

APROPOS



Blaues Kreuz
Wege aus der Sucht

Selbsthilfegruppen Solingen Vereinsheft Nr.: 39 Ausgabe: Jan. – April 2020





Kehrtwende ins Leben

Für einen Suchtkranken gibt es nur einen Weg: abwärts. Bis er an seinem ganz persönlichen Tiefpunkt angekommen ist. Das Blaue Kreuz möchte mit seinen vielfältigen Angeboten von Sucht betroffenen Menschen Hilfe anbieten, um dem Leben eine Kehrtwende zu geben und frei von Sucht zu werden. Das Wichtigste für einen suchtkranken Menschen ist die Selbsterkenntnis und vor allem der Perspektivwechsel – umso der vermeintlichen Ausweglosigkeit zu entkommen. – So heißt es auf der Homepage vom Blauen Kreuz in Deutschland e.V.

Dazu kommt noch die Begleitung und Hilfestellung für die Angehörigen, die wir in einigen unseren SH.-Gruppen anbieten. Auch die Angehörigen brauchen verstärkt Unterstützung um mit der Situation des suchtkranken Partners umzugehen.

Die gute Nachricht ist: Du bist nicht allein. Wir können dir zur Seite stehen, dich beraten und dich auf deinem Weg begleiten. Daher nutze unsere Angebote!

Suchtkrank ist keine Schande.

Eine Schande ist, es nichts dagegen zu tun.

Auch in Jahr 2020 gibt es viele Aktionen in unserem Ortsverein. Unter Termine in diesem Heft erhältst Du Informationen darüber. Vielleicht ist etwas für Dich dabei.

Besondere Ereignisse

vor 10 Jahren:

Januar 2010 erschien unsere erste Ausgabe der Vereinszeitschrift: **APROPOS**

Frühjahr 2010 bildete sich unsere Sportgruppe **Blue Arrows Solingen**

November 2010 ging das Radioprojekt **DIE BLAUE WELLE** zum ersten Mal auf Sendung beim Bürgerfunk von Radio RSG

vor 20 Jahren

September 2010 erstand eine zweite Selbsthilfegruppe für Suchtkranke in unserem Ortsverein

Das sind so einige Jubiläen, die wir im Jahre 2020 begehen werden. Das zeigt auf, dass Nachhaltigkeit auch in unserem Verein aktuell ist. Heißt aber nicht, dass wir uns auf das Erreichte ausruhen wollen. Das Motto für 2020 heißt im Blauen Kreuz:

gemeinsam. echt. frei

Wir wollen uns neuen Herausforderungen stellen und gemeinsam einiges **erleben** und **gestalten**.

In diesem Sinne grüße ich Euch und Wünsche für 2020 ein starkes miteinander. Euer Willi Klapper

Vereinsanschrift: **Blaues Kreuz Solingen** Willi Klapper (1. Vorsitzender), Nümmener Str. 17, 42653

Telefon ☎: 0212/2307575, Email: blaueskreuz-solingen@t-online.de - www.blaueskreuz-solingen.de

Spendenkonto bei der Stadtparkasse Solingen, IBAN-Nr.: DE57 3425 0000 0000 401455

Apropos – Redaktion: Uwe Drath, Falkenstr. 18, 42697 Solingen, ☎: 0212/71487 - Email: uwe.drath@gmx.de,

Stephan Sellner, ☎: 0212 59486486, Email: Stephan@fernholz-sellner.de

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

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe: 20.April.2020

Impressum



Treffen der Selbsthilfegruppen in Solingen

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 (nahe 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 (nahe 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 Caritas - 1.Etage, SG - Ohligs, Ahrstr. 9

(4 Min. Fußweg vom Hbf. Solingen & Bus-Bhf. Solingen-Ohligs)

Erstkontakt/Einzelgespräch ab 19:00 Uhr.

Gruppenleitung: *Elisabeth Mohr + Uwe Drath*

Neu !

Jeden 2. + 4. Dienstag im Monat:

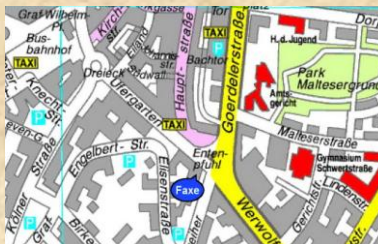
von 18:00 – 19:00 Uhr

in den Räumlichkeiten der „FAXE“,

Solingen – Mitte, Entenpfehl 2

InfoPoint

Neu !



Informationsabend und Erstkontakt für Betroffene und
Angehörige zum Thema Sucht.



Einige Informationen zum Thema Sucht und zur Arbeit des Blauen Kreuz in Deutschland e.V.

Von Sc. Tanja Vorsteher – Bildungsreferentin, Blaues Kreuz

Wie schnell es gehen kann, dass ein vermeintlich kontrollierbares, entlastendes Verhalten zu einem Zwang werden kann und in eine Abhängigkeit führt, kann jede und jeder bestätigen, die / der in die leidvolle Abhängigkeit von einem Suchtmittel oder einer süchtigen Verhaltensweise geraten ist. Am Anfang scheint die Rechnung noch aufzugehen. Die schnelle Erleichterung tut gut und auch das Träumen glückt. Man glaubt, frei wählen zu können, ob einem der Alkohol oder ein anderes Rauschmittel jetzt gut tut. Und man glaubt, bestimmen zu können, wann es genug ist. Freiheit pur!

Doch wenn der Körper einmal mit seinen Verwertungsmöglichkeiten der zugeführten chemischen Substanzen an seine Grenzen gekommen ist, dann verändert sich die Lage schnell. Er deutet die Botschaft, die ihm durch das Zuviel an Suchtmitteln vermittelt wird so, dass er seinen eigenen Mechanismus runterfahren kann - weil ja genug Nachschub von außen kommt. -. Der Körper beginnt nun nach und nach die Kontrolle zu übernehmen. Er bestimmt, wann er wieder Nachschub an Substanzen braucht und macht diesen Bedarf auch deutlich spürbar.

Damit wird er unaufhaltbar und von den Betroffenen nicht mehr kontrollierbar zum Mittelpunkt aller Aufmerksamkeit und aller Lebenskräfte. Die körperlichen Regulationsmechanismen sind durcheinander geraten – es ist eine Suchterkrankung entstanden.

Aus der Traum! Der Hals ist nicht mehr frei und auch Hände und Füße sind gebunden. Das Leben nimmt von jetzt an eine andere Richtung, die man selber nicht mehr frei wählen kann. Es gibt keine „Freiheit von“ mehr und

auch keine „Freiheit zu“. Es gibt nur noch den Zwang. Den Betroffenen ergeht es dann wie Sklaven : Ein an Hals, Händen und Füßen gebundener Mensch ist nicht mehr frei, nach seinem Willen zu leben, zu handeln und die Wege zu gehen, die er gehen möchte. Er muss dem folgen, der über ihn bestimmt. Er ist einem Zwang ausgesetzt, der mächtiger ist und dem er sich aus eigener Kraft nicht widersetzen kann. Die gute Nachricht: Dabei muss es nicht bleiben. Wir wissen, dass sich das Blatt wieder wenden kann und dass es Hilfe gibt. Gott sei Dank!

Als Blaues Kreuz in Deutschland bieten wir diese Hilfe auf vielfache Weise an:

Das Erste, was geschehen muss ist, dass die Betroffenen realisieren, dass sich ihr körperliche Regulationsmechanismus verselbständigt hat, weil sie Stoffe zugeführt haben oder durch ihr Verhalten die Produktion von Stoffen gefördert haben, die der Körper in der Menge der Dosis nicht mehr verarbeiten und zuordnen konnte. Sie müssen – oft schmerzhaft – erkennen, dass dieser veränderte Mechanismus nicht mehr umkehrbar ist und dass sie dadurch lebenslang chronisch krank geworden sind. Hier können Beratungsgespräche in einer Suchtberatungsstelle/Fachstelle Sucht oder in einer Suchtselbsthilfegruppe weiterhelfen.

Dann ist der **Wille** gefordert, **frei zu werden**. Ist der stark genug, dann gelingt ein körperlicher Entzug. Auch hier kann eine Suchtfachstelle weiterhelfen: sie kann eine Behandlung in einer Suchtfachklinik zum Entzug einleiten und den Weg aus der Sucht weiter begleiten.

In einer anschließenden **Rehabilitation** kann man lernen, den Auslösern des Suchtverhaltens noch besser auf die Spur zu kommen, mit dem wiederaufflammenden Verlangen nach dem Suchtmittel umzugehen und einem Rückfall vorzubeugen. Und man kann neue Wege entdecken, die auf sinnvolle Weise Entlastung in angespannten Situationen bringen.

Foto: Markus Lambrecht
_28955535,123rf.com



Man kann – wenn man will. Man muss es wirklich ganz lassen wollen, ganz frei werden wollen und auch **frei bleiben wollen**. Nur dann stehen einem wieder alle Möglichkeiten im Leben offen. Deshalb ist für uns im Blauen Kreuz die Abstinenz so zentral.

Eine wesentliche Hilfe auf diesem langen Weg aus einer Suchterkrankung sind die Suchtselbsthilfegruppen. Sie sind eine wichtige mitmenschliche Hilfe und Stütze. In Ihnen kann die neu gewonnene Freiheit Schritt für Schritt eingeübt und gefestigt werden. Aus der „Freiheit von“ einem Suchtmittel wird durch die vorbehaltlose Annahme in einer Gruppe und die tragende Gemeinschaft langsam wieder eine „Freiheit zu“ einer veränderten, selbstbestimmten, suchtmittelfreien und suchtzwang freien Lebensgestaltung. Als christlicher Suchthilfeverband und sehen wir als Blaues Kreuz in Deutschland unseren Auftrag darin, Suchtkranken und Angehörigen zeitgemäß und kompetent zu helfen und einer Suchtentwicklung vorzubeugen. Und wir wollen das im Sinne des biblisch orientierten Menschenbildes und in der Gewissheit der liebenden Annahme und Zuwendung

Gottes für jeden Menschen tun. Deshalb gehört zu unserem Verständnis von befreitem Leben auch die Botschaft der Erlösung von aller Last und Schuld des Lebens durch Jesus Christus, den Sohn Gottes. Es geht hier um eine Freiheit, die in die tiefsten Tiefen der menschlichen Existenz reicht. Es ist eine Freiheit, die Gott jedem Menschen aus Liebe und ohne Gegenleistung anbietet.

Jeder Mensch ist frei zu wählen, ob er diese von Gott angebotene Freiheit annehmen oder ablehnen will. Das nennt die Bibel Gnade. Diese Botschaft wird uns in vielfältiger Weise durch die Bibel vermittelt. Das ist auch der Grund, warum biblische Andachten, gemeinsames Singen, Seelsorge und Gebet zu unserer Arbeit in vielen Selbsthilfegruppen des Blauen Kreuzes gehören.

Der Apostel Paulus - ein Spätberufener Jünger, der Jesus nicht mehr zu Lebzeiten erlebt hat – hat über diese Freiheit folgendes gesagt: „Zur Freiheit hat Christus uns befreit! Bleibt daher standhaft und lasst euch nicht wieder unter das Joch der Sklaverei zwingen! (Galater 5,1ff)

Frei werden - frei sein und frei bleiben, darum geht es.



Engagement des Ehrenamts

Gewürdigt auf dem jährlichen Selbsthilfe- und Gesundheitstag im
Klinikum Solingen am 29. November 2019

In diesem Jahr fand die Verleihung des Selbsthilfepreises am 29. 11. 19 nicht in kleiner Runde, sondern öffentlich im Foyer des Klinikums statt. Oberbürgermeister Tim Kurzbach würdigte Willi Klapper vom Blauen Kreuz Solingen für sein langjähriges Engagement in der Suchtkrankenhilfe in Solingen. In seiner Laudatio würdigte der Oberbürgermeister nicht nur mit Dank und mit den Worten „mach weiter so“, sondern er kam auch auf die Motivation zu sprechen, warum Willi viele Jahre dieses Ehrenamt bekleidet. „Der Glaube an Jesus Christus“, sei die Motivation um den Hilfesuchenden eine Hilfe und eine Begleitung zu sein, so der Oberbürgermeister. Diese Aussage aus dem Munde eines



Politikers hat Willi sehr positiv überrascht, wie auch die Ehrung selber. Wir alle freuen uns mit Dir, dass Du den Preis erhalten hast und Deine Wertschätzung in Solingen für Dich und dem Blauen Kreuz.

*Der Vorstand des
BK Ortsverein
Solingen*



▲ OB Tim Kurzbach mit Willi Klapper und Josef Neumann MDL

Hier einige Kommentare und Glückwünsche, die uns per Facebook und allen anderen Medien erreichten:



Matthias Vollgrebe
(Geschäfts-

führer Blaues Kreuz in Deutschland e.V.):

„Meinen ganz herzlichen Glückwunsch Dir und Deinem Team in Solingen!“

Jürgen Paschke: (designierter Bundesvorsitzender vom Blauen Kreuz in Deutschland e.V.)

„Gratuliere sehr herzlich zu diesem Preis! Wie schön, wenn ein so wichtiges Engagement – mit viel Liebe – anerkannt und geehrt wird.“

Aus dem BK Solingen und BK LV. Rhld.:

„Auch von mir einen herzlichen Glückwunsch. Schön, dass deine Arbeit so wertgeschätzt wird. Das macht Mut und zeigt wie wichtig Ausdauer ist. Danke für Dein Vorleben und Gottvertrauen.“

„Herzlichen Glückwunsch zu Deiner persönlichen Ehrung. Das was Du in 25 Jahren alles geleistet hast, kann man eigentlich mit einem Preis nicht gut machen. Nochmals herzlichen Glückwunsch.“

„Auch von mir einen herzlichen Glückwunsch. Ohne Dich weiß ich nicht wo ich wäre. Danke für alles.“

„Wir freuen uns mit Dir, dass Du den Preis erhalten hast und Deine Wertschätzung in Solingen“

„Das hast Du Dir verdient! Dieser Preis ist mehr als eine Anerkennung für Dein Engagement im Blauen Kreuz“.



Jürgen Paschke als neuer Bundesvorsitzender des BKD gewählt

Pressemitteilung vom Blauen Kreuz in Deutschland e.V.

Am 22. November 2019 wählte die Bundesversammlung, das höchste Gremium des Blauen Kreuzes in Deutschland, ihren neuen Bundesvorstand. Jürgen Paschke wurde als neuer Vorsitzender gewählt; Dr. Thomas Kellerhoff ist stellvertretender Vorsitzender. In den Vorstand gewählt wurden außerdem: Christiane Jenatschke, Claudia Irle-Utsch, Gert Kuchel und Martin Schmidt. Jürgen Paschke tritt damit die Nachfolge von Dr. Klaus Richter an, der seit 2006 Bundesvorsitzender des Blauen Kreuzes in Deutschland war. Die Bundesversammlung dankte Dr. Klaus Richter für sein außerordentliches, langjähriges Engagement im Blauen Kreuz.

Jürgen Paschke ist verheiratet, hat fünf erwachsene Kinder und lebt in Celle in Niedersachsen. Er ist gelernter Bankkaufmann, Theologe und Pädagoge und leitete zuletzt als Direktor das Theologisch-Pädagogische Seminar „Malche“ in Porta Westfalica. Das Blaue Kreuz prägt sein Leben seit seiner Jugendzeit: als verpflichteter Freund, Mitglied (seit 1970) und Ehrenamtlicher sowie drei Jahre davon als hauptamtlicher Mitarbeiter. Insgesamt 29 Jahre war er Vorsitzender des Landesverbandes Niedersachsen und rund 20 Jahre davon im Bundesvorstand des Blauen Kreuzes. Auch die Gründung und Koordination des Blauen Kreuzes Russland, Netzwerke Moskau und St. Petersburg, gehört zu den Schwerpunkten seines Engagements im Blauen Kreuz.

„Wer nicht mit der Zeit geht, der geht mit der Zeit“, so der neue Bundesvorsitzende. „Wir müssen die kulturellen

Brüche unserer Zeit erkennen und nach den Formaten suchen, die morgen und übermorgen tragen. Die Selbsthilfegruppen an der Basis und die Suchtprävention, z. B. an Schulen, halte ich für die wichtigsten Hilfsangebote. Hier lassen sich wichtige Werte vermitteln.“

Blaueres Kreuz in Deutschland e. V.

Das Blaue Kreuz in Deutschland unterstützt suchtgefährdete und suchtkranke Menschen sowie Angehörige. An über 400 Standorten mit über 1.100 Gruppen- und Vereinsangeboten engagieren sich ehren- und hauptamtlich Mitarbeitende für abhängige Menschen und Angehörige. Mit seinen fachlichen Suchthilfe-Einrichtungen bietet das Blaue Kreuz weitere Angebote, damit Menschen ihr Ziel erreichen: befreit leben lernen. Mit blu:prevent, unserer innovativen und erfolgreichen Suchtpräventionsarbeit, setzen wir uns dafür ein, die Persönlichkeit von Kindern und Jugendlichen so zu stärken, dass ein Leben ohne Abhängigkeit gelingen kann.



Der neue Bundesvorstand: Dr. Thomas Kellerhof, Claudia Irle-Utsch, Reinhard Jahn (Geschäftsführung), Martin Schmidt, Jürgen Paschke, Christiane Jenatschke, Gerd Kuchel und Matthias Vollgrebe (Geschäftsführung)

Unsere Nikolausfahrt Dezember 2019



1. Dezember 2019: 9.15 Uhr. 46 Menschen vom Blauen Kreuz Solingen und 1 Busfahrer auf dem Weg ins Sauerland. Dieses Mal wollen wir mit dem Nikolaus-Dampfzug der Märkischen Museums-Eisenbahn in Plettenberg/Herscheid, fahren. Unser Bahnhof heißt: Hüinghausen. Das Wetter war uns heute gut gesonnen, etwas Kalt - aber trocken und das hob die Stimmung gleich. Unsere Abfahrt des Zuges stand erst um 14.00 Uhr auf dem Fahrplan und so nutzten wir vorher die Zeit für einen Besuch der schönen Attahöhle, die sich nicht sehr weit entfernt in Attendorn befindet.

reine Luft auf Störungen reagieren. Da war - so erzählte unsere Höhlenführerin, vor 14 Tagen einem Gartenarbeiter oberhalb der Höhle ein 5 Liter - Kanister mit 2-Takt Gemisch umgekippt und eine unbekannte Menge des Kraftstoffs hat sich durch den Grasboden gearbeitet und sickert nun in das Höhlensystem ein und verbreitete einen beißenden Geruch und offenbarte, wie anfällig dieses Höhlensystem ist. Wir wären gerne noch an den traumhaft schönen und großen Tropfsteingebilden und Seen stehengeblieben um alles zu genießen, aber die Zeit drängte uns voran zu machen. Der Bus nahm uns wieder auf und fuhr uns jetzt zum Bahnhof Hüinghausen und seiner stillgelegten Bahnstrecke von rund 3 km. nach Köbinghauser Hammer und zurück. Hier verkehrt die Dampflok „Bieberlies“ Jahrgang 1923, einst auf der Strecke Gießen - Bieber unterwegs.

Das fotografieren in der Attahöhle ist streng verboten, deshalb gibt es hier eine ähnliche Aufnahme aus der Grotte von Remouchamps mit Fototerlaubnis.

© UD



Die Höhle hatte nur an diesen Dezember - Wochenende geöffnet und wir hatten fast eine Höhlenerkundung für uns. 40 Minuten dauerte die Führung durch Attahöhle im Reich der Stalaktiten und Stalakmiten und wir konnten an mehreren Stellen der Höhle sogar riechen, wie sensibel diese Tropfsteingebilde und die 100 %



Nach der Ankunft am Bahnhof, wurde erst einmal die Brat- und Currywurst der Eisenbahnfreunde MME getestet und für gut befunden. Das galt auch für die Waffeln mit allen drum und dran und dem entspannten verweilen im Güterschuppen, den man sehr schön weihnachtlich dekoriert hatte. Das uns inzwischen vertraute Hupsignal der Lok lockte uns zum Einsteigen in den für uns reservierten Wagen und dann ruckelte der Dampfzug auch schon los. An einem Zwischenstopp winkte uns freundlich ein Mann mit weißen Bart und roten Anzug zu und deutete an, uns bald aufzusuchen.



Mit Mandarinen, Nüssen und anderen Leckereien befüllte Nikolaus-Tüten kam der Nikolaus dann auch in unseren Wagen und verteilte diese an die Kinder. Passend dazu sangen wir 🎵 "Laßt uns froh und munter sein", und eine schöne, weihnachtliche Stimmung lag in der Luft.

Nach der Zugfahrt setzten wir unsere Reise fort und besuchten zum Abschluss des ereignisreichen Tag die Burg Altena und dem: **"Winterlichen Spectaculum"**



Die eindrucksvolle Feuer-Show auf der Burg Altena.



Wo ist die Zeit nur geblieben?

Da sich unsere damalige Selbsthilfegruppe aus allen „Nähten“

platze, hatte man sich überlegt, wie können wir allen Besucher gerecht werden und keiner beim Meeting zu Kurz kommt.

Was war zu tun?

Der Gedanke einer zusätzlichen Gruppe war geboren. Der Motor für eine weitere SH-Gruppe, in diesem Fall nur für Suchtkranke, war damals Jürgen Schifferdecker und Christine Pieper als Vertreterin. Er brachte sein Anliegen und ein Konzept vor. Schnell wurden entsprechende Räumlichkeiten gefunden. Start war am 12.09.2000 im Mehrgenerationenhaus, van Meenen Str. 1, (heute: Mercimek-Platz 1). So wurde die SH-Gruppe ein fester Bestandteil, in der Suchtkrankhilfe vor Ort. Durch den unermüdlichen Einsatz von Jürgen wurde die Gruppe von den Suchtkranken gut aufgenommen und sie erhielten dort fachliche Hilfe und Unterstützung. Leider ist der damalige Gruppenleiter viel zu früh verstorben.

Wie ging es weiter?

Im Rahmen der Sanierungsarbeiten des Mehrgenerationenhauses, mussten wir die Örtlichkeit wechseln und fanden Unterkunft bei der Freien Gemeinde, Solingen-Mitte (2010). Dort wurden wir sehr herzlich aufgenommen. In der Zwischenzeit hatte ein ehemaliges Gruppenmitglied die Leitung und Verantwortung die Gruppe übernommen. Seit dem Umzug vor 10 Jahren steht Frank Benscheid mit viel Herzblut, als Gruppenleiter zur Verfügung. Unterstützt wird er seit vielen Jahren durch Ralf Meier und durch Dirk Wegmann.

Wir sind gespannt auf die nächsten Jahre

Nun liegen weitere neue Jahre vor uns und wir schauen voller Optimismus in die Zukunft und sind gespannt was

Herzlichen Glückwunsch zum 20.-jährigen Bestehen der „Dienstags“ – SH-Gruppe für Suchtkranke

alles Neue auf uns zukommt. Uns ist bewusst geworden, dass sich der Suchtkranke in den letzten Jahren stark verändert hat. Zu der Alkoholabhängigkeit kommen noch weitere Abhängigkeiten hinzu. Mehrfachabhängigkeit (Polytoxikomanie) wird in der Zukunft immer mehr die „Suchtlandschaft“ beherrschen und das ist für unsere Suchtkrankenhilfe in Solingen eine neue Herausforderung, die wir uns verstärkt widmen wollen. Das gilt für alle SH-Gruppen im Ortsverein Solingen.

Wir von der Vereinsleitung wünschen der Gruppe, den verantwortlichen Mitarbeitern für ihr Tun viel Kraft, Ausdauer und viel Weitblick für die weiteren bevorstehenden Jahre, vor allem Gottes reichen Segen. *WKL*

Aus dem Apropos Archiv:



Hallo

Ich bin der Neue. Der neue Leiter der Dienstag Gruppe.

Ich heiße Frank, bin 50 Jahre alt, verheiratet, habe eine Tochter, lese viel und schwimme zu wenig.

Wie kam es zu dem Wechsel?

Marion - unsere jetzige Gruppenleiterin entschloss sich zum Jahresende 2009 aus beruflichen Gründen, die Leitung der Gruppe abzugeben. Da keiner laut „ich will es machen“ schrie, fragte mich Willi, ob ich Interesse hätte, die Gruppe weiter zu führen. Am Anfang war ich unsicher, ob ich der Richtige dafür bin und ob es das Richtige für mich ist, da ich selber erst seit knapp 2 Jahren die Gruppe besuche. Nachdem mich aber mehrere Freunde und Bekannte darin bestärkt haben, es zu machen, habe ich Willi zugesagt. Ein zusätzlicher Aspekt war die Aussicht auf die neuen Räumlichkeiten in der Oststraße, da wir schon seit längerem mit der Situation in der Van-Meenen-Straße unzufrieden sind.

Ansonsten wird sich nichts Gravierendes an den Treffen ändern. Es wird weiterhin eine Selbsthilfegruppe nur für Suchtkranke (ohne Angehörige) bleiben. Allerdings werden wir unser Hilfsangebot nicht mehr nur für Alkoholranke anbieten, sondern auf Suchtkranke im Allgemeinen ausweiten. Deshalb wird eins meiner Ziele sein, mich auf Seminaren auch in diesem Bereich weiter zu bilden, um weiterhin kreativ und informativ die Gruppenabende zu gestalten.

Für die Zukunft wünsche ich mir, dass wir mit unserer Gruppenarbeit vielen Hilfesuchenden auch helfen können.

Ich bedanke mich bei Euch für das Vertrauen und hoffe auf eine gute Zusammenarbeit.

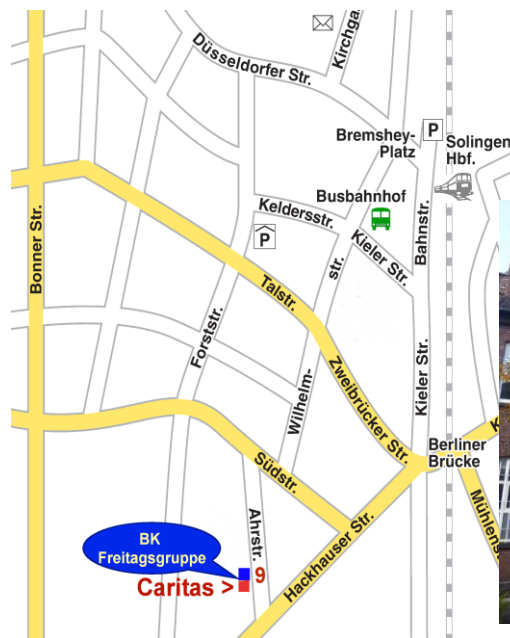
Frank Benscheid

Die Freitagsgruppe ab 03.01.2020 in neuen Räumen:

Am 20.12.2019 endete die „Ära Interju“ nach 8½ Jahren mit unserer Freitagsgruppe. Am 18. März 2011 wurde hier mit dem ersten Gruppenabend gleich unsere neue SH Gruppe im Blauen Kreuz Solingen durch den inzwischen verstorbenen Dirk Seiffert, Uwe Drath und Dirk Wegmann vom Stapel gelassen. Bei der Gründung waren auch einige politische, lokale Prominenz zugegen. Zu diesem Zeitpunkt war die Interju eine bedeutende Einrichtung für Jugendliche mit Migrationshintergrund. Die Jugendeinrichtung wurde durch deutschlandweite Förderung, sowie der Stadt Solingen unterstützt. Auslöser war der Brandanschlag im Mai 1993, wo fünf Menschen türkischer Abstammung ihr Leben verloren und 17 Personen erhebliche Brandverletzungen erlitten. Mit der Übernahme der Interju und ihrer Einrichtung durch die AWO (Arbeiterwohlfahrt Kreis Solingen) verändert sich nun die Struktur des Hauses und neue Ausrichtung in der Jugendarbeit. Das bedeutet mehr Platzbedarf für die Jugendgruppen. Da blieb für alle anderen Vereine, die sich inzwischen auch in der Interju angesiedelt hatten kein Platz mehr. Zum Jahresende bekamen wir die Kündigung. Nach intensiver Suche haben wir jetzt einen neuen Gruppenraum gefunden und treffen uns ab dem 3. Jan. 2020 in der Caritas, Ahrstr. 9, 1. Etage in SG - Ohligs um 19.30 Uhr zum Gruppenabend. Ab 19.00 Uhr Erstkontaktgespräch möglich.

LVR-Klinik in Langenfeld – Haus 60

Nach dreijähriger Bauzeit wurde kürzlich das Haus Nr. 60 auf dem Gelände der LVR Klinik in Langenfeld eröffnet. 144 Betten stehen in diesen Hauskomplex auf sechs Stationen zur Verfügung. Auf der Station 6.3 im 1. Obergeschoss befindet sich nun die ehemalige „Station 9“ aus dem ehemaligen Haus 59. Die Station 6.3 verfügt über den neuesten Klinik Standard für den Bereich Abhängigkeitserkrankungen. Die Suchtkranken Patienten sind in 2-Bett Zimmern untergebracht. Für ein Treffen aller Patienten, steht ein großer Raum zur Verfügung



Eingang Caritas
Ahrstr. 9



Das Eingangsportal zu Haus Nr. 60



(z.B. für die Vorstellung des BK). Eine Stationsküche für Selbstversorgung ist vorhanden. Es gibt keinen Raucherraum mehr, sondern im Atrium außerhalb der Station ist ein Unterstand für Raucher vorhanden. Das „Aquarium“ wurde durch einen separierten, modernen *Beobachtungsraum* ersetzt. Die Aufnahme auf die Station erfolgt in der Regel von 8.00-16.00 Uhr, abgesehen von Notaufnahmen. Die Aufnahme der Station 6.3 ist unter der Telefon-Nr.: 02173 102 2003 erreichbar.

Blue Arrows



Solingen

Unser 6. Bogenschießen – Turnier Blue Arrows Solingen & Vereinsmeister 2019

Am 21. 09.2019 fand unser eigenes 6. Bogenschießen Turnier im BK Solingen statt. Wer hier die meisten seiner Pfeile ins Gold (siehe Fotobeweis) schießt, ist Vereinsmeister/ in für ein Jahr und genießt hohes Ansehen in unserer Gruppe. Um es Vor-

weg zu nehmen, es hat sich gegenüber dem Vorjahr in der Spitze nicht viel geändert. Holger wurde souverän Meister mit respektablen Vorsprung vor Sebastian.

Den dritten Platz holte Rolf. Die Ränge vom sicheren Mittelfeld bis hin zum letzten Platz, entschieden nur wenige Punkte und zeigen, dass sich alle Bogenschützen in ihren Ergebnissen gesteigert haben. Das ist

gut für das eigene Selbstvertrauen und fördert und fordert die sportliche Betätigung. Bogenschießen ist



unter den Top Ten der Sportarten mit dem höchsten Kalorienverbrauch ! Ein kontinuierliches Training mit Pfeil und Bogen und höchster Konzentration ist allerdings nötig um überflüssige Pfunde abzunehmen. Ein weiterer Reiz des Bogenschießens ist die Gruppendynamik. Du als einzelne Person und Bogenschütze suchst Deine Mitte, der Bogen und Dein Arm sowie Dein Auge werden ein Verbund um das Ziel zu avi-



sieren, um gut zu treffen. Die Ruhe die am Schießstand herrscht, trägt ebenso bei. Es gibt aber auch Momente, da läuft nichts und die Pfeile verfehlen das anvisierte Ziel und Frust macht sich breit. Dies sind die Momente, wo die Gruppe dich wieder auffängt. Anstatt Häme und Neid gibt es ehrliche Aufmunterung und gute Tipps ohne erhobenen Zeigefinger. Eher nach dem Motto: Versuchs mal so – oder: „Probiers mal so aus“. So geschehen auch bei unserem Turnier, wo im letzten Durchgang schon mal die Kraft nachgelassen hatte oder die Konzentration nicht mehr voll da war und das Bogenschießen seinen Tribut zollte. Mit Kaffee & Kuchen (Dank an Nadine) tankten wir am Ende des schönen Turniers den Akku wieder auf. UD





Die Blaukreuz Familie

Geburtstage der Mitglieder und Freunde: Januar –April 2020



Januar

05. 01.: Olaf
07. 01.: Bernd L.

Februar

02.02.: Ursula
15.02.: Lydia
21.02.: Rita
23.02.: Peter
28.02.: Monika W.

März

13.03.: Peter G.
19.03.: Bernd K.
21.03.: Dorothea
27.03.: Frank B.

April

02.04.: Angela
21.04.: Gabriele
26.04.: Rudi



10 Jahre

Frank Benschaid

Lieber Frank, am 23.03.2020 feierst Du deine 10 Jahre Mitgliedschaft im BK Solingen und wir wünschen Dir für diesen Ehrentag alles Gute und Gottes Segen. Wir danken Dir für Dein großartiges Engagement im Verein und vor allen Dingen in und mit der Dienstagsgruppe, die Du ebenfalls seit 10 Jahren mit einem glücklichen Händchen leitest. Im Vorstand unseres Ortsvereins bist Du nicht mehr wegzudenken und wir danken Dir für Deine stets guten Ideen (Frage: Wer ist eigentlich der Mann neben Frank?).

15 Jahre

Michael Liebmann

Lieber Michael, jetzt bist Du schon seit 15 Jahren, genau seit dem 1.4.2005 (kein Aprilscherz) als Mitglied in unseren Ortsverein aktiv dabei. Besonders Deine Mitarbeit im Vorstandskreis und Dein Engagement im Radioprojekt, wird von uns sehr geschätzt. Und wo Hilfe im Verein oder Gruppe benötigt wird, bist Du mit vollen Herzen dabei. Für Deinen Ehrentag wünschen wir Dir alles Gute und Gottes Segen.



Kurt Freitag

Am 21.10.2019 starb auf tragischer Weise unser Kurt Freitag im Alter von 84 Jahren. Wir werden seine lebenswürdige Art und Humor, besonders aber sein Engagement im Verein und der Präventionsarbeit vor Ort sehr vermissen. Wir sind traurig, dass du so plötzlich aus unserer Mitte gerissen wurdest. Du wirst in unseren Herzen immer bei uns sein.

Neue Mitglieder/ Freund in unseren OV Blaues Kreuz Solingen:

Ab 01.November 2019: **Heike H.**

Ab 01. Dezember 2019: **Anke B.**

Neuer Freund/in:

Ab 01. November 2019: **Monika W.**



Herzlich Willkommen in unserer Blaukreuz Familie



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 2020



.....für Gruppenbesucher und Freunde:

22. März. 2020: Frühlingwanderung: Von Güldenwerth durch die Wupperberge nach Schloß Burg



Streckenwanderung: 14 km. Zugfahrt über die Müngstener Brücke mit der S-Bahn S7, Rückfahrt mit Bus (Tagessticket VRR). **Treffpunkte:** SG-Mitte Bhf.: 8.50 Uhr - Zug Abfahrt: 9.01 Uhr / SG Schaberg Bhf.: Zustieg: 9.05 Uhr. Treffpunkt: Remscheid Güldenwerth Bhf.: 9.10 Uhr – Abmarsch: 9.15 Uhr. Rucksackverpflegung, ausreichend Getränke, Regenjacke und festes Schuhwerk einplanen. Einkehrmöglichkeit nach der Wanderung bei Kaffee & Kuchen in Burg. Anmeldung wegen Ticket VRR erforderlich: Uwe Drath ☎ 0212 - 71487

17.-19. April : Wochenendfreizeit in Braunfels (max. 25 Personen) Infos und Anmeldung bei Willi Klapper oder per Email oder ☎ 0212 - 2307575

09. Mai 2020 : Tagesseminar mit Andrea Schmidt, Referentin für Erwachsenenbildung Blaues Kreuz Deutschland

.....für Gruppenleiter & Mitarbeiter:

19. Jan. 2020: Mitarbeiter -Tag im Naturfreundehaus Holzerbachtal, Eipaßstr. 25b
Treffpunkt: 9.30 Uhr (Beginn mit Frühstück) Info-Flyer folgt.



07. Feb. bis Vorstände- und Mitarbeiterkonferenz (VMK) Holzhausen (max. 5 – 8 Personen). Bei Interesse bei

09. Feb. 2020: Willi Klapper ☎ 0212 2307575 melden.

07. März 2020: Vertreterversammlung vom LV Rhld. in Köln (mind. 3 Personen) - nähere Infos bei Willi Klapper

04. April 2020: Praxisbegleitung beim OV Wuppertal mit Andrea Schmidt (ab 2020 nur noch 1 x im Jahr)
Landesverband Rhld., Bergisch Land / Niederrhein

.....für Mitglieder und eingetragene Freunde des Ortsvereins:

29. März 2019: Jahreshauptversammlung des Ortsvereins Blaues Kreuz Solingen.

oder Ort: Stadtmission, SG-Mitte, Brühlerstr. 60

05. April 2019 : Zur Hauptversammlung wird wegen genauen Termin noch gesondert eingeladen !



über 150 Jahre Suchtkrankenhilfe in Solingen



Die Blaue Welle strahlt ihre Sendungen im Bürgerfunk/Radio RSG zu folgenden Terminen
aus: **15. Februar / 11. April / 13. Juni 2020** jeweils ab 20.04 Uhr auf UKW Frequenz. 94,3 & 107,9

Training in der Turnhalle von Solingen-Burg, Hasencleverstrasse bis zum 18.03.2020

Mittwochs von 16.00-18.00 Uhr. Unkostenbeitrag: 2,50 € pro Person/Training

Januar : 08.01. / 22.01. Februar: 05.02./ 19.02. März: 04.03./ 18.03.2020

Trainingstermine

Training Bogenschießanlage Stadtmission, Solingen - Mitte, Brühler Strasse 60 , vom 28.03. bis zum 27.06.2020

Samstags (Sa.) von 15.00 – 18.00 Uhr und Mittwochs (Mi.) von 17.00-19.00 Uhr (Wetterabhängig)

März: 28.03. (Sa.) Eröffnung Outdoor-Saison

April: 06.04. (Sa.) / **01.04.** (Mi.) Ostereier-Schießen / **18.04.** (Sa.) / **29.04** (Mi.)

Mai : 13.05. (Mi.) / **20.05.** (Sa.)

Juni : 06.06. (Sa.) / **17.06.** (Mi.)/ **27.06.** (Sa.)

Unkostenbeitrag: 1,00 € pro Person/ Trainingstag.

Zu guter Letzt: Bitte meldet Euch zu jeden Training kurz per Telefon, SMS oder WhatsApp an. Wichtig für die Aufsicht beim Bogenschießen und der Bereitstellung von ausreichend Bogen + Pfeile aus dem Vereinsmaterial. Bedenke auch, dass bei schlechter Wetterlage das Training – auch kurzfristig, auf der Anlage der Stadtmission ausfallen kann !

Deshalb bitte Anmelden : Nadine Drath ☎ 0176 54650399 oder Susanne Drath ☎ 01577 0340627



Die Broschüre „Seminare - Freizeiten 2020“ mit allen Aktivitäten in Holzhausen im Jahr 2020 ist über das BK Solingen erhältlich und auch online abrufbar.

Alle Informationen zu den Veranstaltungen, unserem Haus und der Umgebung finden Sie online unter:

www.christliches-tagungszentrum.de




Seminare - Freizeiten
2020

Familien-Ferienstätte Holzhausen
Seminar- und Tagungszentrum

Willkommen



bei Freunden!


 **Blaues Kreuz**
Wege aus der Sucht

Anmeldung und weitere Infos unter
www.blaues-kreuz.de/bundestreffen

gemeinsam.
echt.frei.
 Bundestreffen 2020



Einladung
zum Bundestreffen 2020
5.-7. Juni 2020
Puschendorf bei Fürth

gemeinsam.
echt.frei.
 Bundestreffen 2020

Das Bundestreffen

- ... ein „Familien“-Fest
für alle im Blauen Kreuz und ihre Freunde
- ... lädt ein,
gemeinsam mit anderen die Freiheit zu feiern.
- ... zeigt vielfältige
und ermutigende Angebote
- ... bietet ein
kurzweiliges Programm
- ... gibt Raum
für Stille und Seelsorge
- ... wird vom Musikteam
des Blauen Kreuzes bereichert
- ... lädt Dich ein,
vom Teilnehmer zum Teilgeber zu werden