

ALOS - Aktives Leben Ohne Sucht

Aktuelles

Gruppentreffen:

jeweils montags, 19:00 Uhr - 21:00 Uhr in der Kirche St. Winfried (Unterkirche), Sträßchensweg 3, 53113 Bonn (Gronau)

Gruppentreffen ausgesetzt

Die persönlichen Gruppentreffen sind bis auf Weiteres ausgesetzt.

Alternative Online Gruppe

Es steht den Gruppenmitgliedern sowie Interessierten unsere Online Gruppe zur Verfügung. Diese findet jeweils montags um 19 Uhr per "Jitsi Meet" statt. Zu erreichen ist der Videochat unter <https://meet.jit.si/ALOS>.

Die Teilnahme ist ohne Registrierung und ohne Installation per Webbrowser über PC, Tablet oder Smartphone möglich. Einfach auf den Link klicken, im Webbrowser auf "Im Web öffnen" klicken, einen Namen eingeben und per Klick auf "Konferenz beitreten" teilnehmen. Wer möchte kann sich auch die App auf Tablet oder Smartphone installieren. Am PC ist die Teilnahme nur per Webbrowser möglich.

"Jitsi Meet" ist eine so genannte Open Source Anwendung. Das heißt, der Programmiercode kann von jeder Person eingesehen werden. Der Datenschutz ist, entgegen der meisten Videochat Programme wie z. B. Skype, Zoom oder Teams, erheblich besser.

Unsere Gruppe

- setzt keine Suchtmittelabstinenz bzw. suchtfreies Verhalten voraus, strebt beides jedoch an
- schafft eine Atmosphäre des Vertrauens durch Verschwiegenheit und Wahrung der Anonymität der Teilnehmenden

- ermöglicht allen, sich ohne zeitlichen Druck zu öffnen und über ihre Probleme zu sprechen
- steht allen Teilnehmenden motivierend zur Seite
- gibt Hilfestellung bei der Suche nach geeigneten Therapieangeboten
- unterstützt die Teilnehmenden bei der Bewältigung aktueller Lebensprobleme, ohne den Rückgriff auf das Suchtmittel oder das abhängige Verhalten

Ratsuchende aller Abhängigkeitsformen sind willkommen.

Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind gleichberechtigt.

Wir sind für jedermann offen und verhalten uns politisch und religiös neutral.

Ein Rückfall führt nicht zu einer Diskriminierung der Person oder zum Ausschluss aus der Gruppe.

Gerade in solchen Krisensituationen brauchen die Betroffenen den festen Halt der Gruppe. Durch gemeinsames Aufarbeiten des Rückfalls wird der Weg in eine erneute Abstinenz bzw. suchtfreies Verhalten erleichtert.

Unser Ziel

ist die Stärkung des Selbstwertgefühls der Teilnehmenden sowie die gegenseitige Unterstützung zur Erreichung eines aktiven, dauerhaft zufriedenen, suchtfreien Lebens.

Unsere Gruppe

- Du bist auf der Suche nach einer Gruppe rund um das Thema Sucht und die offen für Betroffene, Angehörige sowie Interessierte aller Suchtmittel ist?
- Du hast bereits eine Therapie hinter dir oder möchtest von Erfahrungen anderer profitieren?
- Du konsumierst aktuell noch dein Suchtmittel, suchst aber Hilfe?
- Du bist willig, dich für ein suchtfreies Leben zu entscheiden?
- Du fühlst dich in einer anderen Selbsthilfegruppe