



Lesung mit Gespräch

20.10.2026 | 18:00 Uhr
mit Autor Clemens Sprey
in der Selbsthilfekontaktstelle Wolfsburg

Gestern Hölle, heute Hoffnung.

Depressionen, Sucht und narzisstische Strukturen prägten über viele Jahre sein Leben – heute spricht Clemens Sprey darüber. Offen. Direkt. Und ohne Abstand.

Das Buch erzählt einen Lebensweg, der von Krisen geprägt war – und von der Entscheidung, nicht stehen zu bleiben. Im Mittelpunkt stehen Entwicklung, Perspektivwechsel und die Frage, wie Veränderung möglich wird.

Die Lesung ist mehr als ein Vorlesen. Zwischen den Textpassagen entsteht Raum für Austausch, Fragen und persönliche Gedanken. Es geht um Wiedererkennen, um ehrliche Einblicke und um das, was Menschen wirklich bewegt.

Clemens Sprey ist Genesungsbegleiter, Autor und Mutlotse sowie Initiator der Zukunftsgruppen. In seiner Arbeit begleitet er Menschen dabei, neue Perspektiven zu entwickeln und ihren eigenen Weg zu gehen – auf Augenhöhe, klar und authentisch.



Die Veranstaltung richtet sich an Betroffene, Angehörige und Fachkräfte und ist bewusst niedrigschwellig gestaltet.

Anmeldung & Kontakt

Selbsthilfekontaktstelle | Saarstr. 10a | 38440 Wolfsburg
info@selbsthilfe-wolfsburg.de | Tel.: 05361 – 29 50 50