

Das Blaue Kreuz unterstützt suchtgefährdete und suchtkranke Menschen sowie ihre Angehörigen.

An über 400 Standorten in über 1.100 Gruppen- und Vereinsangeboten engagieren sich haupt- und ehrenamtliche Mitarbeitende vor allem für alkohol- und medikamentenabhängige Menschen. Das geschieht auf der Grundlage unseres christlichen Menschenbildes, damit Menschen ihr Ziel erreichen: befreit leben lernen.

Unterstützung und Hilfe finden Sie ganz in Ihrer Nähe:

Die Begegnungsgruppe Minden gehört zum Bundesverband Blaues Kreuz in Deutschland e.V. mit Sitz in Wuppertal.

Unser wöchentliches Treffen **immer mittwochs um 19 Uhr** wird von etwa 15 Personen besucht. Gemütliche Räume schaffen eine vertrauliche Atmosphäre.

Der Mensch ist mehr als sein Suchtproblem. Unser Blick ist nicht allein problem- und suchtmittelorientiert.

Mit unserem Angebot begleiten wir Menschen mit und ohne Suchtgeschichte, indem wir mit ihnen gemeinsame Zeit teilen, Freizeit verbringen, uns mit ihnen freuen, mit ihnen weinen und gemeinsam nach Lebensperspektiven und Lebenssinn suchen.

Unsere Gruppe:

Jeden Mittwoch zwischen 19 und 21 Uhr treffen wir uns in den Räumen der Ev. Freikirchl. Gemeinde zum Informations- und Erfahrungsaustausch.

Nach einem kurzen Impuls und einem gemeinsamen Lied sprechen die Besucher vertraulich über ihre augenblickliche Situation. In den Gesprächen wird für jeden Hilfesuchenden ein individueller Weg aus der Sucht / dem Problemkreis gesucht. Daneben werden Einzelgespräche als wichtige Hilfe erlebt.

Hier treffen Sie Menschen, die Ihre Situation verstehen und Ihre Gefühle nachvollziehen können. Menschen, die Ihnen helfen können, gemeinsam mit Ihnen den Weg aus der Sucht heraus zu finden.



Blaues Kreuz

Wege aus der Sucht

Begegnungsgruppe Minden

im Gemeindezentrum der
Ev. Freikirchl. Gemeinde Minden
Marienglacis 29 – 31 · 32427 Minden
minden@blaues-kreuz.net

Tel. Dirk: 0571 41 757

Tel. Olaf: 0571 38 60 01 92

Weitere Informationen finden Sie unter:
www.blaues-kreuz-minden.com

Eine Information über Abhängigkeit

Quelle: iStockphoto.com/Praha



befreit

leben lernen



Blaues Kreuz

Wege aus der Sucht

Begegnungsgruppe Minden

9.500.000

Menschen in Deutschland konsumieren Alkohol in gesundheitlich riskanter Form

1.800.000

Menschen in Deutschland gelten als alkoholabhängig

74.000

Menschen in Deutschland sterben jährlich an den Folgen von Alkoholmissbrauch

Quelle: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BzgA), Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (DHS), Statistisches Bundesamt, 2017



befreit leben lernen

Unsere Angebote:

- Begegnung in alkohol- und rauchfreier Atmosphäre
- Information, Beratung, Selbsthilfe
- Einzelgespräche
- gemeinsame Begegnungsgruppe für Suchtkranke und Angehörige
- Gesellschaftliche Angebote (Ausflüge, Theaterbesuche, Kegeln, Seminare, etc.)

Gefangen in der Sucht.

Alkoholabhängigkeit ist eine Krankheit, bei der sich das Leben zunehmend auf den Alkohol fixiert. Der Tagesablauf wird rund um den Alkohol geplant, persönliche Beziehungen und andere Interessen werden immer mehr vernachlässigt. Versuche, weniger zu trinken oder einige Tage abstinenter zu leben, gelingen nicht mehr.

Im Laufe der Zeit spüren Alkoholabhängige, dass ihr Leben zerbricht. Aber sie wollen es sich nicht eingestehen, weil sie sich ein Leben ohne das Suchtmittel nicht mehr vorstellen können.

Ein Ausstieg ist möglich.

Brauchen Sie Hilfe?

Wir helfen

- Alkohol- und Medikamentenabhängigen, aber auch Menschen mit anderen Suchterkrankungen, ihre Sucht zu überwinden und zufriedene Abstinenz zu erlangen.
- Angehörigen in ihrer krankmachenden Situation (Beziehungsabhängigkeit) angemessen mit sich und dem/der Abhängigen umzugehen.

**Damit Sie Ihr Ziel erreichen:
befreit leben lernen**

Wir helfen Ihnen da raus!

Das Blaue Kreuz bietet in den Selbsthilfegruppen und Vereinen einen alkoholfreien Lebensraum. Hier sind Menschen mit einer ähnlichen Lebensgeschichte, die Sie verstehen und Ihnen kompetent weiterhelfen.

Machen Sie den ersten Schritt. Sprechen Sie mit einer Person Ihres Vertrauens, Ihrem Arzt, Seelsorger, einem Mitarbeitenden einer Suchtberatungsstelle oder rufen Sie uns an!

Sie sind nicht allein!