

APROPOS

Stadtmission Solingen



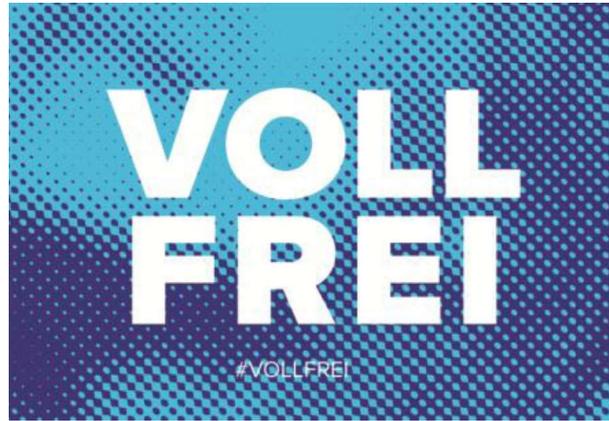
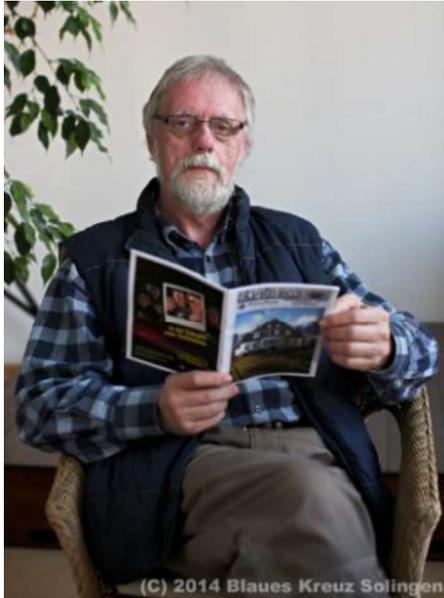
Blaues Kreuz
Suchtkrankenhilfe

Selbsthilfegruppen Solingen

Vereinsheft Nr.: 33
Januar - April 2018



Weihnachtsmarkt Schloss Merode



**Frei sein ist ein Gefühl,
dass unbeschreiblich ist!**

In der Tat, wenn ich in unseren Gruppen immer wieder höre, dass sie ihre Sucht in den Griff haben, so ist das ein Gefühl, dass unbeschreiblich ist. Ich wünsche mir, dass wir in dem vor uns liegenden Jahr **2018**, noch vielen die Botschaft **VOLL FREI** vermitteln können.

Zwei Jubiläen werden wir in **2018** gebührend begehen:

- 1. 10 Jahre Frauengruppe**
- 2. 30 Jahre Gruppenarbeit auf der Basis der Selbsthilfe**

Näheres zu den Feierlichkeiten wird noch rechtzeitig bekannt gegeben.

Weiter möchte ich Euch kundtun, dass sich auch in Bezug auf unsere Vereinszeitschrift einiges ändern wird. Die **APROPOS** wird in Zukunft nur noch **3 x im Jahr** erscheinen. Gleichzeitig werden wir die Gelegenheit nutzen unsere Vereinszeitschrift in einem neuen, modernen Outfit zu präsentieren. Dies ist noch mit viel Arbeit verbunden und Danke der Redaktion für Ihren Einsatz. - Lasst Euch überraschen!
Euer Willi Klapper

Vereinsanschrift: Blaues Kreuz Solingen

Willi Klapper (1. Vorsitzender) Nümmenerstr. 17

42653 Solingen

Tel.: 0212/2307575

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

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe: 19.04.2018

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



Titelbild: Schloss Merode bei Langerwehe/ Foto: Luftbildaufnahmen und Filmproduktion Tobias Hennicken – www.Panorama-Pilot.de

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 Solingen-Ohligs, Nippesstr. 2

(gegenüber dem Hauptbahnhof Solingen).

Erstkontakt/Einzelgespräch ab 19:00 Uhr.

Gruppenleitung: *Dirk Seiffert*



Jeden Dienstag:

von 19:00 – 20:00 Uhr

in den Räumen des – Mehrgenerationenhaus, Mercimek Platz 1

(Ecke Van Meenen – Str./Konrad-Adeneauer-Str.).

Informationsabend und Erstkontakt für Betroffene und Angehörige zum Thema Sucht.



Die Sucht besiegen

Auf dem Weg heraus aus der Sucht braucht es kompetente Hilfe und Begleitung. Meistens ist es ein langer Weg, der mit Rückschlägen verbunden ist. Aber es ist ein lohnender Weg, weil er ein befreites und selbstbestimmtes Leben führt.

Alkohol gehört für viele Menschen zum gesellschaftlichen Leben dazu. Die meisten trinken ihn zum Genuss und wissen, wann sie genug haben. Wer aber die Erfahrung macht, dass Alkohol die Gefühle verändert und das Leben oder die momentane Situation angenehmer oder einfacher macht, der steht in Gefahr, ihn bewusst und vermehrt einzusetzen und abhängig zu werden. Wer aus gesellschaftlichem Druck heraus viel und regelmäßig und immer mehr trinkt, der gewöhnt seinen Körper allmählich an den Alkohol und kommt irgendwann an einem Punkt, an dem er nicht mehr ohne Weiteres damit aufhören kann.

Alkohol löst die Ausschüttung des Botenstoffs Dopamin aus, und der erzeugt ein Wohlgefühl. Andere Drogen funktionieren ähnlich. Alle Organe stellen sich auf die Wirkung des Alkohols ein. Der Körper gewöhnt sich so sehr daran, dass er ohne den Alkohol nicht mehr richtig funktioniert. Dann treten Entzugerscheinungen auf und der Alkohol wird nötig, um diese Entzugerscheinungen zum Stillstand zu bringen. Das ist das Stadium einer körperlichen Abhängigkeit. Das Kennzeichen für dieses Stadium ist das unstillbare Verlangen nach Suchtmittel. Der Süchtige braucht eine immer größere Dosis, um das Wohlgefühl herzustellen und Entzugerscheinungen zu vermeiden. Bei der Alkoholabhängigkeit ist diese Phase auch durch den Kontrollverlust gekennzeichnet, das heißt, die Betroffenen können ihren Alkoholkonsum nicht mehr kontrollieren. Entweder trinken sie bis zum Umfallen oder ihr Körper braucht immer einen gewissen Alkoholspiegel im Blut.

Das Suchtmittel als Seelentröster

Viele Menschen können nicht nachvollziehen, warum sich Suchtkranke nicht früher

Hilfe suchen oder nach erfolgreicher Therapie wieder rückfällig werden. Sie verstehen nicht, dass das Suchtmittel zu einer unverzichtbaren Lebenskrücke geworden ist. Und doch ist es so. Das Suchtmittel wurde zum Lebensretter, zum Seelentröster, zum Freund und Begleiter. Es hat das Leben erträglich gemacht, es hat den Schmerz nicht spüren lassen, es hat das Selbstbewusstsein gestärkt und hin und wieder ein paar Glücksmomente geschenkt, zumindest am Anfang. Der Gedanke, diesen „Freund“ aufgeben zu müssen, macht existentielle Angst. Auch wenn der Alkohol mittlerweile dabei ist, alles zu zerstören – ein Leben ohne ihn ist unvorstellbar. Nur so lässt sich vielleicht verstehen, welchen Kampf Suchtkranke kämpfen, wenn sie aufhören wollen zu konsumieren. Es ist nicht damit getan, den Alkohol wegzulassen. Der Körper schreit und verlangt danach, weil inzwischen die eigene Botenstoffregulierung völlig zurück gefahren ist. Deshalb ist eine Entgiftung notwendig. Aber: „Wenn der Körper entgiftet ist, ist es die Seele noch lange nicht“, hat einmal eine Stationsärztin in einer Suchtklinik gesagt.

Den falschen Lösungsweg verlassen

Eine erfolgreiche Behandlung und Therapie gelingt nur dann, wenn jemand den Ursachen seiner Sucht auf die Spur kommt:

- Wofür habe ich das Schmerzmittel eingesetzt ?
- Was habe ich in meinem Leben nicht ertragen ?
- Was habe ich an mir nicht ertragen ?
- Wovor bin ich geflohen ?
- Was wollte ich betäuben ?

Alkohol und andere Suchtmittel wie Drogen, Tabletten, Glücksspiel, Internet oder Smartphone sind erst einmal vielversprechende Hilfsmittel, um besser mit dem

Leben klarzukommen. Die meisten Konsumenten sind am Anfang überzeugt davon, ein Hilfsmittel für ihre Probleme gefunden zu haben. Eine Art Selbstmedikation, eingenommen in der Hoffnung, endlich glücklich zu werden.

Niemand hat die Absicht, süchtig zu werden. Keiner entscheidet sich bewusst dafür. Es passiert, weil mit dem Suchtmittel ein vermeintlicher Lösungsweg gefunden wird.

Wer aufhören will zu konsumieren, der gibt sein langjähriges Lösungsmittel auf. Diese Entscheidung zu treffen ist der schwerste Schritt.

Der nächste Schritt ist, den Körper vom Alkohol zu entgiften. Dann erst beginnt die eigentliche Therapie, sei sie stationär in einer Reha-Klinik oder ambulant in einer Suchtberatungsstelle, geht es um die Frage, wofür das Suchtmittel eingesetzt wurde. Eine Antwort ist nötig, um Klarheit darüber zu erlangen, welche neue Wege jetzt eingeschlagen werden können.

Mit Hilfe von Psychologen, Therapeuten und anderen Wegbegleitern geht es darum, ein Leben ohne Suchtmittel einzuüben:

- Was kann ich stattdessen in den Situationen tun, in denen ich bisher getrunken habe ?
- Welche Strategien kann ich erlernen, mit meinen Ängsten umzugehen ?
- Wie kann ich meine Minderwertigkeitsgefühle überwinden ?
- Wie kann ich wieder Beziehungen aufbauen, zu mir, zu anderen Menschen, zu Gott ?

Manche Menschen lernen sich erst jetzt wirklich kennen. Eine große Hilfe auf diesen Weg sind Selbsthilfegruppen. Dort finden sich Weggefährten, die sich auf dem Weg aus der Sucht befinden oder ihn bereits hinter sich haben.. Woche für Woche kann in dieser Gemeinschaft einüben, was es bedeutet, ehrlich vor sich selbst zu werden, Neues zu wagen, Ängste überwinden und loszugehen. Es ist gut, an dieser Entwicklung dranzubleiben, auch wenn man schon einige Jahre trocken ist. Denn Rückfälle lauern überall.

Mit Rückfällen umgehen

Rückfälle passieren dann, wenn das Leben wieder zu schwer wird und keine neuen Verhaltensweisen gefunden wurden, mit Problemen umzugehen. Sie passieren dem, der

der Meinung ist, genug an sich gearbeitet zu haben und alles im Griff zu haben. Der sich selbst mit seinen Bedürfnissen, Wünschen und Ängsten wieder aus den Augen verliert.

Die Sucht führt immer weg von der eigenen Person und dem eigenen Leben. Der Weg zurück ist ein lebenslanger Weg. Wer sich auf diesem Weg wieder verliert, der ist in Gefahr, rückfällig zu werden.

Rückfälle dürfen nicht verharmlost werden. Zu viele sind daran gestorben, weil sie danach nicht mehr aus der Sucht herausfanden. Rückfälle müssen aber auch nicht dramatisiert werden. Im Grunde gehören sie zur Krankheit dazu. Sie zeigen auf, an welchen Stellen noch Baustellen sind, wo bisher noch nicht hingeschaut wurde und was als Nächstes zu tun ist. Wer einen Rückfall aus dieser Blickrichtung betrachtet, der braucht ihn nicht verschämt zu vertuschen., sondern kann offen damit umgehen und hat so eine Chance, schnell das Suchtmittel wieder loszulassen. Es ist wichtig, sich erneut Hilfe zu holen und gemeinsam zu schauen, was bisher unentdeckt blieb.

Sucht ist eine Krankheit, die behandelt werden muss. So, wie ein Magengeschwür oder Krebs eine umsichtige, kompetente medizinische Behandlung braucht.

Gott, der uns liebt und uns ein Leben in Freiheit schenken will, ist an unserer Seite, wenn wir uns auf den Weg machen, uns von Sucht und Abhängigkeiten zu befreien.

Andrea Schmidt ist Bildungsreferentin des
Blauen Kreuz Deutschland

In Deutschland sind rund 1,7 Millionen Männer und Frauen zwischen 18 und 64 Jahren alkoholabhängig. Etwa 9,5 Millionen trinken Alkohol in riskanten Mengen, das heißt, sie nehmen körperliche, seelische und soziale Folgen in Kauf.

Dieser Artikel erschien erstmalig in der Zeitschrift LYDIA, Ausgabe 4/2017.
www.lydia.net

Die Blaue Kreuz Familie

Geburtstage: Januar – April 2018



05. Jan.: Olaf

13. März: Peter
19. März: Bernd
27. März: Frank
28. März: Ulla



01. Feb.: Christel

15. Feb.: Lydia

21. Feb.: Rita

02. April: Angela

21. April: Thomas

26. April: Rudi

Wir gratulieren Euch Geburtstagskinder ganz herzlich zum neuen Lebensjahr.
Eure Blau Kreuz Familie



2008 – 2018:

10 Jahre Mitgliedschaft
im Ortsverein Solingen



1. Januar Uwe Drath
1. Februar Monika Sersch

Wir danken beiden Jubilaren für Ihren unermüdlichen Einsatz in unserem Ortsverein Solingen. Sei es in der Gruppenleitung, oder im Vorstand. Wir freuen uns, dass wir Euch haben. Der Vorstand



Das Redaktionsteam von der Bürgerfunk-Sendung: Die Blaue Welle und die nächsten **Sendetermine** auf Radio RSG:

10. Februar 2018 – ab 20.04 Uhr.

Mit Berichten über den Selbsthilfetag im Klinikum Solingen. Die weiteren Sendungen laufen am: **14. April 2018**
und **9. Juni 2018.**

Auf UKW - Frequenz 94,3 + 107,9.

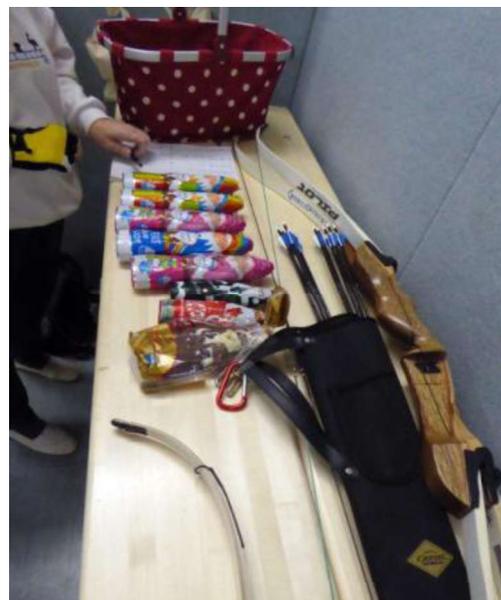
Blue Arrows



Solingen

Nikolaus - Bogenschiessen

Genau auf den 6. Dezember fiel das 14 tägliche Training der „Blue Arrows Solingen“ in der Burger Turnhalle. Klar, dass das zum Nikolaus - Bogenschiessen ausgenutzt wurde und dies hatte auch gleich einen Hauch von einem Turnier. Statt glänzender Pokale gab es Schoko -Nikoläuse und Brigitte hatte eine hochwertige Auswahl gemäß der Platzierungen organisiert. Da gab es für die vorderen Plätze Nikoläuse von After Eight, Kitkat und weiteren Hüftgold - Nikoläusen. Wir werden hier die Platzierungen mit den Schiess-Ergebnissen nicht verkünden, denn jeder Bogenschütze sollte seinen erbeuteten Nikolaus in Ruhe selbst futtern können.



Bogenschiessen: Die aktuellen Hallen-Trainingstermine in SG-Burg

Mittwochs von 16.00-18.00 Uhr. Kosten 2,50 € pro Training. Turnschuhe beim Training in der Turnhalle in Burg/Hasenclever Str. sind Pflicht ! Trainingszeiten:

10.01.2018/ 24.01.2018/ 07.02.2018/ 21.02.2018/ 07.03.2018/ 21.03.2018

Bei Schneefall + Glätte fällt das Training aus. Bitte um jeweilige telefonische Anmeldung vorab:

☎ 01786362781 Dirk Wegmann

04.04.2018: Erstes Training an der Bogenschiess-Anlage, Brühler Str. 60. Weitere Termine:

14.04.2018/ 25.04.2018

05.05.2018/ 16.05.2018.

(Kosten: 1,00 € pro Training)



West Australien (WA) ein australischer Bundesstaat



West Australien ist der größte Bundesstaat von Australien. Die gesamte Landfläche von Westaustralien beträgt 2.529.880 km² und ist damit sieben Mal so groß wie Deutschland. Etwa 1,7 Millionen Einwohner West Australien leben in der Metropolitan Area Perth. Der größte Teil der restlichen 800.000 Einwohner konzentriert sich auf den relativ kleinen Teil um die Südwestspitze Australiens. Das meiste Leben verläuft an der Westküste, dem Indischen Ozean. Umso einsamer wird es, wenn man in den Nordöstlichen Teil des Bundesstaates kommt.

Hier herrschen die großen Steppen und Cayons.

Start unserer Unternehmung war Perth. ⇨

Mit einem Allrad machten wir uns auf eine drei - wöchige Rundreise durch WA.

Circa 8.000 km mussten in dieser Zeit bewältigt werden. Es ging in einigen Etappen der Küste entlang. durch ur-



waldähnliche Gebiete, mit riesigen Bäumen, die teilweise über 50 m. hoch waren, in die Südspitze von WA bis nach Albany. Am **Cape Leeuwin**, einer der südlichsten Spitzen von WA: hier stoßen der Indische Ozean und der



der südliche Ozean zusammen. Bei starkem Wellengang konnte man so ungefähr die Stelle erkennen, wo der Zusammenschluss der beiden riesigen Meere erfolgte.

⇨ Southern & Indian Ocean)



↔ Wave Rock / 15 m hoch - 110 m lang

Nachdem wir den **Wave Rock** und **Pinnacels** passiert haben ging es weiter auf langen, schnurrgeraden Highways, teilweise über Schotterpisten, weiter in nordwestlicher Richtung. Unser nächster Stopp war

der Kalbarri National Park mit seiner fantastischen Schlucht. Ein Blick durch das Natures Window auf dem Murchison River, der sich in circa 110 m Tiefe durch die Schlucht schlängelt.



Weiter führte die Tour durch den **Karijini National-**



park, der uns mit einer fünf stündigen Tour durch die Schlucht beeindruckte. Unsere Tour in WA endete später in die Perlenstadt Broome. Wir stiegen in einem Flieger zu neuen Abenteuern. Queensland. Voctoria (Melbourne) und Südastralien (Adelaide) standen noch auf unserem Programm. *WK*

↔ Dales Gorge (Karijini NP)



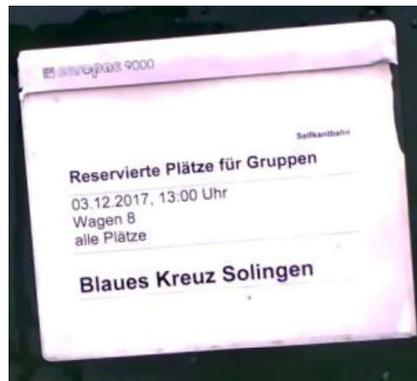
Nikolaus-Dampflokfahrt 2018 - Windmühle & Schloss Merode

Am 3. Dezember 2017 fuhren wir mit fast 50 großen und kleinen Menschen per Bus in den „Selfkant“. Der Selfkant liegt direkt an der holländischen Grenze, nördlich von Aachen und dort fährt jedes Jahr zur Nikolaus-Zeit die Dampflok, um genau zu sein: sogar zwei Loks ! Bevor wir aber mit dem weihnachtlich geschmückten Bummelzug mitfahren konnten, statteten wir der Windmühle in Breberen einen Besuch mit einer interessanten Führung ab. Wir konnten sogar bis in die Kuppel der Wind-



mühle steigen und bekamen alle Gerätschaften und Arbeitsabläufe innerhalb der Mühle erklärt. Spätestens jetzt wollte keiner mehr den Beruf eines Müllers, selbst in Gedanken, mehr ausüben. Das war in dieser Windmühle von 1842 ein knochenharter Job und kostete so manches Menschenleben. Nach der Führung stärkten wir uns erst einmal im Mühlen-

Cafe und dann gings ab zur Selfkantbahn, die von Gillrath nach Schierwaldenrath fährt.



Dort hatten wir einen ganzen Wagen für uns allein und ein großer Bollerofen heizte uns ordentlich ein. Gemütlich rollte der Zug auf der nur 5,5 km. langen und flachen Strecke. Unterwegs gab es noch einen wichtigen Haltepunkt und dort stieg der Nikolaus mit Knecht Ruprecht in den Zug ein und jedes Kind erhielt bei seinem erhabenen Durchgang eine Nikolaustüte mit Obst, Nüssen & leckeren Naschwerk.

Der Aufenthalt am „Bahnhöfchen“ Schierwaldenrath beförderte uns gut 50 Jahre zurück. Hier war die Zeit einfach stehengeblieben und wir staunten über den großen Wasserkran, wo die Lokomotiven das benötigte Wasser zapften. Auch die Bekohlung der Lokomotiven erfolgte noch in Handarbeit und die Kohle wurde mit Körben in den Kohlebunker gehievt, was vorwiegend von jungen Leuten verrichtet wurde. Ein großes Festzelt gab es auch noch, wo eine wohlige Wärme uns gerade recht war. Da gab es Riesen-Bockwürste zu kleinen Preisen. Bald kam der Aufruf vom Bahnhofsvorsteher: Bitte Einsteigen! Gemächlich fuhr der Dampfzug wieder retour nach Gillrath. Nach kurzer Fahrzeit brachte uns unser souveräne Busfahrer zum Schloss Merode, welches bei dem Ort Langerwehe liegt. Es dämmerte schon leicht als wir Eintritt zum romantischen Weihnachtsmarkt nahmen. Das Märchenhafte Schloss bot eine zauberhafte Kulisse mit kleinen und großen Hütten und Stände mit stilvoller Beleuchtung durch Fackel- und Feuerkörbe, ließen den Weihnachtsmarkt und auch uns in eine friedvolle Atmosphäre ohne Stress eintauchen. Hier verteilten wir uns und jeder ging auf eigene Faust oder Grüppchenweise los, um den Markt zu erkunden. Nach



dem Erscheinen des Christkind neigte sich unser Tag dem Ende und stimmungsvoll fuhren wir zurück nach Solingen. UD



Alexandra Burghardt ist neue Botschafterin von:



Die 23-jährige Sprinterin setzt sich seit Oktober 2017 für die Suchtpräventionsarbeit des Blauen Kreuzes in Deutschland ein **blü:prevent**, die Suchtpräventionsarbeit des Blauen Kreuzes in Deutschland, freut sich seit Mitte Oktober über prominente und starke Unterstützung in Form einer neuen Botschafterin: Alexandra Burghardt engagiert sich zukünftig für blü:prevent. Das 23-jährige Sporttalent kommt aus der Nähe von Passau und studiert Medien- und Kommunikationswissenschaft an der Universität in Mannheim. Die neue blü:prevent-Botschafterin ist Sprinterin u. a. im Team der 4-mal-100-Meter-Staffel der deutschen Nationalmannschaft. 2016 belegte sie bei den Deutschen Meisterschaften über 100 Meter den 4. Platz und wurde mit der 4-mal-100-Meter-Staffel der MTG Mannheim Deutsche Meisterin. Ihren größten Erfolg 2017 feierte die junge Sprinterin im April bei den World Relays auf den Bahamas, den inoffiziellen Staffel-Weltmeisterschaften des Leichtathletik-Weltverbands IAAF, wo sie gemeinsam mit drei anderen Läuferinnen die Goldmedaille holte. Ihr Ziel ist Olympia 2020 in Tokio, um dort im Alexandra Burghardt: „Vor der Leichtathletik habe ich mit fünf Jahren angefangen Tennis zu spielen. Zur Leichtathletik bin ich gekommen, weil ich in der Schule immer schneller war als die Jungs. Erst habe ich 7-Kampf gemacht und bin dann irgendwann zur Sprinterin geworden. An blü:prevent begeistert mich, dass ein Thema zur Sprache gebracht wird, das allgegenwärtig ist. Sucht kann jeden treffen und fast jeder hat in irgendeiner Form einen Bezug dazu. Ich finde es enorm wichtig, die Gefahren rund um das Thema Sucht aufzuzeigen, aber auch eine Anlaufstelle für Fragen und Probleme zu bieten. Deshalb möchte ich das Projekt unterstützen, um auch andere Menschen sowie Kinder und Jugendliche dafür zu sensibilisieren.“

Alexandra Burghardt lebt den Willen, die Disziplin und Fokussierung selbst vor, die ein Mensch braucht, um Ziele im Leben zu erreichen. Mit einem ermutigenden Statement ist sie bereits im neuen Postkarten-Set von blü:prevent vertreten. Zukünftig möchte sie ihr Netzwerk und ihre Kontakte in der Sportwelt nutzen, um **blü:prevent** und **#vollfrei** in der Öffentlichkeit bekannter zu machen.

Freundschaft im Blauen Kreuz

Ortsvereine Aue (Sachsen) & Solingen (NRW)



Nicht nur, dass beide Vereine im Jahre 1902 gegründet wurden, sondern auch eine über 15-jährige Partnerschaft, auf Vereinesebene, verbindet die beiden Ortsvereine seit 2002. Ein jährliches Treffen ist mittlerweile Programm. So machten wir uns aus Solingen auf dem Weg um unsere Freunde in Aue zu besuchen, um mit Ihnen gemeinsame ein verlängertes Wochenende zu verbringen. Das Treffen war ge-

prägt vom Austausch, vom gemeinsamen Erleben und von Ausflügen in dem schönen Erzgebirge. Eingecheckt hatten wir uns wieder in das bewerte Gästehaus Schneeberg-Neustädtel.

Mittlerweile sind wir auch hier schon Stammgast. Angefangen hat diese Verbindung kurz nach der Wende im Jahre 1992. Leider hatte sich das in den darauf folgenden Jahren nicht vertieft.



Im Jahr 2002, im Jubiläumsjahr beider Vereine wurde die Verbindung wieder neu aufgefrischt und so sind wir jedes Jahr einmal zusammen. Mal in Aue, mal in Solingen, oder zum gemeinsamen Treffen in Elbingerode/ Harz. Bewusst sind unsere Treffen immer im Bereich des Nationalfeiertages „Tag der Einheit“ um zu verdeutlichen, dass wir ein Volk

sind und das wir auch im Blauen Kreuz zueinander stehen. Ich persönlich habe festgestellt, dass das miteinander im Blauen Kreuz ein großes PLUS ist für die gemeinsame Suchtkrankenhilfe. In 2018 gehen unseren Treffen weiter und wir machen uns auf nach Elbingerode im Harz.

WK



Verstehen ist einfach.



sparkasse-solingen.de

Wenn man einen Finanzpart-
ner hat, der die Region und
ihre Menschen kennt.

Sprechen Sie mit uns.

Wenn's um Geld geht
 **Stadt-Sparkasse
Solingen**

Termine : Januar – April 2018



.....für Gruppenbesucher und Freunde:

10. Feb. 2018: Radio: Blaue Welle - 20.04 Uhr
auf Sender Radio RSG



04. März 2018: Gemeinsamer Gottesdienst in der Stadtmission Solingen.
Brühler Str. 60 - 10.00 Uhr, mit Hansgeorg Panczel.

25. März 2018: Frühlingswanderung Schloss Benrath & Urdenbacher Kämme.
(siehe unten).

6.-8. April 2018: Blau Kreuz Freizeit in Holzhausen. Wir werden wieder
begleitet von Hansgeorg Panczel, aus Radevormwald. Im
Januar 2018 wird eine Einladung mit allen Informationen,
Thema und Aktionen über die Freizeit erfolgen.

.....für Gruppenleiter & Mitarbeiter:

28. Jan. 2018 : Mitarbeiter Jahrestreffen 2018. Beginn: 9.00 Uhr mit
Frühstück im NFH „Holzerbachtal (sep. Einladung folgt)

03. März 2018: Vertreterversammlung des BK Rheinland in Köln

17. März 2018: Praxisbegleitung BK Rheinland in Solingen
Separate Einladung und Thema zur
Praxisbegleitung folgen.



.....für Mitglieder und Freund im Blauen Kreuz Solingen:

**15. April 2018: Jahreshauptversammlung des
BK Solingen, 18.00 Uhr,**
Stadtmission Solingen, Brühler Str. 60.
Schriftliche Einladung folgt.



Frühlingswanderung 25. März 2018

Über Schloss Benrath in den Urwald der Urdenbacher Kämme
(Wanderoute 1: ca. 8 km./ Wanderoute 2: ca. 14 km.).

Fahrt mit Bahn & Bus Tagesticket Stufe „B“.



Treffpunkt ist um 9.00 Uhr am **Solinger Hbf.** Abfahrt um 9.13 Uhr nach
Schloss Benrath. Die relativ einfache Wanderung beginnt dort und führt durch
die Urwald-Auenlandschaft der Urdenbacher Kämme. Ab Haus Bürgel fahren die
Wanderer der Route 1 mit dem Bus zurück nach Benrath zum Schlosspark. Die
Wanderer der Route 2 wandern weiter durch die Rheinauen nach Benrath zurück.
Dort finden beide Gruppen zum abschließenden Kaffeetrinken wieder
zusammen. Rückfahrt gemeinsam mit Bus & Bahn nach Solingen ca. 17 Uhr.
Tageswanderung, Rucksackverpflegung und ausreichend Getränke mitnehmen,
Fotokamera. Festes Schuhwerk wegen möglicher matschige Wege erforderlich.
Keine Anmeldung nötig. Weitere Infos: Uwe Drath: ☎ 0212 71487

4. Bogenschiess-Turnier des Blauen Kreuz Solingen

Am 7. Oktober hatte Petrus kein Erbarmen mit uns und unser Turnier fiel fast – aber nur fast – ins Wasser. Unter Sonnen – nun Regenschirme und Plane konnten aber jeweils zwei Bogenschützen ihre Pfeile parallel abschießen, währenddessen sich die anderen Teilnehmer bei dem usseligen Wetter im Gemeindesaal aufwärmten. So kam es nicht von ungefähr, dass die Schiessergebnisse für unsere Verhältnisse – sagen wir mal: recht bescheiden ausfielen.



Als neuer Vereinsmeister des Blauen Kreuz Solingen für die Saison 2017, können wir Rolf Tokarski gratulieren. Den Platz als Vizemeister belegte Ralf Meier, gefolgt von Sebastian Klapper. Die weiteren Plätze teilten sich Uwe und

Dirk, Susanne, Katrin, Norbert, Brigitte, Nadine, Willi, Robert und Vivien unter sich auf. Dem feuchten Wetter zum Trotz und gestärkt mit selbstgebackenen Kuchen sowie Tee & Kaffee hatten wir viel Spaß. Und ab jetzt hat unsere Bogenschiess-Gruppe auch einen eigenen Namen:

**Blue Arrows
Solingen**

(Blaue Pfeile Solingen) UD

