die Probleme dann an: Unser Zug wurde vom Fahrplan gestrichen. Mit dem nächsten Zug hätten wir den Anschlusszug in Düsseldorf nicht bekommen. Also ab zur DB-Information, dann zwei Taxis gechartert und auf nach Düsseldorf. Dort trafen wir am Bahnhof auf unsere Haaner Freunde. Nach weiteren Schienenersatzverkehr ab Kettwig und verpasster Haltestelle = zwei Stationen zurück, kamen wir endlich am Startpunkt an, wo wir schon ungeduldig von den anderen Teilnehmern erwartet wurden. Nach einem Willkommensgruß von Uwe, bei dem feierlich einen Wanderstab mit Blaukreuz - Stocknagel und „Bergischen Weg - Logo“ an Heinrich und seiner Essener BK - Gruppe als Wegescout überreichte. Dazu sprach auch



Dieter Tong,
1. Vorsitzender
vom LV Rheind.



in einer Andacht. Dann ging es aber richtig los. Die 5 km Strecke gingen alle gemeinsam. Eine kurze Verschnaufpause war zwischendurch an der Neu - Isenburg, wo auch gleich die Futteralien aus dem Rucksack ausgepackt wurden. An der frischen Luft und in der Gemeinschaft schmeckt's nochmal so gut. An der Anlegestelle

am Baldeneysee trennten sich die Wege. Die 7,5km und die 15 km – Gruppen marschierten weiter, während wir auf unser Boot warteten, das eine gemütliche Fahrt auf dem Baldeneysee versprach. Wir wurden nicht enttäuscht. Wir genossen die Fahrt und einen frischen heißen Kaffee bei dem regnerischen Wetter.

Nach ca. 40 Min. hatten wir unser Ziel erreicht und hatten noch einen kleinen Fußweg durch das historische Essen-Werden, dem Treffpunkt aller Gruppen. So warteten wir gemütlich bei Kaffee und Kuchen auf die anderen Wanderer. Letztendlich kam die 7,5 km Gruppe fast mit der Gruppe der 15km –Tour an. Was war passiert? Sie hatten das Schiff verpasst, wollten keine Stunde auf das nächste warten und sind zu Fuß gekommen. Hut ab!

Trotz aller Widrigkeiten am Anfang und zwischendurch, waren alle etwas groggy, aber zufrieden und freuen sich auf die nächste Etappe vom Bergischen Weg. GB

Die Blaue Kreuz Familie



Geburtstage: Juli - September 2014

Gruppenzugehörigkeit: Montag (Mo.), Dienstag (Di.), Frauen (Mi.)
Donnerstag (Do.), Freitag (Fr.), Jugend (Ju.), Freundeskreis (Fre.), Verein (VE).

Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag und alles Gute im Neuen Lebensjahr

03. Juli Johann C (Fre.)

16. Juli Christel W (Mi.)

17. Juli Thomas L. (Di.)

19. Juli Dirk S. (Fr.)

30. Juli Manfred T. (Fr.)

06. Aug. Georg W. (Di.)

21. Aug. Susanne O. (Do)

23. Aug. Martin S. (Mo./Do.)

25. Aug. Christian K. (VE.)

26. Aug. Hans-Werner L. (VE./Mo./Do.)

28. Aug. Michael L. (VE.)

31. Aug. Karin T. (VE./Mi.)



02. Sept. Diana B.

02. Sept. Kathy S (VE./Mi.)

06. Sept. Monique (VE.)

13. Sept. Nicole T. (VE.)

16. Sept. Artur (VE./Mo.)

20. Sept. Evelina T. (Mi)

22. Sept. Dirk W. (VE./Di./Fr.)

24. Sept. Magdalene Z. (VE.)

26. Sept. Christel M. (Mi)

Blaue Welle Aktuell: Die nächste Sendung wird am **02. August um 21.04 Uhr ausgestrahlt.** Zu hören ist die Sendung über den Lokalsender RSG auf 94,3 MHz in Solingen und auf 107,9 MHz in Remscheid und im Bergischen Raum. Wer die Sendung verpasst hat oder gerne noch einmal hören möchte, kann dies über unsere Homepage (www.blaueskreuz-solingen.de) im Internet. Dort sind alle bisher ausgesendungen per Mausclick „hörbar“. Schwapp schwapp – **Die Blaue Welle.**



Bogenschießen Aktuell. Die Trainingstermine für das 2. Halbjahr 2014:



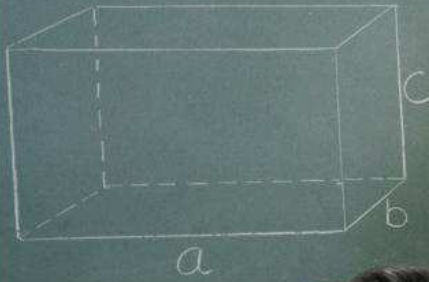
· **Mittwochs** von 18.00 – 21.00 Uhr:

20. Aug. / 10. + 20. Sept. / 8. + 22. Okt. / 12. Nov. 2014

Samstags von 15.00 – 17.30 Uhr:

30. Aug. / 27. Sept. / 25. Okt. / 22. Nov. 2014

Dirk Wegmann wird in bewährter Weise das Bogenschießtraining betreuen und erhält zukünftig durch Nadine Drath Unterstützung am Schießstand. Eine telefonische Anmeldung zum jeweiligen Training, ein Tag vorher unter ☎ 0212 71542 ist weiterhin erforderlich, damit das Training reibungslos durchgeführt werden kann. Vielen Dank für das Verständnis.



$$V = a \cdot b \cdot c$$

$$\left(\frac{9}{16} + \frac{5}{8}\right) \cdot \frac{8}{19}$$

$$\frac{5}{14} \cdot \frac{21}{25} + 2$$

$$\left(\frac{5}{6} - \frac{1}{4}\right)$$

Wann ist ein Geldinstitut gut für Deutschland?

Wenn nicht nur seine Kunden von ihm profitieren. Sondern alle.



Sparkassen fördern Bildung in allen Regionen Deutschlands. Im Rahmen ihres sozialen Engagements ermöglichen sie Bildungsangebote für alle Teile der Bevölkerung. Sparkassen fördern gemeinnützige Vorhaben im Bildungs- und Sozialbereich mit jährlich über 156 Mio. Euro, denn Wissen ist der wichtigste Schlüssel zur gesellschaftlichen Teilhabe. Das ist gut für die Menschen und gut für Deutschland.

www.sparkasse-solingen.de

Sparkasse. Gut für Solingen.

Termine : Juli – September 2014



...für Gruppenbesucher, Mitarbeiter und Interessierte:

08.-10.08.2014: Wochenendfreizeit in Hausen/ Rureifel



Duisburger Hütte: Wandern, Kanufahren, Bogenschießen, Radtour (Teilnahmekosten: Kosten 50 €)
Anmeldetermin leider vorbei.

31.08.2014: Lungentag im Krankenhaus Bethanien, Solingen -Aufderhöhe.

19.08.2014: Grillabend in der Dienstagsgruppe 19.00 Uhr (siehe unten).

07.09.2014: Trassen - Miss Zöppfchen – Lauf (Div. Laufstrecken)



5/10 Km. Nordic-Walking – 10 km. Lauf – Halbmarathon
Infos und Anmeldung bis zum 31.08.2014 bei den Gruppenleitern.
Teilnehmergebühr wird noch bekannt gegeben.

20.09.2014: Stadtfest: „Leben braucht Vielfalt - Solinger Lichternacht

Mit unseren Infostand auf dem Stadtfest (ab 11.00 Uhr Frohnhof)
Weitere Infos bei den Gruppenleitern

03-05.10.2014: Begegnung Solingen – Aue in Elbingerode/ Harz

Organisation und Infos: Willi Klapper ☎ 2307575 .

...für Mitarbeiter:

18.10.2014: Praxisbegleitung in Haan (nähere Info folgt)

Grillabend in der Dienstagsgruppe

19. August 2014 ab 18.30 Uhr

Im Hof und Foyer der Freien ev. Gemeinde, Oststr. 32

Anmeldung bitte bis zum 15.08.2014 bei den Gruppenleitern oder
☎ 0212 2307575, damit wir genügend Grillwürstchen ordern
können. Für Getränke wird gesorgt – Salatspenden werden gerne angenommen.



Vereinsanschrift: Blaues Kreuz Solingen:

Willi Klapper (1. Vorsitzender) Nümmenerstr. 17

42653 Solingen

Tel.: 0212/2307575

Impressum

Email: blaueskreuz-solingen@t-online.de www.blaueskreuz-solingen.de

Spendenkonto: 401455 - Stadtparkasse Solingen BLZ 34250000

Apropos – Redaktion: Uwe Drath, Falkenstr. 18, 42697 Solingen

Tel.: 0212/71487 - Email: uwe.drath@gmx.de

Titelblattgrafik und Fotobearbeitung : Dirk Seiffert

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe: 12.09.2014

Gedruckt bei ESF - Print Berlin : www.esf-print.de

