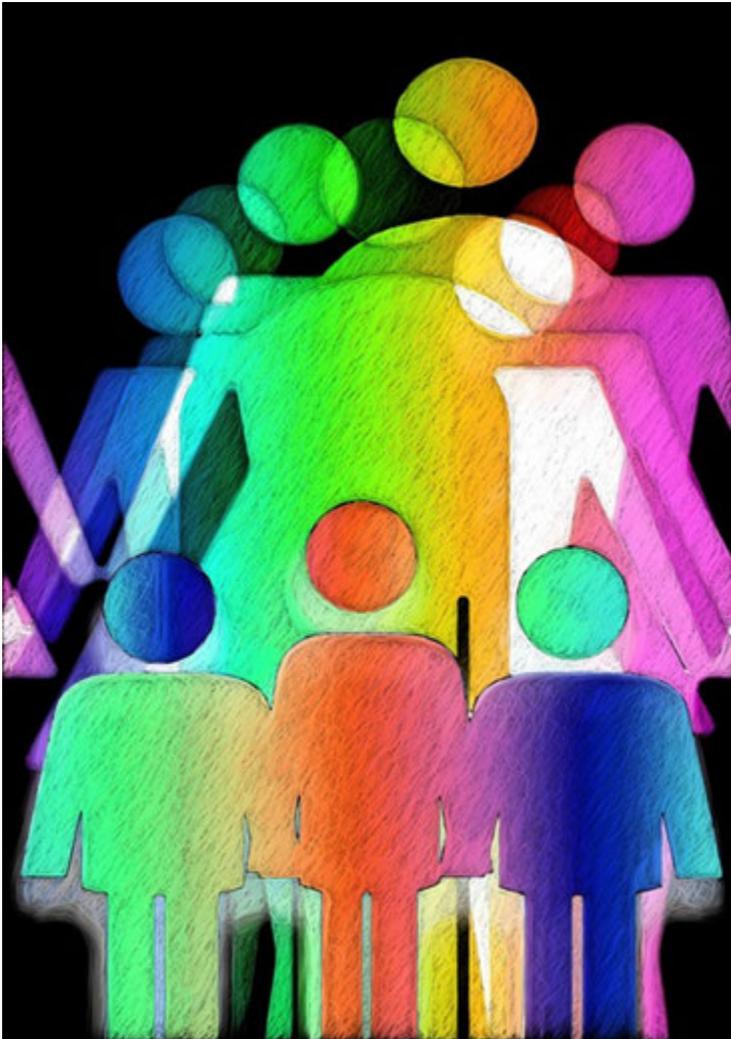


Veranstaltungsübersicht 2023



KREUZBUND

Diözesanverband Mainz e. V.

UMSCHLAG

Vorderseite

Gemeinsam schaffen wir das!

Quelle: pixabay

Heftmitte:

Impressionen vom Kreuzbund Kongress in Hamm, Mai 2022

Umschlag Rückseite:

Impressionen vom Benefizkonzert der Kreuzbund Stiftung, April 2022

IMPRESSUM

Veranstaltungsübersicht 2023 des Kreuzbund Diözesanverband Mainz e.V.

Verantwortlich:

Kreuzbund Diözesanverband Mainz e.V., Ausschuss Bildung

An den Dreißigruten 60b, 64572 Büttelborn

Tel.: 06152 – 909487, Fax: 06152 - 909486

E-Mail: geschaeftsstelle@kreuzbund-dv-mainz.de

Layout: Ursel Lux, Bischofsheim, Gabriele Hub, Mainz

Gestaltung Umschlag: Ursel Lux, Bischofsheim

Lektorat: Sarah Rogge, Büttelborn

Satz & Druck: Druckstudio Gallé GmbH, Am Weinkastell 9, 55270 Klein-Winternheim

Programmänderungen vorbehalten!

Wir haben eine gendergerechte Sprache gewählt; etwaige Fehler bitten wir uns nachzusehen.



Diözesanverband Mainz e.V

Liebe Weggefährtinnen und Weggefährten,

im vergangenen Jahr konnten dank der Corona-Impfung wieder die meisten Seminare und Veranstaltungen stattfinden.

Diese Hoffnung haben wir natürlich auch für 2023, denn in diesen schwierigen Zeiten brauchen wir unsere gegenseitige Hilfe und Unterstützung, unser Zusammensein und unsere Freundschaft. Das neue Veranstaltungsprogramm soll uns dabei unterstützen, trotz der vielen und unplanbaren Probleme z.Zt. weiterhin unseren abstinente Weg zu gehen.

Ein besonderer Höhepunkt im kommenden Jahr wird unsere Brebbia-Reise vom 30.07. bis 05.08.2023 sein.

Ich danke Allen ganz herzlich, die wieder an der Planung, Realisierung und Verteilung dieses Seminarheftes 2023 beteiligt waren.

Die Förderer unserer Bildungsarbeit findet Ihr auf Seite 33, denen ebenfalls unser Dank gebührt.

Bleibt gesund und seid ganz herzlich begrüßt

Eure Ursel Lux
Vorsitzende des Ausschuss Bildung



Foto: privat

TERMINE 2023

<u>Datum</u>	<u>Veranstaltung</u>	<u>Ort</u>	<u>Seite</u>
	Unsere Vorstandssitzungen, Informationen		6
	Lotsennetzwerk Rhein-Main		7
	SHA Staffel 13		8
	Bowling	Bensheim	9
18.01.	Vorstandssitzung mit Regionalbeauftragten	Seeheim-Jugenheim	
28.01.	Frauentagesseminar	Darmstadt	10
03.-05.02.	SHA 13, Block 1	Mainz	
11.02.	Eröffnungsveranstaltung	Mainz	11
22.02.	Vorstandssitzung als Zoom	digital	
25.02.	*Falkenhofschulung 1	Darmstadt	12
16.03.	Bowling mit Falkenhof-Patienten	Bensheim	
18.-19.03.	Helferschulung	Mainz	13
23.03.	Vorstandssitzung mit Regio-Beauftragten	Darmstadt	
April	Generation 55plus - Tagesausflug		14
15.04.	Delegiertenversammlung	Mainz	15
21.-23.04.	JKB Frühjahrsseminar	Mainz	16
29.-30.04.	Familie als System, Wochenendseminar	Mainz	17
	Impressionen KB-Kongress 2022		18-19
21.05.	JKB-Frühlingsfest	Bingen	20
03.05.	Vorstandssitzung	Mainz	
04.-07.05.	Singles Freizeit	Knoden	21
05.-07.05.	SHA 13, Block 2	Gernsheim	
15.06.	Bowling mit Falkenhof-Patienten	Bensheim	
30.06.-02.07.	Frauenwochenendseminar	Ockenheim	22
02.07.	Männertag		23
19.07.	Vorstandssitzung	Seeheim-Jugenheim	
30.07.-05.08.	Besinnungs- und Familienfreizeit	Brebbia	24
01.-03.09.	SHA 13, Block 3	Gernsheim	
08.-10.09.	Männerseminar	Ockenheim	25
09.09.	Frauerlebnistag	Ingelheim	26
12.09.	Vorstandssitzung mit Regio-Beauftragten	Bensheim	
14.09.	Bowling mit Falkenhof-Patienten	Bensheim	

<u>Datum</u>	<u>Veranstaltung</u>	<u>Ort</u>	<u>Seite</u>
16.09.	Kreuzbund Kompakt	Darmstadt	27
29.09.-01.10.	JK-Herbstseminar	Mainz	28
14.10.	Senioren 55plus „Oktoberfest“	Zwingenberg	29
18.10.	Vorstandssitzung	Mainz	
28.10	Gruppenleitungstagung	Bürstadt	30
03.-05.11.	SHA 13, Block 4	Gernsheim	
11.11.	Skat-/Spielesachmittag	Groß-Gerau	31
15.11.	Vorstandssitzung mit Regio-Beauftragten	Rüsselsheim	
25.11.	*Falkenhofschulung 2	Darmstadt	32
30.11.	Bowling mit Falkenhof-Patienten	Bensheim	
	Unsere Förderer		33
	Unsere Kooperationspartner		34
	Kreuzbund Stiftung		35
	Impressionen vom Benefiz-Konzert der Kreuzbund Stiftung 2022		36

*Die „Falkenhofschulungen“ finden auch 2023 Corona bedingt nicht auf dem Falkenhof statt.

Bitte beachten:

Die Veranstaltungen werden mit Ausnahme der Bowlingabende, den Vorstands- und den Kuratoriumssitzungen ca. 10-12 Wochen vor Termin ausgeschrieben und gehen den Gruppenleitungen per Post zu. Zeitgleich werden die Einladungen auf unserer Homepage (www.kreuzbund-dv-mainz.de/Termine) eingestellt.

Ihr könnt Euch über die Gruppenleitungen oder auch selbst anmelden.

Der Teilnahmebeitrag ist bis zum Ablauf der jeweiligen Anmeldefrist auf folgendes Konto zu überweisen:

Kreuzbund DV Mainz e.V., KSK Groß-Gerau, IBAN: DE 82 5085 2553 0016 0056 21

Anmeldungen sind erst nach Zahlungseingang der Teilnahmebeiträge verbindlich.

Wir bitten um Verständnis, dass wir durch verspätete Absagen entstehende Kosten in Rechnung stellen müssen

Datenschutz:

Selbstverständlich beachtet der Kreuzbund DV Mainz e.V. die gesetzlichen Bestimmungen der neuen Datenschutzverordnung (DSGVO).

Wir befolgen den Grundsatz der zweckgebundenen Datenverwendung und erheben, verarbeiten und speichern Eure personenbezogenen Daten nur für die Zwecke, für die Ihr sie uns mitgeteilt habt. Eine Weitergabe Eurer persönlichen Daten an Dritte erfolgt ohne Eure ausdrückliche Einwilligung nicht, sofern dies nicht zur Erbringung einer Dienstleistung oder einer Vertragsdurchführung notwendig ist.

UNSERE VORSTANDSSITZUNGEN 2023

In diesem Jahr sind 8 Diözesan-Vorstandssitzungen geplant.

Was passiert da?

Die Belange unseres Kreuzbund-Diözesanverbandes werden von den von Euch gewählten Vertreterinnen und Vertretern – den Vorstandsmitgliedern – geregelt.

Alle in unserem Diözesanverband anstehenden Aufgaben, Projekte und Veranstaltungen werden im Vorstand geplant, besprochen, verabschiedet, organisiert und ggf. der Delegiertenversammlung zum Beschluss vorgelegt.

Weiterhin werden bundesweite Projekte, die Sucht-Selbsthilfe und damit auch unsere Arbeit im DV betreffend, vorgestellt und besprochen.

Interessierte Kreuzbund-Mitglieder sind herzlich eingeladen, an den Vorstandssitzungen als Gäste teilzunehmen.

Und vielleicht bekommt Ihr dabei auch Lust, im Vorstand, in einem Arbeitskreis oder an einem Projekt mitzuarbeiten – wir würden uns sehr freuen! Nähere Informationen erhaltet Ihr gerne von unserer Geschäftsstelle.

Unsere Sitzungstermine (Änderungen vorbehalten):

18.01.2023 VS + RB, Seeheim-Jugenheim

22.02.2023 VS ZOOM

23.03.2023 VS + RB, Darmstadt

03.05.2023 VS, Mainz

19.07.2023 VS, Seeheim-Jugenheim

12.09.2023 VS + RB, Falkenhof Bensheim

18.10.2023 VS, Mainz

15.11.2023 VS + RB, Rüsselsheim



Quelle: Pixabay

Die Termine findet Ihr außerdem in der Terminübersicht bzw. auf unserer Homepage.

Hinweis: Aufgrund nach wie vor möglicher Corona-Einschränkungen haben wir bei Drucklegung noch keine Zusagen für alle vorgesehenen Sitzungsorte erhalten. Diese werden rechtzeitig auf unserer Homepage www.kreuzbund-dv-mainz.de unter „Termine“ veröffentlicht.

Ihr seid herzlich willkommen!

Bei Interesse meldet Euch bitte bei der Geschäftsstelle an.

Ein Zusammenschluss des Kreuzbund DV Mainz und der Caritas Darmstadt

Ein Weg beginnt immer mit dem ersten Schritt und das im Besonderen bei der Suchterkrankung.

Diese Erfahrung haben wir Alle schon gemacht.

Durch eine Tagesschulung werden die Lotsen/Lotsinnen geschult. Sie begleiten dann unsere sogenannten „neuen Suchtkranken“ im Einzeldialog mit dem Ziel, sie in unseren Selbsthilfegruppen zu integrieren.

Dies geschieht seit längerem mit gutem Erfolg.

Die Schulung ist kostenfrei.

Unsere Schulungen finden regelmäßig statt.

Bitte meldet euch bei Interesse. Ihr erhaltet den Schulungstermin, sobald eine Gruppe von 15 Personen zusammenkommt.



Quelle: Erklärvideo 2019

Kürzel: Lotse

Zielgruppe:

Interessierte, Gruppenmitglieder,
Gruppenleiter*innen

Leitung:

Christine Müller

Termine:

Sa., 25. März 2023

Sa., 14. Oktober 2023

Ort:

Suchtthilfezentrum in Darmstadt
Wilhelm-Glässig-Str. 15
64283 Darmstadt

TN max.

15 Personen

Kosten:

ohne

Anmeldung unter:

ch.mueller@kreuzbund-dv-
mainz.de

Anmeldeschluss:

2 Wochen vor dem jeweiligen
Termin

QUALIFIZIERTE WEITERBILDUNG FÜR EHRENAMTLICHE in der Suchtkrankenhilfe – „Suchthilfeausbildung (SHA)“

Für 2023 planen wir die Fortsetzung der Suchthilfeausbildung mit der Staffel 13.

Mit dieser Weiterbildungsmaßnahme bieten wir ehrenamtlichen Helfern/Helferinnen (aber auch anderen an einer solchen Tätigkeit Interessierten) die Möglichkeit zu einer umfassenden, qualifizierten Schulung in der Suchtselbsthilfe.

Die gesamte Ausbildung besteht aus mindestens 120 Unterrichtseinheiten und wird in 6 Wochenendblöcken ausgeführt.

Zur Suchthilfeausbildung gehört die Teilnahme am Tagesseminar „Kreuzbund Kompakt“ (s.a. S. 27).

Die Teilnehmer/innen verpflichten sich vor Ausbildungsbeginn vertraglich zur kontinuierlichen Teilnahme. Die SHA endet mit einem Kolloquium und der Aushändigung der Zertifikate über die Teilnahme und die Ausbildungsinhalte.



Quelle: Pixabay

Kürzel: SHA Staffel 13

Zielgruppe:

Gruppenleitungen,
stellv. Gruppenleitungen,
ehrenamtliche Helfer*innen,
an Mitarbeit im Verband
Interessierte

Leitung:

Matthias Brendel

Termine 2023 Staffel 13:

Block 1: 03.-05.02.2023

Block 2: 05.-07.05.2023

Block 3: 01.-03.09.2023

Block 4: 03.-05.11.2023

Vorschau 2024:

Block 5: 26.-28.01.2024

Block 6: 03.-05.05.2024

Ort: Erbacher Hof

Grebenstr. 24-26

55116 Mainz (nur Block 1) /

Jugendhaus Maria Einsiedel

Maria Einsiedel 3

64579 Gernsheim

(Block 2-6)

TN max.

20 Personen

Kosten:

90,00 € für Kreuzbundmitglieder,

135,00 € für Nichtmitglieder pro
Ausbildungsblock

(Terminänderungen vorbehalten)

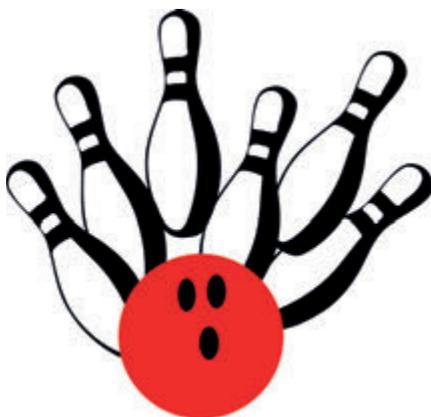
BOWLING MIT PATIENTEN DER KLINIK SCHLOß FALKENHOF 2023

Die Begegnungsabende mit Bowling, an der Patienten der Klinik Schloß Falkenhof und Mitglieder des Kreuzbund Diözesanverband Mainz e.V. teilnehmen, haben mittlerweile Tradition.

Corona bedingt konnten auch im vergangenen Jahr nicht alle geplanten Termine stattfinden, aber für 2023 sind wir guten Mutes.

Der zwanglose Meinungs austausch gepaart mit der sportlichen Aktivität wird von beiden Seiten gerne angenommen. Hierbei kommt natürlich auch der Spaß nicht zu kurz. Die „Spare“ und „Strikes“ werden mit lautem Hallo und professionellem Abklatschen zur Kenntnis genommen und notiert.

Nach zwei Spielrunden endet die Begegnung mit einer Siegerehrung.



Quelle: Pixabay

Da wir Kreuzbündler erfahrungsgemäß in der Minderheit sind, freuen wir uns auch über kurzfristige Anmeldungen oder einfaches Erscheinen auf der Bahn.

Die Veranstaltungen werden finanziell durch den Förderverein der Klinik Schloß Falkenhof unterstützt.

Vielen herzlichen Dank dafür!

Kürzel: BOW

Zielgruppe:

Gruppenmitglieder im Kreuzbund und spielfreudige Interessierte

Leitung:

Herbert Rogge

Termin:

Jeweils donnerstags,
ab 18.00 Uhr:

16.03.2023

15.06.2023

14.09.2023

30.11.2023

Ort:

Bowlingcenter Bensheim
Albert-Stein-Allee 3
64625 Bensheim

TN max.

unbegrenzt

Kosten:

Dank der Unterstützung durch den Förderverein des Falkenhofes kostenfrei

Anmeldeschluss:

nicht erforderlich,
nimmt Herbert Rogge aber gerne entgegen unter:

Tel.: 06152 – 90 94 87

LIEBER AGIEREN ALS REAGIEREN

Frauentagesseminar

Das Leben hält häufig so manche Überraschung bereit, die einen erstmal aus der Bahn werfen kann.

Angesichts immer neuer Herausforderungen, besonders in dieser turbulenten Zeit, möchten wir uns gemeinsam der Frage stellen „Was kann ich in Anbetracht der Situation tun? Wie möchte ich damit umgehen?“

Diese Haltung bringt uns von einer Ohnmacht- in eine Eigenmacht-Situation: Wir sind den Veränderungen nicht hilflos ausgeliefert, sondern können jede Situation aktiv mitgestalten. Lieber agieren als reagieren ist die Devise. Indem wir Alternativen für Gewohnheiten suchen, erweitern wir nicht nur unser Handlungs- und Erfahrungsfeld, sondern sind offen für neue Perspektiven und eine positivere Lebenseinstellung.

„Wir können den Wind nicht ändern, aber die Segel anders setzen.“

Wir freuen uns auf eine gemeinsame Reise mit Euch zu vielen neuen Ausblicken und Erfahrungen!

Eure Heike Sohl und Susann Kirst



Quelle: Pixabay

Kürzel: FTS

Zielgruppe:
Frauen im Kreuzbund

Leitung:
Heike Sohl / Susann Kirst

Termin:
Sa., 28.01.2023

Ort:
Kath. Bildungszentrum nr30
Nieder-Ramstädter Str. 30
64283 Darmstadt

TN max.:
20 Frauen

Kosten:
30,00 € für KB-Mitglieder
45,00 € für Nichtmitglieder

Anmeldeschluss:
28.12.2022

ERÖFFNUNGSVERANSTALTUNG

Thema: Steht noch nicht fest

Mit der Eröffnungsveranstaltung beginnt traditionell das Jahresprogramm des Kreuzbund Diözesanverband Mainz e.V., zu dem wir Euch herzlich einladen!

Auch in diesem Jahr wollen wir uns bei der Eröffnungsveranstaltung mit einem besonderen Thema befassen. Genauer wird mit der Einladung bekanntgegeben.

Eine Veranstaltung, von der wir sicher sind, dass alle profitieren werden!

Hoffen wir, dass wir dieses Jahr unsere traditionelle Eröffnungsveranstaltung durchführen können, und uns „Corona“ nicht schon wieder einen „Strich durch die Rechnung“ macht ...



Quelle: Hartmut Zielke

Kürzel: ERÖFF

Zielgruppe:
Gruppenmitglieder im
Kreuzbund

Leitung:
DV-Vorstand

Termin:
Sa., 11. Februar 2023

Ort:
Erbacher Hof
Gebenstr. 24-26
55116 Mainz

TN max.
Steht noch nicht fest

Kosten:
keine

Anmeldeschluss:
15. Januar 2023

NEUE WEGE ENTSTEHEN, WENN MAN SIE GEHT

Falkenhofschulung 1

Oftmals ist eine Entwöhnungstherapie erst der Startschuss eines langen Weges, der in Richtung abstinentes Leben führt. Viele suchterkrankte Menschen hoffen darauf, nach der Therapie „ganz normal“ weitermachen zu können und das frühere Suchtverhalten am liebsten zu verdrängen oder gar ganz zu vergessen. Doch die eigentliche Herausforderung, nämlich das Aufrechterhalten der neu eingeübten Verhaltensmuster und Bewältigungsstrategien, erfolgt nach der Therapie.

Warum diese Phase wohl als eine der schwierigsten innerhalb des Heilungsprozesses gilt und mit welchen Hindernissen Suchterkrankte als auch ihr Umfeld auf diesen Wegen oftmals konfrontiert sind, erfahren die Teilnehmenden innerhalb der o.g. Schulung. Anhand von kurzen thematischen Inputs sowie interaktiver Gruppenarbeit werden den Teilnehmenden wichtige Tipps, anwendungsbezogene Methoden als auch Erfahrungen aus der Suchthilfepraxis vermittelt.



Quelle: Pixabay

Kürzel: FHS 1

Zielgruppe:
Gruppenmitglieder und Interessierte

Leitung:
Leonard Reiche

Termin:
Sa., 25.02.2023

Ort:
Katholisches Bildungszentrum
nr30
Nieder-Ramstädter Str. 30
64283 Darmstadt

TN max.:
15 Personen

Kosten:
30,00 € für KB-Mitglieder
45,00 € für Nichtmitglieder

Anmeldeschluss:
25.01.2023

Wie siehst Du Dich als Gruppenleiter(in) für die Zukunft aufgestellt?

Helferschulung

Wir haben die Themen der Gruppenleitertagung 2021, die in Gruppenarbeit von den Teilnehmenden für wichtig erachtet wurden, aufgegriffen und zu einer Helferschulung aufgebaut.

Mit den nachfolgenden 3 Fragen möchten wir am ersten Tag in die diesjährige Helferschulung einsteigen und diese in Kleingruppenarbeit sowie im Plenum vertiefen.

Wann seid Ihr zum letzten Mal gewählt worden? Wie lange seid Ihr schon Gruppenleiter oder -leiterin, und wann war die letzte Fortbildung?

Was ist Dir wichtig bei Deiner Gruppenarbeit?

Was wünschst Du Dir als Unterstützung und von wem?

Am zweiten Tag werden wir Euch nochmal über Themen wie „Finanzen“ und „Umgang mit digitalen Medien“ informieren.

...und danach seid Ihr fit für die Zukunft!!



Quelle: pixabay

Kürzel: HS

Zielgruppe:
Gruppenleiter(innen)

Leitung:
Christine Müller, Herbert Rogge,
Ursel Lux

Termin:
18.-19.03.2023

Ort:
Erbacher Hof
Greibenstr. 24-26
55116 Mainz

TN max.
15 Personen

Kosten:
50,00 € für KB-Mitglieder
75,00 € für Nichtmitglieder

Anmeldeschluss:
20.01.2023

„GENERATION 55PLUS“ Tagesausflug ins Blaue

Liebe Seniorinnen, liebe Senioren,

zweimal hat „Corona“ unseren geplanten Tagesausflug zunichte gemacht, aber in diesem Jahr wollen wir ihn nun wirklich umsetzen.

Mehrere gute Ideen werden wir ausloten und den Ausflug für alle zur besten Zufriedenheit gestalten.



Bildquelle: Wallpaper

**Wir freuen uns schon jetzt
auf Eure Teilnahme.**

Bis dahin „Kommt und macht mit“!



Bildquelle: Wallpaper

Euer Team „Generation 55plus“

Kürzel: SEN1

Zielgruppe:
Alle Interessierte

Leitung:
Team
„Generation 55plus“

Termin:
Anfang April 2023

Ort:
Steht noch nicht fest

TN max.
25-30 Personen

Kosten:
Selbstzahler

Anmeldeschluss:
Wird mit der Einladung bekannt
gegeben

DELEGIERTENVERSAMMLUNG des Kreuzbund Diözesanverband Mainz e.V.

Einmal pro Jahr findet unsere Diözesan-Delegiertenversammlung statt.

Die Delegiertenversammlung ist das oberste Gremium unseres Verbandes.

Bei dieser Versammlung werden die wichtigen Entscheidungen für die Zukunft des Kreuzbund Diözesanverband Mainz e.V. getroffen. Darum ist es überaus wichtig, dass jede Gruppe ihre Rechte, aber auch Pflichten wahrnimmt und an dieser Veranstaltung teilnimmt.

Wir alle sind der Kreuzbund!

Also nehmt an der Delegiertenversammlung teil und nutzt Euer Mitbestimmungsrecht!

Anträge an die Delegiertenversammlung müssen spätestens vier Wochen vor der Delegiertenversammlung bei der Geschäftsstelle eingereicht werden.



Quelle: Gerhard Iser

Kürzel: DEL

Zielgruppe:
Delegierte und Interessierte
im Kreuzbund Diözesanverband
Mainz e.V.

Leitung:
DV-Vorstand

Termin:
Sa., 15.04.2023

Ort:
Haus am Dom
Liebfrauenplatz 8
55116 Mainz

TN max.
noch offen

Kosten:
keine

Anmeldeschluss:
1. März 2023

VERTRAUEN... TEIL 1... INS LEBEN UND UNSERE MITMENSCHEN

FRÜHJAHRSSEMINAR

Vertrauen ist eine wichtige Basis in unserem Leben.

Vertrauen ist die Grundlage, auf der sich zwischenmenschliche Kontakte aufbauen.

Wir brauchen Vertrauen in unsere Mitmenschen, Partner*innen, Kollegen*innen, in unsere Familie, in unsere Kinder und in uns selbst. Oft ist unser Vertrauen in uns selbst und in andere durch Kindheitserfahrungen eingeschränkt oder durch schmerzhaftes Lebenserfahrungen verloren gegangen. Kränkungen, Verletzungen, belastende Erfahrungen können dazu führen, dass unser Vertrauen erschüttert ist. Wir sind vorsichtig geworden mit anderen und uns selbst. Wir haben Strategien entwickelt, um damit umzugehen. Nicht immer sind diese Strategien hilfreich und wir stehen uns selbst und in zwischenmenschlichen Begegnungen im Weg.

Das Seminar soll unterstützen wieder mehr Flexibilität in unserem Handlungsspektrum zu erreichen.

Teil 1 setzt sich mit dem Vertrauen ins Leben und unsere Mitmenschen auseinander.

In **Teil 2** wird es um das Selbstvertrauen gehen.

Die Seminare können unabhängig voneinander gebucht werden.

Kürzel: JK-1

Zielgruppe:

Junge Menschen im Kreuzbund, Interessierte

Referentinnen:

Annett Rönna
Mareike Ochner

Termin

Fr., 21.04. bis So., 23.04.2023

Ort:

Erbacher Hof
Gebenstr. 24-26
55116 Mainz

TN max.

18 Personen

Kosten:

60,00 €

Anmeldeschluss:

22.02.2023



Quelle: Pixabay

ANGEHÖRIGE – „NARBEN AN DER SEELE“

Wochenendseminar

Eine Suchterkrankung kann in der Familie, in der Beziehung oder im Freundeskreis zur Zerreißprobe der zwischenmenschlichen Beziehungen werden.

Angehörige oder Freunde von betroffenen Menschen leiden mit, manchmal so stark, dass sie selbst daran zu zerbrechen drohen. Mitanzusehen, wie die Sucht nach und nach das Leben eines nahestehenden Menschen immer mehr verändert oder sogar zerstört, ist kaum zu ertragen.

Sich auf neue Sichtweisen und Blickwinkel einzulassen, könnte an diesem Wochenende im Mittelpunkt der Betrachtung stehen.

Folgende Aspekte möchten dazu einladen, den Prozess der (Selbst-)Achtsamkeit einzuleiten und ein tieferes Verständnis für sich selbst zu entwickeln:

Sich unabhängig von der Abhängigkeit des Anderen zu machen

Bei der Begleitung die Gratwanderung zwischen Hingabe und Selbstaufgabe zu verlassen

Sich getrauen, sich auf die Suche nach alternativen Denk- und Handlungsspielräumen zu machen

Sich das OK zu geben, wieder an sich selbst zu denken



Bild: Ulrike Bergner-Schmitt

Kürzel: FAS

Zielgruppe:
Angehörige im Kreuzbund

Leitung:
Ulrike Bergner-Schmitt

Termin
29.-30.04.2023

Ort:
Erbacher Hof
Greibenstr. 24-26
55116 Mainz

TN max.
20 Personen

Kosten:
50,00 € für KB-Mitglieder
75,00 € für Nichtmitglieder

Anmeldeschluss:
28.02.2023

KREUZBUND BUNDESKONGRESS 2022





WIR FEIERN FRÜHLINGSFEST

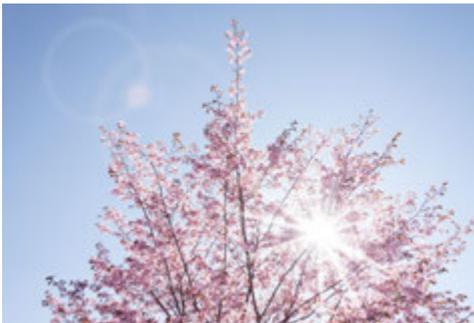
Liebe Weggefährtinnen und Weggefährten,
liebe Freunde,

endlich mal wieder zusammenkommen, gemütlich zusammensitzen, Freunde treffen, Gespräche, lecker Essen und Trinken...

hiermit laden wir Euch recht herzlich zu unserem Frühlingsfest ein.

Wir feiern auf dem wunderschönen Grillplatz in Münster-Sarmsheim.

Alles Nähere dann mit der Einladung.
Wir freuen uns schon!



Quelle: Pixabay

Kürzel: JK-Fest

Zielgruppe:

Junge Menschen im Kreuzbund,
Interessierte

Organisation:

Junger Kreuzbund

Termin

Sonntag, 21.05.2023

Ort:

Münster-Sarmsheim

TN max.

keine Begrenzung

Kosten:

Eure Spende

Anmeldeschluss:

Wird mit Einladung
bekannt gegeben.

KREUZBUND-SINGLE-FREIZEIT mit Seminar & Tagesausflug

Single - Seminar „Vom Ich zum Wir“

Positive Beziehungsgestaltung für mehr **Zufriedenheit**

Das Seminar soll Raum für Reflektion und Ideen zur Neugestaltung von Beziehungen bieten. Der Wunsch nach erfüllenden Beziehungen zu anderen Menschen ist ein vorherrschendes Bedürfnis. Welche Bedürfnisqualitäten haben wir erlebt? Welche Strategien, Beziehungen zu gestalten, haben wir angewandt, und was wollen und können wir verändern.

Beziehungsgestaltung erleben wir in allen Formen des Miteinanders – in Familie, Partnerschaften, Freundschaften und auch in Selbsthilfegruppen.

Gemeinsam arbeiten wir die bestehenden Beziehungsmuster heraus und entwickeln Strategien, die helfen Verstrickungen, Ängste, Vermeidung und Konflikte in Beziehungen zu lösen. Dies schafft eine neue Bindungskompetenz.



Quelle: Pixabay

Tagesausflug am Freitag, den 05.05. 2023

Mit dem Pferdewagen den Odenwald erkunden



Quelle: Pixabay

IN DER GEMEINSCHAFT ALS SINGLE UNTERWEGS

Wir wünschen Euch eine erlebnisreiche Zeit mit schönen Eindrücken und vor allem ein **harmonisches** Beisammensein, mit viel Spaß an der Sache.

Die Single Beauftragte Rosi Patzer und Alfred Köhler

Kürzel: Single WE

Zielgruppe:

Singles im Kreuzbund

Team:

Roselinde Patzer/Alfred Köhler

Seminarleitung:

Andrea Wiechert, Suchttherapeutin

Termin:

3 Tage

Do. 04.05. – So. 07.05.2023

Ort:

Knoden-Lautertal/Odenwald

TN max.

12 Personen

Kosten:

Kosten voraussichtlich:

Übernachtung 3 x 22 = 66 €

Versorgungskosten 50 €

(Frühstück, Abendessen,

Getränke) ohne 2 x Mittagessen

Gesamtkosten 116 €

Anmeldeschluss:

11. April 2023

SELBST IST DIE FRAU – SELBSTWIRKSAMKEIT UND AUTONOMIE

Frauen-Wochenendseminar

Selbstwirksamkeit bedeutet, Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten zu haben, um auch schwierige Situationen und Herausforderungen aus eigener Kraft erfolgreich bewältigen zu können. Als **Autonomie** bezeichnet man den Zustand der Selbstbestimmung, oder Entscheidungs- bzw. Handlungsfreiheit.

Unter dem **Motto:**

„Ich schaffe das! Ich bin fähig und kompetent, um meine Ziele zu erreichen und sehe Probleme als Herausforderung!“

soll dieses Wochenende stehen und jeder Teilnehmerin die Möglichkeit geben, sich möglichst weit diesem Ziel anzunähern.



Foto: Ulrike Bergner-Schmitt

Kürzel: FWS

Zielgruppe:
Frauen im Kreuzbund

Leitung:
Ulrike Bergner-Schmitt
Heike Slangen

Termin:
30.06.-02.07.2023

Ort:
Kloster Jakobsberg
55347 Ockenheim

TN max.
26 Frauen

Kosten:
80,00 € für KB-Mitglieder
120,00 € für Nichtmitglieder

Anmeldeschluss:
30.04.2023

ÜBERRASCHUNG

Männertag 2023

Liebe Männer im Kreuzbund,

bei Drucklegung dieses Heftes stand unser Programm für unseren Männertag noch nicht ganz fest.

Wir haben wieder was Interessantes vor, mehr wird nicht verraten.

Notiert Euch auf jeden Fall schon mal den Termin, die Einladung kommt dann wie immer rechtzeitig vorher mit der Gruppenpost zu Euch.

Euer Männerarbeitskreis

Kürzel: MT

Zielgruppe:
Männer im Kreuzbund

Leitung:
Männerarbeitskreis

Termin:
So., 02. Juli 2023

Ort:
wird noch bekanntgegeben

TN max.
ohne Begrenzung

Kosten:
Selbstzahler

Anmeldeschluss:
25. Juni 2023



BILDUNGS UND BESINNUNGSFREIZEIT 2023 im Jugendwerk Brebbia / Lago Maggiore / Italien

Liebe Weggefährtinnen / Weggefährten,

nach einer längeren Pause führen wir wieder unsere beliebte Bildungs- und Besinnungsfreizeit in Brebbia am Lago Maggiore, Italien, durch.

Die Anmeldefrist hierfür ist zwar abgelaufen und auch ausgebucht. Wer aber trotzdem Interesse an der Reise hat, fragt hierzu beim Organisationsteam nach und kann sich auf „Warteliste“ setzen lassen.

Hier ein paar Eckdaten zur Information:

Der Preis pro Person 2022 betrug 397,00 € im Zweibettzimmer incl. Transfer mit Reisebus, Vollpension, Tagesausflugsfahrten sowie einem „Pizza-Abend“. Preisanpassung für 2023 noch nicht bekannt.

Die Unterbringung erfolgt in Bungalows der Freizeitanlage des Jugendwerkes Brebbia in Zweibettzimmern. Einzelbelegung nur nach Verfügbarkeit gegen einen Aufpreis von 80,00€.

Wir wünschen den Teilnehmenden der Freizeit schon heute eine fröhliche, gesellige, besinnliche und erholsame Reise und viele schöne gemeinsame Erlebnisse.



Fotos: Jugendwerk Brebbia

Kürzel: Brebbia 2023

Zielgruppe:

Gruppenmitglieder, Familienangehörige und Freunde

Leitung:

Hilbert Kapps

Tel.: 06133/3859094

Wolfgang Röder

Te.:06151/9698110

Termin:

So., 30. Juli bis

Sa., 05. August 2023

Ort:

Jugendwerk Brebbia

Lago Maggiore / Italien

TN max.

50 Personen

Kosten:

397,00 €* bei Belegung im Zweibettzimmer

(* Kosten Stand 2022)

Anmeldeschluss:

Anfrage bitte beim

Organisationsteam

HEIMAT

Männerseminar 2023

Wir Männer wählten für unser Männerseminar 2023 das Thema: „HEIMAT“.



Bild: W. Röder

Heimat ist für mich. . . .

„. . . kein Ort, sondern ein Zustand. Heimat ist da, wo man aufgenommen ist, wo man sich wechselseitig bestärkt, sich wechselseitig unterstützt, sich wechselseitig hilft, sich wechselseitig versteht, wie auch immer, sich wechselseitig lobt, sich gemeinsam freut, gemeinsam lacht. Kurzum, Heimat ist da, wo man sich gerne aufhält und sich entfalten kann.“

So sagt es Lorenz Mueller-Morenius, Bundesvorsitzender der Fachgruppe Bildende Kunst in ver.di.

oder

„. . . , immer wieder auf der Suche zu sein und zu wissen, dass es an mir liegt, den Ort der Heimat zu bestimmen.“ *meint Thomas Bade, Geschäftsführer des Instituts für Universal Design*

Und was meinst Du? Bist Du in (D)einer Heimat angekommen oder suchst Du noch?

Eine gute Möglichkeit sich an dem Wochenende dazu auszutauschen!

Wir freuen uns auf ein interessantes Wochenende im Kloster Jakobsberg, mit vielen Freunden und Wegefährten!

Kürzel: MS-2023

Zielgruppe:
Männer im Kreuzbund

Leitung:
Heinz Vallböhrer
Mathias Brendel
Wolfgang Böhringer

Termin:
Fr., 08. September bis
So., 10. September 2023

Ort:
Kloster Jakobsberg
55347 Ockenheim

TN max.
35 Männer

Kosten:
80,00 € für Kreuzbundmitglieder
120,00 € für Nichtmitglieder

Anmeldeschluss:
08. Juli 2023

INGELHEIM UND DIE KAISERPFALZ

Frauen-Erlebnistag

Unser diesjähriger Frauenerlebnistag führt uns nach Ingelheim, wo wir zunächst die Ingelheimer **Kaiserpfalz** besichtigen werden. Sie wurde für Karl den Großen zwischen 780 und 800 erbaut und diente in der Epoche des Reisekönigtums den römisch-deutschen Kaisern und Königen bis ins 11. Jahrhundert als zeitweiliger Aufenthalts- und Regierungsort.



Der Bismarckturm in Ingelheim

Danach können wir auf den nahegelegenen Bismarckturm zu einem gemütlichen Picknick mit schönem Fernblick fahren.

Und zum krönenden Abschluss wartet in der Stadt eine ganz tolle Eisdielen mit leckerem Eis auf uns.



Quelle: Pixabay

Kürzel: FT-2023

Zielgruppe:
Frauen im Kreuzbund

Leitung:
Ursel Lux

Termin:
09.09.2023

Ort:
Ingelheim

TN max.
Keine Begrenzung

Kosten:
Selbstzahlerinnen

Anmeldeschluss:
09.08.2023

KREUZBUND KOMPAKT

Tagesschulung

Was ist Kreuzbund Kompakt?

KB Kompakt informiert über die Inhalte und Ziele der Verbandsarbeit. Die Teilnehmenden erfahren etwas zur Geschichte und Struktur des Kreuzbundes. Euch wird vermittelt, was der Kreuzbund unter Selbsthilfearbeit versteht und wie diese umgesetzt wird.

Warum Kreuzbund Kompakt?

KB Kompakt ist für Jeden, der die Gruppenarbeit mit gestalten und auch Verantwortung in der Gruppe übernehmen möchte.

Es stellt einen einheitlichen und zeitgemäßen Wissensstand der Mitglieder im Kreuzbund her. KB Kompakt stattet Euch mit dem nötigen Hintergrundwissen aus, um den Kreuzbund in der Öffentlichkeit (Info-Stände, Klinikbesuche etc.) zu vertreten.

Unser buntes „Kreuzbundhaus“ setzt sich aus vielen verschiedenen Einheiten und Menschen jeden Alters und jeder Herkunft zusammen. Das soll auch so bleiben. Wichtig ist aber, dass wir im Kreuzbund eine möglichst „einheitliche Sprache“ sprechen.



Hundertwasser-Haus, Quelle: pixabay-suissgirl)

Kürzel: KB Komp

Zielgruppe:
Gruppenmitglieder,
Interessierte, SHA-TN

Leitung:
Ursel Lux, Gaby Hub

Termin:
Sa., 16.09.2023

Ort:
Kath. Bildungszentrum nr30
Nieder-Ramstädter Str. 30
64283 Darmstadt

TN max.
20 Personen

Kosten:
kostenfrei

Anmeldeschluss:
18.08.2023

VERTRAUEN... TEIL 2... SELBSTVERTRAUEN

Vertrauen ist eine wichtige Basis in unserem Leben. Vertrauen ist die Grundlage, auf der sich zwischenmenschliche Kontakte aufbauen.

Wir brauchen Vertrauen in unsere Mitmenschen, Partner*innen, Kollegen*innen, in unsere Familie, in unsere Kinder und in uns selbst. Oft ist unser Vertrauen in uns selbst und in andere durch Kindheitserfahrungen eingeschränkt oder durch schmerzhaftes Lebenserfahrungen verloren gegangen. Kränkungen, Verletzungen, belastende Erfahrungen können dazu führen, dass unser Vertrauen erschüttert ist. Wir sind vorsichtig geworden mit anderen und uns selbst. Wir haben Strategien entwickelt, um damit umzugehen. Nicht immer sind diese Strategien hilfreich und wir stehen uns selbst und in zwischenmenschlichen Begegnungen im Weg.

Das Seminar soll uns unterstützen wieder mehr Flexibilität in unserem Handlungsspektrum zu erreichen.

Im zweiten Teil wird es um das Selbstvertrauen gehen. Können wir es wagen uns (wieder) selbst zu vertrauen und vertrauensvoll auf uns und unsere Fähigkeiten blicken? Trauen wir uns selbst etwas zu oder sind wir beständig dabei, uns selbst durch unser Misstrauen zu schwächen?



Quelle: Pixabay

Kürzel: JK-2

Zielgruppe:

Junge Menschen im Kreuzbund, Interessierte

Referentinnen:

Annett Röhnau
Mareike Ochner

Termin

Fr., 29.09. bis
So., 01.10.2023

Ort:

Erbacher Hof
Greibenstr. 24-26
55116 Mainz

TN max.

18 Personen

Kosten:

60,00 €

Anmeldeschluss:

03.08.2023

EIN URIGER BAYRISCHER NACHMITTAG „GENERATION 55PLUS“



Quelle: Pixabay

Natürlich mit **Weißwurst - Leberkäse - Obatzter – Bretzeln - Beilagen etc.**

Für Getränke und Kaffee ist auch gesorgt.

Alle interessierten Frauen und Männer sind dazu ganz herzlich eingeladen.

Mitzubringen sind Frohsinn, gute Laune und ein guter Appetit!

Das wird bestimmt wieder ein Knüller.

Bist Du neugierig,

„dann komm einfach und sei dabei“

**Euer Arbeitskreis
„Generation 55plus“**

Kürzel: Sen 2

Zielgruppe:

Frauen und Männer im
Kreuzbund

Leitung:

„Generation 55plus“

Termin:

Sa. 14.10.2023

Ort:

Zwingenberg

Kath. Kirchengemeinde

Heidelberger Str. 18

TN max.

26 Personen

Kosten:

10,00 €

Anmeldeschluss:

14.09.2023

GRUPPENLEITUNGSTAGUNG

Die Gruppenleitungstagung wird jährlich am letzten Samstag im Oktober in Bürstadt durchgeführt. Sie hat eine lange Tradition.

Hier werden aktuelle Themen besprochen, die Gruppenleitungen und Interessierte angehen.

Aus diesem Grund wird das Thema immer kurzfristig festgelegt und nach einem Impulsreferat in Kleingruppen und / oder im Plenum erörtert.

Eine wichtige Informationsquelle für alle Aktiven und Interessierte unseres Verbandes!



Quelle: Gerhard Iser

Kürzel: GLT

Zielgruppe:
Gruppenleitungen,
stellv. Gruppenleitungen
und Interessierte

Leitung:
DV-Vorstand

Termin:
Sa., 28. Okt. 2023

Ort:
Pfarrzentrum St. Michael
St. Michael–Str. 1
68642 Bürstadt

TN max.
keine Begrenzung

Kosten:
kostenfrei

Anmeldeschluss:
8. Okt. 2023



Preisskat/Spielenachmittag

Tag: **Samstag, 11. November 2023**

Ort: Groß-Gerau, Jugendzentrum Anne-Frank, Grüner-Weg 7

Zeit: 14 Uhr

Liebe Weggefährtinnen und Weggefährten!

Am 11. November ist es wieder so weit, lasst uns miteinander spielen.

Egal ob Skat, Mau Mau, Mensch ärgere
Knobeln oder Darts, Hauptsache es



dich nicht, Skip Bo,
macht Spaß.



Wir wollen einfach einen Nachmittag zusammen spielen.



Kommt am 11. November nach Groß-Gerau, mit dem Auto, mit dem Zug, mit dem
Fahrrad oder auch getrampt.

Wichtig ist, Ihr seid gegen 14⁰⁰ Uhr im Jugendzentrum, denn dann soll es losgehen.

Wir freuen uns auf Euer Kommen.

Edo Klün

Kreuzbund Groß-Gerau



Fotos: DV-Archiv

SCHLAGFERTIG REAGIEREN KÖNNEN

Falkenhofschulung 2

Als schlagfertig gilt Jemand, der auf eine unerwartete Bemerkung oder Frage treffend oder witzig reagieren kann.

Schlagfertigkeit kann das Gegenüber oder das Publikum überraschen, aber auch den schlagfertigen Sprecher selbst, der ja spontan ohne Möglichkeit der Reflexion reagiert. Schlagfertigkeit kann deshalb ein besonders gutes Beispiel für die gelungene Fortsetzung einer Kommunikation sein. Wider Erwarten gelingt, was durch eine Beleidigung eigentlich unterbunden werden sollte.

Eine schlagfertige Bemerkung ist eine Reaktion auf Ereignisse, die möglicherweise die Kommunikation stoppen könnten - eine Art „Notschalter“, der dafür sorgt, dass die Kommunikation in jedem Fall weiterfließt.

Schlagfertigkeit ermöglicht auch, auf Zwischenrufe oder „dumme Fragen“ souverän zu reagieren oder peinliche Zwischenfälle herunterzuspielen.



Quelle: Pixabay

Kürzel: FHS 2

Zielgruppe:
Gruppenmitglieder im
Kreuzbund

Leitung:
Gunhild Ahmann

Termin
25.11.2023

Ort:
Katholisches Bildungszentrum
nr30
Nieder-Ramstädter Str. 30
64283 Darmstadt

TN max.
20 Personen

Kosten:
30,00 € für Mitglieder
45,00 € für Nichtmitglieder

Anmeldeschluss:
25.10.2023

UNSERE FÖRDERER

Wir bedanken uns, auch im Namen unserer Hilfesuchenden, bei allen, die unsere Arbeit mit Geld- und/oder Sachmitteln unterstützen und damit maßgeblich dazu beitragen, dass wir unser Hilfsangebot erhalten und weiter ausbauen können:



BARMER



UNSERE KOOPERATIONSPARTNER

Der Kreuzbund ist Fachverband des Deutschen Caritasverbandes (DCV) und arbeitet eng mit anderen Sucht- und Selbsthilfeverbänden, der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen (DHS) und der Katholischen Sozialethischen Arbeitsstelle (KSA) zusammen.

Partner des Kreuzbundes sind die Wohlfahrtsverbände, Institutionen des Gesundheitswesens, wie z.B. das Bundesgesundheitsministerium, die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BzgA), die Krankenkassen, die Kirche und die öffentliche Verwaltung.

Fachverbände und Organisationen:

Caritasverband für die Diözese Mainz e.V.
Katholisches Bildungszentrum nr30, Darmstadt
CLAGS (Caritas Landesarbeitsgemeinschaft Sucht) Hessen
Suchthilfeverbund der Caritasverbände Hessen
Landesstelle für Suchtfragen Rheinland-Pfalz
Hessische Landesstelle für Suchtfragen e.V. (HLS)
Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (DHS), Hamm
Deutscher Caritasverband (DCV), Freiburg
CASU – Caritas Suchthilfe
Bundesverband für stationäre Suchtkrankenhilfe (buss), Kassel
Fachverband Sucht, Bonn
Gesamtverband für Suchtkrankenhilfe (GVS), Kassel

Selbsthilfe- und Abstinenzverbände der freien Wohlfahrtspflege:

Blaues Kreuz in Deutschland (BKD), Wuppertal
Blaues Kreuz in der Evangelischen Kirche (BKE), Dortmund
Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe, Kassel
Guttempler in Deutschland (I.O.G.T.), Hamburg

Einrichtungen des Bundes und weitere Partner:

Deutsche Rentenversicherung Bund, Berlin
Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BzgA), Köln
Bundesministerium für Arbeit und Soziales (BMAS)
Katholische Sozialethische Arbeitsstelle (KSA), Hamm
Hilfe zur Selbsthilfe, Heidelberg



Ihre Zuwendung trägt Früchte - Jahr für Jahr

Unsern Stifter*innen vielen herzlichen Dank für ihre Zuwendungen in 2022. Allein aus dem Benefizkonzert flossen 8.054 € in unsere Stiftung, für die es durch Eure Spendenbereitschaft zu ihrem erfolgreichsten Jahr wurde.

In diesem Jahr erwarten wir vermehrte Anfragen zur Unterstützung sozial Benachteiligter und benötigen dann jeden Cent aus den Zinserträgen der Stiftung.

Dank der guten Anlage unseres Kapitals durch die Wilhelm Emmanuel von Ketteler-Stiftung sind wir weiter in der Lage Gelder für

- Hilfe für Betroffene und Angehörige
- Maßnahmen zur Persönlichkeitsentwicklung
- Rückfallprophylaxe
- Qualifizierung ehrenamtlicher Helfer zur Verfügung zu stellen.

**Unterstützen Sie die Stiftung des
Kreuzbundes im Bistum Mainz weiter.**



Herzliche Grüße

Herbert Rogge (Kuratoriumsvorsitzender)
An den Dreißigruten 60 b
64572 Büttelborn
E-Mail: stiftung@kreuzbund-stiftung.de
www.kreuzbund-stiftung.de

Stiftungskonto:

Pax Bank IBAN: DE54 3706 0193 4082 8280 90

Jeder Betrag ist willkommen. Deshalb stiften und helfen!

Benefizkonzert

mit dem Heeresmusikkorps Koblenz

05. April 2022 - Rheintal Kongresszentrum Bingen/Rh.



Das Benefizkonzert zugunsten der Kreuzbund Stiftung im Bistum Mainz im vollbesetzten Rheintal Kongresszentrum Bingen war ein voller Erfolg. Nach Abzug aller Unkosten verblieb ein Betrag von 8.053,60 € für die Stiftung.

Wir danken allen Förderern und Sponsoren. Sie haben wesentlich zum Gelingen des Benefizkonzertes beigetragen.