

Gesprächsgruppe Brugg

Ein Gruppenangebot für Menschen mit einer Abhängigkeitserkrankung

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. Ein besonderes Anliegen ist uns ein wertschätzendes Miteinander, das Offenheit ermöglicht und frei von Bewertung ist.

- Termine** Donnerstag jeweils von 18.00 - 19.30 Uhr
26. Februar, 26. März, 30. April, 28. Mai, 25. Juni 2026
Ein Einstieg in die laufende Gruppe ist möglich.
- Ort** Suchtberatung ags, Brugg, Königsfelderstrasse 1, 5210 Windisch
- Leitung** Andrea Schindelholz und Nicole Friedrich, Fachpersonen Suchtberatung
- Kosten** Kostenlos für Personen mit Wohnsitz im Kanton Aargau.
- 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** 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.
- Vor der Gruppenteilnahme findet ein individuelles Gespräch zum gegenseitigen Kennenlernen statt.



Anmeldung Gesprächsgruppe Brugg 2026

Folgendes Suchtthema beschäftigt mich (Substanz/Verhalten) _____ / _____

Name _____ Vorname _____

Strasse _____ Telefon _____

PLZ _____ E-Mail _____

Ort _____ Geb.-datum _____

Datum _____ Unterschrift _____