

ANGEBOT

Das Angebot richtet sich an Menschen mit einer Abhängigkeitserkrankung und einer Traumafolge-Störung.

Dies äußert sich oft durch Probleme in der Spannungs- und Emotionsregulation.

Die intensiven Gefühle werden als überwältigend und schwer aushaltbar erlebt.

Selbstschädigung, Substanzkonsum und andere dysfunktionale Verhaltensweisen sind oft die Folge.



ZUGANG

Wollen Sie teilnehmen?

Vereinbaren Sie gerne einen Termin für ein Vorgespräch.

Die Gruppe findet **donnerstags**
von 11:00 bis 13:00 Uhr
im **Suchthilfezentrum Mitte** statt.

Bei Interesse sprechen Sie uns bitte an oder vereinbaren Sie einen Beratungstermin.

SUCHTHILFEZENTRUM MITTE SPORLEDERHAUS

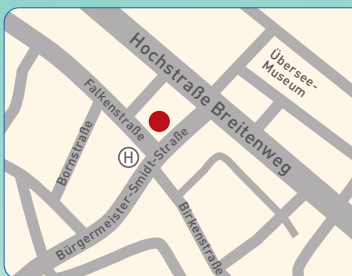
Bürgermeister-Smidt-Str. 35
28195 Bremen

TELEFON 0421 98979-0

FAX 0421 98979-30

E-MAIL info@ash-bremen.de
www.ash-bremen.de

Das **SPORLEDERHAUS** liegt im Zentrum Bremens in fußläufiger Entfernung zum Hauptbahnhof und hat die Straßenbahnhaltestelle »Falkenstraße« (Linie 10) direkt vor dem Haus. Ein Parkplatz mit mehreren Stellplätzen befindet sich hinter dem Haus.



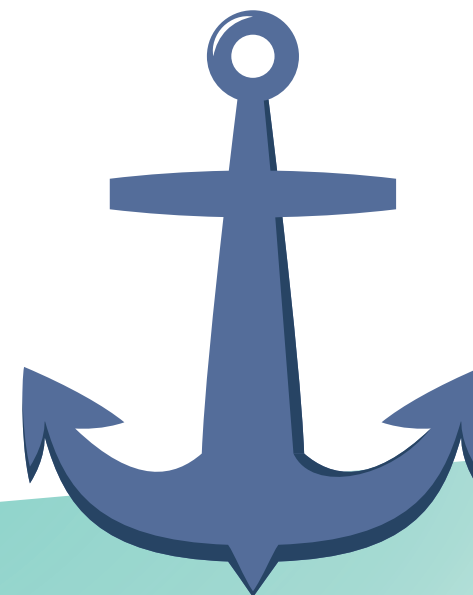
Mitglied der
Diakonie
Bremen

Verein für
Innere Mission
in Bremen



GRUPPENANGEBOT

TRAUMA & SUCHT



Sicherheit finden



**Das Gruppenangebot ist
angelehnt an das Therapieprogramm**

»SICHERHEIT FINDEN«

von Lisa M. Najavits.

Ziel ist nicht die Aufarbeitung traumatischer Erlebnisse, sondern eine Stabilisierung der Teilnehmenden und ihrer aktuellen Lebenssituation.

**SICHERHEIT IST DAS
WICHTIGSTE PRINZIP!**

**»Du bist nicht verantwortlich dafür,
dass Du am Boden bist, aber Du
bist verantwortlich dafür, wieder
aufzustehen.« (Jesse Jackson)**

**SIE KÖNNEN SICHERHEIT ERLANGEN,
KONTROLLE ZURÜCKGEWINNEN UND
DEN UMGANG MIT IHREN GEFÜHLEN
VERBESSERN.**

