

Sie sind nicht allein. Nehmen Sie Kontakt zu uns auf!

In unserer Selbsthilfegruppe behandeln wir alle Informationen vertraulich und respektieren es, wenn Sie anonym bleiben wollen.

**Die monatlichen Treffen finden in
72581 Dettingen an der Erms statt.**

Gerne können Sie uns telefonisch oder per
E-Mail kontaktieren:

**Telefon 0160 91463617
info@elternselbsthilfe-reutlingen.de**

Wir sind Mitglied im **Bundesverband** der
Elternkreise suchtgefährdeter und suchtkranker
Söhne und Töchter e. V. und der Baden-
Württembergischen **Landesvereinigung** der
Elternselbsthilfe Suchtgefährdeter und
Suchtkranker e. V.



”

*Federn lassen und
dennoch schweben –
das ist das Geheimnis
des Lebens.*

Hilde Domin

ELTERN SELBSTHILFE

REUTLINGEN – METZINGEN – BAD URACH

ELTERN HELFEN ELTERN

Sorgen Sie sich um Ihr Kind?

Drogen? Alkohol?
Glücksspiel? Internet?



**ELTERNKREIS SUCHTGEFÄHRDETER
UND SUCHTKRANKER TÖCHTER
UND SÖHNE**

Reutlingen – Metzingen – Bad Urach

Stufen

lassen uns verweilen
und führen uns
dennoch zum Ziel.
Gesunde Gedanken:

Ich darf ...

... an mich
denken und
etwas für mein
Wohlergehen tun!

... über die Sucht
sprechen mit jedem,
der mir guttut!

... mich wohlfühlen,
wenn ich gut für
mich Sorge!

... meine Wünsche
und Bedürfnisse
zulassen und sie
an die erste Stelle
setzen!

... mir bei
Entscheidungen
Zeit lassen, solange
ich nicht weiß,
was richtig für
mich ist!

Kein Mensch
kann den anderen
von seinem Leid
befreien; aber er
kann ihm Mut
machen, das Leid
zu tragen.

Selma Lagerlöf

... langsam lernen
und auch Fehler
machen, denn alle
Menschen machen
Fehler!

Was können Sie bei uns finden?

Befürchten Sie bei Ihrer Tochter oder bei Ihrem Sohn eine Gefährdung durch Drogen oder andere Suchtmittel? Oder sind Sie bereits mit dem Problem Sucht und Abhängigkeit konfrontiert? Dann kommen Sie auf uns zu.

Wir sind eine Selbsthilfegruppe von Eltern und wissen aus unserer eigener Erfahrung, was das für Sie bedeutet. Ängste, Verzweiflung und scheinbare Ausweglosigkeit haben wir alle durchlebt.

Es ist möglich, etwas zu verändern, wenn wir selbst aktiv werden.

Wir vermitteln Informationen durch betroffene Eltern und Fachleute und geben Hilfestellung durch gegenseitigen Erfahrungsaustausch.

Zu verschiedenen Themen bieten wir Seminare an.

Wir zeigen Ihnen neue Perspektiven auf:

Im Elternkreis treffen Sie auf Menschen, von denen Sie sich verstanden fühlen können. Hier können Sie

- völlig offen über Ihre Probleme reden,
- Ihre Wut, Enttäuschung, Trauer, Schuldgefühle und Ihre Verzweiflung mitteilen.

Ihre Gesprächspartner haben all diese Phasen selbst erlebt und können Ihnen Hoffnung geben, aus der Ausichtslosigkeit herauszufinden und aktiv zu werden.

In den gemeinsamen Gesprächen werden Perspektiven aufgezeigt, die Sie dazu ermutigen, neue Wege zu gehen. Wir helfen uns gegenseitig, wieder eine positive Lebenseinstellung zu finden. Das macht eine Veränderung in der Familiensituation möglich. Außerdem erhalten Sie Informationen zur Suchtproblematik.