

Selbsthilfegruppe Freundeskreis CAN-AL Wunstorf

konfessionslose und parteiungebundene

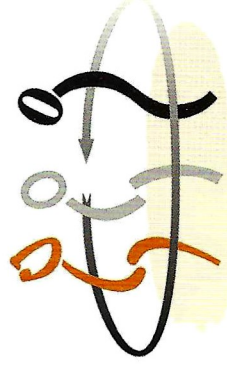
Selbsthilfegruppe

Unsere Selbsthilfegruppe wurde ursprünglich für Betroffene von Cannabis- und Alkoholabhängigkeit (CAN-AL) gegründet, ist jedoch für Betroffene aller Suchtformen sowie für Angehörige offen.

Hier begegnen sich Menschen mit Suchterfahrungen, die gleiches oder ähnliches erfahren und erlebt haben.

Wir tauschen uns in vertrauensvollen Gesprächskreisen über un-sere Erfahrungen mit und ohne Suchtmittel aus, mit dem Ziel, einen Weg in eine zufriedene Abstinenz zu finden. Jede*r entscheidet selbstbestimmt darüber, ob und was gesagt wird.

Wir nehmen auf unsere individuellen Bedürfnisse Rücksicht !



**Freundeskreise
für Suchtkrankenhilfe**

Wir (Betroffene und Angehörige) treffen uns
donnerstags 18:30 bis 20:00 Uhr
KRH Psychiatrie Wunstorf
Sozialzentrum, Gruppenraum, Saal
Südstr. 25, 31515 Wunstorf

Ansprechpartnerin: Ursula RückS
☎ 05031 9581570
✉ freundeskreis-can-al@t-online.de

Der Freundeskreis CAN-AL Wunstorf
ist Mitglied der Freundeskreise für
Suchtkrankenhilfe Landesverband Nie-
dersachsen e. V.



Freundeskreise

Selbsthilfe, die wirkt!

Glück ist

- o frei zu sein von Sucht
- o selbstbewusst und selbstbestimmt zu leben

Freude ist

- o an mich und meine Stärken zu glauben

Zufriedenheit ist

- o ohne Abhängigkeit in ein neues Leben zu starten
- o keine Angst mehr zu haben

Die wichtigsten Merkmale einer Selbsthilfegruppe:

Selbsthilfe ist freiwillig und ermöglicht ein Leben ohne Suchtmittel!
Jede*r kann es schaffen. Aus eigener Kraft – weil es Selbsthilfe ist!

alle Gruppenmitglieder sind gleichgestellt

jede*r bestimmt über sich selbst die Gruppe entscheidet
Selbstverantwortlich

die Gruppe setzt sich aus Betroffenen und Angehörigen zusammen

jede*r geht um seiner selbst willen zur Gruppe

wir pflegen einen wertschätzenden Umgang miteinander

was in der Gruppe besprochen wird, dringt nicht nach außen

85 % der Teilnehmer*innen von Selbsthilfegruppen werden nicht rückfällig (Erhebung der fünf Sucht-Selbsthilfeverbände 2017).

Wir halten die Tür auf –
durchgehen muss jede*r selbst!



Freundeskreise
für Suchtfrankenhilfe