

Wollen Sie mehr wissen?

Sie können **Henrike Kuhn** anrufen.

Die Telefon-Nummer ist 0421 98979 64.

Sie können **Franziska Kreysel** anrufen.

Die Telefon-Nummer ist 0421 98979 13.

Sie können eine E-Mail schicken.

henrike.kuhn@ash-bremen.de

franziska.kreysel@ash-bremen.de



Unsere Adresse ist:
Bürgermeister-Smidt-Straße 35.



Die Straßen-Bahn-Halte-Stelle heißt Falkenstraße.

Dort ist das Haus mit dem Bild von dem Segelschiff.

Die Tür ist um die Ecke.

Kommen Sie einfach herein.

Drogenhilfezentrum Mitte
Sporlederhaus
Bürgermeister-Smidt-Str. 35,
28195 Bremen
Telefon: 0421 – 98979-0
Fax: 0421 98979-30
www.ash-bremen.de

Die Bilder:

© Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e.V., Illustrator Stefan Albers, Atelier Fleetinsel, 2013



Wir machen mit bei:



Sucht-Beratungs-Stelle

Wir beraten alle Menschen mit Sucht-Problemen im Rahmen von Inklusion.

Machen Sie einen Termin.



Die Beratung kostet kein Geld.

Sucht-Probleme kommen,

wenn man zu viel trinkt
(zum Beispiel Alkohol)

oder zu viel raucht
(zum Beispiel Cannabis)

oder zu viel einnimmt
(zum Beispiel Medikamente)

oder zu viel tut
(zum Beispiel am Computer spielen).



Sucht heißt: Man hört damit nicht auf.

Obwohl man deswegen Ärger kriegt.
Oder krank wird.

Unsere Hilfe beginnt immer mit Beratung.

Beratung heißt:

Wir nehmen uns Zeit für Sie.

Sie können über Ihr Sucht-Problem sprechen.

Sie können alles fragen.

Sie können alles erzählen.

Wir überlegen zusammen:

Woran liegt es?

Wie kann es Ihnen besser gehen?

Was können Sie dafür tun?

Es gibt eine Gruppe.

Sie können jede Woche kommen.

Montag,
von **16:00 Uhr - 17:30 Uhr**

Da können Sie viel lernen.

Zum Beispiel:

- Weniger trinken
- Weniger rauchen
- Ganz damit aufhören

Die anderen erzählen ihre Tipps.

Wir üben gemeinsam.

Das kann Ihnen helfen.