

„Jetzt ich!“

Ein Kurs für Angehörige von suchtbetroffenen Menschen

Eine Sucht hat belastende Auswirkungen auf Betroffene und Angehörige. Dieser Kurs richtet sich an Angehörige (Partner_innen, Eltern, erwachsene Kinder usw.) von Menschen mit problematischem Substanzkonsum oder einer Verhaltenssucht.

Es werden Informationen über Sucht und Abhängigkeit und damit verbundene typische Beziehungsdynamiken vermittelt. Sie erhalten Anregungen, um sich selber besser kennenzulernen, über die eigene Haltung nachzudenken, den eigenen Bedürfnissen Beachtung zu schenken und neue Ansätze im Umgang mit sich und der Situation zu entwickeln. Die Gruppe bietet einen wertvollen Rahmen, um Erfahrungen auszutauschen und Unterstützung zu erleben. Je nach Bedarf der Kursteilnehmer_innen werden zusätzlich zu den 6 Kursabenden ein Themenabend zu Kinder in suchtbelasteten Familien und ein Follow-Up Abend angeboten.

Termine: jeweils am Mittwochabend von 18 bis 20 Uhr

13. April 2022	Grundlagen Sucht und Abhängigkeit
20. April 2022	Wunschbild und Realität
27. April 2022	Beziehungsdynamiken und Rollen
04. Mai 2022	Hilfreiche Kommunikation
11. Mai 2022	Innere Konflikte
18. Mai 2022	Gestärkt für die nächsten Schritte

Leitung: Anna-Barbara Villiger und Helen Frei, Fachpersonen Suchtberatung

Ort: Je nach pandemischer Situation findet der Kurs vor Ort in Brugg oder online (Zoom) statt.

Bedingungen: Die Teilnehmenden verpflichten sich über vertrauliche Informationen aus der Gruppe Stillschweigen zu bewahren. Für Angehörige mit Wohnsitz im Kanton Aargau ist dieses Angebot kostenlos.

Anmeldung: Mit untenstehendem Talon oder per E-Mail mit allen Angaben an:

Suchtberatung ags, Brugg, Zürcherstrasse 1202, W10, Eingang A, 6. Stock, 5210 Windisch

Tel. 056 441 99 33, brugg@suchtberatung-ags.ch.

Auf Wunsch ist ein Vorgespräch mit der Kursleitung möglich.

Anmeldung „Jetzt ich!“ Frühling 2022 (Bitte bis spätestens am 1.4.2022 einreichen)

Vorname/Name:

Strasse: Telefon:

PLZ/Ort: E-Mail:

Geburtsdatum:

Folgendes Suchtthema beschäftigt mich (Substanz/Verhalten):

Ich bin: (Elternteil, Partner_in usw. des Suchtbetroffenen)

Datum: Unterschrift: