

## Gesprächsgruppe Lenzburg

### Ein Gruppenangebot für Menschen mit einem Suchtproblem

In der Gesprächsgruppe Lenzburg diskutieren wir gemeinsam über den Umgang mit der Sucht. Nach einem regen Austausch wird ein von der Gruppe gewünschtes Thema besprochen. Das kann zum Beispiel Achtsamkeit im Alltag sein, Strategien gegen Suchtdruck, Risikosituationen erkennen und bewältigen, Umgang mit Stress, Gefühle erkennen und regulieren oder eigene Ziele finden. Die Gruppe findet monatlich statt, ein Einstieg ist jederzeit möglich. Im Vorfeld wird per Mail kommuniziert, ob die Gruppe sich vor Ort oder via Videokonferenz trifft.

- Zeit** Donnerstag von 17.30 - 19.00 Uhr.  
Termine: 17.02./17.03./14.04./12.05./09.06./07.07.2022  
Ein Einstieg ist jederzeit möglich.
- Ort** Suchtberatung ags, Lenzburg, Niederlenzer Kirchweg 3, 5600 Lenzburg
- Leitung** Michael Marti, Sozialarbeiter  
Andrea Stierli, lic. phil. Psychologin
- Kosten** keine
- Bedingungen** Die Teilnehmenden verpflichten sich, über vertrauliche Informationen aus der Gruppe Stillschweigen zu bewahren. Die Gruppe ist offen für Interessierte aus dem ganzen Kanton Aargau. Aus Rücksicht gegenüber der Gruppe ist eine nüchterne Teilnahme Voraussetzung.
- Anmeldung** laufend möglich an:  
Suchtberatung ags, Lenzburg, Niederlenzer Kirchweg 3, 5600 Lenzburg  
Tel. 062 891 44 05, E-Mail: lenzburg@suchtberatung-ags.ch  
Vor der Gruppenteilnahme findet ein individuelles Gespräch zum gegenseitigen Kennenlernen statt.

---

### Anmeldetalon

#### Gesprächsgruppe Lenzburg 2022

Vorname / Name: ..... Geb.-Datum: .....

Strasse: ..... Telefon: .....

PLZ/Ort: ..... E-Mail: .....

Datum: ..... Unterschrift: .....