

Haben Sie bei Ihrem Kind Veränderungen bemerkt?

Machen Sie sich Sorgen?

- » Schule, Ausbildung oder Beruf werden vernachlässigt
- » Alte Freundschaften und Hobbys werden aufgegeben
- » Rückzug von Familienmitgliedern
- » Körperpflege wird vernachlässigt
- » Verändertes Schlafverhalten
- » Absprachen werden nicht eingehalten
- » Schuldzuweisungen an Andere
- » Stimmungsschwankungen und/oder Wutausbrüche
- » Rote oder glasige Augen

Schauen Sie nicht weg!  
Reden Sie darüber!

Elternselbsthilfe Karlsruhe für Eltern und Angehörige von Suchtgefährdeten und Drogenkranken

c/o Hardtwaldzentrum

Kanalweg 40/42, 76149 Karlsruhe

Telefon: 01516 / 77 984 50

info@elternselbsthilfe-karlsruhe.de

www.elternselbsthilfe-karlsruhe.de

**Partner:**

Unsere Selbsthilfegruppe wird unterstützt durch das Selbsthilfebüro in Karlsruhe

[www.selbsthilfe-ka.de](http://www.selbsthilfe-ka.de)

**Mitglied bei:**

Baden-Württembergische Landesvereinigung der Elternselbsthilfe Suchtgefährdeter und Suchtkranker e.V.

[www.elternselbsthilfe-bw.de](http://www.elternselbsthilfe-bw.de)

Bundesverband der Elternkreise suchtgefährdeter und suchtkranker Söhne und Töchter e.V. (BVEK)

[www.bvek.org](http://www.bvek.org)

Bundesweite Sucht- und Drogenhotline:

**0180 / 5 31 30 31** (kostenpflichtig)  
24 Stunden | 365 Tage | immer erreichbar!



für Eltern und Angehörige von Suchtgefährdeten und Drogenkranken

IST MEIN KIND SUCHTGEFÄHRDET?



Was tun, wenn mein Kind abhängig ist?

Eltern helfen Eltern.

[www.elternselbsthilfe-karlsruhe.de](http://www.elternselbsthilfe-karlsruhe.de)



für Eltern und Angehörige von Suchtgefährdeten und Drogenkranken

# Indem wir uns selbst helfen, helfen wir auch unseren Kindern

## DAS SIND **WIR**

- » Wir sind Eltern/Angehörige, deren Kinder suchtgefährdet sind oder stoffgebundene Abhängigkeiten entwickelt haben.
- » Wir helfen uns dabei, die entstandenen Belastungen zu verarbeiten und damit umzugehen.
- » Wir bewahren innerhalb unserer Selbsthilfegruppe Anonymität und Vertraulichkeit.

### **TREFFEN Sie sich mit uns:**

- » Wir treffen uns jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat um 19:00 Uhr
- » In den Räumen (barrierefreier Zugang) der Paritätischen Sozialdienste gGmbH Kanalweg 40/42 • 76149 Karlsruhe
- » Die Teilnahme ist unverbindlich und kostenfrei

## UNSERE GEMEINSAMEN **ZIELE**

- Ratlosigkeit und Ängste überwinden
- Eltern/Angehörige in ihrem Handeln stärken
- Unseren Blick auf die eigene Befindlichkeit richten
- Einander respektvoll, solidarisch und einfühlsam begegnen
- Uns von Schuld- und Schamgefühlen lösen
- Das Kind, aber nicht seine Sucht unterstützen
- Die Krise als Chance zur Veränderung wahrnehmen

## SO **HELFFEN** WIR UNS

- » Erfahrungsaustausch und Aussprache mit anderen betroffenen Eltern/Angehörigen.
- » Hilfe zur Selbsthilfe geben.
- » Raum und Zeit alle Fragen und Probleme offen anzusprechen.
- » Indem wir uns selbst helfen, helfen wir auch unseren Kindern.

# KOMMEN SIE ZU UNS!

**Eine Krise ist immer eine Chance für etwas Neues**