

Wir treffen uns...

jeden Dienstag von 19:00 bis 21:00 Uhr im

**DRK-Mehrgenerationen-Haus
Nordhorn - Schulstraße 19**

Die Teilnahme ist freiwillig und unverbindlich, die Anonymität ist gewahrt; Schweigepflicht ist selbstverständlich.

Es tut gut zu wissen, dass es Menschen gibt, die auch ein Suchtproblem haben oder hatten:

...die es überlebt haben

...die etwas Neues geschaffen haben

...und die heute darüber sprechen.

Der erste Schritt:

ist ein Anruf bei

Thomas Lambers 0172 / 560 73 62 (ab 17:00Uhr)
Mail: th.lambers@web.de

Andrea Faber 0172 / 912 37 28 (ab 17:00 Uhr)

Es ist keine Schande suchtkrank zu sein,
es ist aber ein Fehler, nichts dagegen zu tun!



**Wir sind alle abhängig.
Voneinander!** George Bernhard Shaw

**Selbsthilfegruppe für
abhängigkeitserkrankte
Menschen
DRK Nordhorn**

TREFFPUNKT:

jeden Dienstag um 19:00 Uhr im
DRK-Mehrgenerationen-Haus
Nordhorn - Schulstraße 19

Deutsches Rotes Kreuz 

Wir begleiten Dich, indem wir gemeinsam Wege aufzeigen und Dir so "Hilfe zur Selbsthilfe" anbieten.

Wer sind wir?

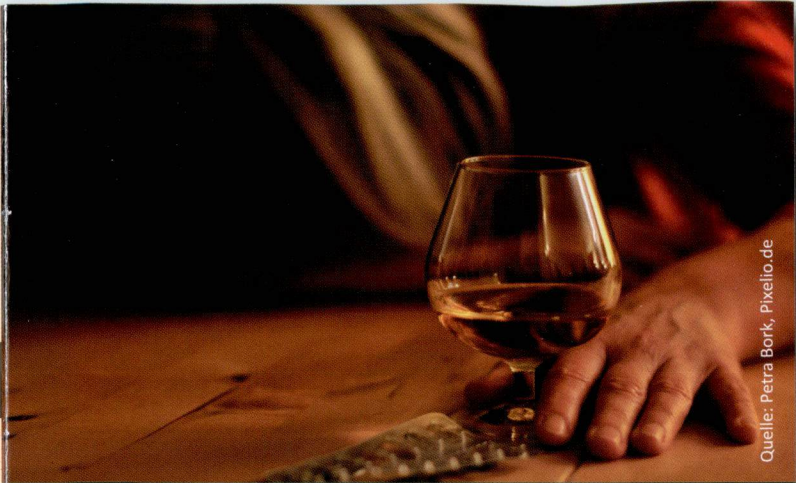
Wir sind Suchtkranke und deren Angehörige, die sich einmal in der Woche zwanglos treffen und offen und ehrlich über unsere Erfahrungen und Erkenntnisse reden. Voraussetzung ist der Wunsch und die Bereitschaft zur Abstinenz.

Wir geben uns gegenseitig Halt, Stärke und Ermutigung, damit wir Alkohol, Drogen und Medikamente stehen lassen können und lernen, uns ohne Suchtmittel anders wahrzunehmen.

Alle Betroffenen finden Achtung und Akzeptanz in der Gruppe. Ziel der Selbsthilfegruppe ist es, eine Gemeinschaft zu bilden und sich gegenseitig zu mobilisieren, um ein zufriedenes, sinngebendes und selbstbestimmtes Leben zu führen.

Die Gruppe hilft dabei!

Viele haben es bereits geschafft, ein suchtfreies Leben zu beginnen und über Jahre eine neue Lebensqualität und Zufriedenheit gefunden.



Quelle: Petra Bork, Pixello.de

...kennst Du das auch?

Probleme durch Suchtmittel?

- ...in deiner Beziehung
- ...am Arbeitsplatz
- ...mit Schulden
- ...mit dem Führerschein

Gedanken und Gefühle von

- ...Hilf-, Hoffnungs- und Wertlosigkeit
- ...Einsamkeit und Scham
- ...Depressionen
- ...Ängste

Aus eigener Erfahrung wissen wir, wie schwer es ist, sich einzugestehen, suchtkrank zu sein.