

Ich bin abstinent seit _____

Ich weiß, ich kann es aus eigener Kraft schaffen!

Mit der Abstinenz bleibe ich auf der sicheren Seite!

Motivation, weiter abstinent zu bleiben:

1. _____
2. _____
3. _____

📍 Eschersheimer Landstr. 567
60431 Frankfurt am Main

☎ 069 5 302 302

✉ suchtberatung@frankfurt-evangelisch.de

🌐 www.evangelische-beratung.com/sucht



Evangelische Telefonseelsorge

rund um die Uhr, kostenfrei und anonym

☎ **0 800 111 0 111**

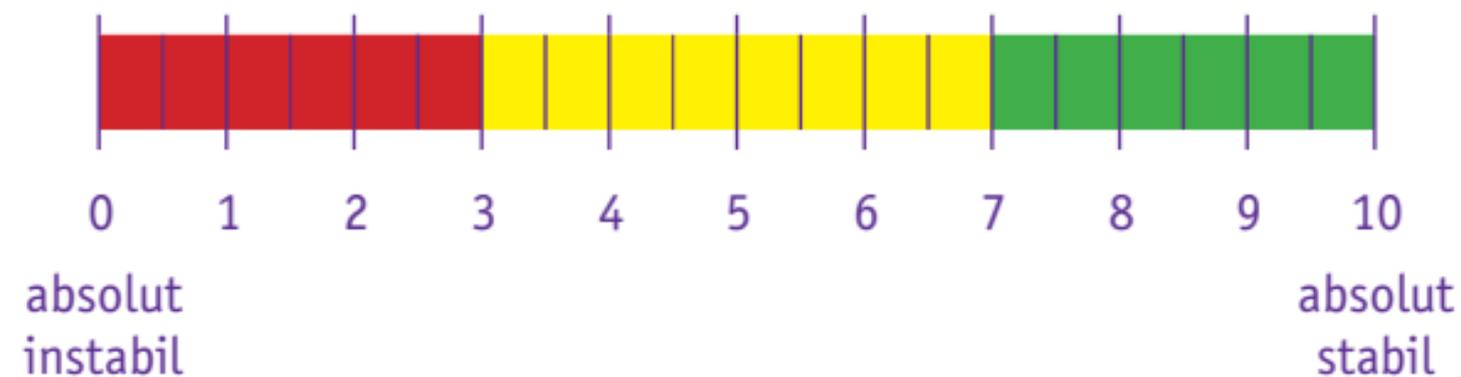


Evangelische Kirche
in Frankfurt und Offenbach

Notfallkarte



Wie stabil fühle ich mich aktuell?



Was gefährdet meine Abstinenz?

Meine hilfreichen Strategien:

1. Ich verlasse die Situation!
2. Ich rufe meine Notfallkontakte an!

3. Ich _____
4. Ich _____