

Wir stellen uns vor:

Unsere Gruppe wurde im Mai 2006 gegründet.

Sie besteht aus Abhängigen und Angehörigen verschiedenen Alters.

Wir sind eine junge Gruppe, die ihren Schwerpunkt auf Mehrfachabhängigkeit hat.

Der Anfang – die Gruppe am Donnerstag – ist für alle, die zu uns kommen, Anlaufstelle.

Der Weg – die Gruppe am Montag – ist für alle mit Erfahrung in Gruppenarbeit.

Bei uns ist jeder willkommen, der sich mit seiner Abhängigkeit auseinandersetzt und den Mut zur Abstinenz hat - egal in welchem Stadium der Abhängigkeit er oder sie sich befindet.

Wir bieten Hilfe zur Selbsthilfe an. Das bedeutet auch praktische Unterstützung zur Stärkung der eigenen Selbsthilfe.

Wir möchten durch gegenseitige Unterstützung und Akzeptanz abstinente leben.

Die Freiheit habe ich nicht, die Freiheit bin ich!

Unsere Richtlinien:

- Jedes Gruppenmitglied ist im gleichen Maße für die Gruppe verantwortlich
- Jeden besucht die Selbsthilfe, um sich selbst zu helfen
- Die Gruppe gibt Anregungen und Impulse, die jeden nutzen kann
- Eine regelmäßige Teilnahme stärkt die Bindung an die Gruppe
- Wenn wir über uns selbst reden, geben wir unsere persönlichen Erfahrungen weiter
- Wir begegnen jedem Gruppenmitglied mit Achtung und Respekt
- Wir versuchen auch in Krisensituationen den Kontakt zur Gruppe zu halten
- Wir gehen offen mit Konflikten um
- Jeder hat das Recht auf seine eigene Meinung
- Störungen haben Vorrang! Wenn einen etwas beschäftigt oder jemand in der Krise ist, bekommt er Raum in der Gruppe
- Bei uns ist ein suchtmittelfreier Raum. Bitte auch in Krisenzeiten nach Möglichkeit nüchtern zu uns kommen
- Wir akzeptieren die Meinung des Anderen, auch wenn es nicht unsere eigene Meinung ist
- Wir nehmen Rücksicht auf die Grenzen jedes Einzelnen
- Nach außen hin sind wir anonym. Alles bleibt in der Gruppe



Wir treffen uns jeden Donnerstag
und Montag
von 19.00 bis 20.30 Uhr

in der Teestube der Suchtberatung
Kontakt-Rat-Hilfe e.V.

Kontaktaufnahme:
Kersten Heymann

Telefon:
0163/3387257

Email:
suchtselbsthilfefreiheit@gmail.com

Internet:
suchtselbsthilfefreiheit.de

Besuche uns auf Facebook!



Sucht-Selbst-Hilfe-Freiheit
in der Teestube der Suchtberatung
Kontakt-Rat-Hilfe e.V.
Kreuzhennenstr. 17-19
41751 Viensen-Dülken