



Wir helfen Ihnen da raus!

Das Blaue Kreuz bietet in den Selbsthilfegruppen und Vereinen einen alkoholfreien Lebensraum. Hier sind Menschen mit einer ähnlichen Lebensgeschichte, die Sie verstehen und Ihnen kompetent weiterhelfen.

Machen Sie den ersten Schritt. Sprechen Sie mit einer Person Ihres Vertrauens, Ihrem Arzt, Seelsorger, einem Mitarbeitenden einer Suchtberatungsstelle oder rufen Sie uns an!

Sie sind nicht allein!

Das Blaue Kreuz unterstützt suchtgefährdete und suchtkranke Menschen sowie ihre Angehörigen. An über 400 Standorten in über 1.100 Gruppen- und Vereinsangeboten engagieren sich ehrenamtlich und hauptamtlich Mitarbeitende vor allem für alkohol- und medikamentenabhängige Menschen. Das geschieht auf der Grundlage unseres christlichen Menschenbildes, damit Menschen ihr Ziel erreichen: **befreit leben lernen**.

Design / Konzeption: www.gute-botschafter.de

Unterstützung und Hilfe finden Sie ganz in Ihrer Nähe:



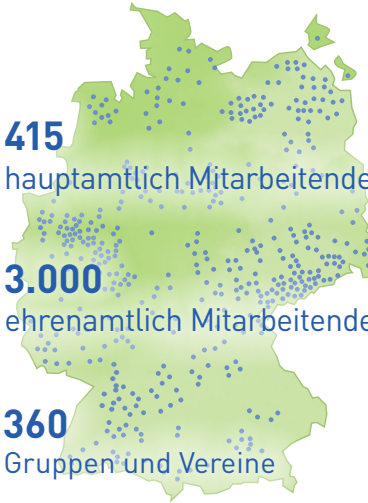
415
hauptamtlich Mitarbeitende



3.000
ehrenamtlich Mitarbeitende



360
Gruppen und Vereine



Eine Information über Abhängigkeit.



**befreit
leben lernen**

9.500.000

Menschen in Deutschland trinken zu viel Alkohol

1.300.000

Menschen in Deutschland sind alkoholabhängig

73.000

Menschen in Deutschland sterben jährlich an den Folgen von Alkoholmissbrauch

Quelle: Bundesdrogenbeauftragte, Suchtbericht 2011



befreit leben lernen

Gefangen in der Sucht.

Alkoholabhängigkeit ist eine Krankheit, bei der sich das Leben zunehmend auf den Alkohol fixiert. Der Tagesablauf wird rund um den Alkohol geplant, persönliche Beziehungen und andere Interessen werden immer mehr vernachlässigt. Versuche, weniger zu trinken oder einige Tage abstinent zu leben, gelingen nicht mehr.

Im Laufe der Zeit spüren Alkoholabhängige, dass ihr Leben zerbricht. Aber sie wollen es sich nicht eingestehen, weil sie sich ein Leben ohne das Suchtmittel nicht mehr vorstellen können.

Ein Ausstieg ist möglich.

Brauchen Sie Hilfe?

Wie jede andere Krankheit ist auch die Alkoholabhängigkeit behandlungsbedürftig. Mitarbeiter des Blauen Kreuzes in Suchtberatungsstellen und Selbsthilfegruppen sind kompetente Ansprechpartner. Sie zeigen Ihnen Hilfsmöglichkeiten auf, wie der Weg aus der Sucht gelingen kann.

Damit Sie Ihr Ziel erreichen:
befreit leben lernen.

Mein Weg aus der Abhängigkeit:



„Ich weiß nicht mehr, wann ich die Kontrolle über mein Leben verlor, aber irgendwann ging es nur noch ums Trinken. Ich sah keinen Ausweg mehr. Jemand erzählte mir vom Blauen Kreuz. Dort half man mir, mein Leben Schritt für Schritt wieder in den Griff zu bekommen.“

Heiner, 55 Jahre

Herausgeber:
Blaues Kreuz in Deutschland e.V.
Schubertstraße 41
42289 Wuppertal
Fon: 0202/62003-0
info@blaues-kreuz.de
www.blaues-kreuz.de

Spendenkonto IBAN:
DE82 3506 0190 1010 3930 15
KD-Bank eG – Bank für Kirche
und Diakonie