

## KONTAKT

Selbsthilfegruppen

AH e.V.

Rathenower Str. 2-3

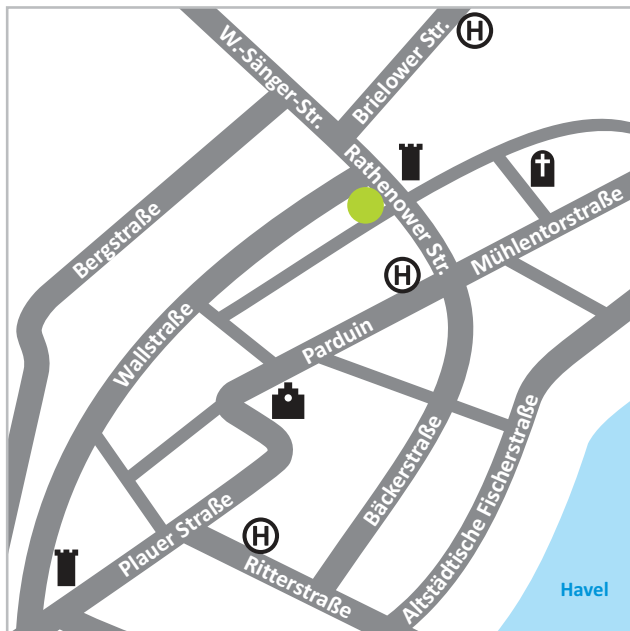
14770 Brandenburg an der Havel

Telefon: (0 33 81) 22 60 24

Fax: (0 33 81) 52 49 56

E-Mail: [ah@ah-brandenburg.de](mailto:ah@ah-brandenburg.de)

Internet: [www.ah-brandenburg.de](http://www.ah-brandenburg.de)



Straßenbahnen: 2 und 6 bis Ritterstraße/Museum

Busse: B bis Brielower Straße oder H bis Parduin

Im Verbund der  
**Diakonie** 



# Selbsthilfegruppen

Gesprächskreise für Betroffene und  
Angehörige



Es ist keine Schande, wenn man hinfällt -  
aber es ist wichtig wieder aufzustehen.

## In der Gruppe helfen wir uns gegenseitig dabei

- ▶ abstinenz zu bleiben
- ▶ eine bejahende Lebenseinstellung zu finden
- ▶ unsere Probleme zu lösen
- ▶ sich in der Realität des Alltags zurecht zu finden
- ▶ Verantwortung zu übernehmen und Entscheidungen zu treffen

## Hilfreiche Schritte

- 1 Wir geben unsere Hilfslosigkeit zu.
- 2 Wir halten Inventur in unserem Leben.
- 3 Wir lernen unsere Vergangenheit anzunehmen und uns mit ihr auszusöhnen.
- 4 Wir suchen aufrichtig die Veränderung unserer Lebenseinstellung.
- 5 Wir wollen Gelerntes und erfahrene Hilfe an andere weitergeben.

## Unsere Gruppen für Betroffene und Angehörige

- ▶ Montag 17:00 Uhr  
NA-Gruppe im Café AH und Elternkreis für konsumierende Jugendliche
- ▶ Dienstag 17:00 und Mittwoch 17:30 Uhr im Café AH (außer am letzten Dienstag im Monat)
- ▶ Donnerstag 17:00 Uhr Frauengruppe im Café AH
- ▶ Donnerstag 17:00 Uhr in der EFG Domlinden 29



## UNSERE PROJEKTE



**Mit-mach-Zirkus Hoppla** | Kreative Primärprävention



**Yoho** | Präventives Spiel- und Freizeitangebot für Kinder



**SOMATRIX** | Kontakt- und Drogenberatungsstelle für junge Leute



**AH Suchtberatungsstelle** | Beratung und Therapie für Betroffene und Angehörige



**Café AH - Selbsthilfegruppen** | für Betroffene und Angehörige



**Betreutes (Einzel-)Wohnen** | bei Sucht- und Drogenproblemen, Abstinenzunfähigkeit, Psychischen Erkrankungen und Sucht (Doppeldiagnosen)



**Wo.Pro - ambulante Hilfen** | bei Wohnungsproblemen, Schulden und besonderen sozialen Schwierigkeiten



**Projektwerkstatt** | Dienstleistungen rund um Haus und Garten



**AH Obdachlosenhaus** | mit tagesstrukturierenden Maßnahmen und WGs

## Eine Initiative der evangelisch-freikirchlichen Gemeinden

**(Spenden-)Konto MBS Potsdam**

IBAN: DE91 1605 0000 3611 0030 76

**Lebe HEUTE nüchtern! ... und morgen auch.**