

Wir würden uns freuen, wenn Ihr uns eine kleine Spende zukommen lassen würdet. Vielen Dank im Voraus.

Kontodaten für Eure Spende, wenn Ihr mögt:

**Sparkasse Barnim**

**IBAN : DE**



**Kontaktadresse der SHG:**

*Frank-Dieter Golla*



*16227 Eberswalde/Finow*

*Bahnhofstrasse 32*

*QR-Code - Homepage:*

***SHG Eberswalder-Sprachrohr***



**SHG**

**„Eberswalder-  
Sprachrohr“**



*16227 Eberswalde/Finow*

*Bahnhofstrasse 32*

*(im 1. Stock)*

***Gruppentreffen jeden Mittwoch***

***um 18.30 Uhr.***

*Die einzige Voraussetzung, für uns, ist es trocken & clean leben zu wollen und sich mit anderen Menschen auszutauschen. Wir wollen informieren und Menschen mit einer Abhängigkeitserkrankung helfen und unterstützen. Es wird alles anonym behandelt, besprochen und nicht nach außen getragen.*

*Die einzige Voraussetzung für die Zugehörigkeit, ist der Wunsch „TROCKEN“ und/oder „CLEAN“ leben zu wollen.*

*Jeder der den Wunsch hat damit auf-zuhören, ist herzlich eingeladen bei uns.*

*Wir bestärken uns gegenseitig in unserem Bemühen, dem Suchtmittel zu widerstehen und es zu bekämpfen.*

## **In diesem Sinne**

**POSITIVES DENKEN  
BRINGT DICH NACH VORNE.**

## **Selbstsucht**

*Der Strom der Selbstsucht ist die Wurzel aller Süchte. Sucht ist wie ein vielköpfiger Drachen, schlage wir nur einen Kopf ab, so grinsen uns vielköpfige andere Suchtformen an. Daher ist es so wichtig, die latente Selbstsucht, die in jedem Menschen steckt, der an seinem selbstsüchtigen EGO festhält, zu erkennen, zu verstehen, in ihrer Vielschichtigkeit, um sie mit Stumpf und Stiel in sich selbst aufzulösen und zu überwinden. Nur dann ist ein Mensch wirklich frei von allen Süchten.*

---

### **Denkschrift (Exposé)**

Wo ist das Licht?

Seien wir Schüler des Verstehens.

Seien wir Wagenlenker unserer Gefühle

und seien wir Meister der Erkenntnis.

Einzig dann öffnet sich die Tür,

zur kosmischen Intelligenz,

mit ihrer Liebe und Erbarmen.

Dann können wir gelöst und erlöst

durch das Leben schreiten.

Aber ACHT, der Weg ist steinig,

denn wir müssen dabei lernen

auch tiefe Abgründe unsres EGOS zu schauen,

aber am Ende des Tunnels ist das Licht.

## **Gruppen - Arbeit:**

Im Mittelpunkt stehen dabei unsere Erfahrungen, aber auch Anfechtungen und Probleme, die wir als Suchtabhängige in der gelebten Abstinenz im täglichen Leben haben. Ganz wichtig ist es für uns, die positiven Auswirkungen zu diskutieren, die unser suchtmittelfreies Leben uns schenkt. Das ist nicht immer problemfrei. Die Freude über all das Gute, was unser Leben ohne Suchtmittel uns jetzt schenkt, gibt jedem von uns Kraft und Zuversicht auf diesem Weg. Bei unserem gemeinsamen Treff ist auch Raum für ganz persönliche Gespräche untereinander. Wir pflegen eine offene und freundschaftliche Atmosphäre. Bei unseren persönlichen Gesprächen ist gegenseitiges Vertrauen und absolute Verschwiegenheit außerhalb unserer Gruppe ein Muss und wird von jedermann respektiert.

## **Arbeit für**

## **betroffene Angehörige:**

In unserer Gruppe treffen sich sowohl betroffene Suchtkranke, als auch deren Angehörige. Nicht immer schafft der Abhängige selbst den Weg zu uns. Auch hier geben wir den Angehörigen in unserer Gruppe eine Plattform für Begegnungen und Ratschläge, aber auch Trost in der schwierigen Situation. Betroffene Paare in unserer Gruppe stehen mit ihren eigenen Erfahrungen auf dem gelebten Weg für Gespräche und Beratung zur Verfügung. Nicht selten ist gerade der Weg des