

## Gemeinsam Gegen Sucht

### Offene Gesprächsgruppe und Selbsthilfe

Selbsthilfegruppe für Suchtkranke und Suchtgefährdete (unabhängig von der Art der Sucht bzw. des Suchtmittels) sowie für Angehörige von Suchtkranken und -gefährdeten.

#### **Offene Gesprächsgruppe mittwochs 19:00 Uhr**

GGs betrachtet sich als Ergänzung des bereits bestehenden Angebots an Selbsthilfe-/Abstinenzgruppen und ist politisch und religiös unabhängig.

- Wer sind wir ?
- Was wir wollen?
- Wie wir es wollen?
- Warum Angehörige?

Die GGS besteht aus 5 Selbsthilfegruppen im Bremer Stadtgebiet. In unseren Selbsthilfegruppen treffen sich Suchtkranke, Suchtgefährdete und Angehörige von Suchtkranken.

Wir sind offen für alle Suchtkranken, weil wir glauben, dass die Problematik der Suchterkrankung – unabhängig von der jeweiligen Art der Sucht bzw. des Suchtmittels – doch im Wesentlichen immer die Gleiche ist.

Wir sind politisch, religiös und weltanschaulich neutral und betrachten uns als Erweiterung des bestehenden Angebots an Selbsthilfe- und Abstinenzgruppen.

Wir sind kein eingetragener Verein. Unsere Gruppen werden von allen Teilnehmern/Innen gleichermaßen auf demokratische Weise getragen. Auf vierteljährlich stattfindenden Organisationstreffen kann jede/r, der unsere Gruppen regelmäßig aufsucht und der an der Gestaltung der Gruppen- und Freizeitaktivitäten interessiert ist, teilnehmen und mitbestimmen.

#### **Was wollen wir?**

- unsere Krankheit zum Stillstand bringen und zu einem zufriedenen abstinenten Leben finden
- unseren Lebensablauf nicht mehr von der Sucht bzw. den Suchtmitteln bestimmen lassen,
- sondern durch Eigenverantwortung zu einer besseren Lebensqualität gelangen
- uns mit Gleichgesinnten austauschen, unsere Sorgen und Probleme von der Seele reden und uns gegenseitig Rat, Hilfe und Unterstützung bieten
- unsere Freizeit sinnvoll gestalten, ein erweitertes bzw. neues Umfeld aufbauen und neue Freundschaften knüpfen
- andere bei ihrem Weg unterstützen, den Weg zu einem abstinenten Leben zu finden

#### **Warum Angehörige?**

Die Meetings der GGS stehen Angehörigen von Suchtkranken zur Verfügung, weil sie eine längere Beziehung zu einem Suchtkranken meistens nicht schadlos überstanden haben. Sie haben ihn in der Regel über lange Zeit geschützt, für ihn gelogen und unter der Sucht gelitten.

Außerdem fällt es ihnen oft schwer, mit der Persönlichkeitsveränderung, die das „Trockenwerden“ mit sich bringt, zurechtzukommen. Daher halten wir es für wichtig, dass sich auch Angehörige ihre Probleme von der Seele reden und sie in den Meetings Rat, Hilfe und Unterstützung finden.

**Kontakt:**

Jörg Kinsky

Tel. 0421 / 373659 oder 01520 34 60 504

[www.gemeinsam-gegen-sucht.de](http://www.gemeinsam-gegen-sucht.de)

[ggs-gemeinsamgegensucht@web.de](mailto:ggs-gemeinsamgegensucht@web.de)

**Ein Angebot von:**

[Nachbarschaftshaus Helene Kaisen](#)

**Veranstaltungsort:**

Nachbarschaftshaus Helene Kaisen

**Adresse:**

Beim Ohlenhof 10

28239 Bremen

**Ansprechperson:**

Jörg Kinsky

**Telefon:**

0421 37 36 59

**E-Mail-Adresse:**

[ggs-gemeinsamgegensucht@web.de](mailto:ggs-gemeinsamgegensucht@web.de)

**Internetadresse:**

[www.gemeinsam-gegen-sucht.de](http://www.gemeinsam-gegen-sucht.de)

**Nächste Termine:**

- 27.11.2024, 19:00 – 21:00
- 04.12.2024, 19:00 – 21:00
- 11.12.2024, 19:00 – 21:00
- 18.12.2024, 19:00 – 21:00
- 08.01.2025, 19:00 – 21:00

**Anmeldungsinfo:**

Anmeldung erforderlich