

Suchtselbsthilfe „Freundeskreis Frankfurt und Offenbach“

Die Selbsthilfegruppe des Freundeskreises begleitet Abhängige und Angehörige gleichermaßen. Alle, die sich mit Suchtproblematik auseinandersetzen wollen, sind willkommen und werden angenommen. Menschen, die selbst einen Weg aus der Sucht gefunden haben, verfügen über wertvolle Erfahrungen. Sie wissen, wovon sie sprechen. Sie sind Selbst-Betroffene, die nun abstinent leben. Sie haben sich darüber hinaus im Rahmen einer Schulung für ehrenamtliche Suchtberater*innen für ihre Aufgabe qualifiziert.

Der Freundeskreis Frankfurt und Offenbach ist der Verbund von Selbsthilfegruppen, die mit der Evangelischen Suchtberatung kooperieren. Die Selbsthilfegruppen des Freundeskreises setzen auf persönliche Beziehung und wollen Sie als ganzen Menschen sehen und verstehen.

Die Leiter*innen von Selbsthilfegruppen im Freundeskreis Frankfurt und Offenbach engagieren sich als ehrenamtliche Mitarbeitende. Sie stellen ihr Wissen und ihre Erfahrung zur Verfügung.

Offene Sprechzeit durch Betroffene, ehrenamtliche Suchtberater im Café Alte Backstube:

Mo: 10 – 11 Uhr und 17 – 18:30 Uhr Mi: 10 – 11 Uhr Fr 10 – 11 Uhr

In Präsenzform oder telefonisch: **069 / 29 54 56**

Wenn Sie sich erst einmal unverbindlich informieren wollen, wer oder was die Suchtselbsthilfe ist, dann empfehlen wir Ihnen die kostenfreien Podcasts der Suchtselbsthilfe:

<http://www.ohnegehtsbesser.de>, erstellt von, mit und für den Freundeskreis Frankfurt und Offenbach.



Termine, Orte und Schwerpunkte der Suchtselbsthilfegruppen im Freundeskreis Frankfurt und Offenbach:

Gruppenangebote Evangelisches Zentrum Am Weißen Stein

Adresse: Eschersheimer Landstr. 567, Evangelisches Zentrum Am Weißen Stein

Montag, 17.30 Uhr: **Informations- und Selbsthilfegruppe** (Alkohol, Medikamente, Selbst-Betroffene und Angehörige, Abstinenzziel), Wolfgang Farr

Dienstag, 19.00 Uhr: **Selbsthilfegruppe** (Schwerpunkt Alkohol, offen für alle Süchte, Abstinenzziel), Annette Neupert, Dieter Dahmen

Dienstag, 19.00 Uhr: **Selbsthilfegruppe zum Kontrollierten Trinken** – Anmeldung über Suchtberatungsstelle erwünscht (069 / 5302-302 oder suchtberatung@frankfurt-evangelisch.de), Teilnehmer:innen müssen am Programm zum Kontrollierten Trinken teilnehmen und Ihre Grenzwerte festgelegt haben.

Mittwoch, 18.00 Uhr: **Selbsthilfegruppe für Glücksspieler**, direkter Besuch **ohne** Anmeldung möglich. Bei Fragen: Gluecksspielselbsthilfe-frankfurt@gmx.de

Donnerstag, 18.30 Uhr: **Informations- und Selbsthilfegruppe** (Alkohol & Medikamente, Abstinenzziel), Johannes Kumpfmüller, Andreas Bahn

Donnerstag, 18.30 Uhr: **Angehörigengruppe**, (Alkohol, Glücksspiel, Medikamente), Ingrid Bernhardt, Hella Tischler

Gruppenangebote in der „Alten Backstube“, alkoholfreies Café und Begegnungszentrum

Adresse: Dominikanergasse 7, 60311 Frankfurt

Montag, 19.00 Uhr: **Selbsthilfegruppe**, (Alkohol) Jörg Eichhorn

Dienstag, 18.30 Uhr: **Selbsthilfegruppe**, (Alkohol & Medikamente), Roswitha Reutzel – aktuell über Videokonferenz – Anmeldung über Suchtberatungsstelle: (069 / 5302-302 oder suchtberatung@frankfurt-evangelisch.de)

Dienstag, 18:00 Uhr: **Kreativ-Treff** in den Kreativ- und Werkräumen der Alten Backstube, organisiert durch die Selbsthilfe. Hier wird kreativ gestaltet, gemalt und gebastelt. Gesprochen wird auch – dies ist aber keine klassische Selbsthilfegruppe, die als zentrales Element das Gruppengespräch hat.

Mittwoch, 16:00 Uhr: **Selbsthilfegruppe für Glücksspieler:innen**, Peter Junior

Mittwoch, 18.30 Uhr: **Frauengruppe**, (Alkohol & Medikamente), Susanne Michel, Felicitas Wonka

Samstag, 10.30 Uhr: **Selbsthilfegruppe**, (Alkohol, Medikamente, Glücksspiel und Verhaltenssüchte) Jan Wowra, Ludger Hegerfeld, – Anmeldung über Suchtberatungsstelle erwünscht (069 5302-302 oder suchtberatung@frankfurt-evangelisch.de)

Gruppenangebote in den Frankfurter Stadtteilen und Offenbach am Main

Nordend/Westend, Treffpunkt vor dem Haus „Wolfgangstraße 109“, dort aktuell gemeinsamer

Spaziergang (ansonsten findet die Gruppe in der Eschersheimer Landstr. 567 statt, bitte ggf. zur Klärung in Beratungsstelle anrufen: 069 / 5302-302)

Montag, 17.00 Uhr: **Selbsthilfegruppe**, (Alkohol), Wolfgang Brüggemann, Karlheinz Oberdlik

Dornbusch

Montag, 19.30 Uhr: Selbsthilfegruppe, (Alkohol), Michael Dienst (Anmeldung über Beratungsstelle: 069 / 5302-302)

Evangelische Suchtberatung im Evangelisches Zentrum für Beratung in Höchst, im Gemeindesaal in der Leverkusener Str. 7, Kontakt: suchtselbsthilfe@email.de

Selbsthilfegruppe, (Alkohol, Medikamente & Glücksspiel), Marion Ortwein, Wolfgang Schubert

Dienstag, 19.00 Uhr: Selbsthilfegruppe

Die **Selbsthilfegruppe Höchst** veranstaltet „**Sonderveranstaltungen**“ mit einem externen Fachreferenten für Betroffene zu folgenden Themen:

Ängste und Sucht (31.10.2023),

Workshop Co-Abhängigkeit (28.11.2023).

Uhrzeiten: immer 19:00 – 20:30 Uhr, Einlass ab 18:45 Uhr, die Teilnahme ist kostenlos.

Offenbach am Main Berliner Straße 274, 63067 Offenbach am Main

Montag, 19.00 Uhr: Selbsthilfegruppe L.O.S. –Leben ohne Sucht, (Alkohol, Medikamente, Glücksspiel, Verhaltenssüchte), Andreas Heimann

Dienstag, 18.00 Uhr, Offenbach 2: Selbsthilfegruppe L.O.S. –Leben ohne Sucht, (Alkohol, Medikamente, Glücksspiel, Verhaltenssüchte), Andreas Heimann

Sachsenhausen, Teplitz-Schönauer-Straße 1

Donnerstag, 19.00 Uhr: Selbsthilfegruppe L.O.S. –Leben ohne Sucht, (Alkohol, Medikamente, Glücksspiel, Verhaltenssüchte), Sabrina Schattmaier, Bettina Brust

Weitere Infos zum Thema Suchthilfe im Schwerpunktbereich Alkohol, Medikamente und Glücksspiel erhalten Sie hier: www.evangelische-beratung.com/sucht

