

## Kommt und macht mit – im Frauengesprächskreis BITBURG/PRÜM

Für viele Frauen scheint die Abhängigkeit von Suchtmitteln ein Teufelskreis zu sein, aus dem sie nicht entrinnen können.

*Suchtkranke* Frauen sind in ihre Sucht (Alkohol, Tabletten, usw.) verstrickt und fühlen sich hilflos. *Mitbetroffene* Frauen, die ihre abhängigen Angehörigen (Lebenspartner, Kinder, Verwandte, u. ä.) erleben, stehen oft machtlos vor scheinbar unlösbaren Konflikten.

*Viele Gedanken und Fragen sind damit verbunden*

... Bin ich verzweifelt, angesichts der (scheinbaren) Ausweglosigkeit meiner Situation?

... Fühle ich mich hilflos?

... Versuche ich- vergeblich- zu kontrollieren?

... Schäme ich mich, mit Anderen über mein Problem zu reden?

... Kann oder will ich mich der Verantwortung noch stellen?

... Fühle ich mich überfordert?

### **ES GIBT HILFE**

Im Frauengesprächskreis haben Frauen die Möglichkeit, in vertraulicher Atmosphäre über ihre Erlebnisse und Erfahrungen zu sprechen. Die Gespräche finden grundsätzlich ohne Therapeuten u. ä. statt.

Unser Frauen-Gesprächskreis findet (ca.) in 6-wöchigem Abstand samstags nachmittags, 15.00 Uhr in den Räumen des Kreuzbundes statt.

- Bitburg, Gartenstraße 6
- Prüm, Kalvarienbergstraße 1

Genaue Daten sind aus der separaten Termin-Liste zu entnehmen!

Willkommen sind alle interessierten, Hilfe suchenden Frauen, egal ob Mitglied im Kreuzbund oder nicht. Es werden oft frauenspezifische Themen besprochen; manches Problem möchten Frauen lieber mit Frauen besprechen und (noch) nicht in einer gemischten Gruppe. Wir können **nur** aus eigenen Erfahrungen Hilfestellung leisten, sind „Expertinnen“ auf diesem Gebiet, da wir es hautnah erlebt haben. Es geht bei uns aber nicht nur um Problembewältigung. Auch wenn unsere Hilfestellung an erster Stelle steht. Neben den durchaus fruchtbaren und ernsthaften Gesprächen sollen auch der Spaß und das unbeschwerte Zusammensein nicht zu kurz kommen.

Wir wollen einmal im Jahr einen „**FRAUEN (T)RAUM**“ für unsere Frauen organisieren.

In einigen Frauengesprächskreisen anderer Regionen ist dies schon sehr gut angenommen worden und wurde zur dauerhaften Einrichtung. Wir denken, dass dies auch etwas Positives für unseren Gesprächskreis und unser Miteinander ist. (Das könnten Ausflüge in die nähere oder weitere Umgebung sein, Wellness, Kultur, kulinarisches o. ä.! Also all das, was zu unserem (geistigen und körperlichen) Wohlbefinden beitragen kann). Gerne werden wir auch Anregungen und Wünsche der Frauen aufgreifen. Durch diese gemeinsamen Aktivitäten können auch über die Gruppen hinaus Freundschaften und Interessensgemeinschaften entstehen.

Wir freuen uns auf jeden Fall über jede Frau, die sich uns anschließt.

Ansprechpartnerinnen sind:

Hannelore Loscheider

-Regionalfrauenbeauftragte Region Westeifel

Telefon: 06553-2976

Inge Klotz

-stellvertretende Frauenbeauftragte

Telefon: 06562-3244