
ALKOHOL ÖNSEGÍTŐ KLUB



Időpont:

Tartja: Dr. Fadgyas Ildikó, pszichiáter, addiktológus szakorvos

Ajánlott: alkohol problémával küzdő felnőtt lakosoknak, akik elköteleződtek a józanság mellett vagy törekednek azt létrehozni

A program célja: kezdetben orvosi-szakedzői segítséggel egymást támogató-segítő közösség létrehozása és működtetése

A foglalkozás tartalma: Önségítő csoportunk alternatívát kínál az AA mozgalom és a hivatalos gyógyító hálózat mellett. Az Önségítő csoportokban a résztvevők jó kezdeti lehetőséget kapnak arra, hogy legyőzzék szégyenkezésüket, nyitottá váljanak arra, hogy beszámoljanak alkoholproblémájukról és ezzel együtt elfogadják őket. A tapasztalatok kicserélése növelheti a biztonságérzetet és elősegítheti a nyitottabbá válást. A résztvevőknek lehetőségük nyílik arra, hogy fejlesszék a megküzdési és kiegyensúlyozási stratégiáikat. A felépülési folyamatot későbbi szakaszában sokat segíthet az, ha az alkoholproblémával küzdő személy újra megtalálja életcélját és teljesülhet azon vágya, hogy ő is segíthet másokon, ő is tartozhat valahová.

A foglalkozások gyakorlati jellegűek, a csoportvezetők moderálása mellett a résztvevők tapasztalatainak kicserélése, illetve egymás támogatása a közös cél a józanság/ kiegyensúlyozott élet felé vezető úton

Részvétel módja: egymásra épülő alkalmak, de a csoport nyitott, bármikor lehet hozzá csatlakozni amennyiben a józanság elérése a cél

Gyakoriság: kéthetente

Időtartam: 90 perc

Maximális létszám: 15 fő

Újbudai Egészségfejlesztési Iroda

INGYENES

ÖNSEGÍTŐ CSOPORT alkoholbetegek részére



*Tapasztalatcsere és támogatás a
józanág és a kiegyensúlyozott élet felé
vezető úton, orvosi vezetéssel*

Regisztráció szükséges!

További információ: 06 30 680 53 67

efi@szentkristofrendelo.hu

