

Stadtmission Solingen

APROPOS



Blaues Kreuz

Wege aus der Sucht

Selbsthilfegruppen Solingen

Vereinsheft Nr.: 24

Okt. - Dez. 2015



Das Blaue Kreuz bewegt sich - sportlich!



Am 6. Sept, 2015 haben wir vom Blauen Kreuz Solingen, mit insgesamt acht sportlich begeisterten, am **9. Miss-Zöpfchen - Lauf** teilgenommen. Den Start machten Vivien N. Sonja K. und Nina P. beim 9 km. Inliner fahren. Bei dieser Disziplin wurden keine Zeiten genommen.

Am 5000 m. Lauf nahm Frank B. teil. Nach 31:37 Min. erreichte er erfolgreich die Ziellinie und belegte damit den 1. Platz seiner Altersklasse. In der Gesamtwertung landete er auf Platz 68 von über 100 Teilnehmern.

Gleich 3 Starter vertraten das Blaue Kreuz Solingen beim 5000 m. Walking/Nordic Walking. An den Start gingen Michael L., Willi K. & Sebastian K. Michael und Willi teilten sich den 4.+5. Platz bei den Männern, zeitgleich mit 40:02 Min. und verpassten so nur knapp ein Platz auf dem Treppchen. In ihren jeweiligen Altersklassen konnten beide aber den 1. Platz erreichen.

Sebastian K. konnte mit einer Zeit von 34:51 Min. überraschen und bei seiner ersten Teilnahme in dieser Disziplin gleich den Pokal mit nach Hause nehmen. Außerdem nahm Christian K. beim Walking teil und wurde mit einer Zeit von 42:08 Min. Gesamtsiebter.

Als jüngste Teilnehmerin (3 Jahre) lief Mia Franzgrote beim 500 m. Bambinilauf mit. Hier wurden natürlich keine Zeiten gemessen



Wir hatten also einen erfolgreichen Tag und jede Menge Spaß am Sport. Ich denke, dass jeder mit seinem Einzelergebnis zufrieden ist.

Besonderer Dank geht an den Fanclub des Blauen Kreuz Solingen, der, wie jedes Jahr, lautstark unsere Sportler angefeuert und gefeiert hat. SK/VN

Diese Aktion beschreibt mal wieder wie vielfältig unser Tun vor Ort ist. Auf dieser Basis: SH-Gruppe, Freizeitgestaltung & Öffentlichkeitsarbeit wollen wir weiter machen. Diese Ausgabe umschreibt einige unserer vielen Aktionen.
Euer Willi Klapper

Titelfoto: An den Güterhallen im Solinger Südpark (Foto: Dirk Seiffert)

Treffen der Selbsthilfegruppen

Kontakt: ☎: 0212/2307575



Montags + 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*



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



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*



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*

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 IBAN-Nr.: DE57 3425 0000 0000 401455 - Stadtparkasse SG
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: 14.12.2015
Gedruckt bei ESF - Print Berlin : www.esf-print.de

29. August 2015 – Lungentag in Bethanien & Infostand

Es ist Samstag um 9.00 Uhr. Schnell noch die Namensschilder vorbereiten, damit wir zwei (Olaf & Bernd) am Infostand nicht unbekannt bleiben. Leider klappt das mit den Namensschildern nicht auf Anhieb, die blaue Farbpatrone ist mal wieder leer und jetzt druckt es nur noch rosa. Mit blauen Fingern ist es dann aber geschafft - und ich auch. Gut das das Auto mit dem Infostand geladen ist und so kommen wir noch rechtzeitig im Krankenhaus Bethanien an und suchen und finden unseren Standplatz für den Infostand.

Aufbauen, Infomaterial dekorieren, ein bisschen aufräumen und wir sind fertig für den Lungentag. Die ersten Besucher sind schon im Haus unterwegs.



Wir haben als Aufhänger unsere Suchtbrille (1,3 Promille) mit dabei und schon sind die ersten Besucher mit dieser eingebunden und versuchen zwei Tennisbälle in einen Korb zu werfen. Nach gescheiterten Versuchen kam vielfach die Frage: „So sehe ich also wenn ich betrunken bin?“ Gespräche folgten und unser Infomaterial wurde dann und wann mitgenommen. Gerne wurde die BK-Zeitschrift mit dem Titelbild: „Alkoholfreies Bier“ mitgenommen und darauf angesprochen, waren viele überrascht, dass man eben nicht „Alkoholfrei“ trinkt.

Der Lungentag war verknüpft mit dem Töpfermarkt um eine niedrigschwellige Begegnung mit der Ausstellung zum Lungentag zu ermöglichen – und wir mitten drin. Für unser leibliches Wohl sorgte der Gastgeber Bethanien den ganzen Tag über ausgezeichnet.

Zwischendurch fanden auch einige Blaukreuzler den Weg zum Infostand, wie auch Angela, die gleich unseren Stand - ungeplant - verstärkte, das hat uns gut getan. Auch 2016 wird es wieder einen Lungentag in Bethanien geben – und wir vom Blauen Kreuz sind wieder dabei !

Bernd Klapper

Gemeinsames Grillen in der Oststrasse



Es ist Dienstag 11. August 2015, 18:00 Uhr, Sonnenschein und angenehme 26 C. Was will man mehr für ein deftiges Grillfest.

Nach und nach treffen Menschen aus allen Himmelsrichtungen und den Blaukreuz Gruppen in der Oststrasse ein. Hier im Herzen der Solinger City, in den Räumen der freien ev. Gemeinde, hat die Dienstagsgruppe des Blauen Kreuz das 4. Mal zum Grillen eingeladen.

Langsam aber stetig füllen sich die Tische mit den mitgebrachten Speisen. Vom Tzaziki über zahlreiche Salate bis zum Nachtisch ist alles vertreten, was Leib und Seele erfreut. Auf den Tischen des liebevoll gestalteten Gruppenraums, stehen kalte Getränke und an der Theke gibt es heißen Kaffee und Tee. Draußen vor der Tür, entzünden Jung und Alt in Zusammenarbeit, das Grillfeuer für die Würstchen.

Währenddessen begrüße ich die mittlerweile gut 30 Besucher, darunter auch den Pastor und die Verantwortlichen der Gemeinde, die es sich draußen auf den Bänken des Amphitheaters gemütlich gemacht haben und eröffne das Grillfest.

Sofort bilden sich lange Schlangen bei den Salaten und dem Grill und man setzt sich in kleinen Gruppen an die Tische oder nimmt seine Teller auf den Schoß und setzt sich nach draußen neben- oder hintereinander auf die Bänke des Amphi (Foto >).



Lautes Geschwätz und Lachen bis gegen 21:00, leere Schüsseln und das Ein oder Andere DANKE bei der Verabschiedung zeigten, dass es wieder ein gelungenes Grillfest war, welches weiterhin in unserem Vereinsangebot einen festen Platz gefunden hat. - Ich freue mich auf nächstes Jahr. Bis dann.

Frank B.

P.S. Das letzte Würstchen wurde auch noch gegessen!

Leben braucht Vielfalt.....

Das diesjährige Stadtfest: „*Leben braucht Vielfalt*“, hatte hier genau das richtige Motto, bezüglich der großen Anzahl von Flüchtlingen und Asylsuchenden die in den letzten Tagen und Wochen in Solingen angekommen sind und noch kommen. Wie immer spielte sich das mit zahlreichen Ständen vertretene Fest der Verbände, Vereine und In- und



und Ausländischen Gruppen aus ganz Solingen, zwischen Fronhof und Alter Markt und Einkaufsmeile in der Solinger Innenstadt ab. Wir mitten drin an der Schnittstelle zwischen den zwei Bühnen, wo musikalisch die Post abging. Von afrikanischen Trommelschlägen verbunden mit waghalsigen Tanzeinlagen bis hin zum „Rudeltanzen“ zu orientalischen Klängen wurde den Ohren einiges geboten und zu gucken gab es auch genug. Durch die günstige Lage unseres gut aufgemachten Infostand blieben mehr Leute als sonst stehen und an der



Suchtbrille hängen, die als „Stolperfalle“ nebst Haustür aufgebaut war. Das fand auch bei Jugendlichen Anklang, die sich Gruppenweise um die Suchtbrille (1,3 Promille Zustand) mit der Schlüssel & Schlossproblematik tummelten und sich bei Erfolg oder Misserfolg lautstark unterstützen. Da in Solingen zu diesem Zeitpunkt der Wahlkampf um das Oberbürgermeisteramt auf dem Höhepunkt stand, zeigte sich an vielen Ständen die Politprominenz mit Anhang. Für uns ergaben sich dabei gute Gespräche und auch ein Dank für unsere Arbeit in Solingen und in der Öffentlichkeit, wie z. B.:

mit dem Infostand vor Ort - das wir einfach da sind ! So verging die Zeit wie im Flug und ein kurzer aber heftiger Regenschauer beendete fast das Fest. Fast ! Beinahe nahtlos ging es mit der „Solinger Lichternacht“ weiter, wo der „harte Kern“ den Infostands bis 22:00 Uhr ins rechte Licht brachte.

UD



Nikolaus - Dampflokfahrt am 13. Dezember 2015

Die diesjährige Nikolaus-Dampflokfahrt 2015 führt uns nach Simpelfeld, das liegt in Südl limburg, direkt hinter Aachen – also in Holland. Die genaue Abfahrtszeit des Dampfloks – Sonderzug nach Valkenburg steht noch nicht fest, dürfte aber wie üblich gegen 10:30 Uhr liegen, so dass wir am 13. Dezember 2015 um 9.00 Uhr von Solingen abfahren. Im mittelalterlichen Valkenburg besteht dann die Möglichkeit, verschiedene Weihnachtsmärkte zu besuchen, die in den Höhlen von Valkenburg stattfinden. Die Kosten für die Anreise mit PKW nach Simpelfeld, Nikolaus-Dampflokfahrt und Eintritt in die Höhle mit Weihnachtsmarkt liegt für Erwachsene bei ca. 15,00 €/ Kinder 7,50 €. Interessant für eine Erkundung ist die *Valkenburg* selbst – die einzige Höhenburg in Holland. Die mächtige Burg thront über dem Städtchen und kann besichtigt werden. Es besteht die Möglichkeit zu einem gemütlichen Kaffee und Kuchen in einem Cafe im mittelalterlichen Valkenburg (nicht im Preis enthalten), bevor es dann gegen 17.00 Uhr wieder mit der Dampflok nach Simpelfeld Bhf. zurück geht und weiter mit PKW wieder zurück nach Solingen (ca. 19:00 Uhr). Bitte Tagesproviant und ausreichend Getränke mitnehmen, es ist keine weitere Einkehr eingeplant. Taschengeld ist in Valkenburg ratsam. Anmeldung bis zum 3. Dez. 2015 bei Willi Klapper ☎ 0212 2307575 oder per Email: blaueskreuz-solingen@t-online.de



Neues aus dem Radioprojekt „Die Blaue Welle“. Als neues Mitglied in unseren Radio-Team begrüßen wir ganz herzlich Claudia M. Es freut uns, mit Claudia eine zusätzliche „weibliche Stimme“ mit im Boot zu haben. Claudia kommt aus der Frauengruppe und ist Aktiv bei Aktionen des BK Solingen dabei und wird eine absolute Verstärkung für uns sein ! Nun sind wir mit sieben Leuten in der Radio-Redaktion vertreten und steuern voll motiviert auf unsere 30. Sendung zu ! Die Blaue Welle - Redaktion: Karin, Moni, Dirk W., Michael L., Willi, Sven und ab sofort auch mit unserer Claudia. *Sendetermine auf Seite 15*

Sucht, die Suche nach Geborgenheit

Drei Aussagen

- Ich fühle mich so klein und ich möchte mein Leben am liebsten als Kind weiterleben.
- Ein Anderer berichtet, dass er in den letzten Wochen überhaupt nicht mehr mit sich klarkommt und völlig orientierungslos ist. Er spricht auch seine Suchtproblematik an und erzählt von zwei massiven Rückfällen. Er hat jetzt Angst noch tiefer abzustürzen.
- Ein Weiterer sieht seine letzte Freundin und erinnert sich an die maßlose Enttäuschung über das Zerbrechen dieser Beziehung. Alle meine Hoffnungen sind durch die Trennung kaputt gegangen.

Geborgenheit ist ein zentraler Lebensinhalt. Geborgenheitserleben ist ganzheitlich und betrifft sowohl unsere psychischen als auch unsere körperlichen Kräfte.

Versuchen wir einmal, das Gefühl der Geborgenheit zu beschreiben, dann können wir folgende Aussagen erwarten.

Wo ich geborgen bin:

- da kann mir nichts passieren
- da brauche ich nicht (allein) für mich selbst zu sorgen
- da kann ich Vertrauen haben
- da will keiner etwas von mir; da muss ich nicht
- da kann ich zu mir selbst kommen, selbst sein
- da bin ich zu Hause, da fühle ich mich wohl.

Kinder sehnen sich nach Geborgenheit und erhalten diese im Normalfall von den Eltern. Aber wie sieht es bei uns Erwachsene aus. Kennen wir auch ein Bedürfnis nach Geborgenheit? Ja, nur in anderer Form als bei Kindern. Wir suchen diese in Gemeinschaft, wenn wir Hilfe brauchen und uns bedroht fühlen. Als Suchtkranker z.B. suche ich eine SH-Gruppe auf und werde dort Hilfe und Akzeptanz erfahren und wenn ich mich darauf einlasse werde ich Geborgenheit erleben.

Andere finden im Glauben auch Geborgenheit. Wie der Psalmist, der in seiner großen Gefahr betet: „**Ich liege und schlafe ganz mit Frieden, denn allein du, Herr, hilfst mir, dass ich sicher wohne.**“ (Ps. 4,9) Wer das so empfindet, wird auch anderen daran Anteil daran geben wollen durch Worte, Taten und Sein. Scham ist wohl hier der falsche Platz, wenn wir uns nach Geborgenheit sehnen.

Jeder Mensch sehnt sich nach Harmonie und Geborgenheit.

Frieden, Versöhnung, Glauben, Hoffnung, Liebe, Vertrauen sind für ein rechtes Miteinander, sind für die Geborgenheit wichtige Elemente in unserem Leben, in der Gemeinschaft mit Menschen, in der Gemeinschaft mit Gott. Das kann ich nur erlernen, wenn ich bereit bin eine Veränderung an mir vornehme. Hier können unsere SH-Gruppen entscheidend dazu beitragen.

Veränderung führt zur Geborgenheit

Veränderung fängt bei mir selbst an. Andere kann ich nicht verändern, obwohl ich es mir oft wünsche, es zu können. Wenn ich bereit bin mich auf neue Situationen in meinem Leben einzulassen, werden die Veränderungen einen ganz anderen Stellenwert einnehmen und ich werde Geborgenheit erhalten. Nicht nur das, das verloren gegangene Vertrauen zu mir selbst zu meinen Angehörigen wird wieder neu entfacht. Durch das wiedergefundene Vertrauen, kann auch Gott mir Geborgenheit schenken. Für Jedem steht der Weg zur Geborgenheit offen.

Zum Schluss sei mir die Frage erlaubt:

Warum suchen manche Menschen ihr Leben lang nach Geborgenheit und finden sie nicht?

kw



APROPOS FOTOWETTBEWERB

Wir suchen euer Titelbild!

Für die kommenden Apropos-Ausgaben suchen wir eure Foto's (vorzugsweise im Hochformat) für das Tielbild.

Schickt uns bis zu 4 Foto's zum Thema der 4 Jahreszeiten Frühling, Sommer, Herbst und Winter an die E-Mail-Adresse der Redaktion, oder sie auf einem Datenträger einem der Mitarbeiter.

Unter allen Einsendern verlosen wir 3 DVD's "Perfekte Reisefoto's -mit einfachen Mitteln" von FotoTV.de, im Wert von je 19,90 Euro, sowie weitere Sachpreise aus dem BK-Sortiment.



Einsendeschluß ist der 7. Dezember 2015.

Die Gewinner werden von der Redaktion im Januar 2016 veröffentlicht.

Mitarbeiter der Apropos-Redaktion und Ihre Angehörigen dürfen am Fotowettbewerb nicht teilnehmen.

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Mit den eingesendeten Fotos gehen die Nutzungsrechte an die "Apropos"Redaktion des Blauen Kreuz Solingen über und die

Fotos dürfen für weitere Zwecke, unter Berücksichtigung der Quellenangabe verwendet werden.

Bogenschießen – Turnier des Blauen Kreuz Solingen

Anno Domini XXVI. IX. MMXV

Elf vom Bogenschießen – Virus befallene Blaukreuzler, trafen sich am Tage des Cyprianus im Jahre 2015 nach Chr., um ihren Meister des Pfeil und Bogens zu finden. Nach anfänglichen Problemen und lamentieren mit gebrochenen Pfeilauflagen am Bogen und lädierten oder krummen Pfeilen, begab man sich dann doch gegen 14.00 Uhr bergischer Zeit an die Schießstände. Immer derer zwei Schützen versuchten nun ihre Pfeile mitten ins gelbe Auge der Zielscheibe zu schießen. Das hätte dann „11“ Punkte pro Pfeil gebracht und blieb die Ausnahme am heutigen Wettbewerb. Dafür wurde reichlich von der „10“ Gebrauch gemacht. Jede/r Teilnehmer/in hatte 8 Pfeile pro Durchgang, die schlechtesten zwei wurden dann gestrichen und so schoss sich Frank im zweiten Durchgang mit 58 Punkten direkt an die Spitze und gab sie bis zum Ende nicht mehr ab. Auch unter Androhung eine Runde auf der Haaner Kirmes als „Meister“ für die Gruppe springen zu lassen, brachte ihn nicht aus dem Konzept. Anschließend folgten Dirk und Sebastian auf den Plätzen die mit einem Pokal gewürdigt wurden. Ich hatte da nix mehr zu melden und würdigte mich des Kuchens den Nadine gestiftet hatte und der vorzüglich schmeckte. Dazu einen guten Kaffee und die Bogenschieß- Welt war für mich wieder in Ordnung. Dann wurden die Ergebnisse zusammen gerechnet und die Plätze ausgemacht. Bei einem Wettbewerb gibt es ja (leider) einen



letzten Platz und der war diesmal in den Punktesfolgen sehr knapp. Bei einigen Platzierungen entschied nur ein besserer Schuss in allen Durchgängen für den besseren Rang. Es bedurfte sogar eines Stechen bei Punktgleichheit ! Zurück zum letzten Platz und der Inhaber hatte so richtig Glück und erhielt einen Mega- Regenschirm mit der Optik einer Zielscheibe vom Bogenschießen. Wenn



zukünftig jemand mit diesen Schirm in Wald und Wiese auffällt – bitte nicht anvisieren, es könnte der Willi sein ! Tja, so hatten denn alle ihren Spaß an diesen Bogenschießen – Turnier. Das nächste kommt wieder im Herbst 2016 ! UD



Die Blaue Kreuz Familie

Geburtstage: Oktober - Dezember 2015

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

- 02. Okt. Mirjam (VE)
- 15. Okt. Uwe (VE/Fr.)
- 19. Okt. Thomas (Fr.)
- 22. Okt. Edith (Mi.)
- 31. Okt. Karin (VE/Mi.)



- 05. Dez. Kurt (VE/Mo/Do.)
- 09. Dez. Bärbel
- 17. Dez. Tobias (VE.)
- 23. Dez. Dieter (VE./Fr.)
- 25. Dez. Ralf
- 30. Dez. Claudia (Fre)

- 02. Nov. Brigitte (VE./Do.)
- 04. Nov. Willi (VE/Mo./Do.)
- 05. Nov. Monika (Moni). (VE./Mi.)
- 09. Nov. Barbara (VE/Mi.)
- 24. Nov. Melanie (Fre/Do.)



Neue Mitglieder im Blauen Kreuz Solingen

Seit dem 1. Juli 2015: **Claudia M.** aus der Frauengruppe.

Verstärkung im **Freundeskreis des Blauen Kreuz Solingen**,
haben wir seit dem 1. September 2015 mit **Claudia S.** erhalten

Herzlich willkommen in der Blau Kreuz Familie

Besonders stolz sind wir auf unsere Mitglieder, die jetzt im Herbst 2015 ihr

Jubiläum feiern:

Am 1. Oktober ist **Olaf Bull** genau 10 Jahre im Blauen Kreuz Solingen, aktiv und engagiert dabei und wir sagen Danke für Deine wertvolle Mitarbeit im Verein.



Nicole Thür feiert stolze 30 Jahre im Blauen Kreuz Solingen und ist sozusagen von Kindesbeinen angefangen dabei. Ein großes Dankeschön für die lange Vereinstreue und Deiner Empathie in unserer Suchtkrankenhilfe. Wir freuen uns sehr, Dich in unserer Mitte zu haben.



Achtung: Der Nachwuchs ist da !

Wir alle von der Blau Kreuz Familie gratulieren ganz herzlich und freuen uns mit den **Eltern: Mirjam & Marc Franzgrote** zur Geburt ihrer Tochter:

Mara - Celine

Zustelldatum: 25. August 2015

Sucht macht einsam - Wir helfen gemeinsam!

Wer einmal die Sucht durchlebt hat, weiß wie einsam man sein kann. Wir tranken den Wahnsinn aus Flaschen, bis kein Gedanke mehr klappte, aber fühlten uns nicht besser, sondern träge und schlapp - und einsam. Irgendwann hingen unsere Momente wie traurige Geweihe so da, sie erinnerten uns nur noch dumpf an ein Leben von jemanden, der uns mal ähnlich war. Wir waren einsam, standen vor dem Spiegel und wussten nicht mehr wer wir waren.

Wer kennt sie nicht die Nöte, wo wir meinen von Gott ganz und gar verlassen zu sein, wo er sich scheinbar nicht mehr um uns kümmert.



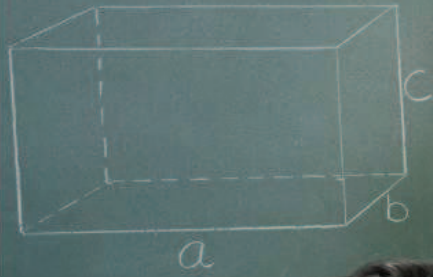
„All eure Sorgen werft auf ihn, denn er sorgt für euch“

Wird man dieser Aussage auch dann noch vertrauen, wenn einem das Wasser bis zum Halse steht, und so manches Päckchen zu tragen hat? Wir schleppen die Last durch die Tage, sie nimmt uns den Lebensmut.

"All eure Sorgen werft auf Gott, denn er sorgt für euch. Bei Gott werde ich los was mich am Leben hindert. "Ich trage was du nicht bewältigst", sagt er. Dann geben wir's doch ab! Und plötzlich gehen wir den Weg Namens LEBEN sehen ein Zeichen mit der Angabe ZIEL. Und uns wird klar - alles was wir bisher erlebt haben hatte einen Sinn; Gott hat uns auf einen guten Weg geführt. Ja, Sucht macht einsam - aber mit Gottes Hilfe und die des Blauen Kreuzes, einem super Team ist es zu schaffen! Nicht von sich allein lebt der Mensch, sondern von jeder Hand die ihm gereicht wird.

Meine Sorgen gebe ich hiermit ab. Gott ich lege sie in deine Hand. Bitte trage du sie ein Stück. Du hast es mir versprochen und ich brauche eine bisschen Luft zum Atmen.

Angela Kosok, Haan



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

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

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

$$\left(\frac{5}{6} - \frac{1}{10}\right)$$

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 : Oktober - Dezember 2015



...für Gruppenbesucher und Freunde:

13. Dez. 2015: Nikolaus - Dampflokfahrt nach Valkenburg/ Holland



9.00 Uhr Abfahrt von Solingen - Ca. 19.00 Uhr Rückkehr

Kosten: ca. 15,00 €/ ca. 7,50 € Erw./ Kinder (Fahrpreis und

Eintritt in die Grotte).

Anmeldung bis 3. Dezember 2015 erforderlich an:

Willi Klapper ☎ 0212/ 2307575 oder per Email. (siehe Seite 7).

14. Dez. 2015: Gemeinsame Weihnachtsfeier aller Mitglieder und Gruppenbesucher des Blauen Kreuz Solingen.

In der Stadtmission, Brühler Str. 60.

Besondere Einladung folgt.



...für Gruppenleiter & Mitarbeiter:

24. Okt. 2015: Praxisbegleitung mit Andrea Schmidt.

**Thema: Andere Suchtformen in der Blaukreuzarbeit
Überforderung oder
Horizontenerweiterung ?**

Stadtmission, Brühler Str. 60.

Kosten: 10,00 € pro Person.

Anmeldung bis 16. Oktober bei Willi Klapper

14. Nov. 2015: Selbsthilfetag im Klinikum Solingen

22. Nov. 2015: Verteilaktion „Friedhof“ (Totensonntag)

Info folgt über Bernd Klapper.



...Vormerkung:

17. Jan. 2016: Mitarbeiter – Jahrestreffen 2016 (9.00 Uhr zum Frühstück)

Naturfreundehaus Theegarten (nähere Info folgt).



Die nächsten **Sendetermine auf Radio RSG** ab 20.00 Uhr:

04. Okt. 2015 und 19. Dezember 2015

Schon gewusst ?



Manche Honigbienen trinken bei ihrer Suche nach Nektar und Pollen den vergorenen und alkoholhaltigen Pflanzensaft einer Linde. In Schlangenlinien geht dann der Flug zurück zum heimischen Bienenstock. Nach einer spektakulären Bruchlandung folgt erst einmal die Alkoholkontrolle. Die Wächter am Eingang zum Bienenstock verwehren ihren beschwipsten Kollegen den Zutritt. Ähnlich wie beim Menschen:“ Wer eine Fahne hat, schläft auf der Couch“.

Ein Liebesbrief an die Droge

Meine Allerliebste!

Meine Beziehung zu dir geht schon 20 Jahre. Ich weiß nicht, ob ich dich noch liebe. Aber als ich dich zum ersten Mal sah, war es um mich geschehen. Ich kokettierte mit dir und war von deinen Liebkosungen immer abhängiger geworden. Du kamst mir nicht aus dem Sinn. Ich wollte immer mehr. Ich wollte dich immer wieder treffen.

Durch dich wurde mein Körper warm und ich war losgelöst von allem Unangenehmen. Die Welt war wunderschön und ich fühlte mich geborgen, sicher und cool. In deiner Begleitung fühlte ich mich vollkommen sicher, egal wo ich hinkam. Ängste waren mir dann fremd. Wir hatten eine herrliche Zeit, allerdings warst du auch immer ein kostspieliger Liebhaber, für den ich aber jeden Cent ausgab. Du warst dein Geld wert und man konnte sich meist auf dich verlassen.

Später verzichtete ich auf meine Selbständigkeit, auf Familie und auf die Kinder. Um die Sehnsucht und die Trennung zu überbrücken, nahm ich auch die Liebkosungen deiner Verwandten in Kauf. Ich wäre gerne immer bei dir geblieben, doch ich bekam zunehmend Angst, mich völlig in deine Hand zu geben. Viele Schritte war ich dem Abgrund nahe gekommen, doch den Sprung in deine warmen Arme wollte ich nicht.

Letztendlich hat mich deine Liebe eingeengt, vernichtet und ich werde mich deinem Charme entziehen müssen.

Ich will nicht mehr !!

(Verfasser unbekannt)