



So kommen  
Sie mit uns  
in Kontakt:

**Treffen:** 1. Mittwoch im Monat von 18-20 Uhr  
im Caritashaus, Johannisstraße 91,  
49074 Osnabrück.  
Treffpunkt ist der Hintereingang des  
Gebäudes.

Telefon: 01 76 - 86 90 80 91 oder  
01 51 - 15 54 70 95

Interessierte sind herzlich willkommen!

Wir sind Experten  
in eigener Sache.

**Kontakt:**

Annette Ohlhoff  
Telefon: 01 76 - 86 90 80 91  
Mail: [eltern-drogenkinder@web.de](mailto:eltern-drogenkinder@web.de)  
[www.eltern-drogenkinder-os.de](http://www.eltern-drogenkinder-os.de)

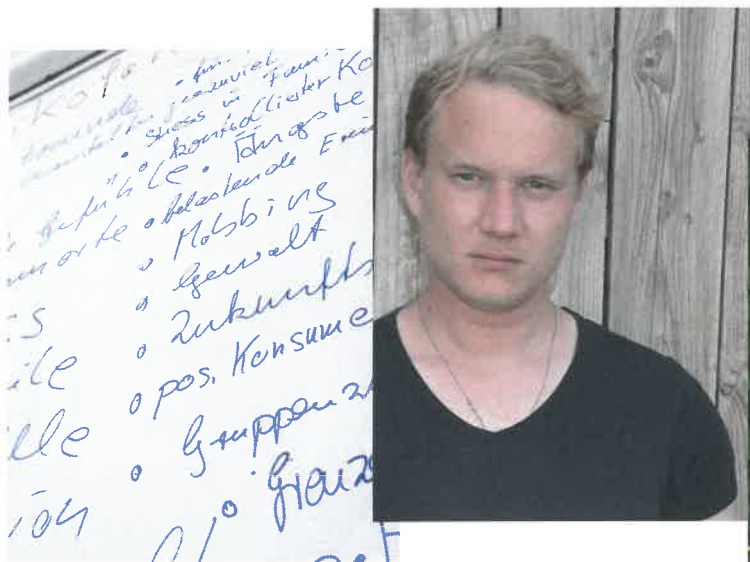
**Professionelle Begleitung:**

Christiane Westerveld  
Lohstrasse 30, 49074 Osnabrück  
Telefon: 0541 - 335 45 19  
Mail: [betreuteswohnen-lohstrasse@caritas-os.de](mailto:betreuteswohnen-lohstrasse@caritas-os.de)  
[www.mein-leben-ohne-sucht.de](http://www.mein-leben-ohne-sucht.de)

Selbsthilfe-  
Gruppe für Eltern  
drogenabhängiger  
Kinder.

In Trägerschaft der





# Selbsthilfe

Wenn Kinder von Drogen bzw. von Alkohol abhängig werden, verändert sich auch das Leben der Angehörigen. Ständige Sorgen um Gesundheit und Überleben des Kindes bestimmen den Alltag.

Viele Eltern sind ratlos, wie es mit der Zukunft ihrer Kinder weitergeht und wie sie ihren Kindern helfen können. Eltern und Angehörigen in dieser familiären Belastungsprobe einen Platz für die Ängste und Sorgen zu geben und sie zu Experten in eigener Sache zu machen, das ist das Angebot der Selbsthilfegruppe Eltern drogenabhängiger Kinder.

# ...ist Hilfe zur Selbsthilfe.

Wir sind eine Gruppe Eltern – Mütter, Väter bzw. Angehörige – von suchtmittelabhängigen Kindern. Die Gruppe besteht seit den 1980er Jahren und trifft sich regelmäßig jeden ersten Mittwoch im Monat um 18 Uhr im Caritashaus an der Johannisstraße 91. Die Gruppe ist für alle interessierten Eltern und Angehörige offen. Manche kommen schon seit Jahren, andere nehmen an ein paar Abenden teil, um Unterstützung und Hilfe zu finden.

In der Gruppe tauschen wir unsere Probleme und Sorgen offen aus, geben Erfahrungen weiter, benennen unsere Gefühle und Gedanken mit dem Ziel, uns Eltern und Angehörige zu stärken und Lösungen zu finden für die eigene oft schwierige Situation. Vertrauen ist wichtig, Verschwiegenheit selbstverständlich. Übrigens: Wir erhalten regelmäßig Unterstützung durch Fachkräfte der Caritas.

Gemeinsam ist besser als allein.