

Zum Schutz von Corona

- Ist eine vorherige Anmeldung erforderlich
- Verschieben sich gegebenenfalls die angegebenen Uhrzeiten
- Bitte erfragen Sie die aktuellen Zeiten bei den Gruppenleiter*innen

Selbsthilfegruppen

**für Betroffene und Angehörige
bei Problemen mit Alkohol,
Drogen, Medikamenten oder
Glücksspiel**

**Bei Interesse kontaktieren Sie die
Gruppenleiter*innen unter den
angegebenen Telefonnummern.**

Alle Gruppen treffen sich im

**Lucafé
Luruper Hauptstraße 138
22547 Hamburg**

**Die Selbsthilfegruppen sind eigenständig
und arbeiten unabhängig vom Lukas
Suchtzentrum.**

**im Lucafé
Luruper Hauptstr. 138**

Allgemeine Inhalte und Ziele der Gruppen:

- den Austausch untereinander anregen
- anstehende Fragen klären
- sich nicht allein fühlen
- regelmäßige Hilfe im Gespräch
- Überbrückung der Zeit, falls weiterführende Beratung/Therapie nötig ist
- Hilfestellung zur Änderung der Lebensweise
- Vertiefung der Einsicht, nicht allein und ohne Hilfe aus der Abhängigkeit herauskommen zu können

Montag
ELAS-Selbsthilfegruppe
„Kraftwerk“
18:30 Uhr - ca. 20:00 Uhr

Leitung:
Gitta Kalisch 040 553 66 12
Christian Schulz
gitta.kalisch@gmx.de

Zielgruppe:
Suchtmittelgefährdete und Abhängige von Alkohol, Medikamenten und Glücksspiel und deren Angehörige.

Dienstag
Selbsthilfegruppe
„Atrium“
19:00 Uhr - ca. 20:30 Uhr

Leitung:
Martin Lagoda 040 8099 53 88 (AB)
atrium-lukas@t-online.de

Zielgruppe:
Suchtkranke (Alkohol, Cannabis, Kokain und Medikamente).

Mittwoch
AA-Selbsthilfegruppe
Meeting und Information
19:00 Uhr - ca. 20:30 Uhr

Leitung:
Günther 04101 55 32 61

www.anonyme-alkoholiker.de

Zielgruppe:
*Wenn Alkohol das Problem ist...
Komm zu uns.*

Donnerstag
ELAS-Selbsthilfegruppe
18:30 Uhr - ca. 20:00 Uhr

Leitung:
Petra Geyer 0151 5880 70 20
René Horn 0162 648 22 23

Zielgruppe:
Suchtmittelgefährdete und Abhängige von Alkohol, Drogen und Menschen mit Doppeldiagnosen.