

„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 Kurs Teilnehmer_innen werden zusätzlich zu den 6 Kursabenden ein Themenabend zu Kindern in suchtbelasteten Familien und ein Follow-Up Abend angeboten.

Termine: jeweils am Mittwochabend von 18 bis 20 Uhr

- 05. April 2023 **Grundlagen Sucht und Abhängigkeit**
- 12. April 2023 **Wunschbild und Realität**
- 19. April 2023 **Beziehungsdynamiken und Rollen**
- 26. April 2023 **Hilfreiche Kommunikation**
- 03. Mai 2023 **Innere Konflikte**
- 10. Mai 2023 **Gestärkt für die nächsten Schritte**

- Leitung:** Jürg Kehrli und Benito Basilicata, 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.
- Kosten:** 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, Königsfelderstr.1, W10, 5210 Windisch
Tel. 056 441 99 33, brugg@suchtberatung-ags.ch.
Auf Wunsch ist ein Vorgespräch mit der Kursleitung möglich.



Anmeldung „Jetzt ich!“ Frühling 2023 (Bitte bis spätestens am 24.03.2023 einreichen)

Name : _____ Vorname: : _____

Strasse : _____ Telefon: : _____

PLZ : _____ E-Mail: : _____

Ort : _____ Geburtsdatum: _____

Folgendes Suchthema beschäftigt mich (Substanz/Verhalten) : _____

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

Datum : _____ Unterschrift : _____