



Copyright: Studio B

**Der Essener Sucht-Selbsthilfe-Vernetzungskreis lädt ein zur virtuellen Veranstaltungsreihe:**

***Erfahrungsaustausch Sucht und Alltag  
Fragen, Sorgen, Strategien, Auswege***

**12. April, 10. Mai, 7. Juni  
von 16 – 17 Uhr via Zoom.**

Sie möchten über das Thema Sucht reden?  
Über unterschiedliche Süchte?  
Wann die Sucht anfängt, wann der Punkt erreicht ist, aufzuhören?  
Braucht es lebenslange Abstinenz?  
Was tun bei Rückfall oder Suchtverlagerung?  
Was tun gegen Suchtdruck?  
Wie können Angehörige suchtkranke Menschen unterstützen, was sollten sie nicht tun?  
Welche Wege helfen aus dem Tief?  
Was ist Ihr Thema?

Sie möchten auf Augenhöhe mit anderen Suchtkranken oder Angehörigen ins Gespräch kommen?  
Ausprobieren, wie eine Selbsthilfegruppe funktioniert?

**Loggen Sie sich ein – wir freuen uns, wenn Sie mitmachen!**

#### **Wichtig**

- Sie können anonym bleiben.
- Es gilt Schweigepflicht.
- Wir zeichnen das Treffen nicht auf, Sie bitte auch nicht.
- Wir erwarten, dass Sie Kamera und Mikro einschalten, auch wir zeigen Gesicht.

Wir sind andere suchtkranke Menschen, andere Angehörige oder Menschen, die im Suchtbereich arbeiten – wir sind der Essener Sucht-Selbsthilfe-Vernetzungskreis

**Für die Anmeldung senden Sie Ihre Mail bis donnerstags vor der Veranstaltung an**

- WIESE e.V., Selbsthilfe Beratung -  
[selbsthilfe@wiesenetz.de](mailto:selbsthilfe@wiesenetz.de),  
Tel.: 0201 – 20 76 76

**Wir schicken Ihnen den Einladungslink bzw. Zugangscode zu.**

Ihr Sucht-Selbsthilfe-Vernetzungskreis in Essen

c/o WIESE e.V.  
Selbsthilfeberatung Essen  
Eulerstr. 17, 45143 Essen  
[www.wiesenetz.ruhr](http://www.wiesenetz.ruhr)