

SORGEN WEGEN ...

- ... Beziehungsstress?
- ... Ärger am Arbeitsplatz?
- ... Verlust des Führerscheins?
- ... Antriebslosigkeit?

Unsere Gesprächsgruppe stärkt uns. Mit dieser Kraft können wir ohne Rausch- und Suchtmittel leben und beugen Rückfällen vor.

Wir laden Sie herzlich in unsere Gesprächsgruppe ein, kommen Sie gern in dieser Woche.

Ihr Besuch ist kostenfrei, vertraulich und anonym: Ihren Namen brauchen Sie nicht zu nennen.

Machen Sie den ersten Schritt!

DAS SELBSTHILFE-ANGEBOT

- **Eine offene herzliche Atmosphäre**
Dabei ist Verschwiegenheit und Vertraulichkeit das oberste Gebot. Die Treffen sind kostenlos.
- **Gespräch mit Betroffenen**
Wir kennen die Sucht aus eigener Erfahrung.
- **Alle sind willkommen, Betroffene und Angehörige**
Wir freuen uns über jeden, der den ersten Schritt aus der Sucht wagt. Dabei können die Angehörigen wichtige Begleiter sein.
- **Hilfe zur Alltagsbewältigung**
Wie komme ich mit den täglichen Problemen klar, z.B. Partnerschaft, Führerschein, Arbeitsplatz, Umfeld?
- **Sie werden mit Ihren Sorgen ernst genommen**
Ausgebildete Suchtkrankenhelfer und -helferinnen bieten Einzelgespräche und begleiten die Gruppengespräche

WIR SIND

.. eine Gesprächsgruppe der Guttempler in Deutschland, einem bundesweit tätigen Verband der Suchtselbsthilfe.

Wir haben ähnliche Erfahrungen wie Sie. Wir haben etwas unternommen.

Holen Sie sich Unterstützung. Allein ist es schwer, die Sucht zu bewältigen.

Bei uns treffen Sie Menschen, denen Sie vertrauen können. Sie können über sich selbst und Ihre Sorgen sprechen oder einfach zuhören.

Wir möchten zeigen, dass Ihnen eine Lebensphase ohne Rausch- und Suchtmittel gut tut.

Rufen Sie an oder schauen Sie unverbindlich 'rein - zusammen ist es leichter.

Wenn Sie möchten, lassen Sie sich gern von einer Vertrauensperson begleiten.

Wir freuen uns auf Sie!