



»Ich muss es allein schaffen,
aber allein schaffe ich es nicht!«

Von Suchtkranken für Suchtkranke

Wir sind eine Gruppe von Suchtkranken für Suchtkranke und treffen uns wöchentlich in den Räumen der Arbeiterwohlfahrt Bezirksverband Potsdam e.V. unter dem Motto:

»Gemeinsam suchtfrei durchs Leben!«

Unserem Motto folgend ist jeder willkommen, jeder wird gehört und niemand wird weg geschickt. Alle sind Betroffene und verfolgen ein Ziel – die Sucht zu besiegen! In unseren Gruppen gibt es keine ausgewiesenen Experten, die Experten sind wir.

Betrachte die Gruppe einfach als Übungsplatz, um draußen überleben zu können.

weitere Infos im Internet unter:
www.fshg-potsdam.de



Wir über Uns

Die gleichberechtigte Mitwirkung aller ist ein wichtiges Gruppenmerkmal. Die Gruppe respektiert und fördert die Selbstbestimmung und Eigenverantwortung aller Betroffenen.

Das Motto *Hilfe zur Selbsthilfe* ist ein wichtiger Baustein in der Gruppenarbeit. Das heißt, wer seine eigenen Gedanken und Ziele erkennt, kann diese auch in die Tat umsetzen. Gemeinsam arbeiten wir an der Stärkung des Selbstvertrauens durch die Vermittlung – **Du bist nicht allein!**

Patentrezepte können auch wir nicht geben, im Vordergrund steht daher die Ermutigung des Betroffenen, Problemlösungen aktiv und in eigener Verantwortung zu erreichen und bei Bedarf professionelle Hilfe für sich in Anspruch zu nehmen.

Selbsthilfeangebote

Wir treffen uns wöchentlich in der
→ **AWO Begegnungsstätte Potsdam**
(Arbeiterwohlfahrt Bezirksverband Potsdam e.V.)
Hans-Marchwitza-Ring 1 – 3, 14473 Potsdam

Montag	17.30 Uhr
Dienstag	17.30 Uhr
Mittwoch	18.30 Uhr
Donnerstag	17.30 Uhr

Die Selbsthilfegruppe **Cleanways** trifft sich bei der
→ **AWO Suchtberatung Berufsverband Potsdam e.V.**
Großbeerenstraße 187, 14482 Potsdam

<i>Selbsthilfegruppe Cleanways (Alkohol & Drogen)</i>	
Montag	17.30 Uhr