

Der Kreuzbund

Leistet Hilfe zur Selbsthilfe bei Problemen mit Alkohol, Medikamenten und Drogen für Betroffene und Angehörige.

Der Kreuzbund

Ist ein Fachverband des Deutschen Caritasverbandes.

In der Gruppenarbeit,

bei Fortbildungen und auf Tagungen treffen sich die Mitglieder zur Stärkung der Beziehung untereinander. Im vertraulichen Dialog mit der Gruppe entdeckt das Gruppenmitglied seine Fähigkeit zur Selbsthilfe.

Selbsthilfe basiert auf

- dem offenen Gespräch und der Begegnung
- regelmäßigen Informations- und Erfahrungsaustausch und
- partnerschaftlichen Zusammenarbeit.

Dies ist die Grundlage des Vertrauens.

Das Kreuzbundmitglied

bestimmt nach eigenem Ermessen, wann, wo und wie lange es die Gruppe besuchen bzw. dem Kreuzbund angehören will. Die Gruppen sind offen für neue Mitglieder.

Suchtmittel

Stoffgebundene Suchtmittel:

- ❖ *Legale Suchtmittel:*
 - Alkohol
 - Medikamente
 - Nikotin
 - Im Rahmen der gesetzl. Bestimmungen > Haschisch/ Marihuana
- ❖ *Illegale Suchtmittel*
 - Haschisch/Marihuana
 - Halluzinogene (LSD)
 - Heroin (Opiate)
 - Kokain/ Crack
 - Designerdrogen

Nicht stoffgebundene Sucht

- Essstörung
- Kaufsucht
- Glückspielsucht

Sucht bedeutet:

Ein suchtkranker Mensch ist grundsätzlich nicht in der Lage, die Einnahme von Suchtmitteln sinnvoll zu gestalten und zu steuern.

Seelische Abhängigkeit:

- Ist das unbezwingbare, gierige Verlangen, mit der Einnahme des Suchtmittels fortzufahren und diese sich um jeden Preis zu beschaffen.

Körperliche Abhängigkeit:

- Der Einbau des Suchtmittels in den Organismus durch Stoffwechsellanpassung.

Suchtbegriffe:

- ✓ **Gefährdet** ist, wer regelmäßig Alkohol trinkt, um Anspannungen und/ oder Konflikte besser zu bewältigen.
- ✓ **Alkoholmissbrauch** ist jeder Alkoholkonsum, der zu körperlichen, seelischen und/ oder sozialen Schäden führt.
- ✓ **Alkoholabhängigkeit** ist erreicht, wenn jemand Alkohol braucht um sich einigermaßen wohl zu fühlen.
- ✓ **Alkoholabhängige** sind unfähig, ihren Alkoholkonsum dauerhaft und in Übereinstimmung mit ihrem Willen zu steuern.

Mitbetroffene in Co Abhängigkeit

Mitbetroffene sind Personen aus dem „Nahraum“ der Süchtigen, die unwissentlich die Rolle als Verbündeter übernehmen.

Der Begriff „Mitbetroffene“ in Co -Abhängigkeit wird benutzt, da nicht nur die Person, die mit dem Suchtkranken direkt zusammenlebt, sondern auch Personen in seiner sozialen Umgebung, die sich von seiner Suchterkrankung abhängig machen.

Sie machen sich die Probleme des Suchtkranken zu Eigen und versuchen, diese **stellvertretend** zu lösen.

Sie übernehmen die Verantwortung für das süchtige Verhalten des Kranken und **verhindern**, dass der Suchtabhängige die negativen Folgen seiner Krankheit selbst unmittelbar spürt.

Dies führt oft ungewollt zur Unterstützung und Aufrechterhaltung des Suchtverhaltens.

Verhaltensbeispiele:

- Entschuldigen und rechtfertigen des Suchtverhaltens
- Abnehmen von Belastungen
- Versuch, das Trinken des Betroffenen zu kontrollieren
- Androhung von Konsequenzen, die dann nicht eingehalten werden.
- Einfordern von Versprechungen.
- Sich selbst zurücknehmen, damit es dem Suchtkranken besser geht.

Hilfen und Ansprechpartner:

Kreuzbund Informationsgruppe:

Treffen **jeden 2. Dienstag**
19:30 Uhr im „Haus der Vielfalt“

Termine und Anmeldung unter:

<https://kreuzbund-stadtverband-bottrop.de>.

Sprecher der Informations- Gruppe:

Ulf Busen

Tel.:02041 97 69 79

Beratung in der Geschäftsstelle:

Mittwoch: in der Zeit von
10:00 bis 12:00 Uhr

Bitte vorher anmelden:

Tel.: 02041 37 29 486

oder Tel.: 02041 95 96 9

oder per Mail:

kreuzbund-bot@t-online.de

Terminwünsche können vereinbart werden.

Informationen über uns findest Du im Internet unter:

<https://kreuzbund-stadtverband-bottrop.de>

Sprecher des Stadtverband Bottrop:

Gerhard Löbert

Tel.: 02041 40 66 842

Mail: kreuzbund-bot@t-online.de

Gesundheitsamt der Stadt Bottrop:

Gladbecker Str. 66 46236 Bottrop

Tel.: 02041 70 35 28 Fr. Steffens

Tel.: 02041 70 36 08 Fr. Wenk

Möglichkeit zur Akutberatung.

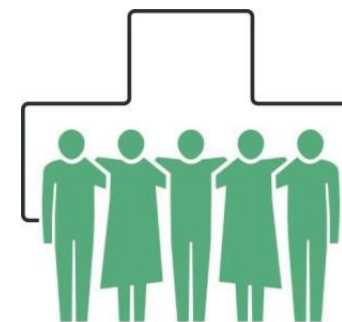
GEMEINSAM

SIND WIR STARK

PROBLEME MIT

ALKOHOL-MEDIKAMENTEN?

WIR HELFEN!



KREUZBUND

Gemeinsam Sucht überwinden

KREUZBUND e.V.

Stadtverband Bottrop

Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft

für Suchtkranke **und** Angehörige

