

## HINTERGRUND

Über 8 Millionen Menschen in Deutschland verbindet ein gemeinsames Schicksal:

Sie leiden unter dem **Suchtproblem** eines Menschen, der ihnen nahe steht- als Partner oder Partnerin, als Sohn oder Tochter, als Vater, Mutter oder naher Angehöriger.

Oft fühlen sie sich (mit)verantwortlich und tragen schwer an dieser Bürde und es besteht die Gefahr, sich selbst aus den Augen zu verlieren.

## ZIELE

Ziel des **Angehörigenseminars** ist es, Betroffenen die Möglichkeit zu geben, mit anderen über ihr Leben bzw. ihre Beziehung mit einem Suchtkranken reden zu können, um so aus der - oft selbst gewählten – Isolation oder dem Gefühl des selbst verschuldeten Einzelschicksals heraus zu kommen.

Zudem sollen Möglichkeiten erarbeitet werden, wie Angehörige besser mit der belastenden Situation umgehen können und sich schützen können, um nicht selbst krank zu werden.

## THEMEN

- **Was bedeutet Sucht?**
  - Suchterkrankung
  - Verlauf der Erkrankung
  
- **Mein Leben mit einem Suchtkranken**
  - Co-abhängigkeit
  
- **Meine eigenen „Überlebensstrategien“**
  - Wie kann ich mich schützen?
  
- **Wo bleibe ich eigentlich ?**
  - Wo denke ich mal an mich?
  - Wo Sorge ich gut für mich selbst?

## **DAUER**

5 Treffen à 90 Minuten und  
bis zu 4 Einzelgespräche

## **BEGINN**

Den Termin für die nächste  
Angehörigengruppe erfahren Sie  
telefonisch über das Sekretariat oder  
über unsere Homepage unter  
Aktuelles

## **TEILNAHMEVORAUSSETZUNG**

Vorgespräch in der Beratungsstelle

Gebühr:€ 100,--

**Haben Sie Interesse?  
Einfach nachfragen !**

### **Suchtberatung Heidelberg**

Bergheimer Str. 127/1  
69115 Heidelberg

**Tel.:** 06221-29051

**Fax:** 06221-657215

**e-mail:** [suchtberatung-heidelberg  
@agj-freiburg.de](mailto:suchtberatung-heidelberg@agj-freiburg.de)

[www.suchtberatung-heidelberg.de](http://www.suchtberatung-heidelberg.de)

Stand:02/2012



FACHVERBAND FÜR  
PRÄVENTION UND REHABILITATION  
IN DER ERZDIOZESE FREIBURG E. V.

**Was tun, wenn ein  
Angehöriger ein  
Suchtproblem hat?**

**Angehörigenseminar**



© Gerd Altmann / PIXELIO

**Suchtberatung  
Heidelberg**